

### 做个好邻居

知言

这几天，一则“假日饭桌”的新闻温暖了很多人，也让人们再一次对“远亲不如近邻”这句话有了更深感触。

家住浙江省宁波市海港社区的吴师傅，患有视力残疾，只能隐约看到些许光影。对他来说，做饭一直是个大难题。平日里，吴师傅在福利院打零工，一日三餐全在单位食堂解决，但到了休息日，就只能买些现成的馒头、咸菜应付一下。

4年前，与吴师傅同住一个小区的周月英得知了他的处境，便和老伴儿一起，以“自家菜烧多了”为理由，敲开了吴师傅的家门。

这张“假日饭桌”，一摆就是4年。每逢节假日，周月英和老伴儿都会给吴师傅送去热气腾腾的一日三餐。担心吴师傅吃得卫生，老两口儿把自家闲置的小冰箱送了过去；怕吴师傅吃得不安全，鱼虾蟹螺的刺和壳，夫妻俩都尽量挑出来……

千万家邻，孟母三迁，古人自古重视邻里环境。如今在城市，虽然邻里之间的走动越来越少，但像周月英这样的好邻居，谁不希望遇到呢？

每个家庭都离不开邻里环境。遇上一位好邻居，会让幸福感油然而生。相反，邻里关系处理不好的话，不仅影响心情，甚至有可能影响到工作和生活。

想要拥有好邻居，首先要把自己变成好邻居——关心邻里，扶危济困；亲善邻里，互敬互爱；礼让邻里，和睦相处……就像周月英一样。

如果邻里之间都能和睦相处，相信整个社会也会越来越好。



5年军旅生涯，给张新军留下的是终生的财富。无论在部队、派出所，还是辞职到外地闯荡，他始终像一名战士，不断冲锋。去年3月，他回到沧州，以合伙人的身份经营起沧州包记甜心食品有限公司。店面要大，设备要全，产品要多……投资金额一涨再涨，别人看到的是风险，他却从中嗅到了商机。

# 冲锋，向着下一个山头

本报记者 张智超

晚上8点，位于水月寺街的“包记甜心”顾客盈门，人来人往。此时，和卖场隔着一道玻璃墙的经理办公室中，张新军的抖音直播间里同样热闹。

去年3月，在外打拼10余年的张新军回到沧州，以合伙人的身份经营起沧州包记甜心食品有限公司。近一年时间里，像这样的直播，张新军参与了无数次。直面挑战，从最初的紧张失措，到现在的从容不迫，张新军说：“人生就是一次又一次的挑战，要不断向下一个山头冲锋。”

## “山”的另一边

39岁的张新军是南皮县蒲洼镇西唐家务村人。

“小时候不懂事，不爱学习，总想着离开学校，去更远的地方看看。”过早走出校园，是张新军最大的遗憾，但遗憾中也有满足——受父亲影响，他从小就渴望成为一名军人，而这个愿望，在他离开学校的那一年实现了。

5年军旅生涯，张新军获得不少荣誉，更收获了终生的财富，那就是敢于挑战任何困难的勇气和毅力。

退伍后，他来到南皮县的一个乡镇派出所，成为一名包片民警。这份工作繁杂琐碎又容不得半点马虎——撰写文字材料、为群众解决各种难题，是他的日常；直面危险，参与抓捕犯罪嫌疑人，也是他的职责。

张新军小时候，父亲为了激励他，曾说过：“生命不息，战斗不止！”也许是受这句话的影响，2012年，已经适应乡镇派出所工作的张新军，决定去“山”的另一边领略不一样的风景。

张新军去了北京，在一家甜品公司当司机。“这工作没什么技术含量，工资特别低。”那时候，张新军刚成家不久，为了在北京生存，也为给家人更好的生活，他同时打3份工，不光兼职送货，还利用晚上时间卖文具。

张新军拼了命地工作，每个月寄回家的生活费也越来越多。但他明白，如果满足现状，不努力提升自己，这或许就是他人生的天花板。

“买什么都不如买知识！”张新军开始充盈自己的头脑。

在北京的头3年，他只穿从家里



▲张新军(左一)指导店员规范化陈列商品

▲张新军(右)检查在售商品质量

带过去的旧衣服，一件新衣也没舍得买，却把一半的生活费花在参加各种技能培训上。妻子心疼他，他说：“如果学识不够，穿再好的衣服也撑不起人。”

