



# 上海医科大学校友会

## 简 报

2012 年第三期（总第五期）

上海医科大学校友会编

2012.04

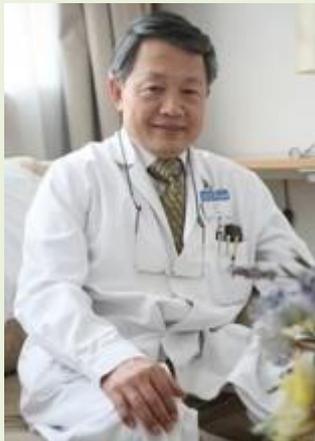
### 母校新闻

#### 华山医院教授、中国工程院院士周良辅荣膺上海市科技功臣奖

3月30日上午，2011年度上海市科学技术奖励大会在上海展览中心友谊会堂隆重举行。通过专家初评、复核，经上海市科学技术奖励委员会审定和市政府的批准，2011年度上海市科学技术奖授奖326项。我校有16个项目获奖。其中，科技功臣奖1项，自然科学奖4项，技术发明奖1项，科技进步奖9项，国际合作奖1项。

我校附属华山医院教授、中国工程院院士周良辅荣膺上海市科技功臣奖。邵正中教授领衔的“动物丝仿生制备中的关键问题”、司岑教授领衔的“基于超声造影确立肝肿瘤血供分型创建肝癌个体化微创治疗模式的临床应用”、樊嘉教授领衔的“肝癌肝移植适应证优化及复发防治策略”、董健教授领衔的“骨缺损坏死修复的关键基础技术及临床应用”和邵志敏教授领衔的“基于中国上海乳腺癌流行病学特征的肿瘤筛查和早期诊断模式的应用与推广”等5个项目荣获上海市科学技术一等奖。“编码与信息安全中若干问题的研究”等3个项目获二等奖。“具有特殊结构共聚物的分子设计、合成和性能研究”等6个项目获三等奖。小室一成教授获国际合作奖。

#### 周良辅，人脑禁区“扫雷”第一人



**周良辅院士** 1941年生，华山医院神经外科学教授，生物医学研究院双聘院士，上海医科大学校友会名誉理事。中国神经外科的领军人物之一。几十年来，他亲自操刀的手术就有1万多例。亲历了现代神经外科发展史的三个重要里程碑：20世纪60年代开始的显微神经外科，使脑部手术从肉眼发展到微观；70年代开始的颅底神经外科，突破了人脑颅底这一手术禁区；21世纪初期开始的微创神经外科，提出保留脑术后神经功能。他从医48年，致力于开展颅脑手术的创新性工作，被誉为勇闯生命禁区的“扫雷”第一人。为能闯入人脑的最底部，周良辅院士除了看门诊、做手术，几乎把所有的时间都用在看资料和做实验上。

在简陋的实验室里，他一次次在尸体标本上解剖研究，孜孜以求手术刀进入病变部位的最佳路线，终于独辟蹊径，改变了传统的硬脑膜内手术“入路”。在国际上率先采用了扩大经颅底硬脑膜外手术“入路”，并独创“三明治”法颅底缺损修复术。

## 上海医学院举行“传承雷锋精神·医时代”第二十三届学术文化节

3月20日，复旦大学上海医学院“传承雷锋精神·医时代”第23届学术文化节隆重开幕。上海医学院党委书记、上医校友会副会长兼秘书长程刚为学术文化节开幕致辞。

作为上海医学院学生活动的品牌项目，学术文化节一直秉承“正谊明道”的宗旨，向同学们传达作为医学生“拯民于水火，治患于病痛”的观念。今年恰逢第50个学雷锋纪念日，本届学术文化节加入了“学雷锋”的主题元素。

