



中医·学子心

刚越过高考的门槛,面对志愿的填报,没有丝毫的犹豫,我和父亲就认定了中医类的大 学。或许是幼年记忆中埋在东厢房中的药柜让我痴迷,或 许是家中的破旧医书让我沉醉,或许是 父亲对学习中医的执着让我动容,也 或许是我心中对做一名中医,当一名仁者 的渴望给自己力量,“中医”这个名词让我 倾心。所以,我选择河南中医学院,选 择做一名中医,选择做一个仁者。

在我还小的时候,中医对我来说就是和和蔼的坐堂先生心怀慈悲地为病人 解除病痛。没有冰冷的医疗器械,没有 闪着寒光的针头,也没有散发着化学气味的 各色药片,有的只是高大古朴的药 柜,慈祥的老大夫和让人沉稳安定的药 香。这种期待是一种诱惑,让我渐渐地 爱上了传统医学,期待成为一名中医, 能给人暖暖的关怀,也给自己发光发热 的机会。

每逢冬天,我总是特别小心地注意 身体。不知为何,总是一到冬天就咳嗽 不止,最严重时觉得简直要把五脏六腑 都咳出来了。吃过一些药,但效果不太

不虚度每个周末

●校报记者 贾代煥

最喜欢在周末睡到自然醒,不是被神圣的梦想叫 醒,也不是被嘈杂的闹钟叫 醒,而是阳光透过窗户温柔 地倾泻在我的脸上,而我正 好睁开双眼。

曾经一度钟情于自习 室里靠窗的座位,窗外湛蓝 的天空和飘动的白云总是 能给我意外的惊喜,让我的 思绪随着它们飘扬,飞到一个 安静的国度。让我暂时告 别了枯燥无味的练习题,在 这里尽情享受大自然亲吻。空 气中夹杂着些许土味,却依 然甜得醉人。最不喜欢一个人一直在题 海里摸爬滚打,反而想置身于一个属于 自己繁华角落,偶尔的繁华同样缭绕 多姿,惊扰四方。

一场电影,一杯可乐,一桶爆米花,是 对周末最好的安排。不论是独自一人还是 和好朋友一起,跌宕起伏的剧情总会让 人的心情或喜或悲。不管结局好坏,我 都能收获很多。“爱对了是爱情,爱错了 是青春”这句话至今还记得很清楚,现在的 我就算一个,也有属于自己的电影故事。

也喜欢和一群朋友出去品尝世间 的美味。周末了,让自己的味蕾随着心情 尽情释放。上至自助烤肉,下至街边小吃, 每一种美味都会让自己收获一种心情, 麻辣烫治愈了烦闷,热腾腾的烤红薯驱 走了寒冷,火锅暖身暖心……

世界这么美,而我正好有空。骑着单 车和和朋友一起出去闲逛。在值得留恋 的地方驻足欣赏,拍上几张照作为对青春 的回忆。然后继续行程,找寻世间的美。 “沾衣欲湿杏花雨”的浪漫,“何须浅碧深 红色,自是花中第一流”的圣洁,“山菊秋 子香,桐阴寒转直”的清高,“千树万树梨 花开”的孤傲,“小桥流水”的恬淡温馨, “天柱一峰擎日午”的巍峨,每处美 的雕塑画栋,悠悠的历史岁月,每一处都 不得不去体验,让自己的思绪自由放飞,与 大自然亲密接触,与沧桑历史对话,在人 山人海渐渐体会生命的盛大。

夜已中空,我已沉睡;美已入心,仍在 浅眠。周末,不论是看电影,品尝美味,还 是去旅行,每一种安排都是对自己最好的 犒赏。停下脚步,享受人生。驱除烦恼困 顿,然后扬帆起航,以更好的姿态去奋斗。

2016 年 3 月 10 日,农历二月初二“龙抬头”,学校在这一天举行河南中医药大学发展战略研讨会暨新校牌揭牌,58 年来学校几代人的夙愿得以圆满。就在《教育部关于同意河南中医学院更名为河南中医药大学的函》下达学校之前的 2 月 26 日,国务院印发了《中医药发展战略规划纲要》,为我国 中医药明确了未来十五年的发展方向和重点工作。

两件大事事的接踵而至,让不少学子欣喜于自己当初立志进入学校传承国粹的决定,纷纷提起 笔来,畅谈学习中医药带给他们的鲜活体悟。鉴于此,《河南中医学院报》特在第四版开辟专栏“中医药· 学子心”,给那些对中医药有着无比热情的学子表达之地,同时给更多同龄的年轻一辈更多启发。

做中医人 行仁者道

●第一临床医学院 2015 级中西医 2 班 蔚懿

明显。父亲看我实在难受,就找出家中 的医书,一个一个药方地找,再三权衡, 给我开出一副中药。(父亲只是随着爷 爷学过几天中医,后爷爷去世,为生计 父亲只好放弃中医的学习)每日煎服, 虽没有完全控制住症状,倒也缓解不 少。等到空闲,父亲便带着我去河堤上 挖些茅草根,洗净后煮茶让我喝下,几 星期后,终于止住了咳嗽。我看着这小 小的节状根,不由赞叹草药的伟大。又 想若是能做一个了解各种草药,化腐朽 为神奇,化平凡为不凡的中医,纵然做 不到济世,只为病患除忧也不虚度了光 阴。现在想看来,真是幸运,小小的心 愿,终于能够实现的机会。

古语说“医者仁心”,医圣孙思邈也 在《千金药方》中也提到“上医医国”,这 都不是为医者的标准吗?曾经有一个老 老师这样告诉我,“作为一名医生,病人 给了你太大的权力,让你可以打开他们

