

疾控文化建设专刊



云南省疾病预防控制中心
YUNNAN CENTER DISEASE CONTROL AND PREVENTION

1
2022
(总第46期)

云南省疾控中心召开 2021 年度工作表彰会



C CONTENTS 目录

我们的节日

- P02 第十二届医务人员无偿献血月活动
P04 “3.5”学雷锋日志愿服务

向先进典型学习

- P06 省级卫生健康系统优秀党务工作者——侯景龙
P08 省级卫生健康系统优秀共产党员——罗娟
P10 省级卫生健康系统优秀共产党员——刘学科

一封家书

- P13 我们在疫情防控第一线，心中牵挂着家……………
…………… 结防所抗疫队员
P15 一名普通抗疫疾控人给父母的家书…………… 杨云斌
P17 致我敬爱的外公…………… 康晓璇
P19 来自大姐的情书…………… 蔡永年
P21 妈妈的道歉信…………… 罗娟
P23 致我在远方女儿的家书…………… 飞志欣
P25 致吾儿…………… 沈永春
P26 一封家书…………… 施柯好
P28 给老公的一封信…………… 余军

书评

- P30 孟母三迁的意义——读《儒者的良心——孟子》
…………… 胡培
P32 心有所信，方能行远——《觉醒年代》观后感
…………… 霍俊丽
P35 《见了困难谁拐弯》读后感…………… 宋丽军

疾控文化建设专刊



云南省疾病预防控制中心
YUNNAN CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION

1
2022
(总第46期)

主 编 宋志忠 左仕富

副 主 编 胡 培 赵世文 查 舜 闵向东
马 燕 马敬百 贾曼红

本期编辑 罗娟 李雄 沈永春

主 办 云南省疾病预防控制中心

封 面 云南省疾控中心组织开展无偿献血活动

封 二 云南省疾控中心召开2021年度工作
表彰会

封 底 职工摄影作品

编辑部地址：云南省疾病预防控制中心党委办公室

邮 编：650032

电 话：(0871) 63631080 63633229

E-mail: shuanghuidongban@163.com

电子书刊 欢迎投稿

情融献血 善行无疆

——省疾控中心组织开展无偿献血活动

献血献爱心，血浓情更浓。为体现我为人人、人人为我，救死扶伤、无私奉献的人道主义精神，用实际行动弘扬正能量，响应“第十二届医务人员无偿献血月”倡议，省疾控中心于2022年2月28日组织开展无偿献血活动。

春节收假以来，全省的疫情防控任务艰巨而辛苦，夜以继日的工作强度丝毫没有让中心职工退缩，他们利用繁忙的工作

间隙积极参加献血，用实际行动践行“健康所系、性命相托”的医学誓言。活动现场，献血队伍按照医护人员的安排，依次登记信息、体检、验血、献血，现场工作有条不紊。

参与献血的队伍中，既有初次献血的“新人”，也有连续多年献血的“老兵”。他们纷纷表示，无偿献血不仅传递的是一份爱心，更是一份责任与担当。作为卫生健康行业的工作者，我们更懂得奉献热血、



到采血点献血。

献血有量，爱心无限。此次参与献血的职工将浓浓爱心化作汨汨热血，以实际行动助力无偿献血事业，充分彰显了医务人员医者仁心的高尚品质和服务社会的可贵精神。



省疾控中心参加昆明市 2022 年 “3·5” 学雷锋志愿服务活动暨市民文明素质提升行动启动仪式

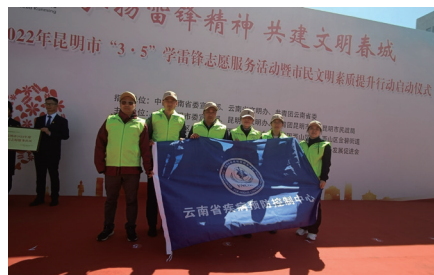


3月4日下午，在第59个“3·5”学雷锋纪念日到来之际，云南省疾病预防控制中心党委、团组织参加昆明市2022年“3·5”学雷锋志愿服务活动暨市民文明素质提升行动启动仪式，省委宣传部、省文明办、团省委领导、市创文指挥部相关领导出席。

在启动仪式上，省疾控中心党委副书记马燕作为省级文明单位代表发言。同时

中心党员、团员志愿者进社区开展疫情防控、健康防疫知识宣传、爱国卫生运动等志愿服务。

多年来，中心始终紧紧围绕社会主义核心价值观开展实践活动，把雷锋精神、志愿精神贯穿到文明单位创建活动中，积极开展社区共建、城乡共建等活动。结合实际，我们发挥疾控工作优势，进社区、进学校、进农村、进工厂，开展疾病预防



健康知识科普宣传，开展爱国卫生运动志愿服务，使志愿服务工作形成常态化。

今后中心将在省委、市委各级组织的统一领导下，投入到疫情防控志愿服务工作中，积极参与到提升市民文明素质行动的热

潮中，为擦亮昆明城市名片，提升城市品质，保障 COP15 第二阶段会议在昆明的召开，做出疾控人应有的贡献，为七彩云南、美丽春城增光添彩。

省级卫生健康系统优秀党务工作者——侯景龙

侯景龙，中共党员，副主任医师，现任云南省疾病预防控制中心结核病防治所副所长，结防一支部支部书记，结核病防治省级专家组成员，中国防痨协会结核病控制专业分会委员、结核病互联网技术专业分会委员。

侯景龙同志热爱祖国，政治理想信念坚定，坚决拥护中国共产党领导，坚决贯彻执行中国共产党的方针、政策，认真参加、组织政治学习，能不断增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。以坚定的政治信念引领业务工作。