程刚书记对学术文化节给予高度评价。她认为，同学们在为期一个月的时间内，聆听大师智慧、碰撞学术火花、展现班级风采，在丰富校园文化的同时，提高了医学生的人文素质。她强调，学雷锋这一主题在当代仍具有重要的价值和意义。她寄语上医学子们“博学而后成医，厚德而后为医，谨慎而后行医”。

开幕式还邀请中西医结合系的吴根诚教授作题为“雷锋精神的思考和传承”的精彩讲座。吴教授就雷锋精神的思考和传承问题进行了深层次的阐述。吴教授首先将雷锋精神与周恩来精神联系起来，总结出它们的共同点在于无私奉献、鞠躬尽瘁；随后，与大家分享自己的亲身经历，雷锋精神与周恩来精神都对他的成长有很大影响。他希望，上医毕业的医学生都能成为白衣雷锋。除了具有扎实的知识之外，更要在内心关心、爱护病人，有医者的无私大爱。吴教授的讲座资料丰富、内容翔实，还穿插自己的亲身经历，引人入胜，博得了同学们阵阵掌声。讲座结束后，吴教授还耐心回答了同学们提出的问题。

## 复旦大学关心下一代工作委员会荣获上海市教育系统先进集体称号

3月31日，上海市教卫党委在上海教育会堂讲演厅举行关心下一代工作暨“双先”表彰大会。复旦大学关工委和复旦学院分会荣获“上海市教育系统关心下一代工作先进集体”称号，关工委材料科学系分会荣获“2011年上海市教育系统基层五好关工委”，陈永青、韩宗英、王增藩荣获“上海市教育系统关心下一代工作先进工作者”称号，陈永青任课题组长的《关于当今大学生党员对党的认识和入党动机状况的调研报告》荣获一等奖；刁承湘任课题组长的《复旦大学医科研究生社会主义核心价值观教育研究》荣获二等奖；另有三个示范特色项目入编《上海市教育系统关心下一代工作示范特色项目》，它们分别是：《党建辅导员 引领成才路》、《“晨夕有约”老少结对》、《经典读书 探讨真理》。张永信代表复旦大学关工委领取先进集体奖，陈永青代表课题研究项目领取一等奖。

## 公共卫生学院成功举办欧盟第七框架 HESVIC 项目会议

3月26—30日公共卫生学院主办的“越南印度中国卫生系统监管与规制研究（HESVIC）”在上海举行。该项目以孕产保健为例，研究越南、印度和中国的卫生治理和监管过程。该大型合作项目由来自英国、比利时、荷兰、印度、越南和中国六家医学院和研究所的研究人员共同合作。复旦大学公共卫生学院钱序教授为中方负责人。参加本次会议的研究人员就不同国家间研究结果比较和进一步可能产出的新知识、理论和方法进行了深度研讨。

## 妇产科医院全面启动三甲专科医院等级评审工作

3月19日，妇产科医院召开了“复旦大学附属妇产科医院等级评审动员大会”，标志着等级评审迎评工作的全面启动。为全面促进医院管理、技术和服务水平迈上新台阶，确保三甲专科医院等级评审工作的顺利开展，妇产科医院高度重视，成立了以邬惊雷院长、华克勤书记为组长的等级评审领导小组，下设工作小组，组长为李斌和李笑天副院长。近期，工作小组将制定迎接等级评审实施计划，分解任务至各分管领导和职能科室，并督促各科室抓紧组织学习和开始迎评。

## 金山医院完成整体搬迁

2月6日，位于金山区龙航路1508号的复旦大学附属金山医院新院以崭新的面貌，迎接来自四面八方的患者，顺利实现了整体迁建。安全“转移”了350名住院患者，全院30个临床和医技科室的所有设备以及21个各类病区，进入了正常运行状态。

