

拍“说骨答疑”短视频走红网络

# 冰城医生耿硕的

# 多面人生

生活报讯（记者周琳）孤独、严谨、感恩、知足、不拘小节……这些毫无关联的词用在一个人身上，可能会让人觉得混乱，但这些用在哈医大一院骨科副主任医师耿硕身上，却“混搭”得毫无违和感。

耿硕是谁？他就是近日在网络上走红的冰城骨科医生，为了让患者遇到骨科问题就医时少走弯路，他选择用当下最流行的短视频为大家“说骨答疑”，他拍摄的视频已获91万点赞。然而，视频中严谨的耿医生，生活中却是个多重“性格”的人。“我确实是个思想单纯，性格、生活、工作却很多面的人。”耿硕坦言。

## A:较劲！成绩一般被嫌弃“逆袭”上哈三中

高考后本硕博8年连读，又前往哈佛医学院求学，英国诺丁汉大学进修……从小到大，耿硕就是传说中的“别人家的孩子”。但是，37岁的耿硕介绍自己的求学经历时，却觉得自己尚有不足：“天外有天，人外有人，我还是不够努力。”

对自己的评价，耿硕说得最多的词就是爱较劲。耿硕出生于哈尔滨市，上小学时，因为不爱学习，母亲给他转学到另一所学校，班里100多名学生，他的成绩只能排到中等。一次，他向班里的一个女同学请教问题，却被女同学认为是成绩不好的学生。“当时被漠视、嫌弃的感觉非常不好，出于男孩的自尊，我就想较劲超过她。”结果那次期末考试，耿硕考了全班第一，成功“逆袭”。

中考时，因为老师的一句话，耿硕又开始较劲。“那时候成绩一度排到20多名，有一天老师找来我的家长，还问我我不想考三中，我当然想了，但老师质疑地问了一句‘就你现在的成绩能考上三中吗？’当时我就暗下决心，我就要考个给你看看。”耿硕说，最后，他真的考上了哈三中，看到老师欣慰的表情，他才明白了老师用的是“激将法”。



## B:努力！进哈佛“受挫”更拼从早到晚“泡”实验室

说到走上从医之路，耿硕直言，或许因为骨子里的热血青年，或许是小时候喜欢侠肝义胆的豪情，又或许是被曾经当过护士长的母亲影响，高考时他毅然选择学医。“对于这个选择，起初我母亲是同意的。”耿硕说，在母亲看来，他平时生活随性，为人不拘小节，医生这个职业并不适合他。“她怕我责任心不够，又太辛苦，会受不了。”幸好开明的母亲并没有多加干预，就这样，耿硕完成了8年本硕博连读，如愿从医。

2009年，耿硕被国家公派到哈佛医学院作为联合培养博士留学。“从小到大挺顺风顺水，到了哈佛才发现自己很快就被湮没在成群的精英中。”耿硕坦言，曾经的一点小“膨胀”很快就被打消了，“用现在流行的话说，那时候才真切地感受到，什么叫比你优秀的人还比你努力。”耿硕决定收起锋芒，踏实学习。7时到22时，他几乎是每天最早到实验室最晚离开的人。

## C:感恩！人生的十字路口老师帮他坚定目标

2009—2011年，当耿硕异国求学时，周围很多人劝他留在美国，迷茫是他对当时自己心态的总结。是否回国？回国去哪个城市？一次，耿硕的导师毕刚教授去国外参加会议时特意绕道看望了耿硕，多年的师生，耿硕的迷茫被老师一眼看穿，一同被看穿的还有他枯燥的生活。“回国吧，祖国培养你成为一名医生，目的是让你服务百姓，学成后更应该回到祖国，回到家乡去回馈社会。”临走时，老师替耿硕坚定了目标，同时也给他留下了一些生活费。