2003年7月参加工作以来，尽职尽责，热爱结核病防治事业，有强烈的事业心和责任感。先后参加三轮结核病防治规划和《云南省贯彻实施〈遏制结核病行动计划（2019-2022年）〉工作方案》编制，参与规划和行动计划组织实施、培训、督导、健康促进和工作评估。2012年、2016年两次获得省级结核病防治规划实施先进个人表彰，2012年以来8次获单位年度先进工作者、年度优秀党员、年度扶贫攻坚特别奖、年度抗震救灾先进工作者、年度处置突发公共卫生事件先进个人表彰。每年参与起草制定云南省结核病防治年度重点工作任务，每年参

编云南省结核病控制年度进展报告，两次草拟汇报材料为全省结核病防治规划顺利实施出谋划策。参与国家十二五重大专项结核病子项目、云南省结核病防治研究中心科研课题等科研项目实施，2014年、2019年参与科研项目获云南省科学技术奖科学技术进步奖三等奖2次（排名第四、第六），2010年以来获昆明市科学技术进步奖二等奖、云南省卫生科技成果奖三等奖、中国防痨协会科学技术奖三等奖3次。以第一作者/通讯作者发表论文3篇，其中SCI收录1篇。2012年、2017年参编《云南省结核病防治简明手册》、《结核病患者社区随访与关怀操作手册》公开发行。

2016年3月至2018年3月，响应中央脱贫攻坚的号召和单位委派，前往彝良县荞山镇底武村开展驻村扶贫工作。驻村扶贫期间严格遵守《驻村扶贫工作队管理办法》要求，两年驻村时间超过400天。驻村期间积极收集村情资料，草拟帮扶底武村工作计划，撰写产业发展专题调查报告，实施省疾控中心产业帮扶项目，参与实施村委会、村卫生室改建项目，参与编制底武村基础设施建设项目计划、参与农村危房改造监督，参

加底武村委会换届选举，每年参加慰问困难群众，每年参与底武小学慰问活动，开展入户精准识别摸底调查，积极宣传扶贫开发政策，参与贫困户动态管理工作，参加组织底武村肺结核主动筛查，积极融入到村级日常工作中。2016年被彝良县评为优秀驻村扶贫工作队员，2017年履职考核合格。

2018年回到科室后积极融入科室工作，不断提高自身业务水平。2020年至2021年在科室全力投入新冠疫情防控工作的同时，与科室同事一起做好“抗疫防痨”两手抓。完成“十三五”结核病防治规划终期评估和各项专题调查工作，2020年底“十三五”结核病防治规划14项工作指标全部达标。

参加工作以来，先后参加SARS、禽流感、新冠肺炎防控等应急值班处置工作，参加四川汶川地震理县抗震救灾、昭通鲁甸抗震救灾、镇康边境维稳卫生防病工作。2020年以来参加文山8个县新冠防控驻点指导，单位应急值班、机场新冠肺炎防控值班工作。

自担任结防一支部支部书记以来，不断学习党务工作要求，按照支部书记职责开展

工作。推动支部以推进全面从严治党为主线，不断巩固提高支部规范化水平，不断结合结核病防治、新冠疫情防控、健康扶贫等实际工作，努力让支部、科室党建业务双促进，着力解决在防治工作中基层及群众遇到的实际问题，用实际行动践行保障人民健康的初心和使命。在兼顾日常工作的同时，不断推进支部规范化、信息化建设，初步建立支部工作支委和无职党员AB角工作模式，鼓励无职党员、年轻党员参与支部工作激发支部活力，创建全员参与支部工作的氛围。加快支部“三会一课”、主题党日、党员积分管理等组织生活、工作融入“云岭先锋”APP，基本实现了支部活动线上线下的融合管理。通过支部规范化建设的不断深入，支部党员均能做到切实增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，积极发挥党员先锋模范作用，凝聚力量发挥支部的战斗堡垒作用。2020年所在支部、科室被单位评为先进党支部、先进集体，个人获单位优秀党务工作者表彰。

在18年结核病防治工作岗位上坚守本业、不忘初心、执着前行；工作中讲政治、听指挥、顾大局，用实际行动，为云南省结核病控制工作付出自己的一份力量，为云南疾病预防控制工作做出了自己的一份贡献。



省级卫生健康系统优秀共产党员——罗娟

罗娟，女，汉族，中共党员，助理研究员。2008年毕业于云南师范大学广播电视艺术学专业，获文学硕士学位。2009年至今，在云南省疾病预防控制中心工作，现任云南省疾病预防控制中心党委办公室副主任。



自参加工作以来，罗娟同志一直严格遵守党章，严格遵守政治纪律和政治规矩，严格遵守党内政治生活准则，在工作、学习、生活中带头发挥党员先锋模范作用，坚定践行习近平新时代中国特色社会主义思想，在思想上，始终保持与党中央一致，不忘初心，牢记使命，牢固树立“四个意识”，自觉践行“两个维护”，对党忠诚。

作为一名专业技术人员，在从事健康教

育 10 年来的工作中，她一直致力于将自己所学专业与业务工作相结合，利用各种媒体形式，开发大众接受度高、普及面广、传播效果好的健康促进产品，提高大众疾病防控素养和健康水平。罗娟同志积极参与组织每年的 3.24 世界防治结核病日、4.25 全国儿童预防接种日等健康促进日活动，承担活动策划、方案拟定、痕迹资料收集、总结反馈等工作。在此基础上，收集整理资料，与结核病防治所合作撰写的健康促进活动实践案例《“十百千万健康链，点点滴滴传关爱”——云南省结核病防治健康促进工作》被评为 2015 年度云南省健康教育学术交流会优秀论文。2016 年，主创的结核病防控宣传视频作品《结核之痰》获 2016 中国健康科普大赛三等奖。2017 年，主创的健康科普视频《减法“画”健康》获中国健康科普大赛视频类二等奖，2018 年，获第三届健康中国微视频大赛最佳创意作品奖。

