

湘雅海外校友简报



2016年12月

第二卷

第三期

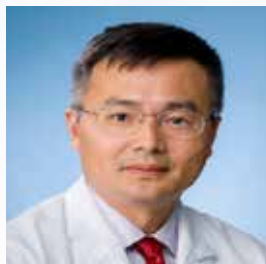


湘雅 | 2016/12

第二卷第三期

目录

主编导读.....	04
湘雅春秋	
关于湘雅，雅礼中学与耶鲁大学的关系.....	05
第二届湘雅海外校友会 - 雅礼协会奖学金评选揭晓.....	08
不忘初心 负重前行.....	10
校友动态	
在美行医执业的感想.....	12
校友分会活动	
湘雅校友情 浓浓聚“百年” -- 记 2016 大华府湘雅校友会野餐聚会.....	14
湘雅北加州校友 BBQ 聚会.....	16
杏林随笔	
酒逢知己，可饮干杯？.....	17
创业园	
创新创业谈.....	21
华誉美捷登诚邀校友合作.....	24
校友生活	
参加芝加哥马拉松赛散记.....	26
美不胜收的犹他.....	29
撒哈拉沙漠游记.....	30
忆菊花台.....	32
诗歌	
五律：秋叶.....	33
行香子.....	33
十六字令：秋.....	33
【踏莎行】秋悟.....	34
【七绝】秋思.....	34
【五律】秋叶.....	34



主编：房祥

编委（以姓名拼音为序）



何华



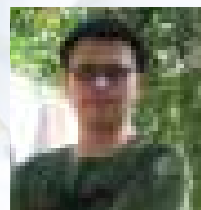
李笑虹



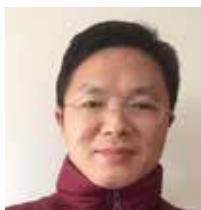
李珍生



刘娜



刘少龙



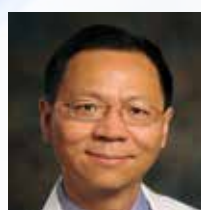
王成



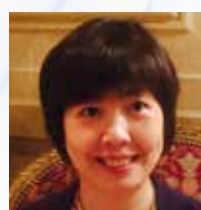
温红远



文曙



晓彬



徐宇红



章利铭

XiangYa

行香子·望月怀远	35
忆江南·秋柔	35
五律·鹭	35
五律·秋叶	35
五律·初秋感怀	35
七绝·论诗	35
取暖	36
中秋遥想故国	36
忆江南·秋风爽	36
星夜	37
记忆的永恒	38
摄影园地	39

美食交流

水果蛋塔	44
苹果派	44



尊敬的湘雅海外校友：

金猴奋起辞旧岁，雄鸡一唱报春来。鸡年的钟声已经响起，一年又匆匆过去，岁首回望，愿大家把去年的辛劳化作美好的回忆。

二年一度的湘雅海外校友聚会和学术研讨会于2016年11月5-6号在美丽的南加州长滩成功举行。约160位湘雅海内外校友参加了这次盛会。中南大学和湘雅医学院领导及代表参加了会议。会议期间除学术交流外，还举办了丰富多彩的文艺表演及首届湘雅海外校友高尔夫锦标赛。大会组委会及各活动负责人分别为简报撰写了相关报道并附有精彩的照片。《湘雅海外校友简报》以专刊形式将此次活动的精彩瞬间呈现给大家！

旅居加州的湘雅49级李海平校友是湘雅医院原骨科教授，他在湘雅春秋一栏中描述了雅礼协会和湘雅，雅礼中学渊源，介绍了许多不为人知的往事，并且附来了珍贵的全班同学当时的合影。周星光代表湘雅海外校友会奖学金委员会详细介绍了第二届湘雅海外校友会-雅礼协会奖学金评选过程和获奖名单，并附有获奖学生李雪校友的获奖感言，令人振奋！本期校友动态带来了77级校友赵明的宝贵从业感想及经验，值得校友们借鉴和思考！校友会

活动则报道了2016年大华府和北加州的聚会活动。杏林随笔殷杰校友详细介绍了酒精的危害，春节将至，好友相聚，吟诗赋词可尽兴，切勿贪怀逞英雄！

长途马拉松比赛，是很多人望而却步的运动，它不仅仅是体力，耐力的测试，更是毅力和决心的考验。79级梁晓珊校友在本期校友生活中，介绍了她参加芝加哥马拉松赛的过程，这是她继2015年参加纽约马拉松后的第二个全马。我们校友为她加油鼓劲，祝愿她早日征服未来的挑战，取得六满贯。另住在盐湖城的李玉洁校友为我们介绍了犹他州的国家公园，还有韶峰的撒哈拉沙漠游记。美丽的自然风光让我们感同身受。本期诗词则以秋为主题，汇集了近期校友的诗词佳作。

2016年11月中旬，许多校友见证了从1948年以后，离我们地球最近的超级月亮“Supermoon”。摄影爱好者自然不会放过这个天赐的良机，要知道要超过这次“Supermoon”可要等到2034年11月。本期的摄影栏目以超级月亮为主题，记载着校友们别出心裁的设计和美丽的自然景观。

为增加本刊的实用性，本刊增设了《创业园》一栏。本栏的目的——一是给广大校友特别是有志于海外创业的校友提供些实用的知识和创业的实例；二是提供湘雅校友创业实体的信息，促进校友间的合作和支持；三是希望成功企业为海外校友会的发展和活动提供支持！本期栏目中有80级王新原校友介绍的如何筹措创业资金，还有96级何华校友介绍的“华誉出版社”何华校友所创办的华誉出版社义务承担了自2016年来我们校友简报的排版服务，特此感谢！

祝愿广大校友在新的一年里身体健康，事业兴旺，万事如意，阖家幸福！

房祥

2017-1-1 于美南休斯敦

关于湘雅，雅礼中学与耶鲁大学的关系

李海平 | 湘雅 30 班 - 49 级

美国是自 1840 鸦片战争以来侵略中国最少的一个世界强国，它仅仅参加了八国联军，而且战后将赔偿金退还给了清政府，用这些钱建立了中国最著名的清华大学和协和医学院。美国耶鲁大学在中国协助建立的学校如雅礼中学和湘雅医学院与政府无直接的关系、那是一些耶鲁大学的毕业生筹措资金成立的“耶鲁在中国”(Yale in Chia) 机构，成立雅礼中学时，将 Yale 改了一个字母变成 Yali, 中文读起来就成为雅礼了。雅礼是一个私立中学，抗日战争前是一个有美国风格的学府。抗战时学校迁往湘西，一直有几个耶鲁的毕业生坚持在校教英文课程。湘雅医学院则迁往贵阳，1945 年 8 月日本宣布无条件投降，湘雅医院的美籍外科医生贝里斯自驾小型飞机越过雪峰山从长沙湘江河滩上降落来接收医院。湘雅医院的房顶平台成了日本军的养马场，贝里斯命令日军清理医院，飞回贵阳。他是最先从日军手中接收中国资产的人，当他第二次飞回长沙时，不幸在雪峰山坠机牺牲。湘雅医院正式迁回后，在医院院址的东北角为他建了一个衣冠冢，刻了碑文和挽联，赞扬他的无畏牺牲精神（用的是英文）。后因为中美关系极端恶化，医院扩大和建设，贝里斯的衣冠冢和碑文不知去向。1951 年，贝里



湘雅 49 级 1955 年毕业合影（第三排左起第四人为本文作者）

斯的墓还在，碑文有许多人的签名。落款有一句话，英文是：we, his grateful friends: 那时在世的刘长业医生负责批判性的解读贝里斯的碑文，他翻译为：“我们，感恩于他的朋友”。我认为应该写为“我们，对他怀有感激之情的朋友。”比较通顺切实些。其他参加撰写碑文的人都要因为亲美崇美，作深刻检查。

抗战胜利雅礼中学迁回长沙后，先在被毁的校区建简易的校舍，后来耶鲁派了一个姓邬的工程师来测量，设计，搞了几个月，计划用30万美金重建学校，从45年到48年资金没有到位。那时耶鲁方面主持雅礼和湘雅医学院的联系人是俞道存博士，他是一个神学博士，他的夫人是音乐家，在中国生活二十年，唯的一个女儿在家学钢琴，从不与中国人接触，年龄和我们相当，名叫 Betty Jean. 俞道存博士 (Doctor Dwight Rugh) 的太太我们忘了她的名字，只叫她 misses Rugh. Misses Rugh 是一个音乐家，会弹钢琴，拉提琴，会教声乐和乐谱。我们每周有一节音乐课，都是她教，但是不给我们考试。所以我们对学习乐谱都无所谓。俞道存夫妇在中国二十年但是学不会中文，余博士只能说祝福的几句话，所以每次全校开会散会时都要他来祝福一下，他每次说的话是：“愿耶稣基督的恩惠，上帝的慈爱，圣灵的感动，常常与我们同在。”

比我们高一班有一个同学

名叫李贯一，他笃信基督，并且喜欢天文，多次我看到他从学校借出天文望远镜，半夜观察星星。他知道某一天，某时间，某个星星会在某个方向出现。他知道星系和名字。其他同学都毫无这方面的知识。不知他患什么病，他突然在湘雅医院住院死了。俞道存夫妇感到悲痛，邀请我们全班参加为他做弥撒祈祷。为了感谢我们的参加。过了两天请我们全班上她家吃冰淇淋。那时长沙没有冰淇淋商店，我们谁也没有吃过冰淇淋，只有外国人的特殊商店才有，因此冰淇淋是从何来的我们不得而知，只是一个店员用箱子捎来，分装到30多个碗里，每人一份。吃完了 Petty Jean 又给我们添。这事以后我们知道美国人和某些学生特别友好，而且是真心实意的。他们真心实意为李贯一组织弥撒，过后向我们表示感谢，请我们到他们家吃我们从未吃过的冰淇淋，每个人吃的有小饭碗那么多。我们吃的时候 Betty Jean 就弹琴，让我们欣赏，弹完琴她就过来看谁的碗空了就给人添。有的同学说“够了”，她用英语说，“really?”（真的吗?）。可惜我们全不懂音乐，连一句欣赏和感谢的话都不会说。只是我们感觉美国老师对中国学生的关爱超过中国老师。

1949年8月长沙解放，所有的美国人都早早走了，但俞道存没有走，只是他的夫人和女儿走了。1950年初他还从耶鲁要来一笔资金在学校建了一个礼堂，

大约有300个座位，用的是中式的大屋顶，这个礼堂现在一直在使用。俞道存很想留下来将学校作为自己的终身事业。在解放前夕，俞道存博士怕治安不好，夜间组织体质较好的老师沿围墙巡逻，有一晚内科主任吴执中（吴是辽宁人，解放后去北京协和医院任内科主任）和俞道存值班，他们两人坐在墙头聊起天来；墙外是一栋房子，被国民党军占有，一个军曹搭梯子上来说他们夜间图谋不轨，要抓捕他们。俞道存那时50岁了，纵身跳到墙外，这位军曹跟着跳下去却因墙外距地甚高起不来了。经其他军士抬进屋。劳启祥校长知道了，夜间找去跟军人说他是外国人不能抓他。军曹说，“我有治外法权。”这事第二天学生们知道了，笑掉了牙齿。所谓治外法权是指外国在中国的租界享有司法权，这是晚晴以来列强侵略中国后的极为无理的条约。二战后取消了，倒被中国人用上了，有的老师说俞道存50多岁了，还和学生一同踢足球，他必有武功。那时的余博士，视学校如家。不幸1950年10月抗美援朝爆发，杜鲁门宣布第七舰队进驻台湾海峡。美国一下成为中国的死敌，中国的社会主义教育和爱国主义教育根本方向就是将亲美，崇美，恐美的反动糊涂思想改变为反美，仇美，鄙美和蔑美的主题思想。俞道存成为众人批判和憎恶的代表性人物，不得不走，走的前一天学校教师们最后宴请他一次，就在宴请时