## 成为更好的自己

张新军的努力没有白费。随着能力增长，他从司机变成了生产者、管理者，直至企业副总，月收入从几千元涨到3万多元。可即便如此，他仍住在集体宿舍。每月租金

两三千元的房子，他觉得奢侈，但花好几万元用于学习，他从不心疼。

张新军一路成长，他任职的那家甜品公司，也实现了年产值翻倍式增长。

即便取得如此成绩，张新军也没有满足。在他的字典里，“满足”这个词就不存在。

2020年，张新军跳槽到唐山“包记甜心”总部，担任运营总监。

因为学历低，张新军的工作能力受到质疑，但他并不在意，“学历不能完全代表能力。”

他很快就策划了一次推广活动，从氛围打造、商品陈列，到店员销售、奖励机制……做了大量工作。“那次活动效果特别好，单店单品销售数量从不足200个暴涨至1500个。”随后，张新军又用了20天时间，将单店每日销售额从3000多元提升到了9000元。至此，张新军在新东家站稳了脚跟。

在唐山连开3家分店，到衡水开拓新市场，并实现单店单日12万元的销售额……张新军越挑战越有信心。与此同时，一个想法在他心里慢



常有人问他：“当初投资这家店，花了那么多钱，就不担心吗？”张新军笑着回答：“还真没有。一是因为确实没时间，二是与其担心未来，我更愿意把精力用在思考如何消除隐患上。”

如今，张新军仍保持着每月读两本书的习惯。“其实有些书很难读，但就像我做过的事一样，虽然很难，收获却很大。成长不就是在一次次挑战中获得的吗？”

从小到大，魏校通对职业的规划有且只有一个，那就是当医生。魏校通说，医生不是神仙，但他愿意用百倍努力去提升

# 为生命停留得更久些

本报记者 康宁

近日，35岁的沧州市中心医院口腔颌面外科医生魏校通，应邀参加了第68次日本口腔外科学会总会·学术大会，并在会上汇报了最新科研成果《干细胞在颌骨再生中的应用》。

这一成果是由他和科室团队在长期的肿瘤、创伤及面部发育畸形等所致颌骨缺损的临床治疗和基础研究取得的，受到来自中国、美国、日本等国多位口腔医学专家好评。

他说：“那一刻，我代表的不仅是我个人，还有我身后的祖国。”

整形外科功能相似，其实不然。口腔颌面外科以治疗为目的，从颅底到颈根，在这些涉及广泛且复杂的解剖部位中，口腔颌面外科医生的工作既包括肿瘤根治手术，也包含重建软、硬组织缺损和重塑生理功能的内容。正因如此，相比于其他口腔专业，一名合格的口腔颌面外科医生需要经历至少10年的培养周期。