罗娟同志既是一名健康教育工作者，同时，也是一名疾控应急“战士”。2008 年 6—7 月，还未正式成为云南省疾控中心的一员，作为志愿者，她主动报名加入云南省疾控卫

生应急队，赴汶川理县参与汶川地震灾后疫情处置；2009年2月，参与云南省玉溪通海霍乱疫情处置；2010年5月，参与云南省干旱疫情处置；2014年8—9月，参与云南省昭通市鲁甸地震灾后疫情处置。只要工作需要，她从不拖延推辞，在多次公共卫生事件处置中，由于工作优秀，获“5.12”四川汶川抗震救灾优秀共产党员，2014年度抗震救灾先进工作者等荣誉称号。2015年10月，她以鲁甸地震灾后防病为主题拍摄的摄影作品《见证疾控力量》获2015年度全国疾控纪实摄影大赛优秀奖。

2020年新冠肺炎突如其来。她又一次加入到捍卫人民健康的队伍中，从2020年除夕开始一直坚守在岗位，与同事一同整理、撰写、发布信息100余条，上报《云南省疾病预防控制中心抗击新型冠状病毒感染工作简报》57期，编辑《云南省疾控中心抗击新冠肺炎疫情纪实》。关爱一线工作人员、走访慰问一线人员家属、积极推先推优、开展先进事迹宣讲……每一项工作中，都有她忙碌的身影。做完后方保障，一线有需要，她也是说上就上，2020年11月7—15日，作为边境应急队员，赴耿马县孟连参加新冠疫情处置，被耿马县委县政府授予“最美天使”荣誉称号。

工作中兢兢业业，生活中团结同事、乐

于助人，她先后参加义务献血6次，2014—2018年，连续获得云南省疾病预防控制中心“精神文明道德风尚奖先进个人”称号。

罗娟同志就是这样一名普通的共产党员，她时刻牢记自己的入党誓言，恪尽职守、无私奉献，用自己的不懈努力，身体力行共产党员的先进性，以实际行动，在不平凡的岗位上做出不平凡的贡献。

省级卫生健康系统优秀共产党员——刘学科

刘学科，男，1975年3月生，1994年12月参加工作，1995年7月入党，现任云南省疾病预防控制中心离退休人员服务办公室主任。

该同志在工作中具有强烈的事业心和责任感，工作勤勤恳恳，任劳任怨。认真钻研业务，勇于开拓创新，虚心向同事学习，努力提高自己的业务素质；在生活中，想他人之所想，急他人之所急，团结同志，乐于助人，注重提高个人修养，在做好本职工作的同时，积极参加各种集体活动，能认真完成组织交给的各项工作任务，受到了领导和同事们的一致好评。

一、深化学习，坚定政治立场

以学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想为主线，突出政治建设主题，牢固树立“四个意识”，坚定“四个自信”，带头践行“两个维护”，在政治立场、政治方向、政治原则、政治道路上始终与党中央保持高度一致。能严格贯彻落实云南省卫生健康委和中心党委的决策部署，立足本职工作，

以政治修养统领全局，增强大局观念，始终保持了政治上的坚定性和思想道德上的纯洁性。

二、勤勉敬业，提升服务水平

该同志主要从事离退休老领导的服务保障工作，办事沉稳，工作勤奋，勤勉敬业，作风正派，善于团结同志，具有正确的地位观、利益观和良好的道德风尚。无论做什么工作都能摆正自我同组织、同事间的关系，把实现个人的人生价值同离退休老干部服务工作相结合，顾全大局，不争名夺利，不计较个人得失，坚持良好的道德情操。作为部门负责人，在工作上以身作则，率先垂范，带领部门“一班人”以中心创建文明单位为契机，充分发挥离退休党员的政治优势、经验优势、专业优势和威望优势，坚持不懈开展以“展示阳光心态、体验美好生活、畅谈发展变化”和“弘扬主旋律、传播正能量、做好传帮带”为主要内容的为党和国家事业增添正能量活动，积极参加西山区道德模范评选，先后推选出孝老爱亲模范、诚实守信

模范、助人为乐模范、敬业奉献模范等一批退休模范个人；推荐上报云南省卫生计生系统荣誉工作者6人；充分利用离退休典型人物的影响力，开展“道德讲堂”，用身边人讲身边事、通过身边事影响身边人，营造崇尚先进、学习先进、追赶先进的浓厚氛围。积极开展“挂包帮、转走访”活动，制定下发“云南省疾病预防控制中心离退休干部助力脱贫攻坚志愿帮扶实施方案”，结合离退休人员实际，实施“银龄+党建帮扶”先锋行动、“银龄+产业帮扶”助力行动、“银

龄+感恩奋进”扶志行动和“银龄+结对关爱”公益行动，结合驻地实际制定了“远抓林果、近搞养殖”的脱贫之路。开展“大手牵小手”关爱行动，采取“一帮一”“多帮一”等形式结对贫困学子，提供助学、助困、助业等捐资捐赠公益服务，整合帮扶资源，构建“大帮扶”格局。建立健全离退休人员老年协会，以老协为平台，将离退休人员召集起来，分别成立了合唱队、舞蹈队、太极拳、棋牌乐、扇球操、声乐队、形体操等兴趣小组，组建 YNCDC 爱乐乐团和中心老年人体育协会，定