解放军来了，把他的行李打开检查，发现一些瓷器还有字画之类，以盗窃古物罪将他监管，在学校里他常被学生用石头袭击，被学生们围住，教他自称“俞老贼”。几日后经过雅礼中学和湘雅医院共同开斗争大会后由武装士兵押解从香港出境。

1972年尼克松访华，1979年中美建交，由于与苏联的冷战，中美关系发展到极好的程度，1978年后中国改革开放，清理历史问题，大批被错待的人和事都得到平反。耶鲁大学毕业生又来中国教英语，雅礼中学的原副校长应开识经耶鲁大学邀请回校访问，他因年事已高，由较年轻教师游达钧陪同出访，那时老

校长劳启祥已去世。劳启祥和应开识任校长一正一副都是耶鲁大学毕业的硕士。还有一个老师叫盛群铎，他学的是建筑，在学校负责基建和经济，与劳校长的办公室是半墙之隔，工作问题完全用英语讨论，那时我是高中学生，竟一句也听不懂。我知道英语要到他们那种水平是极难做到的。关于中国改革开放后的平反问题，大家想到俞道存，他是中国的老朋友，被错误对待，应该平反，但是他是外国人，没有平反的先例。想用甚么方式请他再来访，重新启动应有的友谊，但多年未找到他们，直到有他们的消息时，他们夫妇已不在世了，雅礼和湘雅的前辈们都感到很遗憾。

雅礼中学在解放后曾改名为解放中学，后改为第五中学。本世纪初改回本名为雅礼中学。是湖南五大名校之一。恢复了过去传统与耶鲁大学的特殊关系，老师与学生互相交流机会很多。尊重英语教学，与耶鲁交流的范围超过了过去的视野，这是因为中国的经济比过去大为超越，学校也不再只是“小伙计”了。



第二届湘雅海外校友会—雅礼协会奖学金评选揭晓

湘雅海外校友会奖学金委员会

第二届湘雅海外校友会—雅礼协会奖学金 (XYOAA—YCA Scholarship) 评选工作已于10月22日在长沙园满结束,有23名学生获得全额奖学金,40名学生获得半额奖学金(附件1)。奖学金将由雅礼协会于近期内转送到湘雅医学院,然后发放给各位获奖学生。

本届奖学金评选原则上按照第一届所制定的标准和名额分配方案实行。申请者来自湘雅医学院以及另外六个湘雅系统的二级学院,包括湘雅护理学院,基础医学院,生命科学学院,药学院,口腔医学院和公共卫生学院。其中医学院含有医学专业八年制,医学专业五年制,精神医学专业,检验医学专业和麻醉学专业。评选工作从九月份开始,由湘雅医学院主导组织各二级学院参加。参选的学生自愿报名申请,并递交统一的“三级”(家庭所在单位、地区、县市)“贫困证书”,以及二篇命题短文。短文的五个选题由本项奖学金的指导委员会(Steering Committee)确定。

初选工作由各二级学院负责人以及学生代表组成湘雅评选委员会,主要负责审核申请资料,

讨论学生家庭特殊情况,并且根据申请者的学习成绩、个人特点、领导才能和社区活动作出综合评分和排名,结合特殊情况,经过反复讨论后,选出63名获奖者。获奖名单经过公示审阅后,获奖者进入复选面试。

10月20日傍晚,受湘雅医学院、湘雅海外校友会和雅礼协会的共同邀请,一百多名来自湘雅各二级学院的学生参加了奖学金项目宣讲座谈会。会上主要由周星光介绍了奖学金的历史与背景,募捐和宗旨,分配和管理的原则与机制,以及导师项目。Lucy Yang则主要介绍并鼓励学生

们参加奖学金春季交流会。周星光、Lucy Yang,章利铭和张欣还分别回答了学生们的提问,并鼓励学生们传承这种回馈母校和社会的精神。本次会议使学生对奖学金的起因、来源和意义有了比较全面和深入的了解,同时进一步激发了年轻一代的爱心。

复选面试于10月21和22日进行,由奖学金评选委员会(Selection Committee)具体负责。今年的63名获奖者全部都参加了面试。面试中着重考查每位学生的个性和能力,对课外/社区工作的投入,以及家庭背景。然后通过投票表决选出23名学生

第二届(2016年度)湘雅海外校友会—雅礼协会奖学金获奖者名单

		全额奖学金	半额奖学金
湘雅医学院	八年制	12级 任晚磊	黄钰倩 万林林
		13级 丁水姿	卢芳芳 左志红
		14级 汤颖	冯紫阳 杨臻
		15级 李晚东	温雨康 罗晓琴
	五年制	12级 徐蔚 罗丽 康冬禹	叶晨 张卫飞 石宇 王亚玲 黄嘉琦
		13级 英文曼 张玲珊 木尔古力	边调调 苏梅英 王理飞 李发平 李美文
		14级 郭柯宇 王亚东 寇泰洁	郝晓丽 肖金滔 邢恩玲 唐朝敏
		15级 任启涛 徐圣玉 杨雪莉	曹鸣 宋宇浩 苏颖慧 张德国
公共卫生学院	刘璐 张行易	张叶芊 董晓刘 陈宋欣俐	
湘雅护理学院	潘思 陈霞	张毅 李雪娥 钟梓晴	
口腔医学院	张馨	马玉洁 于美娇 吴建军	
药学院	黄维	张晚旭 刘淑琴	
生命科学学院	李雷	付书梅	
基础医学院		董盛竹	

为全额奖学金得主。尽管他们家境贫寒，甚至有不可想像的艰难，获奖者们表现了坚强的自信和高尚的人格。他们不仅勤工俭学，成绩优良，很多人还为社会上其他需要帮助的人群作出贡献和努力。

全额奖学金将资助获奖者全年的学费，金额依专业而异，约为人民币 6000 至 7800 元。半额奖学金资助年学费的 50%。全额奖学金在金额上与中国教育部“国家一级”奖学金很相近，但在获奖者数目上是后者的二倍以上。因此本项奖学金从资助力度和覆盖范围上都具有重大影响。更重要的二个方面是，本奖学金强调资助经济上困难的优秀学生；同时本项奖学金还包括了对学生的交流和活动能力的培养（通过春季交流会），以及个人指导（导师项目）。因此，我们的奖学金不仅大力广泛地支持了很多得不到国家全额资助而经济上又迫切需要帮助的优秀学生，而且从多方面关心和支持学生的成长，让湘雅

学生们能够深刻感受到海外校友和雅礼协会对他们的一片爱心。

湘雅海外校友会 - 雅礼协会奖学金目前是一个十年计划的项目，每年发放的奖金额约为 \$52,000。根据海外校友会、雅礼协会和中南大学湘雅医学院三方协议，所有涉及到本项奖学金管理和发放的行政管理费用，包括旅差和印刷，全部由各方自行解决，不能挪用奖学金的资金。湘雅医学院除了负责申请和初选工作之外，还承担了面试的组织和准备工作，以及海外校友会和雅礼协会代表的在长沙接待工作。雅礼协会参与组织协调工作，并且额外准备了运作资金（每年大约 \$20,000）用于参与面试和组织奖学金春季交流会等相关活动。参与面试的海外校友代表则是利用业余时间并且自行解决旅差费用。

奖学金名额的分配方案是在充分征求湘雅医学院建议的基础上，由奖学金指导委员会经过多次讨论后于 2015 年九月制定（附

件 2）。分配方案主要依据各学院 / 专业在校学生人数，以及湘雅和雅礼协会的传统。今年由于基础医学院的学生人数有较大的增加，奖学金指导委员会将于年底讨论下一届名额分配方案修改意见。

根据三方协议，湘雅海外校友会 - 雅礼协会奖学金评选委员会由湘雅海外校友会、雅礼协会和中南大学湘雅医学院三方派代表组成。本届评委会由朱院山和章利铭代表湘雅海外校友会，周星光和 Lucy Yang 代表雅礼协会，丁红珊和张欣代表湘雅医学院。欢迎有兴趣和热情的海外校友参加下一届评委工作，也欢迎各位海内外校友对评选工作提出意见和建议。湘雅海外校友会和雅礼协会将分别讨论本次奖学金评选工作，总结经验，以保证评选结果符合本奖学金的目标。此外，雅礼协会还将考虑拿出一部分活动经费用于支持获奖学生组织开展暑假社会实践活动（Summer Projects）。

XYOAA-YCA Scholarship Distribution (Rev. 10/2016)

School		#p/y	SOM 5y	SOM 8y	P.H.	Nursing	Stomatol.	Pharm.	Life Sci.	Basic Sci.	Total	
			医学院五年	医学院八年	公共卫生学院	护理学院	口腔医学院	药学院	生命科学	基础医学院		
Grade	Year		450	150	90	90	60	90	60	90	-1,080 Students/y	
Full Scholarship	II	2015	3	1	2	2	1	1	1	0	/	
	III	2014	3	1								
	IV	2013	3	1								
	V	2012	3	1								
	Total		12	4	2	2	1	1	1	0		23
	Tuition ¥		7,500	7,800	7,500	6,000	7,800	7,500	6,000	7,500		
Yearly ¥		90,000	31,200	15,000	12,000	7,800	7,500	6,000	0	¥169,500		
Half Scholarship	II	2015	4	2	1	1	3	2	1	1	/	
	III	2014	4	2	1	1						
	IV	2013	5	2	1	1						
	V	2012	5	2	1							
	Total		18	8	4	3	3	2	1	1		40
	1/2 Tuition ¥		3,750	3,900	3,750	3,000	3,900	3,750	3,000	3,750		
Yearly ¥		67,500	31,200	15,000	9,000	11,700	7,500	3,000	3,750	¥148,650		
Grand Total											\$ 51,300 or ¥ 318,150	

不忘初心 负重前行

李雪 | 湘雅生命科学院 1302 班
第二届湘雅海外校友会—雅礼协会奖学金获得者

苏轼有云，古之成大事者，不惟有超世之才亦必有坚韧不拔之志。其实无论是否能成大事，每个人都应该对自己有才与志的要求。人品好，三观正，独善其身兼爱天下，经济独立人格独立，这是我对自己的要求，也是底线，而这些，在我上大学之前可能还没有完全形成。所以，现在让我回顾大学的生活，我最大的收获不是成绩、不是荣誉、不是保研而是思想上的进步和成熟。

人会长大三次，第一次是在发现自己不是世界中心的时候。第二次是在发现即使再怎么努力，终究还是有些事令人无能为力的时候。第三次是在，明知道有些事可能会无能为力，但还是会尽力争取的时候。

