



张文宏

国家传染病
医学中心主任

年轻人：

看到你们的来信，觉得很温暖，仿佛看到年轻时代的自己。

2021 年过得特别快。转眼间抗疫已经两年，这两年里，中国疫情控制得很好，但全球仍然没有远离大流行的影响，正常的生活一再被打断。“不确定性”成为一个高频话题。

在这种大流行的时代，我们的日常生活似乎变得更微不足道。特别是年轻的朋友，本来对未来有无穷的憧憬与计划，但变化总是一而再再而三地挫败计划好的人生，使人怀疑按原有计划是否可以走到期望的目的地；面临新的人生选择，也会怀疑，到底应该坚持还是放弃。

有人把人群分为前浪与后浪。其实无论生在哪个年代，年轻人生活的主色调就是焦虑与希望并存。

年轻人，无论你同意或者不同意，注定是要与时代共成长的。但生活的特点就是变迁与跳跃，充满突如其来的命运变换。这种变化与不确定性，有人喜欢，有人惧怕。

每当我们走过一个年代回头看，会发现走过的路都是把不确定变成确定的过程。

从本科毕业算起，我已经行医 28 年了，从事感染病专业的临床与研究也已经 25 年有余。28 年，足以让一个年轻人变成老头。

今年岁末突然回想这么多年在这个城市生活打拼，貌似只是像平常那样看病、查房，过“日子”，但点点滴滴的细节，也好像构成了一种值得一过的生活。

回首自己年轻时代，我也一直挣扎在不安与焦虑中。

我大学毕业，那时候学历更重要，为了有更好的发展，放弃了分配的上海户口名额，转而去读硕士。我硕士毕业，突然户口变得重要了，为了能在上海生活得更好，可以养家养孩子，又放弃了读博士的机会，再次去找当时华山医院感染科主任、我此后的导师翁心华教授，希望分配进入感染科。

当时感染科不怎么“吃香”，整个学科进入发展低谷，很多人辞职去外企工作了，使我有机会争取到华山医院这样上海一流医院每年为数不多的临床岗位。

一个外地青年，落地陌生的城市，生存是第一位的，曾经的理想反而暂时被忘记。那时候，几乎每一步都面临选择，从没有两全其美，也不知道什么选择是对的。

就在 23 年前，我还想过放弃。当时因为感染科的工资极低，几乎没法在上海生活，我曾经向翁心华教授辞职。老师说尊重我的想法，但让我再犹豫下。

就是那么一犹豫，不忍放弃追求了多年做医生的愿望，让我又坚持了下来。

生活可能就是这样的，看似平淡，但会一点点向前挪。

我在 2001 年去香港大学微生物系进修，这个团队后来在 2003 年分离出了非典病毒（SARS 冠状病毒），前些日子又率先分离出奥密克戎新冠变异株。非典后，为了让临床研究和科研能够更快地与国际对接，我花了一两年去国外学习工作。

回来后还是继续做医生，每天在看门诊、查房、做研究的日常中度过，中间还曾下乡治疗贫困地区的耐药药结核患者。直到这次新冠爆发，我开始和团队每日对付新冠病毒。

现在回想，这些经历都帮助了我。转眼快 30 年，似乎什么都没变化，只有在今天这个历史性的时刻看起来，这种坚持被证明都是正确的。当时认为很普通的选择，最后突然都串起来，一个个不确定性组成了确定性的结果。

每代人有每代人的挑战与命运。我们这一代，曾经以为自己打拼最辛苦，现在看是赶上了快速发展的时代。现在的年轻人则不同，国家处于历史最好的时期。对年轻人来说，时代给与的机会与挑战并存。

我们同时身处时代之中，我们都是普通人。

即便出生贫寒，来自边远小城或农村，如果足够坚强，又有毅力，在时代潮流中都有机会做一个弄潮儿。

还有些小伙伴即使不怎么坚强，但也不脆弱，能经受打击默默成长，那大概率也可以达成自己的人生目标。

有些小伙伴可能觉得自己很普通，我想我们要有信心，一个好的时代，会让每个普通人享受自己的普通，让每个奋斗者享受自己奋斗得来的收获。

时代的潮流总能跨过一个又一个山头，个人命运也是如此。流水要争先，靠的是绵绵不绝；我们即使普通，但只要不下场，都会随着时代潮流不断向前。

在岁末看待明年和未来的很多年，我们可以相信，在每一个看似普通的选择面前保持不放弃，我们终究也都能成为这个伟大时代的一部分。

年轻人：

你们好！我是一名空间物理学家。当看到那么多年轻人在留言中诉说自己的孤独感，我的内心也十分感慨。因为在我近 30 年的空间科学研究过程中，最常陪伴我的，就是孤独。

1993 年，我 26 岁，告别家人，孤身一人远赴美国麻省理工学院（MIT）深造读博士。当飞机从首都机场起飞时，我也感到一丝孤独和彷徨。但我是抱着梦想去一个未知的地方，飞机在波士顿上空即将降落时，看到灯火通明的城市，我的心反而放下了，因为我知道我将要在这个陌生的城市开始我人生新的阶段。