期开展排练演出和兴趣小组活动，应邀外出参加昆明地区离退休人员协会展示汇演、云南省老年人体育运动会，中心文体活动和外出文艺演出等大型集体活动，唱响主旋律，传播正能量，弘扬真善美。每年组织离退休人员欢庆元旦、春节、“三八”国际劳动妇女节、“七一”建党节、“八一”建军节、“十一”国庆节及中秋节、重阳节等系列节庆活动，借助节日主题氛围，在欢庆传统节日中激发正能量。按照“一节一主题，一节一活动”的原则，配合离退休党总支书记将传统节庆活动与“党员活动日”结合起来，实现了活动内容主题化、活动时间固定化、活动开展经常化，引导大家进一步坚定理想信念，忆苦思甜，感恩思源，不忘初心，切实增强老年人的获得感和幸福感。坚持区分层次，分类指导，确保走访慰问全覆盖。每年春节和“七一”前，对全体离休干部、90周岁以上老人、生活困难人员等进行走访慰问；坚持对所有生病住院的离退休人员开展上门走访慰问；每年对80周岁以上不能正常参加集体活动的离退休人员开展上门走访慰问，通过频繁精准的走访慰问活动，让全体离退休人员切实感受到党和政府的关怀，中心大家庭的温暖，取得了“慰问一人、温暖一户、带动一片”的效果。每年组织全体离退休人员

到三甲医院开展健康体检；接种季节性流感疫苗；组织参加；职工医疗互助活动；建立健康档案；开展健康讲座；组织到郊外开展集体户外活动，让每一位老同志对疾病做到早预防、早发现、早诊断、早治疗。为部分身患癌症、白血病、尿毒症等重症患者申请中心爱心基金补助，缓解他们的医疗费用负担；对病重离退人员随时进行密切关注；对逝世人员，全程参与送丧殡葬善后服务，善始善终，送别最后一程，让逝者安息，生者坚强，工作勤奋努力，任劳任怨，扎实用心，耐心细致、敬爱至恭地做好涉老各项保障服务工作，确保了全体离退休人员的安全和稳定，为和谐中心建设提供了平稳健康的发展环境。

三、严于律己，树立良好形象

该同志自觉遵守和维护党的政治纪律、组织纪律、经济纪律和群众工作纪律，始终把老同志利益放在第一位，牢记宗旨，甘当公仆，热心服务，自重、自省、自警、自励，能做到人前人后一个样、八小时内外一个样，有没有监督一个样，树立了共产党员的良好形象。

我们在疫情防控第一线，心中牵挂着家

——抗疫队员给家属的一封信

结防所抗疫队员

我们深爱的家人们：

真想你们！

写这封信时思绪万千。从2020年新冠疫情发生两年多来，作为“疾控人”的使命、责任和担当，让我们必须全身心的投入到新冠疫情和日常防控工作中，为了“大家”的幸福安康，我们离家、出发、抗疫，重点场所、边境口岸等防控一线留下了我们的身影和脚步。我们总是在接到出发指令后立即奔赴一线，最长时连续奋战两个月，在外的工作间隙，我们真想你们，我们的心中一直牵挂着你们，牵挂着家。当疫情顺利处置或是轮岗回家，我们第一时间想和你们拥抱，可是却不能，我们还要经过隔离；每次隔离结束，多想多陪伴你们一段时间，日常工作却要求我们重整思绪，赶着回到结核病防控的现场，完成日常防控任务。我们深爱的家人们，我们有话想对你们说。

爸妈：在你们生病、需要孩子在身边时，恰逢我在疫情防控第一线，我不能陪在你们身边，只能远程问候，尽快赶回你们身边，请你们原谅您的孩子。我不在家时，请

你们互相温暖，待我荣归再陪伴。也请你们不要担心我们，我们“疾控人”已经习惯自己照顾好自己、保护好自己，疾控团队也习惯互相照应。

爱人：家里的一切事情就托付给你了。请帮我多问候、照顾爸妈，不要让他们为我担心。请照顾好孩子，做家务、接送上学、教作业都交给你，让你体验一回全能家主的快乐，锻炼锻炼你。我知道，其实有时你会抱怨、不满，却没有开口对我说，总留给我笑容和理解。我可能因为工作延期了我们的婚礼，取消了约定的婚宴，真的对不起。我不在家，家中的一切让你一人面对，请你也多珍重，感谢你总是给我谅解和支持。

孩子：你有没有想我？我想你了。没有我的陪伴，你有没有好好学习、好好吃饭、好好锻炼，有没有听话。请你理解你爸/妈的在完成一项为了大家健康的伟大工作，因为我们的努力，你们才能好好的在教室上课，才能外出游玩。等我回家，我帮你检查作业，带你去想去的地方，做你爱吃的菜。

亲友：很久没有相聚，约好聚会的时间

总是爽约，有时是恰逢疫情处置，有时是因为工作太忙，待到疫情过去，我找时间再约你们共聚一堂。

这两年来，我们有一千多人天在外抗疫，取消长时间的休假，在家的时间、陪伴你们的时间少了，但作为“疾控人”的家属，请理解我们并为我们感到骄傲和自豪，正因为我们不断的负重前行，一次又一次成功的处