金山医院新址的占地面积从原先的100亩扩大至185亩，建筑面积从5.1万平方米扩大至8.4万平方米，核定床位也从600张增加至700张，新门诊楼（每间10平方米以上）总共123间的独立新诊室。附近的G15和S4高速公路、即将建成投入运行的轨道22号线以及金山城区内的3条新开公交线路，为病人求医提供了交通便利。新医院还在地下和地上设置了近600个机动车停车位。这也是新中国成立以来上海市最大规模的医疗资源布点调整项目——上海郊区三级综合性医院“5+3+1”建设项目中最早开工、最早竣工、最早启用的一家医院。

## 日本九州大学代表团参访复旦大学附属上海市公共卫生临床中心

3月30日，在复旦大学国际经营技术讲习所理事长牧野长生先生的带领下，日本九州大学全球感染症中心主任Hayashi Jun一行8人莅临中心参观交流。中心副主任卢洪洲接待来宾，双方就突发公共卫生事件的应对及医院感染控制措施与方法进行了交流，并表达了进一步加强合作的愿望。中心感控科以及科研部门和医技部门的负责人陪同接待。随后，代表团一行还实地参观了中心。

## 全校附属医院的医疗资源整合工作开始启动

3月15日，复旦大学医管处卢清副处长等一行来到复旦大学附属上海市第五人民医院，进行全校附属医院妇产科医疗资源整合调研。调研工作旨在落实今年“复旦大学附属医院工作会议”的要求，整合附属医院的医疗资源，优势互补，向群众提供优质医疗服务的会议精神。医疗资源整合将以妇产科为基点，先行先试。

第五人民医院向明副院长表示，医院在学校及上级行政部门的支持下，成长为具有区域影响的三级医院，妇产科也得到较快发展。面对就医人群、复杂病例增多的情况，通过医疗资源整合，一定能极大提高我院妇产科的医疗能级。调研会上，第五人民医院医务科和妇产科负责人分别介绍了第五人民医院院妇产科与复旦大学上海医学院妇产科学系、复旦大学附属妇产科医院在医、教、研工作交流中的经验与收获。院校双方就新的合作模式进行了认真、热烈地探讨，并顺利完成了预定调研议题。

## 2011 上海大学生年度人物周姝



周姝是上海医学院 2007 级法医专业的学生，一个来自普通单亲家庭的女孩，父母离异后，她和母亲相依为命，两人一直靠低保维持着简朴的生活。然而，尽管家庭条件并不宽裕，却并不能阻挡她幼小的心灵绽放出自信的光芒。

她深知家里的难处，就利用课余时间打工，既赚学费，也是养家。本科五年，她几乎从不向母亲伸手。她的忙碌，让母亲非常心疼和自责。周姝安慰母亲，能通过劳动承担自己的学费，对自己负责，原本就是一件很自豪的事。学校里，她作为班长组织的各项活动都有声有色，在学校的团日活动中获得优秀班级的称号。在班里，她第一批入党，并带领入党积极分子参加党章学习，班级的女同学更是全数加入中国共产党。她学习成绩优秀，曾获得国家励志奖、上海市教育发展基金会自强奖、叔莘奖、校优秀学生等荣誉。今年，保送法医专业的研究生。

在母亲的支持下，周姝从初中开始就与闸北区福利院的两位孤寡老人结对，常常去福利院看望爷爷奶奶，给他们带些衣物，带些水果，带去自己的一份关爱。两位老人膝下没有子女，每当逢年过节，她总要去福利院看望两位老人，将福利院的老人当成亲人来照顾，将志愿者当成一项事业来完成。从一个系红领巾的孩子到今天的法医人，无论寒冬酷暑都风雨无阻，她的身影总是出现在福利院里，至今已经始终如一地坚持了十一年。有一次，周姝去福利院，听说奶奶病了，她立刻拿出刚刚从学校得来的奖学金，毫不犹豫地给了爷爷奶奶。在她眼里，这两位老人已然是她的亲人，她的家人，她以亲人的身份无微不至的关怀他们，无所不至的关爱他们，用家的温暖包围他们，她用一颗爱心去做了一件平常但不平凡的事。

