



吃打成糊状的流食,每次都是一种考验

## 层,服务百姓—— 用” 命的自强与豁达

### 吃饭也要有尊严:坚决不插胃管 反复用勺子往唇上抹流食,6500顿饭都是这样“吃”过来的

吃,对于很多人来说是一种享受,但对于周水斌来说,却是非常痛苦和困难的事情。

昨日中午,周水斌家的餐桌上放着一碗特制的饭——用搅拌机打成糊状的流食:黄黄的、黏黏的夹杂着些许绿色的碎菜。

和小孩子吃饭一样,周水斌从卧室里拿出一件围裙穿在身上。围裙很旧,但很干净。

他微张着嘴,右手拿着勺子,挖起一点点流食,抵在上下嘴唇中间。黏稠的流食,顺着下嘴唇向下淌。他忙用勺子接住,熟练地翻转着勺子,用勺子的正面和反面反复在嘴唇上抹。一点点流食进入口中,但难以下咽,他摇着头,伸直了脖子,左边脖子上

的肌肉绷得紧紧的,流食才缓缓进入食道。

“水斌这样吃饭有6年多了,刚开始时,他每顿饭都要吃1个多小时,现在熟练了,要四五十分钟。”妻子张爱民说,周水斌的口腔肌肉已不听使唤,饭渣常呛到鼻子里去,吃饭往往要口鼻并用。以前,食物多次进入肺部,导致肺部感染。喝水时,他也需要摇头晃脑,十分难受。吃饭时,非常难看,经常满脸都是饭。为了不让人看到后感觉不舒服,他经常在背地里吃流食。

选择用这样的方式吃饭是因为他不想插胃管,想有尊严地活着。6年多时间近2200天6500多顿饭,他每天都要坚持吃这样的流食。为能坚持工作下去,他做到了难以想象的坚持。

### 周水斌已成为一种精神、勇气、毅力的象征 “诠释了民警的敬业、奉献、忘我、拼搏和生命的自强与豁达”

周水斌不是铁人,患病之初,他一度十分消沉。在所有人都以为周水斌会垮掉的时候,他站了起来;在所有人都以为周水斌会悲苦的时候,他露出了笑颜;在所有人都认为他有理由抱怨命运的时候,他选择了坚强。

当一个好警察的初心,让他有了强烈的求生欲望,还有那么多的梦想没有实现,怎能轻言放弃?经过一段时间思考摸索,周水斌决定用自己的方法与病魔作抗争。

按时上班下班、定时入睡起床、戒掉不良习惯,分别利用中午和晚上睡前的时间每天完成5000字左右的阅读量,每天都把自己安排得很充实,让自己没有更多的时间去担忧自己的病情。

每天在骑自行车上下班的基础上,坚持分三次完成15000步运动,还学打太极拳,充分释放内心压力,提升心理承受能力。

让自己有事干,除去住院治疗时间,他上班从未间断。用他自己的话说,“有事干,人就不会无聊,而且我热爱警察事业,在工作中我很充实很快乐。当你用心去做事情、去帮助别人时,就不会胡思乱想,免疫力就会增强,肿瘤不会再侵犯你,病自然就好了!”

19年来,14次放化疗,让周水斌经历了病痛的折磨!但他凭借自己顽强的毅力都挺了过来。

今年初春,队里组织30公里越野骑自行车比赛,周水斌知道后积极报名,让所有人震惊了。之后,很快组队名额就报满了,队友们说:“人家水斌都敢报,咱还有啥可说的!”

渐渐地,他的名字在二大队乃至郑州警界已成为一种精神、勇气、毅力的象征。

周水斌常说:“通过学习我强大了自己的内心。警察就应该是和平年代的英雄,吃吃苦、受点罪没什么了不起。”

最近,二大队办公楼一楼大厅西侧最为醒目的警营文化墙,全部更新成“水斌精神”的内容。

同事们说:“周水斌在平凡的岗位上,把平凡的事情做到了极致,向死而生,播撒大爱。他这样的人,是活着的英雄。”

河南省公安厅副厅长、郑州市副市长、市公安局局长沈庆怀告诉记者:“周水斌身体力行地诠释着一位最基层党员民警爱岗敬业、奉献忘我的朴素情怀,诠释着生命的自强与豁达,他是公安民警的优秀代表!”