置，才实现了疫情“动态清零”、不扩散，才有了家中安稳的生活。

我们深爱的家人们，真想你们！谢谢你们！

您们家人：结防所抗疫队员

2022年2月28日



一名普通抗疫疾控人给父母的家书

杨云斌

亲爱的爸爸、妈妈：

新冠肺炎疫情已经持续两年了，这两年和您们相处的时间少之又少，我有很多心里话，不知道如何对您们说，现在就以这封家书的形式讲给您们。

今晚，我正在整理、收拾外出抗疫的装备，以待召唤，随时出动。这时，微信消息音响了，一条语音，是妈妈您的声音：“听说昆明降温了，冷得很，文山也变冷了，你们要注意保暖，上班记得戴帽子，最近疫情还好嘛？”听完您的语音，我望向窗外，似乎正飘着一点点的雨滴，街上人烟稀少，只有几辆过往的汽车，不知为啥，此情此景让我想起了两年前的今天，恰恰是我出发去湖北抗疫的日子，回忆便涌上心头，一时令我思绪万千。

2020年严寒的初春，一场新冠肺炎疫情突如其来，武汉沦陷，各省派出医务人员支援湖北。我作为援鄂队伍的一员，出发抗疫。我记得，接到通知时，虽然您们很担心，但是依然坚定不移地支持我去抗疫，作为家

属，没有一点怨言，您们说疾控人就是干这个的，家里您们会料理。我也记得，出发时您把苹果送到我手里，我看着您的眼睛，已经泛满了泪花，但依然强忍着，怕我看见，但是您颤抖冰冷的双手，还是藏不住您内心的紧张、不安。爸爸您在一旁故作镇定，但我知道您也一样充满担忧。儿行千里母担忧，在那一刻，我相信天下的父母都是一样的。同样地，守在家里的父母，我们子女在外也会担心您们的安危，毕竟当时的疫情才开始，一切都不明朗。我还记得，在我到湖北后没几天，我便从其他人那听说妈妈因为视网膜脱落住院了，您们一直隐瞒着，怕告诉我，影响我工作。我打电话给您，您只说“没事，就去看个病而已，别担心，干好工作，注意身体”。

可怜天下父母心，在疫情防控的这两年里，我感觉您们憔悴了许多，衰老了许多，但您们永远不会把疲惫、忧虑写在脸上，不管您们遇到什么事，您们都只会以微笑的脸庞面向我，为的是让我能安心地工作。作



为出门在外的儿子，我要感谢爸爸作为家里的顶梁柱支撑着我、感谢妈妈愿意聆听我一字一句的倾诉、您们这些年来对我的养育之恩、感谢您们对我做人做事的谆谆教诲、感谢您们在我背后默默的付出、感谢您们对疾控工作一如既往地坚持和理解。现在疫情尚未结束，我还要继续奋战在抗疫的一线，不能给您们随时随地的关心和照顾，我感到十分愧疚。天气虽然寒冷，我的心却是温暖的，因为我知道永远有那么两个人，站在我的身后支持着我前行。疫情以来，疾控人的父母、家属承载着太多太多的心酸和不易，不是您们不想表达出来，而是全部化作了支撑我们

的动力。我想告诉您们，作为一名疾控人，我始终是骄傲的，因为我在做真正“为人民服务”的事。

中华民族从来不乏遭遇灾难，什么挫折我们没遇到过，但是所有的困难都没打倒我们，而是帮助我们总结经验教训，不断进步和前行，因为我们有硬气的脊梁，有不屈的信念。我相信疫情一定会早日结束，迎来那缕温暖的阳光。

最后，祝您们身体健康，样样都好！

您们的儿子：一名普普通通的疾控人

2022年2月19日

致我敬爱的外公

——一封无法寄出的家书

康晓璇



敬爱的外公：

请原谅，给您写这封信时，已经无法再聆听您的教诲，也无法再将这封信寄出。在我们最后一次见面后的第二个周五，您永远离开了我们……

我永远都会记得，在 2022 年 1 月 30 日春节除夕前一天，和您短暂的见面和最后一次交谈。那天天色已晚，我刚回到玉溪，拿着刚取得的核酸检测报告立刻赶往医院，那

时您已经住院一周，疲惫的躺在医院病床上昏昏欲睡，知道我来了，您打起精神睁开眼睛，关切地问起我的近况。92 岁高龄的您依然思路清晰，仔细询问我近来的工作和学习情况，我重点向您汇报了在建党 100 周年之际，我重温了《红岩》，阅读了《长征》，撰写了《长征》读后感，您非常欣慰……以前，您每次住院，总能盼到您出院的日子。

在我的记忆中，您是一位严厉又慈爱的外公。小时候，每次去您家，更多的是听外婆讲故事、唱儿歌，看外婆快乐的起舞，和您没有太多的互动，因为您不是在看《新闻联播》就是在读书看报，幼年的我实在看不明白，记得我第一次得到您的“大拇指”，大约是在我读小学高年级时，有一次在我反复跟读、反复模仿《新概念英语》录音带后，用相对地道的发音，流利的背出其中一篇课文，您对最后一句连读很满意，竖起大拇指对我说“这句漂亮，这才像英文，学英语就是要多练习”；长大以后，要出远门上学了，

您再三嘱咐我一定要根据天气冷暖及时加减衣服，要锻炼好身体，扎实学习好各门功课，您会隔三岔五打电话问问我学习怎么样，身体怎么样；我成家以后，您总说休息日那么短，要我带着小孩去公园玩，不用专程去看您。