我是个非独生子女，而且是长女，所以从小努力成为优秀是我的一种习惯，尽管到目前为止这种优秀与别人相比也许并不出挑，毕竟我坚信人外有人，比我更优秀的大有人在，但是我自问还是没有让父母操太多心的。所以，从小到大，我都没有认为过自己是世界的中心，不知道这算不算某种意义上的少年老成。但我也并不因此而埋怨什么，因为父母给予了我他们所能给予的

全部东西和最宝贵的爱，我很感谢我的父母，我爱他们。

为什么很多次提到上面关于三次成长的那段话，因为那段话几乎概括了我上大学以来的所有挫折：转专业失败、两次申请国奖失败、被喜欢的人拒绝……每次挫折当然难过，即使人前表现得再镇定、再坚强也会在一个人的时候哭湿了枕头。我难过的是为什么自己不再努力一点，成绩再好一点，身为一个女生外表再靓丽一点……也许就会有不一样的结果，可以不让自己伤心，不让父母失望。是的，到现在为止，可以压垮我的压力只有对父母的歉意，一旦一件事情会让我觉得做不好就会让父母失望，那种负罪感和内疚感会成为我无法释怀的包袱，只能背着它咬牙前行。随着年龄的增长，我也许会看淡这种压力，但我知道我不会放下，因为这也是我的责任，希望这种压力和责任可以让我变得更好，可以让我的家人过得更好。

遇到挫折当然会难过，可是难过归难过，难过又能怎么样呢，当我偶然间看见上面的那段话我就释怀了，每次再有类似的情况，我就会默念那段话，告诉自己道理就是这样，自己再难过，

之后也会像那段话里一样继续前行，所以难过一下下就行了，不要难过太久。

抛开那些所谓的挫折（是因为我觉得这些挫折与真正面临困境的人一比简直矫情幼稚到不行），我的大学其实还是一帆风顺，充满阳光的。既然没转成专业，就安心待在本专业，努力保研，努力积攒学生工作经验。接下来的路也就很顺其自然，顺理成章了，成绩稳定，在团学会从副部长做到团委副书记。我很珍惜这段经历，因为它让我学到了很多学习之外的东西，比如怎样安排时间、怎样处理各种各样的人际关系……所以，我认为如果大学你只是学习，没有任何的学生工作或是社会工作经历的话，根本谈不上从一个自然人到社会人的转变。虽说大学就是个小社会，但是与真正的社会相比，大学还只是一个象牙塔。在我的这些工作经历中，我很感谢学院和辅导员郭维萱老师的支持，他们就像是为我们遮风挡雨的大树，我们虽然没说，但得到的庇护都记在心里。

当我为了准备保研，参加暑假的夏令营时，在某种意义上才真正意识到了自己和他人的差

距以及这个社会的残酷，再加上自己已经过去的三年大学生活，我才想明白大学真正要学的是什么——是一种能力：一种自学、充实自己的能力；一种与环境抗衡、不为环境所影响、让自己变得更好的能力；一种学会解决问题，无论什么问题摆在面前起码知道如何思考、处理，不会束手无策的能力；一种真正可以在社会上立足的能力。

丘吉尔说过，伟大的代价是责任。我一直认为，在现代社会，能够去帮助别人是一种弥足珍贵的品质，因为已经有太多的人变得冷漠，每次看见施以援手的新闻总能触动我的心灵，让我有些羞愧，因为我帮助别人的实在太

少。这也是为什么在我看来帮助别人是一项高尚的品格，因为我自己做的不够，因为帮助别人这件事真的是出于本心而非强求所能实现，所以那些能够主动做到这一点的人都有着善良的灵魂。基于此，我向湘雅海外校友会和雅礼协会表达最真挚的谢意和敬意，谢谢你们对湘雅学子的帮助和期望。希望若干年后的我也能像你们一样，尽己所能为需要帮助的人做出一些贡献。

最后以我一直记得并喜欢的一段话结尾：

我要你相信温暖，美好，信任，尊严，坚强这些老掉牙的字眼。我不要你颓废，空虚，迷茫，糟践自己，伤害别人。不是因为

在象牙塔中，才说出我爱世界这样的话。是知道外面的黑，脏，丑陋之后，还要说出这样的话。

编者注：本文作者李雪系湘雅生命科学学院1302班学生，第二届湘雅海外校友会—雅礼协会奖学金获得者，2014和2015年教育部励志奖学金获得者，明年将于协和医学院攻读生物医学工程硕士学位。



在美行医执业的感想

赵明，七七级，眼科
董事长，德克萨斯州圣安东尼奥眼科中心

从我在美国做完眼科住院医师，到加入私立执业，已有十五多个年头了。作为在国内医学院附属教学医院做了八年眼科医生的我，进入全新的美国私立行医行业、领略完全不同的行医环境和经营领域，想起来是个十分有意思的经历。

首先，非常全面而严谨的四年住院医训练，使我无论从专业上、还是社会经验上，都有很多的收获。过去在国内学医，除了专业本身，鲜有可能学习医学伦理和诊疗环境等社会方面的知识，更不用说行业经营和管理。美国住院医训练完成后，从医的道路有三条：1. 继续做亚专科训练；2. 去教学医院做医生兼教学和科研；3. 加入私立执业。我选择了后者。美国的私立行医机构，大的有综合性的医疗集团和医院，小的有集体开业和个体开业。我当时加入的，是个以一位资深医师和其夫人拥有的一个个体执业，除了雇主是医师以外，加我一起还有三位雇员医师，以及四十来个从属的医护、行政雇员、三处诊所和一个手术中心。一开始我是拿固定工资的。在这期间，我得申请获得所在州的行医执照、绝大部分医疗保险公司和 Medicare

等的注册资历以获得诊治这些医保下的病人。这个需要时间，而病人数量的建立也是逐步的，因此拿固定工资是“早涝保收”的一个保证，否则，所付出的劳动，远不够发自己的工资。事实上也是，加入一个现成的执业比自己白手起家要好很多。经过一段时间后，当自己付出的劳动所创造的财富远超过固定工资时，懂情理的雇主便提供了多劳多得的、按比例获得收入的模式。因为工作出色、和同行及其他雇员相处融洽，两年后雇主提供了股份转让，开始了一个由个体执业向集体转换的过程。雇主想找理想的合伙人，必须经过一段时间的观察，一般是两年以上。在我之前已有两位资深医生，但我这位后来者很荣幸地成为了第一位合伙人，该执业也由“一言堂”开始了“群言堂”。我也由过去作为一位只能提建议的雇员，变成了能参与决策的董事。

这些年来，美国医疗系统发生了很大的变化。作为医疗服务的提供者，各个专科的医生都面临了很大的挑战。医疗质量的要求更高、病人医疗负担的加重、医疗费用和成本的上升、给医生医疗报销费用的下降，加上政府



近些年来繁多的各种规章条例，使得很多私立医疗行业举步艰难，私立医生的数目在逐年下降。我所在的执业，其规模大小当时在市里私营眼科业内尚属于五至六位以后了。为了求得病人来源和生存，我们的业主想到了和其他同行医生的共同合作，来争得医保公司对某一地区人口覆盖的签约，保证拥有对这部分区域眼科病人的“诊疗权”，这在当时来说还是有争议的模式，但从这么多年来实践来看，应该是一个非常可行的模式，甚至是趋势。

全方位、高质量的专业服务应该是行业竞争的重要条件。要做到这些，需要有先进的医疗水平、囊括各个亚专科、以及快速的预约和诊疗，因此，扩大执业规模、增强竞争能力，势在必行。和其他同行的合作，可以增强竞争能力，但毕竟有各自的利益，且意见有时也难以统一，因此将本执业的规模扩大，可能是更理想的方向，而规模扩大了，管理和市场开发就成了一个十分重要的环节。当医生的，一则没有经营经验，二则没有时间，找到一个懂开发市场和管理的CEO，就成了必须，尤其是较大规模的执业。我们很荣幸得到一位年富力强的具有MBA学位的CEO，年轻人新的理念和不断完善的管理经验，加上我们对市场的分析和相应的开发，使得我们的行业不断成长壮大。

十五年前，业主律师出身的太太是执业经理，主管各个方面，但也管得到位，毕竟规模不大，且是唯一的股东，相对容易打理。十五年后的今天，我们有四位合伙人，十八位医生，一位CEO，一位

行政负责人，六个部门经理，160多位雇员，六个诊所和一个手术中心，成为德克萨斯南部本专科最大的执业团体。因为综合力量雄厚，病人来源量大，资金周转相对有空间，为添置技术含量高的设备提供了较大的可能，从而又为病人提供了更完善的医疗服务。又因为规模扩大，分级管理显得更加有效和可行。董事会基本每月有碰头会，由CEO汇报运营及管理情况，随时根据情况调整计划。每个季度和每半年也有高层扩大会议，了解经营状况和各部门的运作情况。全国性的行业标准(benchmark)也是衡量执业运行状况的一个重要参考。除了医疗方面以外，因为执业规模的扩大，场地需要面积也增大，这也为地产的购置提供了需求和可能。因为租场地需要付租金，而这部分必须的支出如果能转换为购置地产的按揭贷款，也是一种良好可行的额外投资。

美国的医疗系统在变化，仍然有许多未知因素，但我觉得高效、高质量、全方位的医疗服务和强大的竞争力，依然是我们占领本专科一席市场的基本条件，而良好的管理团队和对市场动态的把握也是让执业健康发展的重要保证。





湘雅校友情 浓浓聚“百年” 记 2016 大华府湘雅校友会野餐聚会

韦子 撰稿 李珍生 王东华摄影

“无论相隔多遥远仿佛你从未走远，无论分别多少年好像你一直在身边……借给我饭票的兄弟你还好吗？图书馆为我占座的姐妹她怎样了……”。劳动节长周末，动情的歌曲声中，2016 大华府湘雅校友会秋季聚会在马里兰州 Howard County 的 Centennial Park (百年纪念公园) 进行。

湘雅医学院 (XiangYa School of Medicine, CSU) 创办于 1914 年，有 102 年历史，由湖南育群学会与美国耶鲁大学雅礼协会联合创建，是中国最早中外合办的医学院之一。曾享有“南湘雅、北协和”之盛誉。作为中国现代医学的先行者，湘雅遵循“公勇勤慎、诚爱谦廉、求真求确、必邃必专”的湘雅校训，秉承“严

谨、团结、求实、进取”的湘雅精神，其优秀的学子们分布世界各地。美国政治文化经济中心华盛顿 DC- 巴尔的摩 (大华府) 就汇聚了近百名校友。大华府湘雅校友会成立于 2001 年，在历任会长刘建湘，罗盛源和李铁罗和现任会长廖伟的组织领导下，在维吉尼亚大学医学院内分泌科主任刘振启校友的顾问指导下，校友会积极加强与母校的联系，参与社区社团组织的各项活动，沟通校友间的联络，竭诚为大华府校友提供力所能及的各类服务和帮助。校友会今年的秋季聚会选址在 Centennial Park (百年纪念公园) 恰巧与湘雅百年历史遥相呼应。

公做美，秋日的公园，蓝天白云，绿草如茵，花儿尚未凋零，

鸟儿仍在欢歌。“大华府湘雅校友会”红底黄字的横幅在秋风中猎猎飞舞。老会长李铁罗和校友会理事刘安国一清早就守在了公园里最受欢迎的烧烤地点。会长廖伟及先生曾强，副会长李珍生，理事刘安国，徐磊及李莉早早地来到公园，挂会旗，生烤炉，摆桌椅，name tag，准备就绪。珍生副会长还特地给大家带来了印有“湘雅海外校友-美国好大夫”的校服。