“老师走的那天我想了一夜，想这些年的求学经历，想我的求学初衷，想老师为了培养我多么用心，老师说得最多的话是医者救人，要学以致用。”耿硕表示，思考了一夜后，他决定回国，回到哈尔滨，用自己学到的知识、技术，回馈家乡。“千里马常有，而伯乐不常有。师承很重要，这些年老师言传身教，把多年的经验总结后教给我，甚至自己甘当助手。今后老师在哪我也要在哪，我要将老师那学到的本事，传递、发扬出去。”

## D:严苛！每台手术都要精准伤口尽量美容缝合

作为一名骨科医生，2017年至今，耿硕每年操刀独立完成400多台手术，每台手术都把精准作为基本准则，新技术也都争先去做，面对股骨头坏死、髋关节发育不良、强直性脊柱炎、膝关节骨关节炎、屈曲畸形或强直畸形、大骨节病、复杂下肢畸形或者髋关节翻修、膝关节翻修、复杂感染翻修等诸多困难的问题，他通过老师传承的经验技术加上最新的数字设计和人工智能辅助，来进行术前规划，术中3D打印导板或导航进行精准实施。不仅如此，对于特殊类型疾病，他还设计自主研发的3D打印翻修假体。“我希望尽量站在患者的角度考虑，如果我是患者，我需要什么样的功能恢复，不能说是要求完美，只能说对假体的安装方向和角度都追求得比较高。”

结合最新科技优势和老师传授的传统手术技法，耿硕一点点在进步，为提高就医体验和术后体验努力着。在同事眼中，他是一个对工作要求严苛、追求完美的人。从查房、消毒、补液到缝合伤口，他都希望做到最好。小到关节置换的伤口，他都尽量要求美容缝合。按理说，患有髋关节骨病的多以老年人为主，他们对伤口的缝合要求并不高，但耿硕依然坚持尽量为每一位患者的伤口美容缝合。与普通缝合相比，美容缝合需要逐层精细化缝合，才能让伤口既好看又可以配合快速康复。

## E:创新！精心制作短视频为粉丝“说骨答疑”

由于疫情，工作之余，耿硕逐渐关注短视频，他发现科普类的短视频很多，但是有些短视频科普的知识却并不精准。有两次，家里长辈给他发的科普谬论，甚至让他哭笑不得。于是，耿硕决定用自己的专业知识，为大家科普答疑骨科相关知识。

做了几期小视频之后，渐渐有人关注。于是，耿硕开始深入研究起来。利用空闲时间，拍短片、剪辑、后期配音，有时加上易懂的3D动画，耿硕的小视频竟然火了起来。“我不算是网红，只是讲解我擅长的，说点了解的医学知识，让患者少走点弯路。”无论工作多忙、多晚，耿硕都尽量看完每一条留言、私信。但是，他也发现了短视频的局限性，有些问题可能一句两句解释不清。于是，从半年前开始，耿硕每周开两个小时的直播，为市民答疑解惑，非常受大家关注。到现在，耿硕的抖音号已经有21万粉丝，拍摄的视频共获91万点赞。

## F:温情！养猫咪解压让自己柔软一些

工作上严苛的耿硕，生活中是个不拘小节的人，“有时候着急出门胡子都来不及刮。”耿硕笑着说，“其实我也挺帅的，不收给自己时出门也不会吓到人。”在工作之余，耿硕经常会应邀去参加学术交流，平时工作太忙，忙到几乎没有时间打理自己。

如此直男却也有温情的一面，在耿硕的家中有一只陪伴他的猫咪，既是为了缓解压力，又是为了提醒自己，适当时候也要柔软一些，弥补一下直男的性格。

# 诚聘精英

## 工作岗位一 水土保持方案编制人员

工作方向：  
水土保持方案编制、水验收、水监测等水土保持类工作。

任职要求：  
1、专业：水文与水资源工程、水利水电工程、水土保持与荒漠化治理、农业水利工程等。  
2、从事过水土保持方案设计及验收、防洪评价、排污口论证、水资源论证、侵蚀沟流域治理设计等工作的优先考虑。  
3、工作年限：3年以上  
薪资待遇：  
1、本科8万以上/年  
2、研究生10万以上/年