在思想上，行动上，您是我不学习的榜样。在您离职休养以后，您一直关心着党和国家的方针政策，关心经济社会发展，您也时常告诫您的子女和孙辈要关心国家大事，要坚持学习，而您也以身作则的践行了“活到老，学到老”。记得有一次，大约是在4、5年前，您住院了，我到医院探望您，刚走进病房，就见您倚靠在病床上用放大镜如饥似渴地阅读着当天的报纸，尽管面色疲惫却专心致志、聚精会神，丝毫没有察觉有人进来；在我妈妈退休时，您还专门叮嘱她去书店买一套学生必备古诗词回家好好学习、好好背诵，我妈妈照做了，现在经常教您的小重孙背古诗呢；您送我的那摞厚厚的英文原著我还珍藏着，上学时候我很喜欢英文，您就把您当年英语学习的读物全送给我了，虽然纸张已经泛黄，但全是原版读物，对于当时四处寻觅英文书的我来说简直如获珍宝，妈妈说您学生时代学习的是俄文，这些书是您50多岁自学英语的读物。

妈妈说，您的意志力特别强大，在最后

的那几天，您几乎都在昏迷状态，时不时也说着胡话，但每次她去看您，您都能准确无误叫出她的名字。表哥说，您毕竟是经历过生死考验的人，意志力不同于常人。在最后的告别仪式上，我才知道，您16岁就参加了革命，17岁加入中国共产党，在建国前您就投身革命，从事党的地下工作，为人民的解放事业奉献青春、挥洒热血……但您究竟经历过怎样的生死考验，70余年的革命生涯，我从未听您讲过，此时此刻，我凝视着覆盖在您身上的党旗，肃然起敬，我默默的重新掂量了“共产党员”四个字的分量，也在心里许下了承诺。

外公，您为党、为人民事业无私奉献了一生，在家庭教育方面，您始终以身作则，以过硬的政治立场、以坚定的理想信念、以清正廉洁的道德品质给我们树立了风清气正、积极向上、向善的良好家风。我一定传承发扬您爱党、爱国、爱社会主义的高尚道德，不忘初心、牢记使命，一定履行好党员义务，认真完成好工作，用心教育好子女。您放心，我会沿着您走过的路，在今后的工作、学习和生活中，永不止步！

爱您的外孙女：康晓璇

2022年2月15日 于昆明

来自大姐的情书

蔡永年



亲爱的大哥：

今天是宝宝出生第100天，怀着感恩的心给你写下这封信。虽然看起来勺颠颠的，但是我还是很激动，我们的宝宝终于100天了，你不在身边，为了让你有点参与感，所以深夜写了这段话。

刚结婚没几个月，疫情就发生了，你总

是冲锋在前，经常出差，把我一个人丢在家里，空荡荡的家里一个说话的人也没有，每次视频总是我巴拉巴拉的讲，你在那里冲瞌睡。看着你累的样子，只好说你早点睡吧，有时候想打电话和你讲两句又怕打扰到你。有时候等到深夜，你倒好，电话也没有一个，我经常大半夜起来关灯睡觉，说实话，我那时候太讨厌你了，每次准备好等你回来和你吵架，但看到你风尘仆仆的回家，只剩下开心和心酸了。

当宝宝来到我肚子的时候，我第一次当妈妈，心里既激动又害怕，不知道怎么做才对宝宝好，孕酮又低，还查出了肾结石，每天都很焦虑，不敢动。那时候你抽调指挥部，早上我还没起床，你就出门，深更半夜才回家，连着几个月一天休息也没有，有时候回到家里，还要抬着电脑工作，和你说两句话，你有一句没一句的搭着，那段时间我很压抑，但是你每天坚持赶回来给我做饭，担心我，多晚都坚持回家，有时候做完饭都忙不得吃

又赶回去开会，我也只好交代你，路上小心，我知道家里装修，都是你在操持，你很累，也帮不上你的忙，所以只好尽可能克制自己的情绪，但是看到你以前多么朝气蓬勃的一个人，回到家死气沉沉的，偶尔还职业假笑敷衍我，我甚至怀疑是不是你外遇了，但知道你得了甲减，还尽量让自己看起来开心的样子，我很感动，谢谢大哥。

宝宝出生 20 天，你又出差处置疫情，我真的好生气，但又没得法子，好在妈妈和月嫂给力，让你成功避免了月子仇，一个月后你回来，要是宝宝能说话，我都要让你叫你 uncle 蔡。当了妈妈，我也成长了不少，坚强了不少，不再无理取闹，更知道这个家要我们两个共同撑起，你是我的港湾，我也要做你的温柔乡。

今天是宝宝 100 天，你又成功的错开了，但我没有不开心，昨天你匆忙回家收拾行李出发处置疫情，都冲到门口了，又折回来说：大姐，灶台，爸爸走咯，让我觉得很温暖。每天看着宝宝傻了吧唧的笑，健康的成长，治愈着我的一切。

我给他录了视频，很有仪式感地写了这封信，虽然看起来乱七八糟的，哈哈哈，让他的 uncle 蔡在远方当一回爸爸，哈哈哈。不写了，宝宝要喂奶了。

等你回来记得买土特产犒劳我和妈妈，哈哈哈，不是我嘴馋，是你的灶台要吃。

你的大姐：许胜楠

2022 年 1 月 18 日

妈妈的道歉信

罗 娟



亲爱的胡慢慢同学：

这是妈妈罗快快给你写的第二封信，今天是你的十岁生日，早晨，你睁开睡眼的第一时间，妈妈对你说了“生日快乐”，没想到在临睡前，因为罗快快的焦虑，这个美好的祝福在我的“咆哮”和你的“眼泪”中破灭。

你哽噎着入睡，妈妈却久久无法入眠，内疚、后悔、自责、心疼……思绪飘飘悠悠回到了你刚出生的时候，你出生于2012年4月20日，那一天是二十四节气中的谷雨，那一天是你的预产期，妈妈孕期满10月的