腹腔,摘除他们的器官,这是 其他职业不能拥有的权力。医 生这个职业是光荣的,但同时 也是肩负重任的,要凭借自己 精湛的技术为病人解除病

痛。”不仅如此,作为一名医生更要有仁 者心。设想若是医生都能对病患有仁 者之心,对生命有敬畏之心,那不就会 在和谐的医患关系的道路上跨一大步 吗?在我心中,中医比西医多了些人 情味;中医应用的是自然的馈赠,不是 加工后面目全非的药片;中医接触的是 遭受痛苦的病患,是有温度的人,不是 冰冷的医疗器械和刺鼻的消毒水;中医 传承的是华夏民族的智慧结晶,不是刚 传入中国不久的舶来物……因此我选 择中医,选择有爱与情感的仁者之术。

“健康所系,性命相托”直白但又郑 重的医学生宣言让人生出油然的敬意。 徜徉在医学的书架中,迷醉在充满人文 气息的校园里,一颗年轻的心在为理想 而澎湃,在为未来而欢呼,在为成为仁 者医而努力!不为疗君亲之疾,不为保 生全,只想救病患之厄,只想做一名 仁者医,做一个中医人!



绽放

秦东仁摄

夜,深了。

静谧的夜晚,独自一人倚 在床边,翻看起了《小王子》。和 他一起,在浩瀚的宇宙中前行; 和他一起,体味着人生的酸甜 苦辣;和他一起,找寻着属于我 的那份最初的纯真。

小王子是孤独的,同时 也是充实的;他会提着凳子,一天 看 43 次日落,只为欣赏那含情 脉脉的落日余晖;他对周围 的一切都喜欢刨根问底,只为满 足自己强烈的好奇心;他甘愿做玫瑰花的屏障, 只为心爱的玫瑰花不被毛毛虫咬坏……这些都 证明小王子是个充满纯真的孩子,是处在急功 近利的时代的人群所缺少的。

“如果你爱上了一朵生长在一颗星星上 的花,那么夜间,你看着就感到甜蜜愉快,所有的 星星上好像都开着一朵花。”《小王子》是一部 关于爱与责任的童话,用清新淡雅的文字,引领 我们用孩子的眼光看待世界,启发我们用孩子 的态度体会感动。现实生活中,我们每天忙碌,却 渐渐忘了自我,很少停下脚步去感受爱家人的 关爱,更听不到灵魂最真切的低语。或许我们应 该走进小王子的世界,一点一点地与他心灵沟 通,慢慢让自己的心安静不再浮躁,不再急功近 利,不再让身体与灵魂分离。

人生几何,童真远去。我们渐渐长大,岁 月带来了如歌的记忆,慢慢侵蚀了我们心底那 最初的纯真和善良。在纷扰的尘世中,有多少 像小王子一样纯真的人,只是,有的人成了那个 被权利禁锢的势力国王,有的人成为了只知道 商品价值却不知道其内在含义的可怜商人,有 的人成为了逃避现实的酒鬼,有的人成为了墨 守成规的平庸点灯人……

好羡慕小王子,羡慕他的自由,他的奇遇, 羡慕他的纯真,他的稚气;羡慕他的如水的童 心,清澈玲珑,不含杂质。谢谢你,小王子,教 会我坚持与责任,谢谢你告诉我爱与被爱的真 谛,谢谢你换回了人们如水的童心。

真心希望你和你爱的 和爱你的玫瑰花一起幸福,快乐 永远。静谧的夜晚,依旧独自 一人,倚在窗边,望着天上的 星星。小王子,到底哪一颗 是你的家。



书林漫步

乡 景

●校报记者 徐琳

所有去滋润着这方土地上的生灵,尽力给他们提供生命所需。

村子东头的店铺里有一位慈祥的老奶奶,至今身子十分硬朗。她对每个人总是笑眯眯的,小孩子总是成群结队地去她家买零食。 村里的瓦房陆陆续续地都被拆掉,改成了楼房,只有老奶奶家还保 持着原样。各种大超市也在村里盖了起来,可只有她家的零食还是 记忆中熟悉的味道。母亲做的饭菜依旧是那么的可口,到了做饭的时 候,我总是不自觉地在灶间转悠,希望能帮帮忙,母亲却让我歇着, 她说这些事情让她一个人来就好了。她的耳鬓间隐隐能看见几根白 了的头发,母亲在灶间忙忙碌碌,那不大的地方便是她的战场,感谢 她的辛劳,一家人总是能尝到可口的饭菜,穿上洁净的衣裳。

每个人对家都有一份深浓的眷恋,对故乡的景总有一种深 深的痴迷,我们醉心在那一片天地,感谢那一方水土的哺育之 恩,不论走多远,总有一条线牵着我们,带我们走向回家的路。冬 去春来,回忆在故乡的深处停留。

若往事不住

●校报记者 杨欣

奉作至宝的,还有情谊。肆意张扬的女 孩们,曾穿着一模一样的鞋子,手挽着手逛 遍整个校园。看过湖里的鱼群争食,赏过睡 莲开又落,度过三个春秋,偶尔的争吵哭闹, 也会在课上收到小纸条的瞬间回归于好。

也曾一起看《小时代》,互相擦眼泪,许诺要 像时代姐妹花一样友谊天长地久。可是谁 都懂,人有离合。三年的朝夕相处,呵护陪 伴,已足够。说相见恨晚,相聚匆匆,抵不过 最后分别时含泪诉说各自珍重。

珍重啊,高一的年少少无知,听英语老师用 方言讲笑话的情景;高二的迷失彷徨,数理化

若往事不住,是否有人念想?