她一直牢记并践行着“正谊明道”校训。她热心公益事业，多次参加社区街道的捐款捐物活动，给邻居的孩子们辅导功课，这些对常人来说看似平凡却实践甚少的爱心，周姝始终坚持着，并且把它传递给更多的人。2007 年担任特奥会志愿者时，周姝在手腕骨折的情况下忍痛坚持培训，非常出色地完成了各项任务

对志愿者事业的热爱和持久的付出为周姝赢得了很多荣誉，如：2004 闸北区优秀青年志愿者提名奖，2007 年特奥会优秀志愿者，2010 年全国大学生德孝楷模，2011 年上海医学院优秀志愿者一等奖等。

### 校友工作动态

## 欢迎校友参加今年 5 月复旦大学 2012 年校友返校月活动和

### 2002 届毕业 10 周年校友返校日活动

为了推动校友与在校生的互动和交流，增进校友、母校和社会各界的联络，助力在校生的职业规划和校友的职业发展，复旦大学每年 5 月举行“校友返校月”，以“汇聚校友，感恩母校，分享成功，励志前行”。

今年 5 月“校友返校月”将开展系列活动和校友论坛，逐步推动“复旦大学校友职业发

展平台”的建立和发展，为在校生的未来职业规划等方面提供咨询和支持。同时，逐步推动成立行业和兴趣类分会，拓展校友会活动的组织形式和内容。在此活动期间，若各班级校友、各地校友会举行系列活动，请提前把活动计划告知复旦大学校友会。

6月2日，将在复旦大学江湾校区隆重举行2002届毕业10周年校友返校日活动，邀请2002届校友组织起来，回校聚会。目前，活动正在积极筹备中，广泛寻找2002届校友和班级联络人，希望得到2002届校友的关注和支持。

## 上医校友秦伯益院士等 30 位院士签名反对中式卷烟项目入围国家科技奖

今年3月22日，科技部国家科学技术奖励工作办公室发布第67号公告，公示2012年度国家科学技术进步奖受理项目目录等。其中，工信部旗下国家烟草专卖局推荐的“中式卷烟特征理论体系构建及应用”名列其中。近日，科技部回应称，卷烟参评科技奖一事正依程序正常进行。对此，30位院士疾呼：有关部门要严肃面对公众期待及国家形象，尽快给社会一个明确交代。

此次联名反对的30位院士，多数来自中国工程院医药卫生学部，带头签名的是秦伯益院士和钟南山院士。秦伯益院士的看法是，烟草行业总以它是国家纳税大户作为自己骄人的业绩。殊不知，国家从烟草税收中的所得还不足以支付由烟害造成疾病的医疗费用支出，更遑论其他多方面的损失。如果政府只看到烟草行业上交的税收，而不顾烟害对吸烟者和众多无辜者的伤害，那还是“以人为本”的“科学发展”吗？那还算对人民负责吗？4月9日，秦伯益和钟南山等30位院士联名致信《中国科学报》，对“中式卷烟”项目入选国家科学技术进步奖候选项目表示严重关切。