日子，那一天是爸爸工作的云南大学前身东陆大学成立90周年的日子……不知道是不是天下的妈妈都如此，喜欢将与孩子相关的所有信息堆砌，从而得出这个结论：自己的孩子是独一无二且与众不同的。反正妈妈是这样的，给你取名“胡景怡”，名字中有日有月，希望你能你的双眼去领略每一道日出月落的风景，用心去感受每一次月升日归的不同。

当你还是一个小小孩，妈妈看着牙牙学语的你，看着蹒跚学步的你，心里满满的都是欢喜，希望时光慢一点，舍不得你长大，同时又对你的未来有一些简单的期许：

我愿，有一天，你健康成长，出落得亭亭玉立，站在阳光下，做一个被爱与光明包围的明媚女子；

我愿，有一天，你遇到那个轮回中的注定，成了他生命中的公主，他能继续承担呵护你的责任；

我愿，有一天，你在这个变化多端的社会中，保持着你最初的坚持，成为一个有思辨能力、批判意识的人；

我愿，有一天，你带着你的爱好、你的梦想，在你希望的那片土地自由快乐的生活；

我愿，有一天，你保留着你的善良，有余力将爱给予更多的人、事、物。

不知道从什么时候开始，妈妈迷路了，那些你的一举一动带给我的小欢喜丢了，那些最初的愿望丢了。

罗快快是个急性子，所以从早上起床，就开始催促你，快点起床，快点吃早点，快点出门上学，快点做做作业；快点洗漱，快点睡觉……你在一声声催促中着急忙慌地完成一项又一项指令，稍有不慎，收获的就是嫌弃的眼神，甚至于是一场主题为“为你好”的教训。我总是觉得你磨蹭，用我的着急、我的时间线控制着你的一举一动，却忘了，你是一只努力向前攀爬的小蜗牛，为了达到我的要求，你已竭尽全力。

罗快快生长在那个小小的矿山，父母是本本分分的煤矿工人，没什么文化，却坚信知识改变命运。从罗快快小的时候，耳边听得最多就是：爸妈没什么本事，你要过上好日子就只能好好学习。所以，在那个父母们对子女教育要求并不高的年代，罗快快在那个教学质量并不高的子弟学校，学习一直名

列前茅。于是，妈妈总是期待你的满分成绩，面对难题，你向妈妈求助，我总说：“这么简单的问题，你是不是没有认真听讲。你的脑子里面一天都在想什么……”我常常觉得你有些笨，却从未好好检视自己，是自己丢了初心，因为对你未来的担心而被焦虑裹挟着看不见你每前进一小步的努力。

好久了，眼中看到的都是你的不小心、你的小失误，不再像你小时那样，因为你的一点点小变而感到惊喜，因为你的小进步而给你鼓励。你说累了，我说你偷懒；你说题目太难了，我说你不动脑筋；你说身体不舒服，我说再坚持一下……

对不起，是妈妈忘了最初的想法：你是独一无二的自己，常常拿你和别人做比较，用比较后的不满一次次伤害了你。

原谅妈妈，妈妈没有养育孩子的经验，也是在摸索中前行，看了很多养育类书籍，然而“知行合一”真的好难。

胡慢慢同学，罗快快在这里正式向你道歉，在今后和你相伴的日子里，罗快快会让自己慢一点、静一点、相信你、鼓励你，耐心等待你的“绽放”。我爱你！

妈妈：罗快快

2022年4月20日

致我在远方女儿的家书

飞志欣

引子：我妻子是于2017年至2019年在大理云龙县驻村扶贫，岳父和内兄在昭通也有联系的贫困户家庭。作为家属，深知驻村扶贫工作的不易。本篇家书是以我结婚当日的真实情况为背景，从岳父的视角撰写，旨在向中心坚守在驻村扶贫工作一线的同志致以敬意！

亲爱的女儿：

此刻的你应该在连夜从昆明赶往扶贫点的路上……600多公里路途，一定开慢一点！一定要注意安全！

今天是你们在昆明结婚的大喜日子。然而，喜庆的美酒还未斟满、远方赶来祝贺的朋友还未款待、正是祝福高潮的时刻却接到需要赶回驻村扶贫点的通知。不可思议挂在每个人脸上，意外、失落、崩溃……可能都无法形容你当时难过的心情。在你摸黑赶路的时候，爸爸一样无眠，担心你的安全，也想静静的和你说话。

记得第一次接到驻村扶贫通知时，你非

常想不通，“我才工作怎么就要驻村了？”我鼓励你，这是单位对你的信任，不要有心理负担，大胆的去面对。时间长了，电话间听到你对扶贫工作越来越熟练、了解到你和当地村民感情越来越深，我非常欣慰！扶贫工作是党和国家的大事，扶贫工作意味着中华民族伟大复兴进程中的关键一环——从“站起来”到“富起来”实现质的飞跃，是全面建成小康社会的核心指标。你们的工作可能平凡，但也是最伟大的！对于你们年轻人，能加入到扶贫工作中来，这是挑战但更是机遇！也许生活上会遇到很多很多的困难，但是驻村这几年你在贫困山区看到的、在基层学到的都将成为你未来人生宝贵的经验和美好回忆。

电话里你说，“贫困户工作难开展，国家给他们的政策都不理解、不积极争取”、“跟他们说多了还不理我们、躲着我们”。其实，扶贫工作看似简单，但更需花时间、用真心、动真情来做好！首先，你们工作的方法要变通，不能一来就死板的读政策，在



