

在接受记者专访时,中国科学院资深院士陈俊武谈了自己的学习经历、人生态度、健康秘诀等,这些对年轻一辈会有不少启发

看书和走路是他长久的习惯 把精力贡献给国家无怨无悔

□记者 李砺瑾 通讯员 刘倩/文
记者 杜卿/图

7日,在记者对陈俊武院士的专访中,他对自己的入党经历、对知识分子的认识、对能源替代、对人才培养及院士精神等,都谈了自己的见解,其中不仅有珍贵的回忆,还有他矢志不渝科技报国的共产党人情怀。

此外,陈俊武院士的学习经历、人生态度、健康秘诀等,对年轻一辈会有不少启发。

谈学习

看书成为他长久以来的习惯

陈俊武院士虽然祖籍福建,但他在北京一个书香门第出生。因为良好的家庭文化熏陶,所以他从小就受到了系统的自然科学启蒙教育。后来,他被父亲送进了师资力量雄厚、管理严格的中学就读,17岁时考上了北京大学化工系。

对于学习,陈俊武院士说,他有一个长久以来的习惯——看书。年轻时,他家离北京一座大型图书馆不远,他的大部分时间都在这座图书馆内度过。他至今还记得在那里借的第一本书——我国杰出化学家侯德榜所著的《纯碱制造》,当时“侯氏制碱法”在化学界知名度很高。

陈俊武院士打小心里就很尊重科学家,但他说自己从不盲目崇拜这个群体,他首先要知道对方在哪方面杰出,只有深入了解了才会信服。

于是,他越钻研越痴迷,大学毕业后还萌生了要去跟知名科学家学习的念头,可惜因为战乱未能成行。

陈俊武院士说,现在他多会看一些小说和历史书。他在市里一家书店办了借书卡,最近正在看一套关于中国抗战历史的书。



陈俊武院士谈自己的人生经历

谈人生态度

大部分时间都贡献给了国家,对此他无怨无悔

“您到现在还在工作岗位上坚守,生命中大部分时间都用在工作上,陪伴家人的时间少,对此有没有后悔?”对于这个问题,陈俊武院士说,这是一个人生观的问题,和别人比起来,他多奋斗了几十年,有奋斗就有牺牲。

陈俊武院士坦言,对此他无怨无悔,他的很多亲友为了国家的事业牺牲了很多,他为什么不能呢?

“如今大家的生活条件越来越好,我无非就是歇的时间少,和过去相比生活已经好很多了。”陈俊武院士说,在20世纪70年代,他们

单位在李屯附近,进一次市区挺不容易,大家甚至要乘坐火车进城。

那时候,他用煤油炉做饭,但住的地方买不到煤油,他就跑到关林或市区的土杂店买,去一次买5升,光买煤油就要跑很长时间,买回来的煤油刚好够做半个月的饭。

工作早已成了这位院士生活的一部分,他的生活很规律,每日早上6点半起床,上午到单位上班,然后睡两个小时午觉,晚上10点半准时休息。除了看书,他还喜欢看电视,体育赛事、唱歌比赛是他喜欢的。

谈健康秘诀

家族基因、锻炼方式和好的心态都很重要

在数次对陈俊武院士的采访中,记者发现,无论是在办公室工作,还是外出参加活动,今年已经91岁的他依然精神矍铄、声音洪亮。

这次采访,在陈俊武院士的办公室里,记者看到他在看打印出来的英文资料。为了节约纸,他把原件进行了缩印,每个英文字母都非常小,一般人看这份资料需要离得很近,而且看不了一会儿眼睛就会酸疼,但他看起来显得并不费力。不仅如此,他的听力也很好、思路清晰。记者很想知道:年过九旬的他为何仍然这么健康呢?

当听到这个问题时,他笑着说,家族基因是健康的基础,他的家人都比较长寿,姐姐今年已经102岁了。另外,他几乎从来不吃任何保健品或补品,但会定期体检。

除了看书,陈俊武院士还有一个长久以来的习惯——走路。他说,上中学时,从家里走路去上学,每次要走30多分钟,这个习惯坚持了6年;上大学时,他仍习惯外出走路,一走就是4年;到洛阳工作后,他曾在位于丽春路的单位家属院住了很长时间,从家走路到单位需要几十分钟,这一走就是近20年。和陈俊武院士一起走路的同事说,陈老走得又快又稳。对此,陈俊武院士笑着说,他这是练出来的。

“还有一点,保持好的心态,凡事要想得开。”陈俊武院士说,他总告诉自己和家人,一生平平安安,一切稳当就好。他这一辈子从来没有主动吵过架,虽然有时候也会为一些事情着急上火,但他会调节情绪。

有一年,因为遭遇车祸,陈俊武院士的骨盆粉碎性骨折。为了康复,他的身体被吊起来40多天,只有换药时才放下来,那次让他受了很多罪,但他总觉得“忍一忍,就过去了”。

也正因为有了强健的身体,才让这位中国科学院资深院士在年过九旬之时,仍然能在工作岗位上发光发热,继续为党和国家做贡献。