## 工作岗位二 可研编写人员

工作方向：  
项目建议书，项目可行性研究报告，项目申请报告，资金申请报告等编制工作。

任职要求：  
1、具有可研编制的工作经验，能够独立负责整个可研编制的工作流程，如：搜集资料、编写文本、参加专家评审、按照专家要求修改等；负责过建筑类或给排水、污水处理类项目的编制工作。  
2、专业：最好是建筑、给排水、环境工程相关专业，其它专业优秀者亦可。如：在规划院、市政设计院、排水设计院、建筑设计院、工程咨询公司等单位有过工作经历者。  
3、工作年限：3年以上  
薪资待遇：  
1、年薪12万以上/年

## 工作岗位三 给排水设计人员

工作方向：  
方案设计、初步设计、施工图设计

任职要求：  
1、具有设计院的工作经验，能够独立负责整个项目设计的工作流程，如：搜集资料、制定方案、沟通甲方、编制初步设计文本、绘制图纸等；负责过建筑给排水、市政给排水项目的整体设计工作。  
2、专业：给排水、环境工程相关专业，其它专业优秀者亦可。如：在规划院、市政设计院、排水设计院、建筑设计院等单位有过工作经历者。  
3、工作年限：3年以上  
薪资待遇：  
1、年薪12万以上/年  
福利待遇：  
1、五险一金 2、节日福利 3、定期体检 4、员工旅游 5、定期团建 6、双休法休 7、免费午餐 8、加班补助 9、年终奖金

公司具有完善的福利薪酬体系、人性化的管理制度、良好的工作氛围、舒适的工作环境。公司现有员工40余人，皆为本科及硕士研究生学历，公司本着追求卓越的精神，在选聘人才时对个人基本素质的要求较高，希望有识之士能够加入公司，共同创造公司的未来。

## 联系人：李先生

联系电话 13936680321

静观万象



“我的姐姐”：

# 逃不掉的因果 走不远的宿命



生活报首席评论员 静伟  
《我的姐姐》看了，感觉很复杂，它确实带给了我很多感动，但感动之后呢？银幕前的我们，似乎与影片中的姐姐安然一样，有一种不知所措的茫然之感。

影片留下了一个开放性的结尾，因为它也确实给不出一个具体的答案。但从整部影片的情感逻辑走向和主流价值倾向来看，姐姐应该最终认养了弟弟。但认养了之后怎么办？她会不会重复和姑妈一样的人生？会不会变成网上说的那种“扶弟魔”？因意外丧生的父母给女主留下的这个弟弟，更像是一个留给她人生的盲盒，很难分清，这到底是命运的礼物，还是生活的包袱？

而且，即使影片中的姐姐最终认下了弟弟，很大程度上，也只是生物学意义上母性唤起，而不是社会学、伦理学上的责任背负，或者说，更多是出于情分，而不是本分。

不得不说，影片中的弟弟安子恒，那种可爱、乖巧、懂事，即使是作为观众，也是见犹怜的，即使在与姐姐陌生、敌视、叛逆之时，他也能恰到好处地既表现了自己的情绪，又不至于让姐姐过度反感。这也是一个小孩子在生物学上的本能，当他意识到姐姐是他唯一的依靠，就会有意无意地试图拉近与姐姐的距离。在生物学上有一种说法就是，小孩子之所以那么可爱，其实就是为了激发成人，尤其是母亲的保护欲。

弟弟的很多言行，很天真，但其实也是有着小孩子的小心机的。他在医院里假装昏迷，其实是想博得姐姐的关心，在被姐姐带走的路上，又一下子趴在姐姐的背上，跟她说：“你跟妈妈一个味道！我想妈妈了！”还有，诸如“姐姐，我只有你了”，