30位院士联名信全文如下：

最近我们注意到，“中式卷烟特征理论体系构建及应用”进入2012年度国家科学技术奖项目公示名单的信息正引起社会舆论的广泛关注。几乎所有的媒体报道，均对此表示失望、遗憾、不解，甚至愤慨。作为有良知的科学工作者，我们对新闻媒体就此事表现出的正义感及科学素养表示声援，并旗帜鲜明地表达自己的立场：我们反对一切形式的，可能会对中国控烟事业产生不利影响的任何行为，并呼吁有关部门切实承担起对中国控烟事业的公益职责。据科技部公示材料称，“中式卷烟特征理论体系构建及应用”项目在中式卷烟风格特征评价及聚类研究、影响卷烟感官舒适度的关键化学组分割析及调控、卷烟系统化调香等关键技术方面有重大突破和创新，构建了具有中式卷烟特色的理论调控体系。其经济和社会效益一栏则显示，项目研究成果已在多家烟草公司直接推广应用，三年来累计实现新增销售收入1735.74亿元，新增利税1421.8亿元。我们认为，该项目的本质，就是通过技术手段提高卷烟吸引力，从而达到促进烟草消费的目的。这在其宣称的、凭借该技术所实现的上述经济指标中已得到明白无误的体现。作为企业，自然会以追逐利润为目的作些研究（事实上，此类行为在国际范围内也被认为是违背企业社会责任原则的），但科学技术有其伦理要求，那就是不能违背基本的社会正义。在烟草问题上的基本社会正义，就是反对各种鼓励或变相鼓励吸烟的行为，因为这将导致更多人的健康问题，损害更多人的生命质量，并增加家庭和社会负担。拿社会正义考量，该项目只能归为见利忘义的范畴，以国家科技进步奖的名义加以肯定并鼓励，显然为社会大众所不容。至于该项目对《国家科学技术进步法》和《国家科学

技术奖励条例实施细则》若干理念及规定的违背，对世卫组织《烟草控制框架公约》若干原则的公然挑战，许多专家已多有论述，并见诸报端，不必赘述。令人痛心的是，以科学共同体名义公然违背世卫组织控烟公约的现象已不止此一例。谢剑平教授以其“减害降焦”研究获得三次国家科技进步奖二等奖，更于 2011 年以此为基础申报中国工程院院士获得成功即是明证。“烟草院士”争议未止，卷烟科技再起波澜在全面禁烟已成共识的当下，仍然一而再、再而三地出现此类事例，不能不令人深思。我们认为，其中根源，既与部分政府官员的控烟意识仍不到位有关，也与企业利益集团对社会正义的蔑视有关。群情激愤，其善良目的就是及时纠正这一违背世卫控烟原则的做法，以对渐趋严峻的我国控烟局势形成些微遏制的力量。如今，中国正极力树立自己负责任的大国形象，这在节能减排、消除贫困等领域已经取得举世公认的成绩；我们特借《中国科学报》一角，大声疾呼：有关部门要严肃面对公众期待及国家形象，尽快给社会一个明确交代。（全文转载 《中国科学报》）

秦伯益（上医校友） 钟南山 胡敦欣 雷霖霖 于德泉 卢世璧 张金哲（上医校友） 甄永苏 闻玉梅（上医校友） 姚新生 黎介寿 饶子和 郑守仪 石元春 黄志强 石学敏 范云六 李载平 刘彤华 刘玉清 孙燕 匡廷云 肖培根 程书钧 项坤三（上医校友） 池志强 盛志勇（上医校友） 陈冀胜 李 宁 沈倍奋

## 上医校友张素春教授研究团队取得突破性研究成果

张素春教授于 1989 年毕业于上海医科大学获得硕士学位并留校工作，1992 年赴美国留学，1996 年获得加拿大萨斯卡其温大学生物学博士学位。后受聘于美国威斯康星大学，主要从事神经干细胞生物学和脑移植研究，他首次将人胚胎干细胞分化成神经前体细胞，将胚胎干细胞分化成各种类型神经元及胶质细胞。2002 年获美国麦迪逊市最佳科学家奖，2005 年成为美国国会关于干细胞研究听证会证人。2006 年起受聘为复旦大学上海医学院长江学者，解剖与组织胚胎学系特聘教授”。