所以，魏校通对自己有着清晰的规划。他不断充实自己，提升技能。2019年底，经过层层选拔，他被河北省卫健委公派到日本进修口腔医学博士学位。

## 执着梦想

“如果不做医生，你会做什么？”这个问题，魏校通似乎从来没有考虑过。

他出生在医学世家，对医学有着一份源自血脉的执着。正是这份执着，让他在医科大学研究生毕业后，来到沧州市中心医院口腔颌面外科工作。

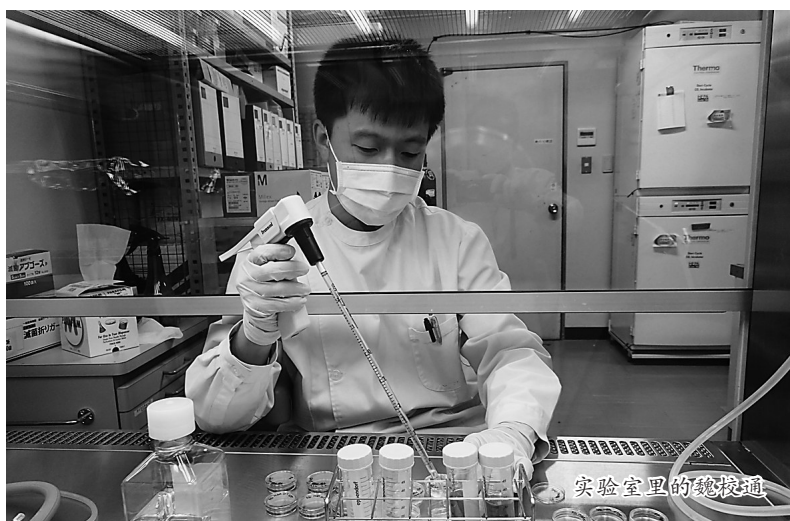
很多人以为，口腔颌面外科与

## 异国求学

在日本求学期间，教室——实验室——宿舍，“三点一线”的生活紧张而又枯燥。但魏校通并不满足于此。他坚信，医学研究更能实现科学价值。

在教授的指导下，魏校通开始进行脐带干细胞成骨实验。这项实验从脐带中提取干细胞，通过科技手段，再生成骨头。

再生，代表希望。从实验开始，到一个阶段实验完毕。每天，魏校通都要到实验室



观察情况。3个月的等待，实验结果揭晓当天，魏校通起得很早，并特意穿上一套新衣服——他希望一切都是新的开始。

在实验前，魏校通已经做过充分论证，但他的心还是紧张得怦怦直跳。取出样本结果，显示再生骨成功，魏校通兴奋地跳了起来。

依据此实验，魏校通撰写了论文《干细胞在颌骨再生中的应用》，并被日本口腔外科学会总会采纳。

在异国遇到同胞，令魏校通倍感亲切。有一天，他在门诊工作时，遇到一位老人。这位老人说着蹩脚的日语，时不时还冒出几句汉语，听得医生们一头雾水。魏校通马上改用汉语与老人交流，老人随即讲起了自己的经历。她是东北人，现在在日本生活。

魏校通做起了老人的翻译，帮助老人顺利完成就诊、治疗。临别时，老人拉着魏校通的手一直说

“谢谢”。

## 生命选择

面对癌症患者，是善意隐瞒，还是如实相告？对于很多人来说，这是个难以抉择的问题，而身为医生的魏校通却有自己的答案。

曾经，他接诊过一名口腔恶性肿瘤患者。从手术到放疗治疗，魏校通一直是这名患者的管床医生。

“那位老人特别爱干净，每天都会梳头、擦脸。”可是几年下来，那位病人被病痛折磨得痛苦不堪，病情反复恶化。为了照顾老人，他的女儿也辞去了工作，生活很是窘迫。

魏校通经过认真思考，和患者家属进行了沟通。“在救治过程中，给予患者和家属希望很有必要，但有些时候，也需要通过合适的方式，帮助他们面对现实。但不管怎么做，都要从患者的角度考虑，哪怕他不一定采纳我的建议。”魏校通说。

一段时间后，魏校通收到那名患者家属发来的信息，告知老人已经去世，感谢他一直以来的照顾。

“医生不是神仙，但我愿意用百倍努力去提升医术，让患者生命停留得更久一些。”魏校通说。

# 制作舰艇模型 讲述海军历史

本报记者 张智超  
本报通讯员 潘秋宇

今年是西沙海战胜利50周年。近日，市级非物质文化遗产“铁皮焊接艺术”项目传承人、海军退役军人胡效禹，耗时8个多月，为参与过西沙海战的281号战舰制作了一件模型，并把它带进校园，开展国防教育知识讲座。

胡效禹利用铁皮焊接技艺制作舰船模型已经有27年了。这些年，他先后制作了近百件作品，从清朝北洋水师的舰船编队，到“辽宁号”航母编队，这些模型大小不一，但每一艘都由数百乃至上千个零件组成。通过这些作品，既能看到胡效禹手艺的精湛，也能感受到中国海军力量的崛起。

胡效禹此次制作的281号战舰模型，体长60多厘米，精细程度比他以往所有作品都要高，制作时间也是以往的两倍还要多。“这件作品最小的零部件仅有几毫米，连大炮舱门都进行了处理。”制作舰船模型的过程相对复杂，从查找资料、绘制图纸开始，再到铁皮开模、钣金焊接、打磨上色……胡效禹说，为了赶在今年年初完成制作，他经常做到凌晨三四点钟。

281号战舰模型刚一完成，胡效禹就带着它来到了运河区朝阳小学，开展国防教育知识讲座。这并不是他第一次走进校园。从2016年开始，他就经常结合舰船模型到各小学进行讲座，为学生们奉上一堂堂生动的国防教育课。与此同时，他还为市区多个社区捐赠过模型作品，帮助创建国防教育模型展示室。“每当完成一件模型，我就特别兴奋，但和讲述海军发展历程相比，我更愿为后者感到自豪！”胡效禹说。



胡效禹制作281号战舰模型