(上接第 1 版)

局长张重刚,省卫生厅 原正厅级巡视员夏祖 昌,洛阳正骨医院院长 杜天信,仲景宛西制药 股份有限公司总经理孙 锋、常务副总经理李明 黎,河南太龙药业股份 有限公司副总经理程 伟,柘城县人民医院工 会主席刘运龙与学校负 责同志就更名后,如何 更好开展教、医、研、产 一体化发展进行了积极 交流和探讨。

得知学校举行河南 中医药大学发展战略研 讨会暨新校牌揭牌仪式 的消息,国家中医药管 理局、全国中医药高校 及省内兄弟院校,国内 外合作单位等,纷纷发 来贺信贺电。远在异国 他乡的海外校友以及省 内外的各地校友会也通 过不同形式向母校表达 祝贺祝福之情。远在天 津,97 岁的学校首任院 长韩锡璜寄来了书法作品,天津中医药大学校长 张伯礼院士寄来了亲 手起草的贺信,向学校成 为河南中医药大学表示 祝贺。

据《教育部关于同 意河南中医学院更名为 河南中医药大学的函》 有关内容,我校系多科 性本科院校,以本科教 育为主,同时承担研究 生培养任务,重点培养 服务区域经济社会发展 所需要的应用型、技术 技能型、复合型人才。

更名后,学校会认 真对照国务院 3 月初印 发的《中医药发展战略 规划纲要(2016—2030 年)》,明确学校未来发展 方向和工作重点,综合 考虑政策因素、资源因 素、社会需求、发展因素 等,进一步调整、优化 招生的规模和结构(包 括专业结构和层次结构), 吸引优质生源,提高办 学层次,更好地为经济 社会发展提供人才支 持、智力支持。

校党委书记孙建中 表示,回顾发展历程, 学校获得了太多关心 和爱护,得到了太多帮 助与支持,这激励着学 校更加努力,不懈追 求。成为河南中医药 大学,学校一定会更加 牢记党和人民的重托,肩 扛拼搏,为理想破釜沉舟,背水一战的光 荣。

终究是有遗憾。未赴的邀约,心高气 傲说不出口的道歉,唯一一个并不善意的 谎言,写了一半的作文,最后一道未解开的 证明题,假装生病缺席的体育课……到最后, 遗憾变成了永远。

永远有多远?只是笔锋流转一千多个 日夜,各自书写各自人生而已。大学生生活 丰富多彩,社会同样五彩纷呈。无论何时,何 地,苦辣辛酸都要自己尝遍。你陪在身边,我 幸福,你远在他乡,我祝福。只要偶尔回头, 依旧记得来时的路。既然逃不脱曲终人散, 不如将回忆放逐。你与我,就这样,有,不 同,有相同,好好走下去。

若往事不住,是否有人念想?

省 委 高 校 工 委 书 记、省 教 育 厅 厅 长 朱 清 孟 代 表 省 委 高 校 工 委、省 教 育 厅 向 河 南 中 医 药 大 学 表 示 祝 贺,他 表 示,河 南 中 医 药 大 学 的 诞 生 是 学 校 的 一 件 大 喜 事,也 是 我 们 高 校 工 委 的 一 件 大 喜 事。

河南中医学院报

— Henan University of TCM Newspaper —

2016 年 3 月 20 日 第 2 期 (总第 286 期)
中共河南中医学院委员会主办 国内统一刊号:CN41—0819(G)

我校举行河南中医药大学发展战略研讨会暨新校牌揭牌

全国高校设置评议委员会顾问贾连朝、省教育厅厅长朱清孟为新校牌揭幕

本报讯 春回大地,万象更新。3 月 10 日上午,我校 龙子湖校区处处洋溢着喜悦的气氛,河南中医药大学发 展战略研讨会暨新校牌揭牌正在举行。全国高校设置评 议委员会河南专家贾连朝、介新、肖新生,省委高校工委 书记、教育厅厅长朱清孟,省委高校工委副书记、副厅长 张亚伟,省卫计委副主任、中医管理局局长张重刚,历任 校级老领导、全体校领导、优秀校友代表、中层干部代表、 离退休职工代表、教职工代表、学生代表等欢聚一堂,见 证我校更名揭牌仪式。

活动当天,新校徽同时揭幕启用,副校长郭德欣主持 仪式。校长郑玉玲在讲话中表示,校徽是一个学校的标 志,是大学精神的载体,体现了一所大学的办学理念、办 学宗旨、办学特色、学校类型以及学校深厚的文化底 蕴。新校徽用套圆形徽标,圆形构图浑然一体,象征着全校 师生凝聚、团结、融合及对美好未来的追求。徽标中间由“太 极图”构成,象征中医药事业生生不息、和谐永久地发展, 同时也象征一轮喷薄而出的太阳,引领着河南中医药大学 不断发展壮大。托起“太极图”的,像是一本打开的书 卷,象征知识的力量;也像一双展开的巨手,象征中医药 事业后继有人,同心协力托起中医药事业的未来;也像一 株绿色草本植物,象征河南中医药大学是一片培育中医 药人才的沃土。外环上方是郭沫若先生题写的校名,外环 下方为学校的建校时间“1958”和英文校名。新校徽镶嵌 在教学实验大楼正中央,像一颗璀璨的明珠,熠熠生辉。 一万多名师生共同见证了这一喜悦时刻。校党委副书记 张丽霞、副校长徐江雁出席了新校徽揭牌仪式。

在随后举行的河南中医药大学发展战略研讨会上, 省卫计委副主任、中医管理局 (下转第 1,4 版中缝)

证河南中医药大学揭牌。校党委书记孙建中主持活动。

省委高校工委副书记、教育厅副厅长张亚伟宣读 《教育部关于同意河南中医学院更名为河南中医药大学 的函》,全国高校设置评议委员会顾问、河南省人民政府 原副省长贾连朝,省委高校工委书记、教育厅厅长朱清孟 与校党委书记孙建中、校长郑玉玲共同为新校牌揭牌,揭 开了学校发展史上的崭新一页。