2011 年，张素春教授领导的研究团队首次成功地利用人类多能干细胞分化生成了星形胶质细胞推动了神经疾病新治疗策略的开发。最近，团队又发现和证明源于人胚胎干细胞的 GABA 能可以修复运动障碍，对治疗人类亨廷顿病有重要意义，是干细胞研究领域的重大突破。这一重要成果已经发表在国际著名期刊《Cell Stem Cell》。文章发表后，迅速被国内外媒体广泛报道，引起了科学界与社会各界的高度关注。极大地振奋了上医解剖和组织胚胎学系师生员工的精神，鼓舞了大家的干劲，扩大了上医这个古老的国家重点学科在国内外外的影响。这一成就的取得，离不开上医校友张素春教授对母校的热爱，离不开他对解剖学科青年人才队伍建设的高瞻远瞩，离不开他多年来顶着巨大压力，坚忍不拔、全心全意、呕心沥血的工作和始终发扬上医人精诚团结、无私奉献、实事求是、勇攀高峰的精神。近日，上海医学院解剖与组织胚胎学系发出向以上医校友、长江学者张素春教授领衔的干细胞研究团队学习的决定，号召全系师生员工向他们学习，弘扬团队精神，积极投身于学科建设，加快学科建设步伐，取得更大成绩。



## 90 高龄老校友 爱国爱校情意深

### ——朱云峰和刘湘云近日母校相聚

1939 年，朱云峰和刘湘云同时考入国立上海医学院，成为同班同学。在校期间，她们情趣相投，很快成为要好朋友，1943 年，刘湘云随校迁往重庆，朱云峰留沪。毕业后，刘湘云受聘上海中山医院儿科，师从前辈著名儿科专家陈翠贞教授，从事临床医疗和教学工作。1946 年，朱云峰赴美求学，相互书信往来。1952 年，上海医学院创建儿科医院，刘湘云逐渐成长为一名业务娴熟、医技精良的儿科医生。在小儿传染病流行年代，为阻断传播，控制流行做出过巨大贡献。退休后仍活跃在专家门诊、学术研讨、人才培养、健康教育、社区服务和书刊编写等工作中，为我国少年儿童医疗卫生的伟大系统工程奉献余热。



朱云峰在美国也成为一名儿科医生，之后和先生王教仁成立阿灵顿国际公司。夫妇二人致力于中美两国的科技交流与合作，对加强中美关系做出了卓越贡献。1979 年，他们夫妇就为上海联络到价值 6 亿美元的飞机尾架来料加工，并培养了一批飞机制造师，促进了我国的

飞机制造业尽快赶上世界水平。

由于历史原因，朱云峰和刘湘云曾一度中断联络，很长一段时候后才恢复。朱云峰每次回沪都要争取和老同学刘湘云、陈忠年、金汉珍、徐肇玥和秦启贤等聚会，回首往事。如今她们都已 90 高龄，对母校上海医学院和同学校友满怀感情，非常关注上医的发展。刘湘云一直担任上医校友会理事，朱云峰多次在家中接待上医领导和校友来访，给母校支持和帮助。

## 校友随笔

# 珍惜现时 享受余生

【纽约】 陈松鹤

又一位同学好友悄悄上天了，从受邀到离走，才几个月。进入花甲老年的我们这代人，兔逝狐悲之后，痛定思痛。天堂路可遇不可求，人间道还得往下走。

康熙“还想再活五百年”，只是说说而已，毛主席“万岁”，只是叫叫而已。我们离七、八十岁的平均寿命(美国 78 岁，中国大陆 73 岁、香港 82 岁、台湾 79 岁)，不到二十年了，弹指之间。扣除“看不见，食无味，走勿动，全忘记”的终老期之外，可以自我支配并自由享用的时间还有多久呢？步入老年，顺应自然，及早退下，不与天公试比高。

过去的已经过去，永不回复；未来如海市蜃楼，尚不可知；只有现时才是老天赠予每个人实实在在的礼物，唾手可得。好好珍惜身边的，时时在乎眼前的，细细享用到手的，美美品味口中的。真真切切、快快乐乐地过好每一天，才是人生最重要的、最受用的、最幸福的。决定生命长短有三大要素：基因、遗传；生存环境；思维及生活方式。唯有后者完全能由自己把握和掌控，对于提高老年生活的品质，其作用并不亚于物质条件。中年进入老年，人体经历了激素失衡后自动适应的过程，然而思维及生活方式的改善和调整，必须依靠自身努力才能得以完成。