非常幸运的是，我的博士生导师是美国“旅行者 2 号”（Voyager 2）等离子体仪器的首席科学家，因为这个契机，我接触到了美国国家航空航天

不被周围人理解或支持，甚至要坐“冷板凳”，所有事只能自己扛，只能自己一个人，咬着牙往前走。

在我看来，个人的成就和整个国家在这一领域的发展是密切相关的，这个领域整体不好，你个人的发展也好不到哪去。如今 20 年过去了，再回头看，我当时的确是做了一个非常正确的决定。

我赶上了一个伟大的时代，能将个人的发展融入到我们国家空间科学事业的快速发展之中，共同进步，我感到非常幸运，也非常自豪。

与此同时，这些年的经历也让我深刻地领悟到，一个人要想做成一件事，孤独几乎是难以避免的。异国他乡的漂泊，浩瀚宇宙中对真理的求索，在科研中失去方向的迷茫，这些都是我在年轻时经历并克服过的。

也正是因为这样，我才对此刻阅读

孤独时刻，是和自己对话的最好机会

王赤



王赤

中国科学院院士
中国科学院
国家空间科学中心主任

局（NASA）有史以来最伟大的航天项目，让我学到了人类永不止步的探索精神，追求卓越的科学态度和精益求精的技术攻关。

攻博的过程是痛苦和孤独的，麻省理工学院的严格要求，让我曾经通宵达旦地做作业、曾经在图书馆度过新年、曾经驱车百里去请教问题。但实现理想就是孤独中的那束光，让我觉得永远有希望。然而，正当我觉得已经融入到这个社会，如鱼得水的时候，有一件事让我感到了更大的一种孤独。

每次去 NASA 的喷气推进实验室（JPL）开会时，提前很久就要申请安全许可，开会当天进入实验室时都要戴着一块写有“escort”（护送）字样的牌子。意思是，只要我在实验室活动，身边一定得有美国人的“陪同”，我不能单独活动。内心的孤独感和挫败感此时此刻油然而生。

刚好，中国科学院有一个人才引进计划，空间天气学开放研究实验室主任魏奉思先生联系到我，问我要不要回来。我当时刚转为麻省理工学院的研究科学家，工资比博士后时期翻了一倍，这在当时是很丰厚的报酬了。

一边是回国几乎要从零起步但给你无限大的科研空间，一边是高薪但充满限制的工作，思考之后，我选择回国。我的目标就是在不被限制的前提下专心搞好科研，为我国空间科学事业的发展添砖加瓦。

本世纪初的中国，空间科学水平在国际上差得太远了，这个领域当时没有第一手的观测数据，更多的是利用国外的数据来做研究，你可以想象我们做的事，“别人把肉都吃完了，你去啃骨头”。

现在回过头来看，虽已经是“知天命”的年纪，但当你选择了一条自己喜欢的路，很多时候这样的选择并

读这封信的你们更有信心，因为你们一定比当年的我条件更好，道路更广，所以就应该更加勇敢、更加自信，如果我能克服，你们也一定行。

我会把我克服孤独的三个经验告诉大家，希望能对你们有一点点的帮助。

第一，接纳“孤独”。所谓万事开头难，越难越容易感到孤独。当初我刚刚回国，面对庞大的领域空白，再大的雄心壮志都被磨掉一大半。孤独是人生的常态，当你认清这就是现状时，你也就接纳了这种真实的境遇，并想办法从 0 到 1 开始搭建一个新的“模块”。

第二，学会和“孤独”相处，并借此认清自己内心真正想要的东西。

小时候，在湖南乡村的一个水库旁，我经常躺在田野里仰望星空，漫天繁星吸引我，让我恨不得飞上去看看那里面有什么秘密。后来当我真正参与到“旅行者 2 号”的任务中时，我被宇宙的浩瀚震撼了，更加坚定了我对空间科学这个领域的兴趣。

你要坚定地相信，上天送给你的孤独时刻，一定是让你和自己对话的最好机会，别错过。

最后，请相信，当你朝着梦想笃定前行时，一定会有越来越多的人开始理解你、支持你。获得“院士”荣誉的那天，我曾经用“感恩、责任、珍惜”来表达自己的心情。感恩我能有机会参与“子午工程”“空间科学先导专项”“嫦娥四号”和“天问一号”这些国家重大任务，这样具有开创性的国之重器。

时至今日，我仍然时而感受到一些孤独。毕竟，中国空间科学还处于起步阶段，未来要走的路还有很长。愿我们都可以与孤独共同成长，从孤独里找到属于自己的那一束光。（本文略有删节）

流水争先，靠的是绵绵不绝

张文宏