校长郑玉玲代表全校师生员工向多年来支持学校 建设和发展的社会各界人士致以最崇高的敬意和最真 挚的感谢,并表示,成为河南中医药大学是一代代河中医 人的辛勤耕耘和努力拼搏的结果,从“学院”到“大学”,决 不仅仅是一字之别,更应该是办学质量的提升、办学理念 的深化、办学思路的拓宽,理应实现质的嬗变、内涵的提 升、发展的转型和价值的升华。新校牌启用后,学校一定 会按照《中医药发展战略规划纲要》和《国家中长期教育 改革和发展规划纲要》的要求,制定好学校的发展规划, 描绘好学校的发展蓝图,奋力推进学校不断实现新跨越、 新发展,把河南中医药大学的事情办好,为河南经济社会 发展和中医药事业发展做出新的、更大的贡献。

省 委 高 校 工 委 书 记、省 教 育 厅 厅 长 朱 清 孟 代 表 省 委 高 校 工 委、省 教 育 厅 向 河 南 中 医 药 大 学 表 示 祝 贺,他 表 示,河 南 中 医 药 大 学 的 诞 生 是 学 校 的 一 件 大 喜 事,也 是 我 们 高 校 工 委 的 一 件 大 喜 事。

校 长 郑 玉 玲 在 讲 话 中 表 示,校 徽 是 一 个 学 校 的 标 志,是 大 学 精 神 的 载 体,体 现 了 一 所 大 学 的 办 学 理 念、办 学 宗 旨、办 学 特 色、学 校 类 型 以 及 学 校 深 厚 的 文 化 底 蕴。新 校 徽 用 套 圆 形 徽 标,圆 形 构 图 浑 然 一 体,象 征 着 全 校 师 生 凝 聚、团 结、融 合 及 对 美 好 未 来 的 追 求。徽 标 中 间 由“太 极 图”构 成,象 征 中 医 药 事 业 生 生 不 息、和 谐 永 久 地 发 展,同 时 也 象 征 一 轮 喷 薄 而 出 的 太 阳,引 领 着 河 南 中 医 药 大 学 不 断 发 展 壮 大。托 起“太 极 图”的,像 是 一 本 打 开 的 书 卷,象 征 知 识 的 力 量;也 像 一 双 展 开 的 巨 手,象 征 中 医 药 事 业 后 继 有 人,同 心 协 力 托 起 中 医 药 事 业 的 未 来;也 像 一 株 绿 色 草 本 植 物,象 征 河 南 中 医 药 大 学 是 一 片 培 育 中 医 药 人 才 的 沃 土。外 环 上 方 是 郭 沫 若 先 生 题 写 的 校 名,外 环 下 方 为 学 校 的 建 校 时 间“1958”和 英 文 校 名。新 校 徽 嵌 嵌 在 教 学 实 验 大 楼 正 中 央,像 一 颗 璀 璨 的 明 珠,熠 熠 生 辉。一 万 多 名 师 生 共 同 见 证 了 这 一 喜 悦 时 刻。校 党 委 副 书 记 张 丽 霞、副 校 长 徐 江 雁 出 席 了 新 校 徽 揭 牌 仪 式。

在随后举行的河南中医药大学发展战略研讨会上, 省卫计委副主任、中医管理局 (下转第 1,4 版中缝)

证河南中医药大学揭牌。校党委书记孙建中主持活动。

省委高校工委副书记、教育厅副厅长张亚伟宣读 《教育部关于同意河南中医学院更名为河南中医药大学 的函》,全国高校设置评议委员会顾问、河南省人民政府 原副省长贾连朝,省委高校工委书记、教育厅厅长朱清孟 与校党委书记孙建中、校长郑玉玲共同为新校牌揭牌,揭 开了学校发展史上的崭新一页。

校 长 郑 玉 玲 在 讲 话 中 表 示,校 徽 是 一 个 学 校 的 标 志,是 大 学 精 神 的 载 体,体 现 了 一 所 大 学 的 办 学 理 念、办 学 宗 旨、办 学 特 色、学 校 类 型 以 及 学 校 深 厚 的 文 化 底 蕴。新 校 徽 用 套 圆 形 徽 标,圆 形 构 图 浑 然 一 体,象 征 着 全 校 师 生 凝 聚、团 结、融 合 及 对 美 好 未 来 的 追 求。徽 标 中 间 由“太 极 图”构 成,象 征 中 医 药 事 业 生 生 不 息、和 谐 永 久 地 发 展,同 时 也 象 征 一 轮 喷 薄 而 出 的 太 阳,引 领 着 河 南 中 医 药 大 学 不 断 发 展 壮 大。托 起“太 极 图”的,像 是 一 本 打 开 的 书 卷,象 征 知 识 的 力 量;也 像 一 双 展 开 的 巨 手,象 征 中 医 药 事 业 后 继 有 人,同 心 协 力 托 起 中 医 药 事 业 的 未 来;也 像 一 株 绿 色 草 本 植 物,象 征 河 南 中 医 药 大 学 是 一 片 培 育 中 医 药 人 才 的 沃 土。外 环 上 方 是 郭 沫 若 先 生 题 写 的 校 名,外 环 下 方 为 学 校 的 建 校 时 间“1958”和 英 文 校 名。新 校 徽 嵌 嵌 在 教 学 实 验 大 楼 正 中 央,像 一 颗 璀 璨 的 明 珠,熠 熠 生 辉。一 万 多 名 师 生 共 同 见 证 了 这 一 喜 悦 时 刻。校 党 委 副 书 记 张 丽 霞、副 校 长 徐 江 雁 出 席 了 新 校 徽 揭 牌 仪 式。