进入老年，享受余生，心态上要确立**三视**。**视身渐老**：不急不赶，不争不火，量力而行，防病治病；**视心不老**：继续老爱好，发现新兴趣，接受新事物，与时俱进，学习到老；**视死如归**：来自大地回归大地，坦然而归，“质本洁来还洁去”，安乐而去。

进入老年，享受余生，观念上要学会**三自**。**自立**：积谷防老，立足自身，不靠福利，尽早规划好余生；**自助**：学会做家务，学会打理自己的事，学会独处和孤独，适应二人天地甚至独身世界；**自乐**：自找乐子，自娱自乐，寻回童趣，自得其乐，兴致勃勃，豁达开朗，原谅伤过你的人，忘却让你伤心的事，还清你欠人的情，无怨无憾，自由自在。

进入老年，享受余生，生活上要坚持**三不**。**不烦**：远离劳力事和利益事，人不烦，回避麻烦事和是非事，心不烦，懂得糊涂，要会舍弃，学习说不；**不省**：心仪的东西要买，想去玩的地方要去，该享受的要舍得，应当用的钱要化，眼睛一闭，钱就是纸；**不等**：箱藏的靓衣即穿，感兴趣的事快做，没有实现的老梦要圆，未回报的旧恩去报，想做的好事就做，时不待我。

进入老年，享受余生，健康上要遵循**三动**。**动手**：动肢舒筋活血，做操、散步、旅游、跳舞、打拳-----，动则活，动则通气，动则勃勃生机；**动脑**：读书、看报、写作、下棋、学电脑-----，观察、分析、思考，不锈的大脑才是生命之本；**动心**：看重交情，善于交流，聚旧雨，交新生，浅则人际交流、信息交流、经验交流，深则思想交流、信仰交流、心灵交流。

手-脑-心的循环和互动正是人体生命力之所在。

进入老年，享受余生，与儿孙相处要注意**三少**。**少管**：留给双方多一些空间，距离就是美，儿辈已中年早就断奶，孙辈更无抚养之责；**少留**：给儿孙留财不如留才，为不肖子孙留财可能反而害了他（惰、赌、嫖、毒），争气的后辈挣得比你还多，守住老本，拒绝啃老；**少望**：儿孙自有儿孙福、儿孙路，莫把儿孙的成败当作自己的胜负，少把养老和孝道的希望寄托在儿孙身上，少一份期待少一些失望。亲情是爱的双通道，并非单向的奉献。有多少华人老年父母“望子成龙”、“养儿防老”的美好愿望，反成拔苗助长、龙头蛇尾的无奈结局，甚至落得房财二空（房被占钱啃光）、累苦终老（服侍第二第三代）的悲惨余生，要引以为戒。

进入老年，享受余生，同老伴的关系做到**三相**。**相得益彰**：投合迎合配合，展开婚后的再次磨合，同趣同爱同好，求大同存小异；**相敬如宾**：互尊互敬，至爱至亲，善待善终；**相依为命**：互帮互助，互扶互靠，共担艰辛困苦，共尝酸甜苦辣，共享夕阳美景，共走茫茫天路。老伴老伴，不是各自飞的同林鸟，而是志同道合的老伴侣，更是心手相连的生命共同体。

对于打工族来说，退休后才有时间、金钱、健康三者皆全的这么一点点黄金岁月，是唯一的，也是最后的，应成为人生的制高点。尚存的“看得见，食有味，走得动，不忘记”的美好时光，弥足珍贵，稍纵即逝，务必牢牢抓住，紧紧把握。

**注**：篇首之“上天之人”为上医校友刘俊，前上海市卫生局局长兼党委书记，曾二次在中共中央政治局学习会议上作“医疗改革”的报告。今年5月因鼻塞发热起病，诊为恶性淋巴瘤，10月离世。