伴着怀旧的音乐，校友们陆续到达。故友新知，相见甚欢，嘘寒问暖，别样情怀。野餐开始之前，校友们先自我介绍。刚从波士顿来到马里兰，任职于马大医学院麻醉系付主任的巢卫教授首先开始。巢教授是湘雅 77 级校友，知名的麻醉科医生和资深的

科研教授，也是湘雅海外校友会总会的发起者之一和第三任会长。他的加盟，让校友会如虎添翼。龙勉大姐是74级湘雅学子，她84年来美，一直在夏威夷学习生活，新近安家马里兰，她带着先生，女儿女婿及外孙，妹妹妹夫一起参加聚会，让我们深深感受到了夏威夷的热情和真诚。巢卫教授夫人刘合玲，李铁罗，罗盛源，王东华，徐文斌，高明，陈晓虎，李莉，刘庆峰，张斗，徐文琴，舒焱，陈纪稷，胡多莎，吴超能，赵坦泰依次介绍了自己。87级校友来了个集体亮相，贾旭，尹晓梅，刘力，孟纓，徐磊及廖伟站在一起，哈哈，清一色女生。校友何艾舞，范朝红，贺红，朱斌克服诸多困难，来参加聚会，可惜的是没赶上大合影。还有很多校友因为“on call”和时间的冲突，未能来参加聚会，他们通过微信表达了对聚

会的祝贺！

野餐开始了，刘安国理事和夫人吴琴及龙勉大姐精心腌制的牛排和鸡翅在烧烤专家曾强，罗盛源，徐文斌等的调理下，香飘四溢，令人垂涎欲滴。校友们带来的拿手美食更是琳琅满目，李珍生校友的油淋辣椒和尹晓梅校友的空心菜都产自自家菜园，抢手货，一会就被大伙一扫而空。刘庆峰太太崔丽做的糯米糍精致细腻，赏心悦目；咖喱牛肉土豆饭，海带丝，油条，油泼面，刮凉粉，香辣猪蹄，……道道菜肴，加上pizza，包子，饺子……南北东西大荟萃，不仅有湖湘人的“辣”味，还完美地诠释了湘雅人入乡随俗的功夫……大家边吃边聊，想参加“residency match”的小师妹四处取经；想创业开公司的有先行者传经送宝；工作生活中的苦恼倾诉倾诉，孩子们成长的喜悦

分享分享；或站或坐，在绿色的草坪上，大家闲聊着，不时传来阵阵笑声。校友间最多的话题还是昔日的同窗好友如今何在？过得可好？昔日的老师是否风采依旧？母校的发展，个人的成就，是校友聚会的永恒话题。小狗韦小宝和momo是孩子们最好的开心果，大孩子，小孩子争相带狗狗玩，好几个小朋友都说长大了要做“兽医”……看来，医者仁心是可以遗传的。

相聚总是短暂的。不知不觉间，到了日落时分。“相逢是首歌，同行是你和我，眼睛是春天的海，青春是绿色的河——”我们的青春都曾有着湘雅红楼的回忆，也许，在这里，年轻或不再年轻的我们可以继续并肩同行，在华府，我们续写生命的辉煌。下次聚会，我们期待着……



韦子 撰稿 李珍生 王东华摄

湘雅北加州校友 BBQ 聚会

王超嵩供稿

八月七日星期日，一年一度的湘雅北加州校友 BBQ 聚会，在斯坦福大学附近的 Palo Alto Mitchell 公园召开。

沐浴着加州金色温暖的太阳，从年过八十的老校友，到仍在读博的 90 后，湘雅老中青又一次相聚一堂，亲切，温馨。中南大学的校友也加入了湘雅的聚会。斑驳的阳光从茂密的树叶间洒向各种美味佳肴，名餐馆的川湘菜，与 BBQ 烧烤着自制的牛排，鸡翅，和三门鱼各显风味，更有各种名目的蔬菜水果。美食飘香，乡音悦耳，校友们亲切的交流和孩子们的追逐玩耍，让 BBQ 的气氛更加热烈了。

这次聚会还按制度举行了换届选举，为大家服务多年的王京老会长宣布了选举决定，姚小明和莫红梅校友当选为新的会长和副会长，并组建了新一届理事会。姚小明和莫红梅校友长期以来，默默无闻地为校友服务，联络校友感情，让人敬佩！

我们相聚在湘雅的名下，我们相聚在中南的名下，湘水君曾饮，雅聚盼常来。这是亲人的聚会，是交流的平台，是身心放松的假日。会中高举新中南湘雅北加大旗，共同留影，记录下这珍贵的友谊和校友相聚的故事。



中南大学湘雅北加州校友会 8/7/2016 Palo Alto

酒逢知己，可饮千杯？

殷杰

酒在中国文化中很重要。人们交往时，常以敬酒表示友好；人们快乐时，对酒而歌；失意时，借酒消愁。酒醇宜人，李白邀月共饮；酒知人心，范仲淹以酒作泪。那么酒逢知己，可饮千杯乎？不知道诸位有没有醉酒的经历？多年前一次会餐，本人因无知，和碍于面子，曾喝尽白酒二十四杯；结果……结果我知道了我的酒量。

由于个体差异，不同的人对酒代谢速度不同，酒量也就千差万别。那么一般人一次能喝多少酒而不伤害身体？一个人每天喝酒是否对身体有害？这里，笔者只就一般人的情况，及目前医学上认可的一些关于酒精对人体之利弊作以简述。

一，血清酒精浓度到达多少会对人造成影响？不同的血清酒精浓度会有什么样的表现？

据 NIAAA（美国酗酒控制机构）研究发现，一个人饮酒后，其血清酒精浓度如果到达 80 毫克 / 每分升，就会引起酒精中毒。

1. 酒精（化学名乙醇）进入人体后，主要在小肠，胃吸收，进入血液。血液中的酒精循环到肝脏时，经乙醇脱氢酶脱氢成为乙醛；乙醛经乙醛脱氢酶脱氢后形成乙酸，后者分解后形成水和二氧化碳。
2. 未经代谢的乙醇及代谢产物乙醛循环到大脑，对脑起一定作用。酒精进入大脑后，即作用于兴奋神经元，又作用于抑制神经元。当人体血酒精浓度低时，其对大脑主要的作用是兴奋，使人感到欣快；当人体血酒精浓度高时，它对大脑的作用主要为抑制，当抑制过深，就可能导致死亡。
3. 而乙醛是一个对肝脏，神经系统毒性很大的化学物，虽然其在代谢中存在时间很短，但是如果人的乙醛脱氢酶量少，即使饮酒量不是很大，乙醛的含量也会高，而对人体造成危害。
4. 人体主要经过肝脏，部分经胃粘膜中的酒精脱氢酶分解酒精，酒精脱氢酶含量高时，代谢酒精的速度就快；反之，则慢。这也是不同的人有不同酒量的原因之一。一般情况下，女性的酒精脱氢酶含量低于男性，对酒精代谢的速度慢；加上雌激素的使用，及体内水容积低于男性，都使女性对酒的耐受比男性低。在这里，笔者敬请大家在知道这点后，将来能尽量不向女士们劝酒。



5. 血清酒精浓度与酒精中毒相应症状如下:

血清酒精浓度	症状
10-100 毫克 / 分升	欣快, 轻度影响注意力, 协调运动和认知力
100-200 毫克 / 分升	严重影响注意力, 协调运动, 认知力, 可能言语不清, 行走困难, 情绪失控
200-300 毫克 / 分升	思维混乱, 不合逻辑, 不能完成协调动作, 恶心, 呕吐
300-400 毫克 / 分升	昏睡, 意识不清, 昏迷, 自主呼吸减弱, 可能引起死亡

二, 一般人喝多少酒会出现酒精中毒?

前面提到, 当人的血清酒精浓度如果到达 80 毫克 / 每分升, 就会出现酒精中毒。据 NIAAA (美国酗酒控制机构) 报道, 一般人一次两小时之内如果摄入酒精 50 克左右: 女性: 喝 4 个酒精标准量; 男性 喝 5 个酒精标准量, 就可达到该浓度。一个酒精标准量相当于 12 -14 克酒精。

一个酒精标准量相应各酒毫升数	达到酒精中毒所需各酒瓶数
5% 酒精 啤酒 360 毫升	如果 360 毫升 / 瓶 是 4 至 5 瓶
15% 酒精 葡萄酒 150 毫升	如果 600-750 毫升 / 瓶 是一瓶
40% 酒精 白酒 45 毫升	如果 180-225 毫升 / 瓶 是一瓶
60% 酒精 烈酒 30 毫升	如果 120-150 毫升 / 瓶 是一瓶

这里特别说明, 酒后驾车, 是指饮酒后驾车, 不管喝多或喝少, 都不应该驾车。

三, 酒对人体有哪些影响?

酒由植物酿成, 但因其其在人体的代谢与谷物, 水果不同, 对人体的影响也就有异。短期或长期内大量饮酒对人体都有损害, 有时是不可逆的。而少量饮酒, 一般对人体损害很少。据研究发现, 如果女性每天饮 1 杯红葡萄酒; 男性每天 1-2 杯红葡萄酒, 可以减少心血管病的发生。当然, 不适合饮酒者, 不建议做此选择。

(一) 一次饮酒过量对人体的伤害：对于酒精对人体的损害，人们研究很多，发现酒精伤害人体的部分机制。

以下几点是人们发现的饮酒后身体的变化。

1. 肝细胞内脂肪堆积，肝脏炎性反应。
2. 扰乱免疫能力，引起炎症，导致有害免疫蛋白增多。
3. 破坏肠道的屏障系统，使肠道内细菌产生的内毒素更容易进入血液，肝脏。
4. 神经系统功能紊乱。
5. 代谢紊乱，像低血糖，水电解质紊乱，低钾，低镁，低钙，低磷血症。

另外，由于醉酒后的精神行为障碍，可能引起系列对他人或自身的伤害。如失态，斗殴，车祸。

(二) 长期大量或中量饮酒，对人体所有系统都有不同程度的损害，并且引起系列的精神障碍。

简单举例如下：

1. 高血压，
2. 心衰，
3. 胃肠道疾病，胃出血，穿孔，
4. 中枢神经和周围神经系统疾病，记忆减退，肝性脑病，酒精戒断引起癫痫，等等，
5. 肝脏硬化，肝衰，胰腺炎，
6. 身体水电解质紊乱，
7. 糖尿病
8. 外伤，车祸，
9. 骨髓抑制，
10. 大红细胞血症，
11. 抑郁症，焦虑症，自杀，
12. 使用非法药物，
13. 睡眠障碍
14. 癌症，口腔癌，咽喉癌，食道癌症，肝癌，胰腺癌，乳腺癌，大肠癌，等等，