本报讯 3 月 10 日上午,阳光明 媚,风和日丽,在学校更名河南中医药 大学的大喜日子里,学校在龙子湖校区 南大门外举行“全国中医药文化宣传教 育基地”揭牌仪式。省卫计委副主任、省 中医管理局局长张重刚出席揭牌仪式, 学校离退休职工代表、校友代表、全体 校领导及师生代表参加揭牌。活动由校 党委副书记张丽霞主持。

省卫计委副主任、省中医管理局 局长张重刚宣读国家中医药管理局关 于确定我校为“全国中医药文化宣传 教育基地”的文件。国家局根据《“十二 五”中医药文化宣传教育基地建设方 案》和《全国中医药文化宣传教育基 地建设标准》,经过专家组的评估,对 我校通过河南中医药博物馆等文化场 馆的建设,以及校园展示、专家宣讲、 学术报告、著作论述、专题网页、文 化产品等形式,积极展示中原地区中 医药文化的悠久历史和丰富的中 药资源,提升了中医药文化的传承能力 与水平,同意确定我校为全国中医药 文化宣传教育基地,希望在省中医 管理局的指导下,开展形式多样的中医药文化科普宣 传的活动,充分发挥中医药文化宣传教 育基地在弘扬中医药文化方面的作用, 让中医药更好地惠及百姓健康。

党委副书记张丽霞代表学校党政领导指出,全国 中医药文化宣传教育基地的获批不仅是河南中医药 大学的荣誉,也是河南省中医药文化建设的一项新成 就,学校将以全国中医药文化宣教基地为平台,充分 发挥高校文化传承创新的职能,为建设中医药强省、 实现中原崛起做出更大的贡献。

最后,在雄壮的校歌声和师生热烈的掌声中,张 重刚局长与学校党委书记孙建中、校长郑玉玲、党委 副书记张丽霞一起为“全国中医药文化宣传教 育基地”揭牌。

全国宣传教 育基地的获 批,是对我 校的宣传工 作提出了新 的更高的要求。 我校将积极 抓住大好机 遇,在今后的 工作中,以 基地为依托, 立足中原, 围绕“中兴”, 突出钟景, 不断为中 原中医药文 化的发展繁 荣,开拓新 的领域。(党 委宣传部)



“全国中医药文化宣传教 育基地”揭牌

我校召开 2015 年度目标管理考核暨 2016 年度工作计划汇报会

本报讯 2016 年 2 月 27 日上午 8 点半,我 校 2015 年度目标管理考核暨 2016 年度工作计划汇报会 在新校区举行。学校党政领导、教学督导团专家以及全 校各部门、各单位的党政主要负责人参加了会议。党委 副书记段荣章和副院长郭德欣分别主持了党政部门和 二级院部的汇报。

汇报会持续一天半时间,分两个阶段进行,29 个党 政部门和 14 个院(部)负责人分别就 2015 年度目标任 务工作完成情况 and 2016 年度工作计划进行了认真汇 报。各部门、各单位准备充分,汇报内容丰富精炼,特 色突出,时间紧张,会场秩序井然,会议效果良好。

汇报结束后,学校领导进行了点评,并结合分管部 门工作对存在的问题和今年的工作计划提出了意见和 建议。

郑玉玲院长在点评中首先表达了对督导团老师们 的感谢。她指出,我校自 2009 年开展目标管理考核工 作已有七年,以目标任务考核为抓手,有力促进了各项 工作。今年的汇报工作有五个特色,即思路清晰、内容 充实、实事求是、尽心尽力、成效显著。2015 年是学校 “十二五”收官之年,各部门齐心协力,才有了 2015 年 工作的突破性进展;学校成为省级和国家级中医药文 化宣教基地,获批国家级中药学实验教学示范中心、再 获国家科技进步二等奖,现代化图书馆建成开馆、博 士后科研流动站正式启动、更名大学高票通过等。郑院 长还对 2016 年提出了要求,要求各部门认真研究上级政 策,吃透精神,认清形势,结合学校实际,科学谋划,合 理规划,突出特色,抓好落实。相信在全校师生的共同 努力下,各项工作一定会做得更好。

责任编辑 苗 苗
投稿邮箱:xiaobaojizhezhan@163.com

新校牌揭牌贺信、贺匾选登

贺 信

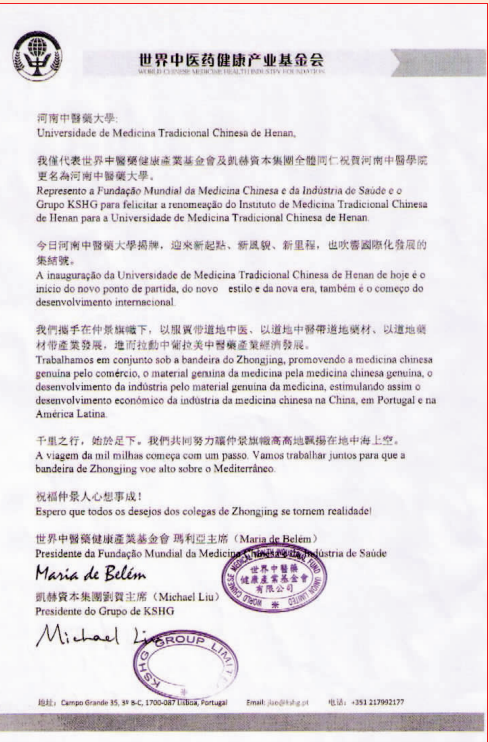
尊敬的各位领导，老师，同志们，亲爱的同学们：你们好！

感谢我在省委省政府的正确领导下，在中央、党和政府的亲切关怀下，学院成功更名为河南中医药大学，我特别感到高兴和兴奋。这是上级正确领导的成果。在此，我首先向党和政府表示衷心的感谢，向学校努力工作的老师和同志们、向支持学校发展的单位和个人表示诚挚的敬意和感谢！