“你喜欢我，姐姐”，“我以后听你的话，你不要卖我”……还在扎破的足球上用拼音歪歪扭扭写上姐姐，自己打电话给领养家庭表示愿意被领养……听到这些暖心又扎心的话，看到他做出的这些可爱可怜的举动，即使内心中有坚冰，可能也会一层一层地融化，即使之前与弟弟从无情感瓜葛，就像她之前跟亲戚争吵时说的，“我跟他不熟”，但随着与弟弟在一天天、一事事的接触和磨合中，自然而然也会滋生内心的牵挂与羁绊。所以她后来才会对弟弟说：“我也不知道认识你早一点，会不会爱你多一点，爱自己少一点。”

其实对于姐姐来说，至少有三个理由可以拒绝认养这个弟弟。一是这个弟弟是父母未经她的意愿而生的，她甚至在父母出事之前从来没见过这个弟弟，在车祸现场，倒车镜上挂着的是父母带着弟弟一家三口的合照，而不是一家四口，她当然有理由这样想：你们的幸福我没有参与，你们的痛苦和责任凭什么要我承担？

二是她的父母，尤其是父亲，为了要这个弟弟，对她有太多的不公甚至虐待，为了生二胎，逼着她假装残疾，露馅之后遭到父亲的暴打，在她报考大学时，还偷偷地改了她的志愿，把她梦想的医生专业变成了后来给她带来太多困扰的护士，就是因为觉得女孩子应该更早地工作养家；还有就是她未来的人生，她一心想要考研去北京，离开这个地方，而且作为未婚女孩，要抚养这样一个“拖油瓶”的弟弟，对于未来情感和婚姻的影响都可想而知。

在安然最初做出拒绝抚养这个弟弟的决定时，她的亲戚们七嘴八舌地对其商讨：“他可是你亲弟弟啊！”“你爸妈供你这么大，你对得起你爸妈吗？”“长姐如母，你现在首要的任务就是把你弟弟养好养

大。”“你要是敢送走你弟弟，我就去法院告你！”甚至他的大伯还要动手打她……而在安然与肇事司机发生冲突后，她要“卖弟弟”的事又被传到网上，遭遇网暴。这些人当然觉得自己可以指责安然，因为他们的生活才是。”更何况，你没有身处别人的境遇，又不能替别人解决实际问题，凭什么对别人的人生指手画脚？

这里最耐人寻味的是安然的姑妈，她也曾经因为自己的弟弟，也就是安然的父亲，牺牲了自己的人生，本来可以上大学，却只好去工作，本来可以出国做生意，却又因为弟妹生了孩子，把自己再次“拽”回到琐碎繁杂的、为他人付出的平凡生活之中。

她虽然心有不甘，但却是认命的：“我是姐姐，从生下来那天就是，一直都是。”所以也希望安然能够像她一样，为自己的弟弟做出付出和牺牲。于她看来，这一切都是理所当然。

但在姑妈听安然说起自己“被表哥当沙包，被姑父看洗澡”的童年噩梦，对于她内心的冲击可以说是极大的，也让她终于认识到：“套娃也不是非要装在同一个套子里头”，认可了安然自己做出选择：“姑妈没把你带好，以后的路，你自己好好走。”

所以，即使安然最终做出的抚养弟弟的决定，与姑妈当年的性质也是不同的，因为这是她自由意愿的选择。

多年前，曾在自己的一篇文章中说过：“家人和亲戚对于我们的重要性不言而喻，他们是我们逃不掉的因果，走不远的宿命，是我们血缘关系上的万有引

# 修行的渐进：又想明白一件事

王伟宏

昨天晚上和朋友聊天，我说我以前做饭都是对付，前些天突然发现，原来要认真地做一道菜是一件很享受的事情。以后，我会认真做好每一顿饭菜，好好享受这个过程。朋友说，你又想明白一件事。