四，什么是安全量？

1. 因为人的体质不同，没有绝对的酒精安全量。像慢性胃炎，食管炎，肝炎，或高血压，心脏病患者，酒精过敏者，孕妇等应避免饮酒。
2. 安全饮酒量：
女性（非孕妇）< 1 酒精标准量 / 次
男性 < 2 酒精标准量 / 次，
3. 有害的饮酒量：
女性及任何年龄 > 65 岁 饮酒 > 7 酒精标准量 / 周， 任何一次 饮酒 > 3 酒精标准量
男性 < 65 岁 饮酒 > 14 酒精标准量 / 周， 任何一次 饮酒 > 4 酒精标准量
4. 也就是说，如果一个人长期饮酒，即使每天饮一个酒精标准量，身体也会受到伤害。
5. 大量酒精在代谢分解时，可出现 NAD⁺ 与 NAD (这两个东东是三羧酸循环里能量代谢里重要成员) 比率失调，使血糖降低。由于未成年人群血糖储备较低，如果大量饮酒会导致孩子低血糖，后者可引起昏迷或癫痫。由于未成年者易激动，酒后行为可能难以控制，笔者建议未成年者应避免饮酒。在美国，法律规定，只有满 21 岁者，方能饮酒。

酒，或宜人，或伤人，取决我们怎么饮。据统计，每年不论是中国还是外国，都有很多人因饮酒直接或间接失去生命。据北京大学精神卫生研究所一项统计，（2014 年 4 月 24 日）中国每年死于酒精中毒的人数高达十一万四千一百人，致残人数二百七十三万七千人。据美国 NIAAA（美国酗酒控制机构）统计并在 NIH publication, 于 2000 年发表，每年有大约八万五千美国人死于与饮酒有关的伤害（车祸，疾病及对他人的伤害）；一万七千人死于因饮酒造成的车祸。

希望此文帮助大家酒更加了解，安全饮酒。千杯不醉当然好，无酒义在也英雄。

创新创业谈

王新原 湖医 80 级

现在神州大地大众创业、万众创新，创新创业的热潮一浪高过一浪。我在美国负责过技术转让、新公司创建和创投，又创建了医疗器械公司并争取到了风投基金，在此分享一些创新创业的感受。

科技创新产业化

美国的创新性经济向来执世界牛耳，关键是建立了一个由高等院校 / 科研院所 --- 创新性小公司 --- 大公司构成的创新性经济链。校友们绝大多数从事临床医疗、科研教学工作，在此简述美国高等院校（包括医院）科研创新的产业化机制。1) 专利保护：美国高等院校一般都设立了技术转让办公室（Tech Transfer Office）。教授、医生的科研创新和发明，其知识产权属于所在院校，所以应该联系所在院校的技术转让办公室先寻求专利保护。一个科研创新和发明最终是否可以获得专利，取决于三点：创新、实用和非明显性，Novel, Practical, Non-obvious。技术转让办公室评估后，通常会先申请临时专利（Provisional Patent）。临时专利申请是美国特色，其有效期一年，在这一年内发明者可以在专利申请中补充更多科研资料比如药物的动物实验资料以强化专利，在一年后再将临时专利申请转化为正式专利申请。寻求专利保护通常是科研创新产业化的第一步。2) 技术转让：高等院校主要从事科研、教学和临床医疗，不具备生产制造和市场营销的专长，通常将技术转让给相应公司，以实现产业化。技术转让办公室代表高校与公司协商达成技术转让协议。技术转让协议可以相当复杂，核心架构是高校将专利授权给公司，公司向高校支付技术转让费。专利授权可以是独家授权或非独家授权，可以是全球授权或部分区域授权（如大中华区域授权）。技术转让费一般包括首付（upfront payment）、阶段付费（milestone payment）、分红（royalty），小公司还可能转让部分公司股份给高校。高校将技术转让费按一定百分比提成给技术发明人（教授、医生），提成比例通常为 25-40%。技术转让是高校科研产业化的主要机制。3) 新公司创建：高校科研产业化的另一重要机制就是创建新公司。相较于技术转让，新公司创建需要付出更多的汗水，回报也可能更高，这就是“创业”。

创业

在科研发明的基础上创建并发展新公司极具挑战性。科技新公司成功的三要素可归纳为：产品、合伙人和资金。1) 产品：科研突破并不一定能够转化为有市场前景的产品。产业化的成功取决于产品的创新，也取决于市场现在是否接受这种创新。研究发现，

时机是新公司成功的关键因素。比如远程医疗，太早如2007年进入则市场还未接受这种模式，太晚如现在进入则竞争者已经太多。成为新兴领域的先驱还是“先烈”，时机的选择和把握至为关键。国人极善跟随潮流，在医疗热点领域如基因检测、精准医疗、互联网医疗、3D打印等，雨后春笋般的冒出众多新创公司，但这些公司有多少能生存下来，可以预期。跟风是创业的大忌，逆向思维往往是必需的。从某种意义上来说，毛泽东是创业的典范。当时众多中国共产党的先驱都选择到苏联留学，但毛泽东独辟蹊径，选择到井冈山“创业”，农村包围城市。毛泽东既不是官二代也不是富二代，可以说是白手起家，但他洞察“枪杆子里面出政权”，又创建了土改、打土豪分田地这一可持续发展的商业模式，从而为创业成功奠定了基础。

2) 合伙人：单枪匹马不可能创业成功，创业必需合伙人（partner）。合伙人都有强烈的创业冲动，合伙人之间可以共同投资，但更多的是专长和性格互补，相互激励。许多文章专门描述怎样找到合适的合伙人，但初次创业的合伙人通常早已相互熟悉，对创业一拍即合。公司创建时，合伙人之间会就公司分工和公司股份分配达成协议。公司初创时，合伙人之间的互动十分“紧密”，合伙人之间每天相处的时间甚至要超过夫妻之间相处的时间，公司初创时期是合伙人相处的“甜蜜时光”。如果公司上了轨道，如争取到了风投，合伙人之间往往会因为利益而开始产生矛盾。合伙人如激烈内斗，如同党内历次路线斗争，必将危及公司的生存和发展。合伙人是创业成功的要素，能否合作到底是缘份。如不能合作下去，则应尽早并尽可能友好的分手。创业的酸甜苦辣，很大程度上来自于合伙人之间的互动。

3) 资金：“钱不是万能的，但没有钱是万万不能的”，这句话特别适合于高科技初创公司，因为这些公司前期都从事新产品研发，都需大量烧钱，资金只进不出。合伙人之间可以自筹资金，但高科技创业者一般争取用别人的钱来发展自己，即争取创业基金。

创业基金

创业基金包括“无偿”的政府资助和公司股权投资，后者又按公司的不同发展阶段分为天使基金（Angel Fund）、风险基金（Venture Fund）、和私募基金（Private Equity），分别对应于公司的种子期、成长期、和成熟期。

政府资助

中、美两国政府都对优秀的创业项目提供资助。如美国联邦政府提供SBIR/STTR，各州政府也提供创业资助，现在中国政府的创业资助力度空前，名目繁多，这里不一一列举。这些政府资助不占公司股份，没有利息，通常也不需归还本金，看起来是“无偿”的，但实际上这些资助都附带有种种条件，如要求创业者自筹资金额度不可少于政府资助额度，在限定时间内产生一定的销售收入和税收，等等。而且政府资助数额一般不能满足公司发展的需求，所以高科技创业者往往需要争取天使投资和风险投资。

天使基金（Angel Fund）

“天使基金”又称“种子基金”，专门投资于企业种子期、初创期。种子期的项目，具有高度的不确定性，唯一稳定的、可供投资者参考的因素就是团队（而且主要是创始人），因此种子期的投资主要看创始人。天使投资的金额一般也较小，一般都在500万人民币或一百万美元以下。我在美国克利夫兰医疗负责新公司创建时，克利夫兰医疗对其初创公司可提供50万美元左右的天使投资。天使投资可以帮助初创公司研发新产品，验证新产品的可行性和市场前景，为公司下一步争取风险投资创造条件。种子期的项目无法准确估值，所以天使投资一般换取初创公司的可转换债券（Convertible Note），在公司下一轮获取风险投资时再转化为公司股份。

风险基金 (Venture Fund)

新产品研发取得进展后，如药物研发通过动物实验或医疗器械制作成功样机，新产品技术可行性得到验证，其市场前景开始明朗，公司就进入到成长期，此时风险基金（简称风投，VC）“闪亮登场”。风投投资额一般为100万-1000万美元，换取公司的股份。风投所占公司股份的多少取决于公司估值和投资额。如公司估值7000万人民币，是为投资前估值（pre-money valuation），风投投资3000万人民币，投资后的公司估值就是1亿人民币，又称为投资后估值（post-money valuation）。风投投资3000万人民币，将占股30%（3000万/1亿）。公司估值至关重要，而高科技公司估值主要取决于无形资产，包括新产品、专利、产品申报进展、市场准入、项目团队，等等。风投投资后，其成员会进入公司董事会，除提供资金外还参与公司管理。风投是一种高风险、高回报的投资，风投实现高回报的途径就是公司上市或公司被大公司收购。如风投投资3000万人民币占股30%，5年后公司上市，上市估值10亿人民币，风投此时选择退出（exit），将所持30%股份套现获利3亿人民币，风投就在5年内获得了10倍的投资回报。此例在极端简单情况下显示风投如何获得高回报，实际情况则要复杂的多，如第一轮风投所占股份份额在下一轮风投进入后会被稀释，而且高回报必然伴随高风险。在美国一个风险投资基金，一年大约收到1万个左右项目申请，经过评估后签订保密协议（NDA）作初步了解的大约150项左右，大体上只占1.5%。在初步了解基础上作深入会谈、研究（Due Diligence）的大约24~25个，真正投资的不到10项，即不到全部申请项目的0.1%。当然这不能说明具体一项目获得风投的可能性只有0.1%，因为一个项目会向多个风投申请资助。即使如此精挑细选，风投投资失败率还是很高，一般在60~80%左右，而成功率只有5-20%左右，必须通过其中的一个或几个项目的成功来弥补在其它风险项目上的损失并获取收益。所以创业者与风投打交道时，上一刻风投会把你当爹供着（当风投认为你的项目有前途时），下一刻可能翻脸不认人（当风投认为你的项目不再具备投资价值），这并不说明风投冷酷，而是风投这一职业竞争十分残酷。

融资对初创企业至关重要，但能否争取到投资又取决于基金的意向，创业者因而容易受制于人。这里分享一下我的一些体会：

- 创业者不宜花费过多的时间和精力去与基金和投资人打交道，而应尽力向前推进项目，如着力于新产品开发，拓展客户，获得专利，等等。在此基础上，投资往往水到渠成。做好自己的事，“发展是硬道理”，“内因是变化的根据，外因是变化的条件”。机械的背诵这些伟人的指示往往不知所云，而从创业者的角度去体会伟人的指示，就如同黑夜中找到了一盏明灯。
- 不要被风投基金的态度左右你对创业的信心。如上所述，初次创业融资时遭到风投基金拒绝的可能性很大，而且风投基金还会毫不客气的指出你项目的一系列缺陷，如产品没有特色，没有竞争优势，产品开发周期过长，等等。创业者不要被风投基金这些面面俱到的批评所迷惑，而应坚持做好“自己”，融资可以失败多次，但一次成功足矣。
- 在公司资金充足时就要着手融资，而不要等到公司资金枯竭时再去融资。