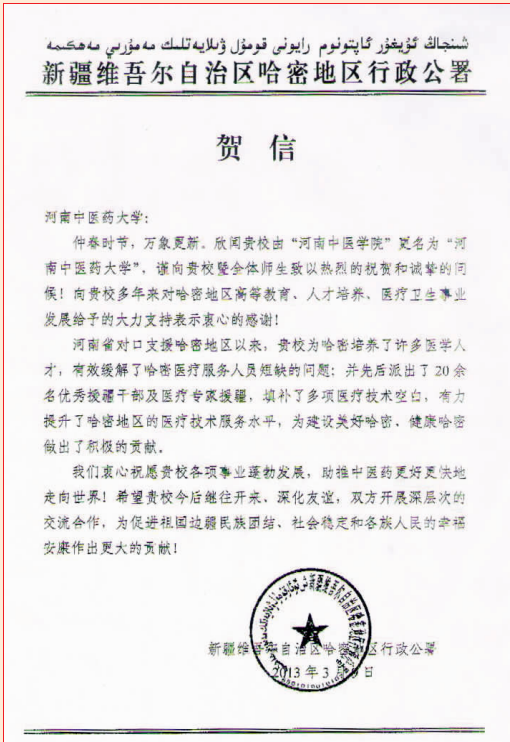
我完全相信河南中医药大学今站在新的建制暨下，学校在教学质量、科研水平和办学效益以及在人才培养等方面将会取得更大更好的发展和提高，为发展我省中医药事业，为河南乃至全国人民健康以及经济建设和社会发展作出更大的贡献。

九十三岁老人 李振华 敬贺
2016.03.09

国医大师李振华发来的贺信



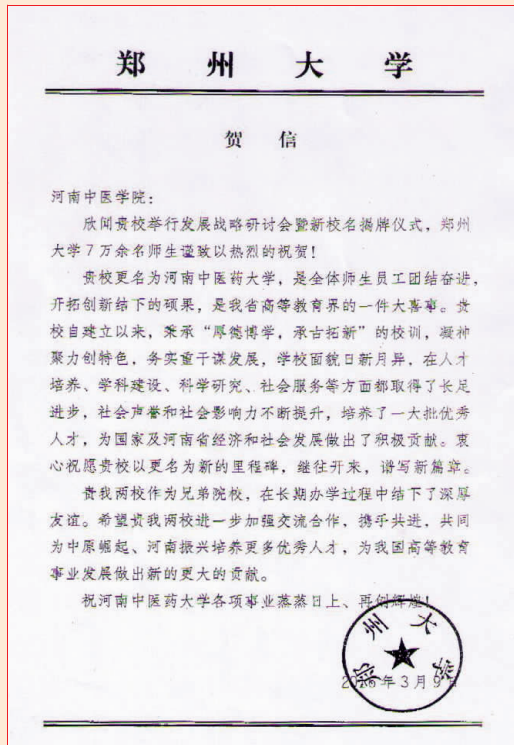
世界中医药健康产业基金会发来的贺信



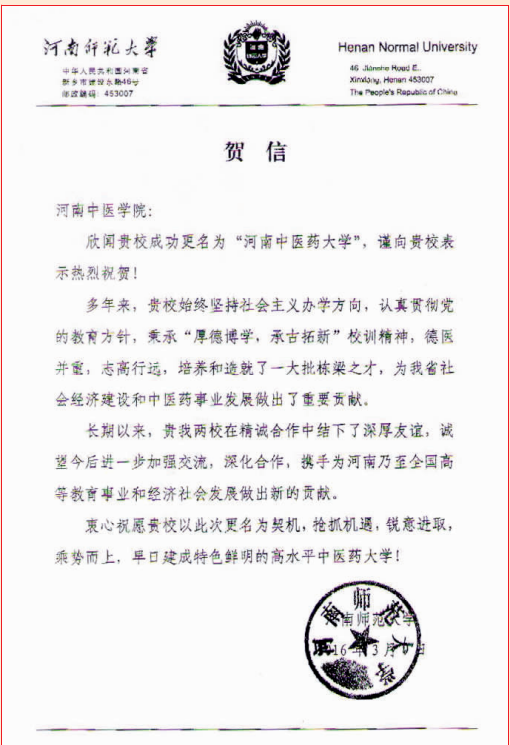
哈密地区行政公署发来的贺信



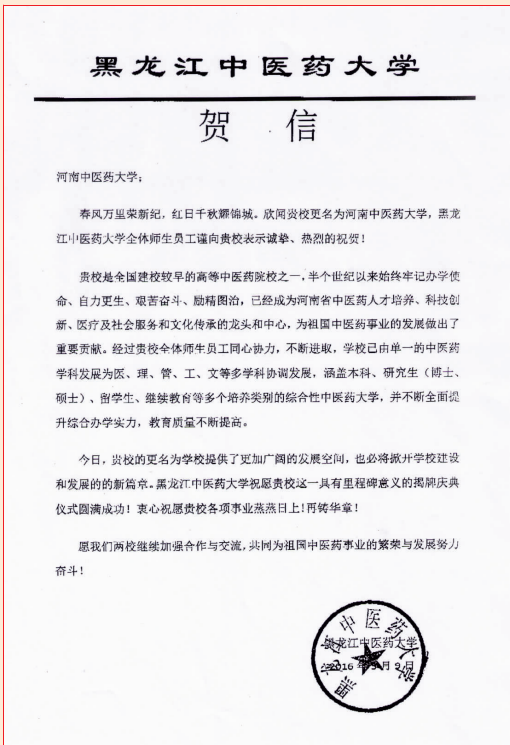
天津中医药大学寄来的贺匾



郑州大学发来的贺信



河南师范大学发来的贺信



黑龙江中医药大学发来的贺信

(上接第3版)