朋友的话，让我有点自喜。因为在我听来，这是在肯定我在修行上的进步。我认为，凡人的修行，只有两件事。一件是修态度，一件是修习惯。

修态度，就要把我们经常面对的事情一件件地想明白，想明白了态度就端正了，也就知道应该以什么样的行为方式，来处理各种事物了。知道了，往往做不到。比如明知道生气是拿别人的错误惩罚自己，但是遇到事情还会生气。因为我

们早已养成了生气的习惯，这习惯控制了我们。

修习惯，就是修掉我们几十年养成的坏习惯，用好习惯替代它们，把自己从坏习惯的控制下解救出来。

修行的进步，不就是想明白一件事又想明白一件事情吗？不就是修掉了一个坏习惯又修掉一个坏习惯吗？所以朋友说“你又想明白一件事”时，窃喜一下之后，我问自己，真的想明白了吗？认真做好每一顿饭菜的意义只是享受了一下吗？

沉思，是非常好的修行方式之一。沉思之后，渐渐明了。我可以从认真做一顿饭菜开始，向认真对待生活中的每一件事情出发。

认真地炒一个菜，或者认真地完成一件日常琐事时，我

们的心是安静的，从容的。这时候，我们不知不觉地去除了所有的浮躁、急迫以及杂乱的欲念，这种状态下，我们是纯粹的。认真对待每一件日常琐事，很可能是一种很高的修行，一种返璞归真的修行。

认真对待，即是善待。从善待每一个人到善待每一件物品，再到善待每一件事、每一个人活计。久而久之，就会去除掉草率应付的习惯。如果有能力善待每一寸匆匆逝去的时光，我们的生命就会精致、舒缓、滋润。

真的应该认真对待生命中遇见的一切事物，我们的生命是依附它们而存在的。回望60年的生命历程，如果把生命中遇见的事物全部剔除掉，那我们的生命将无以依附，将会变成千尸，或者变成幽灵。认真对

力，是我们社会关系上的量子纠缠。”这些关系，就是我们最无可选择的选择，在很大程度上，甚至左右了我们人生的走向和生活的质量。而最理想的状态就是，我们是因为亲情和意愿凝聚在一起，而不是因为道德和伦理绑定一生。

影片中的安然，如果最终决定了抚养弟弟，也是因为他的可爱和懂事，但现实中，如果弟弟没有那么懂事可爱，甚至顽劣或者残疾，她又当如何？影片里，作为姐姐的安然也在试图为弟弟找到一个好的人家抚养，但现实中，如果弟弟被送去的人家并不好，又能怎样？影片都没有能力给出答案。而据说疑似《我的姐姐》原型故事是这样的：父母出车祸去世，2岁的弟弟被23岁的亲姐姐，送给了一对农村夫妇，并立下字据，永不来往。还有一个现实版的《我的姐姐》，就是最近20岁云南女孩因要出来打工养活三个弟妹，不堪压力在杭州跳河轻生的新闻。影片可以带给我们感动，但生活中却有着我们生命不能承受之重，影片可以戛然而止，生活却只能负重前行。

王尔德还有一句活：“爱自己，是一生浪漫的开始”，但对于人生被捆绑了太多东西的你我来说，尤其是在中国式的家庭关系之中，真能做到，谈何容易？



作者公众号

SHENGMINGRIJI

老文青的  
生命日记 86



子后，一面是亲生骨肉，一面是一手带大的一切同胞，你让女儿如何平衡自己的情感？如果是意外灾难，无奈之下，女儿只能选择承担。但是女儿好好的年华，为什么要背负这样的重压？这位粉丝说：我明白了，我不要孩子了。

认真解析了粉丝的困惑，我得到了返照。我收获了一种沟通方式，就是从以对方最大的忧虑是女儿的未来，那么我就针对她女儿的未来进行解析，这让她瞬间明了并有了该有的决定。我不仅获得了巨大的愉悦、成就感，还训练了一项技能。

这个早晨不错，又想明白了一件事情。从今天开始，遇见任何一件事，要么认真对待，要么不去碰它。