非常高兴与校友们分享创新创业的感受。如有兴趣进一步探讨，请通过电子邮箱 wangdxy@gmail.com 与我联系。

（王新原校友为 Excera Orthopedics 公司创始人，获密歇根大学商学院 MBA）



华誉美捷登诚邀校友合作

何华 湖医 96 级临床

亲爱的各位校友，大家好！

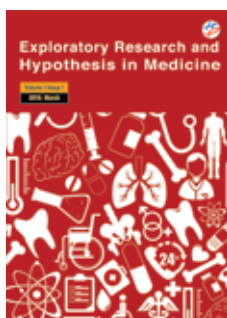
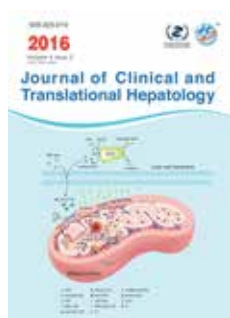
在《湘雅海外校友简报》主编房祥学长的和简报各位学友鼓励下，从 2016 年开始，我们华誉出版社承担了《简报》的排版工作。作为一个初创的出版社，我们非常珍惜这个机会，为校友会这个极具凝聚力的团体略尽微薄之力。同时也希望在校友们的提携和支持下，让我们在传播生物医学研究的道路上走得更好，走得更远。

1. Xia & He Publishing Inc. (华誉出版社, www.xiahepublishing.com)

Xia & He Publishing 成立于 2011 年，现总部位于美国德克萨斯州。是一家专门为生物医学研究工作者提供成果展示和分享，并传播最新科研进展的平台。该出版社致力于出版创新的、实用的、有影响力的生物医学期刊和图书。

目前，Xia & He Publishing 旗下有 Journal of Clinical and Translational Hepatology (JCTH), Exploratory Research and Hypothesis in Medicine (ERHM) & Journal of Exploratory Research in Pharmacology (JERP) 三份期刊，其具有以下特色：

- 注重探索 (Exploratory) 及转化 (Translational) 研究成果的解读，促进科学假说 (Hypothesis) 的建立；
- 实行严格同行评审 (Peer Review)，确保论文质量；
- 提供开放获取 (Open Access) 文献，加强生物医学信息的自由分享，推动生物医药领域探索研究及其临床转化。



JCTH 是 Xia & He Publishing 与重庆医科大学附属第二医院合作创办的肝病研究英文期刊。其特点和进展为：

- 季刊，主要收录肝病领域的基础、临床或转化相关的研究论文。
- 2013 年 9 月发行第一期。截止到 2016 年 11 月，已出版至第 4 卷第 3 期，共发表 150 余篇论文，总被引次数超过 240 余次。JCTH 已被 PubMed Central、Google Scholar 等数据库收录。
- 从论文提交到首次决定信的平均时长为 24 天。采用优先上线的模式，所有论文从被接受到上线的时长为 10 个工作日。

ERHM 于 2016 年初正式创刊，现已出版 3 期；JERP 第一期已于 2016 年 10 月正式出刊。ERHM 和 JERP 都采用单篇优先上线的出版形式，目前的出版周期为季刊。

ERHM 和 JERP 主要收录创新的研究发现，或由前沿研究进展所支持的探索性研究论文和综述。ERHM 内容涉及医学研究的所有领域，包括但不限于疾病机制研究、创新型诊断和治疗方式等；JERP 则侧重于药物在各应用领域的药理研究，包括但不限于新药合成和药效、药物作用机制、毒理等领域。这两份杂志收录的探索性研究不一定要有复杂或完整的结论，但研究设计需要有数据支持，方法可靠，且结果真实可信。

同时，为了支持海外华人医学专家的工作，出版社自 2013 年开始整理和出版《同济医学院海外校友精选科研论文集》，2016 版的《论文集》收集了来自欧、美、日本等地的 31 位同济海外校友的 91 篇论文。该论文集不仅体现了海外校友的学术成果，而且反映了生物医学领域里的国际研究最新动态，其中包含了发表在当代顶级科学杂志，如《科学》、《自然》和《细胞》以及各专业一流杂志上的论文。该论文集电子版将和既往版本一起刊登在 Xia & He Publishing (华誉出版社) 网站。

2. 美捷登生物科技有限公司 (Medjaden Bioscience Limited, www.medjaden.com)

美捷登于 2005 年创立于中国香港，经过十余年精心打造，已成为致力于生物医药研究与发表服务的国内领先品牌。美捷登 2011 年在中国内地注册，2015 年在美国注册。现已是一家集科研论文编辑与发表、写作培训、课题设计、基金申请指导、国际学术交流、医药文件协助等业务为一体的全球综合性生物医药企业。

近年来，应广大科研单位和科研人员的要求国内 20 多个城举办了 100 余场 SCI 论文写作和发表方面的讲座及学习班，受到广大生物医学科研人员的赞誉。美捷登作为国内最大的医学学术交流的平台“丁香园”的“金牌供应商”，深受丁香园“站友”的信赖和赞誉。目前，美捷登与国内许多科研单位及主要研究者建立了良好的长期稳定的科研和论文发表合作关系。2015 年 10 月 17-18 日，美捷登与同济医学院海外校友总会一道协助 Xia & He Publishing 圆满地在同济医学院举办了“第一届国际医学研究与发表高峰论坛”。同济医学院陈建国院长为该论坛致开幕词。论坛期间，在美捷登的倡导下，成立了“中国英文科技论文编辑联盟”，并制订了《中国英文科技编辑行业规范》。

我们真诚地邀请您以任何形式与我们合作，包括但不限于担任期刊编委或审稿人，为期刊供稿，为医学论文提供学术和语言编辑，担任培训特邀讲者等等，为医学研究与发表以及新药研发做出更大的贡献。

如有意合作或有任何意见和建议，请给我发邮件 selinhe@xhpublishing.com 联系。我收到您的邮件后会立即联系您，并商谈合作事宜。

最后，祝各位湘雅海外学友 2017 新年快乐，阖家幸福！



11月11日于纽约长岛

参加芝加哥马拉松赛散记

梁晓珊（湘雅 79-8, 84- 研）

今年的芝加哥马拉松赛（芝马）已落幕 1 个月了。回想过去这半年来的点点滴滴，从年初报名抽奖，到收到报名确认时的兴奋，然后接下来十六周的艰难训练，到赛前的紧张兴奋，赛中的痛苦挣扎，以及冲过终点线刹那间的身心解放，一切都还那么清晰，仿佛就在昨天。

跑芝马是继去年 11 月 1 日纽约马拉松（纽马）后决定的。纽马是我的第二个全马，为跑纽马，训练付出了很多，对自己期望过高，结果几乎跑崩了，没有达到自己预定的目标。为此耿耿于怀，心想明年再跑一次纽马，誓有不达目的不罢休的壮志。思想斗争了一番，最后还是决定试试其他的马拉松。芝马是马拉松赛六满贯中的一个，其他五个是纽约（已完成），波士顿，柏林，伦敦和东京。如果完成芝马，就朝六满贯的目标又进了一步。

参加芝马可通过 guaranteed 或 non-guaranteed 途径。前者包括职业选手，非职业但达到一定成绩的精英选手（门槛很高的）和通过慈善募捐。后者则是通过抽签的方式。从 3 月 15 日网上注册抽签到 4 月 21 日收到“录取”通知书，有一段焦虑的过程。不过芝马中奖率远远高出纽马。我所知道的人当中，十有八九都中了。

接下来就是枯燥无味的训练。训练计划是因人而异。我选了 16 周初级水平保守的计划，目

标是破 5 小时，6 月 27 日正式开始。每周跑四次，每周总距离以及每次跑的距离和速度都有变化。一般工作日跑的距离 4 到 7 迈，其中包括一些速度训练，周末则是长距离的耐力训练，从 9 迈逐渐加到 21 迈。训练真的很无聊也极为辛苦，尤其是与医院值班有冲突时弄得焦头烂额，通常是早上 4、5 点起床跑完当天的计划后，再赶去上班。毕竟工作不能耽误，还靠它养家糊口呢！十六周训练结束时，大概完成了 95% 的计划，总共跑了 496 迈，平均每周 31 迈，

对于我这个初级菜鸟来说已经是尽了洪荒之力!

10月9号星期天是大赛之日。两周前就天天盯着看天气预报,盼望芝城有个好的天气。老天公还真给面子,大赛前后几天气候很适宜,不冷不热,没有大风大雨。7号星期五专门请了一天假,赶了第一班飞机早早到了芝城,入住了酒店。吃了早餐后稍微休息片刻就赶去 The Abbott Health & Fitness Expo 领取计时的号码芯片。Expo 真是人山人海,个个激情四射,身临其境,不想激动都难,连陪我的儿子都受到感染,兴致勃勃地游览各个 table,买了一些有用没用的东西。离开 Expo 已快二点了,坐出租车到了中国城吃了一碗兰州拉面,是芝马微信群里有人介绍的。味道还不错,不过比纽约法拉盛的拉面差多了。

儿子陪我来助威让我很开心,当然他也借这个机会欣赏了 Cubs 的第一场 championship game。儿子是 Cubs 粉丝。周五晚上,我们来到了 Wrigley Field 观看对旧金山 Giants 的第一场冠军赛,坐位不错,在靠近 first base 中场。整个球场 41268 个座位座无虚席,球迷们个个几乎疯狂,因为他们太想赢了。上次赢的 World Series 还是在 108 年以前,之后一直在 curse 的阴影下苟且偷生,今年终于有机会打破紧箍咒了,能不激动吗?就连我这半个粉丝都算不上的老太婆也跟着起哄,暂时也忘记了后天大

赛的压力。分享一个小小的秘密, Cubs 的 John Lester 是那天比赛的 Pitcher, 他曾经是波士顿 Red Sox 的第一球员,我可是他的铁杆粉丝,亲身体验他带领的球队赢球,很是开心, Go Cubs!

周五折腾了一整天,周六决定在酒店休息,哪也不去。儿子独自去了科技馆,而我的任务就是吃喝拉撒睡觉,顺便把跑步的行头和能量胶盐粒准备好,生怕忘带了什么。下午一点钟左右,老同学志强(湘雅 79-1)来电话问候,很热情的邀请我吃晚饭,盛情难却,也就借机与三十多年的老同学相聚(下图)。5点左右他来酒店接上我和儿子去中国城,在一家四川餐馆吃饭,味道很不错,为了赛前加碳,狠狠地吃了不少米饭面条。回到酒店后立马睡觉,希望保证 8 小时的睡眠时间。

大赛之日,清晨五点起床,

洗漱完毕,先喝一大杯白水,然后吃先天准备的早餐:一个大包子加一根香蕉。换上行头,带上腰带,能量胶把腰带塞得满满的,腰一下子宽了好几寸,也顾不得那么多了。6点20分准时出发走去起跑点,起跑点在 Grant Park,离酒店大约二十多分钟。天还没亮,大街上已是热闹非凡,4万多名来自世界各地的跑者把街道塞得满满的,大家朝着一个目标健行。加上一万多名义工和号称 170 多万名旁观者,整个芝城充满了活力和节日般的气氛。我们沿着 Michigan 道走到 East Congress 路口,也就是 Gate 4 入口处与儿子分手,他去与另一朋友会合,准备在半马处等待,而我则小跑去 Corral H 我的起跑等待区。芝马是依据参赛成绩分组排列起跑时段,实力最强的排前,越往后排实力越差。不过总成绩是根据过起跑线那一刻算起。