重要,那么,我们又该如何提高自制力?下面的几点建议或许对你有帮助。

1.明确目标。自制力的对象是个体自身,只有全面客观地认识自己,明确自己想要什么,我们才能获得动力,更好地自我控制。读大学之前,我们的目标非常明确,努力学习,考上理想的学校,所以我们可以心无旁骛,风雨兼程,“累并快乐着”。上了大学之后,面对周围那么多的选择和未来太多的不确定性,我们反倒迷失了。没有方向,谈何自制?所以,正确的认识自我,树立新的目标,是提高自制力的重要一步。

2.转移注意。面对诱惑时,学会转移注意力是一种十分有效的策略。在棉花糖实验中研究者发现,那些有策略转移注意力的孩子,如用手遮住眼睛,或在桌子底下玩躲猫猫,或高唱从电视上学会的儿歌,往往坚持了更长时间;那些认为抵御棉花糖的最好方法是紧盯它们,视线一刻也不离开目标的孩子,几乎都没能坚持到30秒。

3.充足的休息和营养。自制需要消耗大脑很多的能量,当大脑中血糖含量过低的时候,自制力也会大幅降低。进化心理学认为,人类从原始时代就一直面临着食物不足的危险,所以身体就形成了一种见到能量丰富食物就多吃并转化成脂肪的机制,以备将来没有食物时也能生存下来。虽然目前人类大多已经摆脱了这种食物匮乏的情况,但进化是一个十分缓慢的过程,所以在遇到节食的时候,身体会认为你正在经历饥荒,然后它就会更加努力地去找寻更多的食物并转化为脂肪。所以,从某种程度上讲,“吃饱了才有力气减肥”这种说法并非只是一句玩笑。

4.接受大家的监督。改变长期以来形成的习惯是一件十分困难的事,而且任何一次失败都可能让你彻底放弃。人总是更容易遵守公开的承诺,因此你需要有一个地方,公开你对自己的承诺,或加入一些和你有着同样目标的团体,接受大家对你的监督、鼓励与祝福,交流更有效提升自制力的技巧和方法,当你发现自己不是“一个人在战斗”时,强烈的归属感与荣誉感会让你走的更远。

青春共筑就业梦 汗水浇灌中医花——我校 2016 届毕业生就业双选会现场记

●校报记者 秦丹奇 王晓冉

春苑飘香季,学子扬帆时。2016年3月12日,河南中医药大学2016届普通全日制毕业生春季就业双选会在龙子湖校区仲景广场隆重举行,465家用人单位齐聚一堂挑选人才。

职场征战 我冲锋

阳光的微笑,铿锵的步伐,坚定的眼神……来自2012级市场营销专业的马俊骄傲地表示:“市场营销是个热门专业,无论是药企还是保险公司,都需要专业人才,我对自己的就业前景很乐观!”每个应聘者都抱着找到工作的希望而来,他们在心中对未来已经有了不少描绘。

“更名为河南中医药大学无疑提高了学校的影响力和知名度,对毕业生就业会有帮助,也在一定程度上为我们扩大了就业范围,我们这届毕业生真是赶上了好时候!”中西医临床医学专业的应届毕业生生任露露表达了对学校更名后首次双选会的激动的和自豪。我较强的专业特色也吸引了一定数量有医药教育背景的校外毕业生和往届生到校投递简历。南阳医专的齐东燕就是其中之一,她笑着说:“因为专业对口,今天就专程过来看看,想找到适合自己的工作岗位。”

谈到对学弟学妹的建议时,我校2009级中医骨伤专业毕业生、“问大夫”医疗服务网站创始人高晓升认为:“希望大家扎实基础知识,增强社会实践能力,学会与人沟通,这些对于就业都是十分有利的。”

慧眼识优 我选择

每一家招聘单位都拥有一双慧眼,在众多应聘者中寻找属于自己的千里马。河南中医药大学第三附属医院的招聘点前围满了求职的学生,此次招聘负责人高度评价我校往届已入本院工作的毕业生:“他们学习都十分刻苦,道德品质也值得夸赞,而且他们在校期间经常参加下乡实践活动,这些都是我们十分看重的。”鹤壁京立医院人力资源邵玉娟主任对这届毕业生提出了新的期望,她表示:“希望毕业生不要太过注重薪酬高低,要更看重就业前景,努力务实最重要。”

当问到从何得知我校举办双选会的消息时,北京方中科技有限公司负责人表示“是通过网络平台”,同时他也表示企业来校园招聘的目的:“因为大学生刚毕业,都怀着对未来的憧憬,相比社会人更加青春有激情,充满正能量。”在谈及所需人才品质时,河南中医药大学第

一附属医院招聘人员说:“除了学历,一个大学生的综合素质很重要,良好的沟通能力也必不可少,应聘者应该眼界开阔,见多识广,这样才能高瞻远瞩,以后能有更大的发展空间。”

润物无声 我奉献

双选会人流匆匆,一顶顶小红帽也格外引人注目,那是活动保障人员繁忙的身影。他们为了双选会的顺利开展,在一天前已经开始忙碌了,采用“一对一”模式,进行礼仪培训,为招聘单位提供优质服务。校学生会网信部牛康介绍到:“我们部门主要负责引领招聘单位到他们预先被安排的场地,帮助他们布置会场等。”当问到是否辛苦时,他腼腆一笑,幽默地说:“痛,并快乐着。”

校务助理团也在幕后对企业进行编号、搭位牌等服务。阳光青年志愿者协会也奉献着自己的力量,志愿者们为来往人员提供免费按摩服务,他们表示希望能通过自己的专业知识帮助到在忙碌的每一个人,尽自己的一份力量。