#### 扫码看视频

## 一首MV 一段访谈 周水斌喝水的情景 看哭了我们

近日,一首名为《一直在路上》的歌曲MV,在微信上广为传播,刷爆朋友圈,歌曲讲述的是郑州交警二大队好警察周水斌的励志故事。

“每一次出发,步履铿锵,执着的信念,从未彷徨。每一次翱翔,冲破风浪,饱受风雨狂。一直在路上,决不变方向,热血在胸膛,澎湃的激荡,我选择坚强……”这首歌曲的作者是郑州流行音乐协会会长陈红松。2014年他曾应邀为交警二大队创作演唱方言说唱《白搁这儿乱了》,网络点击量突破8000万。这一次,他被周水斌的事迹打动,执笔创作出《一直在路上》。

“我非常想做正常人,然后就是想好好地活下去。因为警察,本身就是和平年代的英雄,警察吃点苦受点罪没



什么了不起。”

“我会把自己身体照顾好,把工作干好,等我身体好了,状态好了,我会全身心地回报家庭,回报社会。”

……

周水斌朴实的话语,真诚的表达,坚强的故事,令众多网友看完歌曲MV后为之动容,为之落泪。

观看《一直在路上》MV  
扫描右侧二维码



观看周水斌访谈  
扫描右侧二维码



#### 评论

## 不忘初心 不畏艰险 不言放弃

□郑旗

从警二十一载,周水斌始终不忘初心,在平凡的岗位上恪尽职守,坚守着、践行着一个人民警察的崇高理想。

从警两年即身患喉癌,周水斌靠化疗,靠吃流食,靠惊人的信念与力量,述说着一个生命对工作、对生活的执着与热爱。

周水斌这位身患癌症的中年汉子,十九年能坚持乐观地为群众服务与工作,十九年能做到“有尊严地活着”,实在太不易,实在太艰辛。

“志不立,天下无可成之事。”习近平总书记在中国共产党成立95周年大会的重要讲话中,高度肯定共产党员崇高理想和伟大信念的力量。而周水斌的人生历程,正是这种力量的真实写照。

入警时“当一个好警察”的初心、“人民公安为人民”的承诺,入党时“为人民服务”的誓言,始终贯穿于周水斌的人生历程中。他的信念,没有因年少成名而膨胀,没有因病魔来袭而退缩,没有整天喊口号、表态度,而是用踏实行动践行着自己“为百姓服务 让自己安心”这样平凡的理想。

面对癌症袭来,很多人担心的可能是今后怎么生活,而周水斌考虑的却是工作,因为工作在他的心中,是不可替代的。历经多次化疗放疗后,周水斌拖着重病之躯,毅然申请一线工作,力所能及地为群众提供服务。这一切,不是利益的驱使、不是荣誉的诱惑,而是一名普通党员、一名人民警察对于理想信念的坚守与执着。

“在学习中、在劳动中、在科学中、



在为人民的忘我服务中,你可以找到尊严,找到幸福。”

周水斌的重病,没有成为在工作生活中搞特殊的理由。他不搞特殊,不搞优待,除了完成本职工作外,还力所能及地为群众提供更贴心周到的志愿服务。周水斌从自己的行动中获得了快乐,他的人生价值也在为人民群众服务中得到体现和升华。

周水斌的经历或许过于特殊,许多人或许不会遇到。他的工作很平凡,也没有什么轰轰烈烈的成就。但在他身上体现出的理想、信念及坚毅、坚定的生命力和行动力,是非常值得我们学习和借鉴的。

在郑州努力实现“两个率先”、推进城市国际化、建设国际商都的道路上,广大党员群众要认真学习周水斌身上那种不忘初心、不畏艰险、不言放弃的精神和意志,在各自的岗位上攻坚克难、执着前行,身体力行一个共产党员的先锋模范作用,用行动、用业绩为党和人民交出更加优异的答卷。

(即日起,本报将连续推出系列报道,敬请关注)