起跑点在北边 Columbus Drive。7点30分专业人士和精英分子们首先起跑，我们这些非精英人士要等到8点。站在准备区，感觉人真多，每个 corral 都有4千多人，几乎是肩碰肩，肘碰肘。等到我过起点线时已是8点20分，正式开始了26.2 miles的旅程。首先通过了起跑的地下道，拐了几个弯正式进入市区往北。高楼底下两侧早已站满了旁观者，声嘶力竭地为跑者助威！观众高涨的情绪很容易促使起跑太快，最后撞墙掉速，这是我去年跑纽马的一个教训。所以这次反复对自己说，不要超速，悠着点。

刚开始几迈我的GPS跟官方时间比较接近，渐渐的由于市区高楼的屏蔽，GPS定位有点飘移不定，开始让我分心。在半马处看到儿子高举牌子给力，也没停下来，基本上是按原计划配速直到19迈开始有点撞墙的感觉，意志开始动摇并怀疑自己是否能跑完，无疑影响了配速。过了中国城后23迈开始右下腿间歇性 shin splinter 痛，左 ankle 也开始抱怨，几次不得不停下来走几步，这样拖着两条疲劳伤痛的腿终于回到了 Michigan 道上。街道两旁热情的观众们形成了2迈长的人墙，大声嘶吼着加油，想找寻儿子的位置绝无可能。这时远远的大屏幕上看到了自己的身影，由很小很模糊渐渐变得那么清晰，赶紧向屏幕中的自己挥手致意。然后就是右拐一个上坡到26迈 - Roosevelt Road, 可恨到最后关头



左大腿也开始抽筋了，走也不能缓解，只好停下来拉筋。还好，不到一分钟，危机大有改善，赶紧提腿追赶前面的人，左拐进入南边 Columbus Drive, 最后200米一条直线，朝着目标，挥手带着微笑自豪冲过了终点线。刹那间身心一下得到解脱，情绪有点激动，眼睛也湿湿的，破5的目标达到了真开心(4:48:21)。当接受义工送来的祝贺和奖牌时也没忘了说很多声谢谢。

说到义工们，我真的为他们感动。芝马赛吸引了上万名自愿者，分布在不同的岗位。其中规模最大的是20个 aid station, 规格之高令人瞠目结舌。每个补给站至少有200名以上的义工，首先是医疗帐篷，然后是运动饮料至少有50多公尺长，再接著是水站也是至少50多公尺长，而且街道两侧都有。所有义工都尽心尽责，一点都不含糊。要知道，没有义工们的无偿付出，跑马完赛

的过程是很痛苦艰难的。在此向所有义工们表示衷心的感谢！

这次芝马赛算是有个圆满的结局，成绩比前二次全马有所提高。唯一有点遗憾的是错过了很多亲朋好友从各个不同城市源源不断送来的鼓励和支持，纽约、新泽西、丹佛、德州，俄勒冈州和当地芝城，还有从中国、伦敦发来的。他们的留言都显示在16-17迈的大屏幕上，而我有点过于专心，连屏幕都错过了。不过最终还是收到了所有的留言，在此真心感谢朋友们的支持。

有人说 Marathon is not a sport. It's an emotion. 非常赞同这句话。我从三年前波士顿马拉松爆炸后产生的 emotion, 并因此从零开始加入了跑步的行列，到完成三个全马的经历，整个过程都是自己 emotion 和人生的完整写照，只有亲身经历过的人才能体会到其中的酸甜苦辣。



美不胜收的犹他

李玉洁 湖医 90 研

当我第一次看见这张婚礼照片的时候，真的有一种美得让人窒息的感觉。称之为惊天之作一点不过。之所以被它电倒，不是因为新郎新娘的美貌，而是因为那一尘不染的背景，环境。世间竟能有如此美丽的仙境！好像武侠小说轻功的场景。是什么地方的湖可以让新郎新娘稳稳的站在镜面一样的水上？总不至于用特技来拍吧。强烈的好奇心驱使我拿出当年查文献的劲头查这神秘之地。

真是应了中国的俗话：不查不知道，一查吓一跳。原来这仙境一样的地方就在家门口——大盐滩。顾名思义，地上盖满了厚厚的一层盐。远远看去分不清是盐还是雪。说它大是因为占地 30,000 英亩！据说夏天盐滩里升起的热浪还可以形成倒影，让你感觉看见湖一样。盐滩来自冰川时期的一个大湖。也许像我们的洞庭湖一样慢慢干枯，大湖的水盐份越来越高，水分慢慢蒸发就有了今天的盐滩。

盐滩还以赛车闻名。每年 5 次比赛云集 世界各地的卡车，跑车，和摩托车高手于此。因为对赛车不感兴趣，所以也没有对此地感兴趣。没想到这还可以有水，还可以照出如此美丽照片。俺们村啊俺们村，要给我多少惊喜？立马决定一定要去大盐滩拍张轻功照。金秋的盐滩被水覆盖，宛如一面无际的镜子。温温的盐水让你的脚感受到什么是温柔，而不是带“棱角”的水。也不用担心鞋会掉进水里，倒是要当心鞋会漂在水上跑掉。这个让人忘乎所以的地方拍照是怎么照怎么好看。确实确实享受了一把轻功。

自从搬到盐村就安营扎寨不动了。这么多年来，每每自认为自己对犹他了解得不能再了解时，惊喜就出现了。为这看不尽的迥态各异的山山水水而着迷。同样地方，不同季节，不一样的体验。更不用说不同地方了。犹他除了 5 个国家公园以外，还有 40 个州立天然公园，23 个自然保护区，和 17 个自然历史地。现在最热门的 Wave 就是自然保护区之一。这的山有不同的颜色，这的水域有大有小。甚至可以看三文鱼洄游。犹他不仅是观光的胜地，而且也绝对是户外活动者和探险者们的乐园。

冬季来了，对我来说又到了开始欣赏雪景的美好时光。端一杯自己喜欢的咖啡，静静的欣赏窗外轻盈飘洒的雪花，遥望雪花后面的雪景，配上不同的音乐，享受不同的意境。喜爱雪山运动的人们已经欢天喜地的出发了。犹他有 14 个滑雪胜地。每一地方又有四通八达的各级雪道。我们家到现在也没把所有的地方滑完。游客们最熟习的就是冬奥会的地方 Park City。明星们最爱的地方就是 Deer Valley 了。当地人喜欢的是 Alta 和 Snowbird。你愿意是谁呢？在这我只能蜻蜓点水式的把这些美景匆匆一列。最过瘾的还是身临其境。犹他欢迎你。





撒哈拉沙漠游记

韶峰 (81 刘妙良夫人)

大女儿上大学后在家的日子越来越少，最近忽说暑假大部分时间都不回家了，临时决定利用春假陪她一起去旅行一次。老公最近忙走不开，小女儿学校放春假的时间不一样，只能我们俩人来个母女行了。问她想去哪，说是非洲，这可有一点为难我了，最后折中了一下，选了在非洲国家中最靠近欧洲的摩洛哥，那里有魂牵梦绕的撒哈拉大沙漠，订了机票，说走就走。我们游了卡萨布兰卡和马拉喀什后，跟随一个三天二夜的旅游团，一路奔赴

撒哈拉沙漠而去。经过两天的长途跋涉，第二天下午五点左右终于到了一处客栈，稍作休整，客栈后门出来便是茫茫沙漠，两排骆驼已在等候，还没反应过来便已经骑上骆驼往大漠而去了！

出发时狂风呼啸，学着撒哈拉人把头巾缠在头上挡沙，慢慢地习惯了骆驼的步伐，走入大漠深处，风渐渐变小，正是黄昏时分，夕阳给整个大漠镀上了一层橙色的光芒，层层沙丘起伏，湛蓝的天空纯净透明，更衬托出起伏沙丘的苍茫。三毛的撒哈拉沙

漠记读过无数遍，看过沙漠的照片和影片，定下行程之后也多次想象过沙漠的样子，但当它真真切切地呈现在眼前时，还是一下被这万里黄沙的磅礴气势所征服，那震撼，难以用语言来形容，甚至有点怀疑自己是否在梦里，就像梦幻般，途中劳累一扫而空，心里只有惊叹，用心去品味此时此刻夕阳西下黄沙万里绝人烟的意境。

一路往东走，夕阳在背后渐渐下沉，一轮银色的圆月却在前方的天空慢慢升起，此时此刻，

日月同辉，我们的驼队在漫天的黄沙中显得那么的渺小，而眼前的世界是如此纯净美好，涤荡着人的心灵，这时我才明白这撒哈拉沙漠为何让那么多人魂牵梦绕。驼队走了一个多小时，在太阳接近地平线的那一刻，我们停止步伐，静静地目视着它最后的辉煌，那一刻，两排驼队就像是排列整齐的仪仗队，庄重肃穆，向大自然致敬。

等到天全黑时我们到达了目的地，营地建在一片高耸沙丘的背面，有很好的避风港。这里搭了许多帐篷，最大的一个是餐厅，大家一起用餐，大饼就着热气腾腾的烧锅里的鸡块和蔬菜，感觉这就是世上最美味的食物了。

晚饭后跟同车来的旅伴们一起去爬象墙一样陡峭、小山般高的沙丘，沙子细腻松软，直没过小腿肚，踩一步退半步。刚到一小半就气喘吁吁了，不好意思让人等，坚持到一半路程妈妈就投降了，女儿跟着那些年轻人蹭蹭上去，不一会儿就走没影了。我干脆坐下来，静静地欣赏这沙漠的夜色。正是月中，明亮的圆月高挂在半空，满天繁星闪烁，沙漠的星空离我是那么近。月光很亮，根本不需要手电照明，微风徐来，今夜天气温和，没有想象中的云阴月黑风沙恶。不远处人们堆起树枝点起篝火，打起鼓、唱起歌、跳起舞来，欢声笑语中共度这令人难忘的沙漠之夜！

我们分到一个六人的帐篷，六张小床并列，床上有枕头和毛

毯，已是三月底，夜里并不冷，当地人就睡在露天。清早五点多被叫起床，懵懵懂懂地骑上骆驼又上路了。此刻风平沙静的，耳中只有骆驼的脚步声。

天渐渐发白，因为多云，背后的地平线上只有细细一道红色的霞光透过厚厚的云层，看来沙漠的日出是看不到了。前方的天空较晴，那轮圆月仍在低空，泛着淡淡的光芒，伴着我们的归途，真是一种大漠落月圆的美丽体验。天空渐渐由灰白色变成了浅蓝色，薄薄的云层像给天空笼了一层轻纱，此刻的沙丘是那么的安静和柔和。

虽然骑着骆驼行路并不舒服，但这点不适，连同前几天的车马劳顿，只为了这沙漠中的一夜，还是太值得了。我贪婪地睁大眼睛，希望这归程慢点结束，好让我将这美景多看些在眼里，多拍些在镜头里，多记些在心里。人在沙漠中，有种恍如隔世的感觉，原先生活的世界，好像离我们那么远，那些平时在意或烦恼的事，全部都烟消云散，此时此刻，只剩下日月星辰与漫天黄沙，别的一切都变得不真实了。然而没多久驼队就到了客栈，我们风尘仆仆带着满身的沙子又回到现实世界来了。为什么每次让人愉悦的旅途回程总比来时感觉要短很多呢？美好的时光总是分外短暂，因为短暂所以才更美好吧！