此届毕业生用青春和热血共同筑建就业梦,活动保障人员用汗水浇灌了河南中医药大学之花!通过此次招聘会,相信本届毕业生将会重新考虑自身的发展之路,做出自己正确的职业生涯规划,走出一片蓝天。(图/林子栋)



耿晓星是来自登封市一个贫困家庭的普通女孩,2012年进入河南中医学院就读。在校间,学习成绩优异,曾先后两次获得国家励志奖学金,被评为“三好学生”;积极参加校园组织,任学生会组织部部长,并建立大学生先锋社,荣获优秀团员、优秀团干等荣誉称号。

一路崎岖从未惧 自强追梦终豁达

我没有显赫的家庭背景,全家都是地地道道的农民。姐姐和我二人学费虽然不高,但是对我们这个贫困的家庭而言,却无力负担。父亲为了养家糊口,经常出外打工。天有不测风云,因母亲开三轮车失控,使一位大伯从车上摔下撞到头部昏迷,高额医药费用对我们这个并不富裕的家庭来说无疑是雪上加霜。尽管家里困难重重,但父母从来不求别人,他们用辛勤的双手撑起了我们的小家。妈妈告诉姐姐和我,靠天靠地不如靠自己。就是这一句话,深深地埋在了我的心底,父母自立自强为我们姐妹俩树立了学习的榜样。

每当我拿着奖状回家,爸妈饱经风霜的脸上终于乐开了花。我知道努力学习,是对父母最大的回报。我最大的愿望就是他们能一直健康平安,看着父母鬓角的白发和弯曲的脊背,我逐渐萌生了学医的想法。终于,功夫不负有心人,2012年我如愿以偿地考入河南中医学院,实现了自己的求医梦。

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来

金秋九月,我只身一人,来到了省会郑州,开始向往已久的大学生活。在我心中,没有奋斗的终点,只有不断奋然前行的新起点。

刚来大学的我,充满了无限的迷茫,在老师的开导下,我逐渐走出了阴霾,认识到青春的可贵。从此,我以一名优秀大学生的标准来要求自己,学习是学生的天职,尤其对于医学生。因此我勤奋努力,认真听讲,不懂就问。在课下,不断拓宽眼界,提高自身的综合素养。每年暑期,我都会到家乡医院进行社会实践,了解病人的病情,体会他们的疾苦,也做到了学以致用,融会贯通。

一份耕耘,一分收获。我认识到,学医是个苦差事,只有不断拼搏,勇往直前,宝剑才锋利;只有将黄昏作黎明,提升自我,才能梅香扑鼻。

借得大江千斛水,不忘爱心馈他人

滴水之恩当涌泉相报!我怀着一颗感恩的心,在人生道路上不断前行。我不仅在学业上严格要求自己,在生活工作中,我也热心公益,乐于助人。

大学期间,尽我所能的帮助他人是我最大的快乐,志愿服务也是我不可缺少的一部分。利用周末,我经常和同学们去医院和社区,为人们提供医疗服务,在给别人减轻痛苦的同时,也巩固了专业知识。我还多次参加学校各院系组织的募捐活动,用自己微薄之力回馈社会。在工作中,我尽己所能,为老师同学服务。担任学生会组织部部长期间,时刻紧跟党和国家的步伐,学习十八大、十八届三中、四中全会精神,关心国家大事,提高自己的政治素养,积极思考,勇于探究,充分发挥党员的先锋模范作用。此外,我还积极参加校运动会、短剧曲艺大赛等活动,丰富自己的课余时间。

生活纵然有千万番不易,但我却是打不倒的小强,只要充满希望,就算狂风折断翅膀,也要尽情翱翔!青春不是享受,我要在最年轻、在活力的年华抒写自立自强的人生篇章。

如何提高自制力?

●心理健康教育与咨询中心 张红坡

有一种品质可以使一个人在碌碌无为的平庸之輩中脱颖而出,这个品质不是天赋,不是教育,也不是智商,而是自律。有了自律,一切皆有可能,无法自律,则连最简单的目标都显得遥不可及。

——西奥多·罗斯福

20世纪60年代末,美国斯坦福大学心理学教授沃尔特·米歇尔进行了一系列著名的“棉花糖”实验。实验中,他们让一群学龄前儿童独自坐在房间里,这个房间里有一张小桌子,桌子上的托盘里放着孩子们爱吃的东西——棉花糖,还有一只小铃铛,之外,什么也没有。研究者告诉小朋友们,他临时有事不得不离开一会儿,小朋友如果能耐心等待他回来,就可以得到两朵棉花糖。如果等不了那么久,可以随时摇铃吃掉眼前的这一朵。然后研究者关上门就出去了,让小朋友独自面对自己喜爱的棉花糖。

对这些孩子们来说,实验的过程颇为难熬。有的小朋友在房门关上后的几秒钟,就迫不及待地抓起了棉花糖;有的小朋友则试图通过蒙住眼睛,唱歌或踢桌子来转移注意力;还有的小朋友通过睡觉来抵抗美食的诱惑。最终,大约有三分之一的孩子成功延迟了自己对

棉花糖的欲望,他们等到研究人员回来兑现了奖励,差不多有15分钟时间。

心理学家们对这些孩子们十几年以后的状态进行了持续跟踪,结果发现:当年成功抵制住美食诱惑的小朋友,在大学入学考试中的表现更为出色,危险药物使用情况也较少,这些人教育水平更高,肥胖指数也低很多,而且和那些自制力较弱的同龄人相比,这些人处理人际问题和维持亲密关系的能力也更强。

自制力是指人们能够自觉地控制自己的情绪和行动的能力,它既能够激励自己勇敢地执行采取的决定,又善于抑制那些不符合既定目的的愿望、动机、行为和情绪。自制力对于每个人的生活和学习都十分(下转第2,3版中缝)

追梦自强 青春无悔

耿晓星



心理导航