“

天空渐渐由灰白色变成了浅蓝色，薄薄的云层像给天空笼了一层轻纱，此刻的沙丘是那么的安静和柔和。

忆菊花台

山谷星 77 级

从记事时候起发现外祖母家台桌上有块精美石头，当时人矮够不到只能远远看着，天天端详她的模样。

该石头呈灰色，中央有一朵与实际大小相仿的大白菊平躺着并牵带两个中等的再围绕数朵小菊，花儿间的藤蔓被巧匠镂空悬浮起来，每朵菊花自然地落在讲究位置上，相束而不拥挤，相疏而不懒散，恰到好处，决不乱动。枝蔓生动的盘缠于大小花儿间象互联网般将她们围在一个群里，最大的那朵无疑是“群主”。大小菊儿全是自然神斧而就，瓣瓣舒展，姿态生动，没有点儿做作，在灰色基调衬托下花儿们更显洁白精湛，个个似睡莲静静躺着。

当某天我能触摸到的时候发现她不仅模样儿漂亮且手感也丝滑清凉，十足的冰美人！还发现“群主”居然能移动揭开，其内是质地细腻的墨砚，另一中朵儿也能挪动，里面是个盛水小槽。哇，原来这块美丽的菊花石真是个砚台！

好生向往与美人儿进一步亲密接触，可家人说必须先练好字才有资格使用她。打那后从描红开始去实现我的第一个梦想。终于有一天可以自己揭开美丽的花盖，盛满清清槽水，拿来块大墨慢慢研磨，感觉手指拟在柔软的绸丝上滑动，又象青蜓点水般轻快，磨墨濡毫的体验无比奇妙，至今仍揣怀。

我的菊花台，欣赏妳的婀娜姿态更喜爱妳深藏不露的情怀。不幸，红色风暴很快袭来，硬是摧枯拉朽般折断了妳的羽翼……最后借用周杰伦小弟的菊花台歌词：菊花残，满地伤，你的笑容已发黄，花落人断肠，我心静静躺。



Poetry

五律：秋叶

文/陈孝光（80级）

廖廓霜天里
缤纷叶落秋
晴窗飞碎雨
翠岭结金绸
解意西风劲
归心大地柔
微躯难自弃
焕彩染神州

行香子

文/陈孝光（80级）

白露银浆，草木金塘。
雁鸣归，秋暮残阳。
小园树瘦，簪果玲珑，
喜橙儿甜，栗儿脆，柿
儿香。

运命无常，岁月流芳。
夏方消，几近重阳。
且斟清酒，共月千觞，
任薇花疏，荷花瘦，菊
花黄。

十六字令：秋

文/陈孝光（80级）

秋
绿瘦红稀粉黛收。
霜天净
硕果满神州

【踏莎行】秋悟

文/孙新来（79级）

落木横飞，
清溪远去。
晚霞依旧情如故。
云边雁阵诉轻寒，
遥思静对空亭树。

四季轮回，
三秋感悟。
丰盈萧索寻常互。
寒来自有雪花飘，
春声韵起梅开处。

【七绝】秋思

文/孙新来（79级）

岁自增添水自流，
轻霜几夜染金秋。
凭栏目送归鸿远，
何日重登故里楼？

【五律】秋叶

文/孙新来（79级）

秋凉白露生，
遍野彩纷呈。
枝上翩翩舞，
林间浅浅鸣。
已知时日短，
更惜伴随情。
可记春风里，
依依月下盟？

行香子·望月怀远

文 / 杨兰

玉兔澄蟾，万里清光。
霎秋风，菊桂飘香。
金梧浸月，簪挂摇芳。
叹风之柔，秋之素，露之凉。

何年今夕，佳时任尔。
凭玉阑，目断东方。
千山万水，暮色苍茫。
献词几首，歌几阙，酒几觞。

09-15-2016

忆江南·秋柔

文 / 杨兰

秋景好，
入画缀罗绸。
暮熔肃金波灿灿，
蝉啾和韵曲悠悠。
能不恋秋柔？

10-21-2016

五律·鹭

文 / 杨兰

造化钟灵秀，
遨翔四海家。
坐观朝雾散，
俯瞰暮晖斜。
缎翼生昂宇，
绫罗藏贵华。
嗟乎名利就，
淡荡宛蒹葭。

08-05-2016

五律·秋叶

文 / 杨兰

一岁一枯荣，
霞妆盖绚英。
秋霜凋木末，
春雨润苞琼。
冽霰青松屹，
寒枝漏夜萤。
繁华随影掠，
盛世铸峥嵘。

10-19-2016

五律·初秋感怀

文 / 杨兰

暮霭照松枫，
斜晖几度红。
金秋收硕果，
伟业铸恒丰。
伉俪情深羨，
痴心万古同。
超群精湛艺，
惬意映仁瞳。

08-10-2016

七绝·论诗

文 / 杨兰

其一
日月山川入雅诗，
寻常俗务出神奇。
八音平仄天下事，
情到真时逸骋驰。

其二
秀丽婉约宋词瑰，
飘逸雄浑李杜魁。
各领风骚成一体，
心香自有雅章裁。

11-22-2016

取暖

文 / 陈联松

夜越睡越单薄
空气之冷幽深而无止境
后院的壁灯以菊花的颜色
在墙边四季海棠上如水过无声
西沉的满月让白桦树更白
让远处几株红松更红
你喜欢的流浪猫
在落地窗外从从容容走过
冬夜之幕
被猫静静地暖开了一道缺口
此刻
我的体温是最高的温度所在
因为有一半的热量源于你



(陈联松摄影)

中秋遥想故国

文 / 忆王孙

丙申年中秋 杨锦花

一轮秋月挂中天，
如水流光照玉栏。
故国人人展笑颜。
喜团圆，
唱彻笙歌夜未眠。

忆江南·秋风爽

文 / 海音 2015.8

秋风爽，故里转清凉。
月泊娥来同舸饮，
鱼游芦动对鸳藏。
灯火荡波光。

波光荡，江面脆笛扬。
霞去星浮山显影，
岭幽林静鹧啼乡。
酒醒在何方？

星夜

文 / 天竹

今夜
天空特别绚烂
象你涂满想象的画板
今夜
星星特别灿亮
象你的眼睛
被激情的火焰烧燃

禁闭在小屋里
只有窗外
这一方天空是你的
如此孤寂
你的天空
却如此亮丽

飞越窗屏
你的灵魂
随不羁的丝柏
伸向无垠
看夜风漫卷星云
用粗壮的弧线
刻画生命
看一轮新月
如葵花开放
用金色点亮梦想

所有苦痛的记忆
遇难的希冀
所有孤独的挣扎
无声的呐喊
都在这一刻
幻成岁月的企盼
在星空下
建起一座天上人间

那是远方秀美的山峦
流动的清泉
那是星光里宁静的教堂
熟睡的村庄
累了
你在这里息下



文森特·梵高 《星夜》

记忆的永恒

文 / 天竹

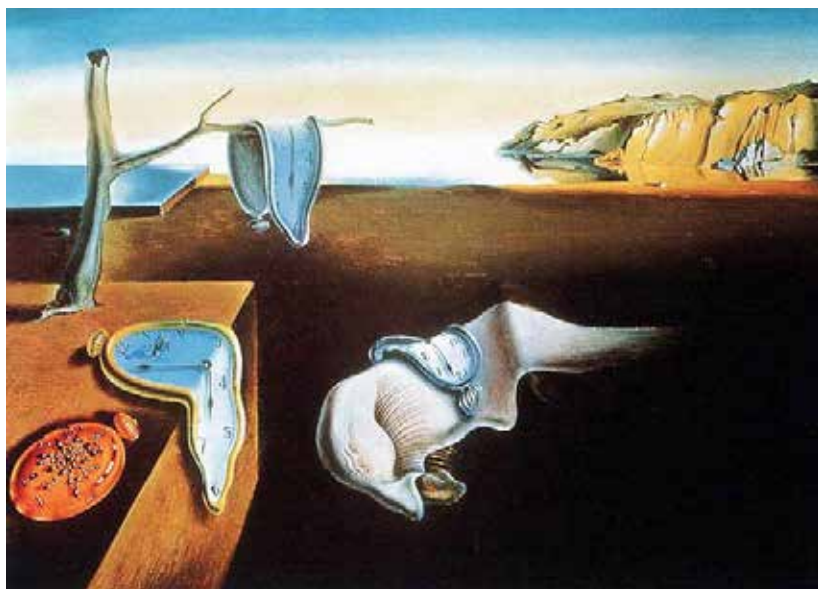
记忆
抹上脂粉
在真实与想象之间
在清醒与梦幻之间
伪装成一钩月
勾起窗纱
勾起夜幕
勾勒出你的容颜

过去
变成了曾经
未来躲进了
刚刚升起的黎明
仿佛看见
你从远方的苍茫走来
还未出现
就已走远

于是
我把大海
想象成你的秋波
把自己
想象成一个渔夫

时间的脚步疲软了
不经意地随处躺下
将我的世界
装进这一瞬间
没有生命
没有死亡
也没有了闪动的泪光

只有古老的山岩
站在晨光里
守着一个许诺
守着你的微笑
守着我们曾经约定的
天涯海角



萨尔瓦多·达利 《记忆的永恒》

摄影—李玉洁



摄影—李珍生





■ 摄影—李珍生

■ 摄影—李珍生



■ 摄影—李珍生





■ 摄影—78级李畅生



■ 摄影—78级李畅生



■ 摄影—78 级李畅生



■ 摄影—78 级李畅生



水果蛋塔的制作方法

黄燕 湖医 80 级 4 班

● 塔皮

黄油 100 克，面粉 200 粉，鸡蛋 1 个，砂糖 60 克

1. 面粉过筛，黄油室温下切成小丁，与一半面粉混合揉搓均匀
2. 砂糖与另一半面粉混合，加入蛋液，黄油面粉团一起揉好
3. 面团入冰箱冷藏 30 分钟后备用

● 蛋黄酱

1. 50 克砂糖，蛋黄 3 个完全搅拌至砂糖溶解，蛋液变白，加入 20 克淀粉混合均匀
2. 250 克牛奶小火加入一小勺 vanilla extract, 煮开关火。稍凉后倒入蛋黄液搅拌均匀。
3. 将混合后的牛奶蛋液重倒入锅内小火边加热边不停搅拌，直至变成浓浆状，拌入苹果小丁

取塔皮擀成比派盘略大的皮，3mm 厚左右

派皮盖上压去多余的皮，叉子扎几排小孔，烤箱 375 度，18 至 20 分钟即可。

再在蛋塔里摆上喜欢的水果。

● 苹果派

馅的做法

1. 柠檬皮半个，切成细丝；大些的苹果两个切丁，葡萄曼越莓干若干泡软
2. 砂糖 40 克平底锅内小火炒成金黄色，加入柠檬皮丝，苹果丁，半个柠檬汁炒两三分钟
3. 加入喜欢的水果，若干 almond 片，cinnamon powder, 炒至水分变干后加 15 克黄油，最后淋入 rum 酒提香气

将酥皮 (puff pastry) 擀成 3mm 厚度，取 7" * 4" 的做派底，剩下的边角料裁成适当的长宽度，在派底四周叠上围边，放入馅后在上面交错网格即可。可放冰箱 10-20 分钟冷冻以防烤时酥皮回缩。刷蛋液 400 度烤 25 分钟左右。





第二卷第三期

2016/12