基层工作要耐下心来和他们唠唠家常、多关心他们，让他们对你有好印象，工作自然事半功倍。其次，不管是做扶贫还是其他的工作，要多走近群众，用心了解他们的想法，只有这样才能把基层工作做好。最后，在工作中一定要把勤政廉洁常挂心头，严守八项规定，珍惜自己用努力争取而来的工作岗位，不辜负单位对你的信任。工作要从群众中来，到群众中去，但绝不能在来去之间拿群众一针一线，只有情系群众才能在风清气正中扬帆远航。

我们家三个人都在干脱贫工作，我和你哥扶贫的县区最近已经在准备迎接国家的脱贫验收了，也希望你能跟上我们的步伐助力当地早日脱贫，更等着你早日光荣回家！

最后，吟一首辛弃疾的《西江月》送给我远方赶路的女儿，“七八个星天外，两三点雨山前。旧时茅店社林边，路转溪桥忽见”。希望你一路平安！

爱你的父亲

2018年3月20日

致吾儿

沈永春

吾儿允熙青鉴：

岁月如梭，今日吾儿已及幼学之年，汝常问吾汝名何解：允：信也、诚也；熙：光明、和乐。望汝人如其名，一生顺遂、坦荡光明、如沐春风。

汝自小聪颖伶俐、性真率直，能尊敬师长，呵护朋友，父母省心，亲朋频赞，但时而贪玩倦怠。然业精于勤、荒于嬉、行成于思、毁于随，百尺杆头犹争上矣，吾儿亦应不怠。少多吃难，成岁去忧，学虽苦，乃后生之本责，吾儿当明此理，学而乐学，学而享学，愉学而进，方学之上境。

时至汝生辰之际，父母牵挂之事有二：一则学业，二则生活。故送汝数言，望吾儿慢慢理解、努力践行。

一愿吾儿唯记“奉孝”“知礼”“自立”为女子之根本，固本而行，先为人，再为学。当养孝亲之德、处世之德，坚韧以历磨难。

二望吾儿培养雅趣，好诗书，修身以自好；不喜奢华，不好攀比，唯勤俭养德；好强身健体，无口腹之欲，以康健为要。

三则谨记立身高洁、行止有方；自信独立、勿依他人；知足常乐、懂得放弃。

封书搁笔，意已于书，舐犊之情万般，非寥寥数语尽表矣。汝一生平安喜乐，方乃至亲所愿，余事皆浮云尔！

母亲：沈永春

壬寅年二月廿二



一封家书

施柯妤

亲爱的母亲、奶奶，你们好！

亲爱的母亲，我一直记得您给我讲的一个故事，一个15岁的小女孩，为了上学，在晚上搭了一辆大货车，去投奔几百公里外的大哥。风很大，夜很黑，货车驶过森林茂密的山谷，隐约听得到远处的狼嚎。小女孩非常害怕，不敢睡，只能一直盯着天上的星星。天蒙蒙亮时，小女孩终于到了，等不及走到门口，敲开了大哥家的窗子，终于见到了亲人。我知道这个小女孩就是您。您经常跟我说，您十分感激您的大哥，也就是我的大舅，是他帮助您完成学业。我觉得您不仅应该感谢大舅，您还应该感谢自己。理想如舟，坚持是桨，载着您驶向彼岸。许多年，您的故事一直激励着我。在学习、工作中，每当我遇到挑战，我就告诉自己，要一头扎到生活的风浪里，任凭痛苦包裹自身。今天坚持向前一步，明天也坚持也向前一步，总能达成目标。当真正的开始行动，所谓的遥远不过是一水之隔，所有的困难不过是前进道路上的水坑，持之以恒就能到达彼岸。我想着您的故事，就像那天晚上的您，看着天上的星光。

亲爱的奶奶，我还在上学的时候，每到寒暑假，由于父母、叔婶忙于工作，总是把我和兄弟姐妹们送到您家，让您照顾。您总是给我做很多布鞋，做很多好吃的，带我去摘花，帮我抓小猫，您是如此慈爱。而在父亲的讲述里，您是十分严厉的。在父亲小时候，去学校要走很远的路，在学校不仅要学习，还要跟着干很多体力活，父亲觉得太苦太累不愿意去学校，您怎么也劝不动，就用竹棍一直打，父亲觉得太疼了只好背起书包一边哭一边去上学。我突然想到，小时候，您对我 and 兄弟姐妹们捣蛋的行为都万分包容，但却从来不允许我们睡懒觉，不允许我们以任何理由偷懒，总是要督促我们完成课后，才带着我们去玩耍。工作以后，每次我和兄弟姐妹们跟您说起工作、生活里的不如意，您也总是淡然的说着，“条条蛇都咬手”。在您的眼中，生活的苦难是理所应当，克服困难也是理所应当，这样的心态让我深受启发。生活是荆棘丛，人生就是在其中跋涉穿行，痛苦是成长的必经之路。当我学着用您这样淡然的心态去面对生活时，我的抱怨、不满渐渐少了，我感到自己更加坚韧，

更加充满力量。

祝您们身体健康、事事顺心。

亲爱的母亲、奶奶，您们让我深深敬佩、受益良多，我为有这样的长辈感到庆幸和骄傲，我也会不断努力，力争让您们也为我骄傲。

施柯好

2022年3月4日



亲爱的老公：

想写这封信很长时间了，也在心里组织过好多语言，但是一到落笔的时候又觉得不知从何下手。趁这两天心情还好，还是静下心来和你唠唠。

咱俩相识6年半、结婚也快6年了，承蒙这么长时间里你对我的照顾和忍让，虽然我俩还不是老夫老妻，但是感觉用“相濡以沫”这个词来形容我俩的这路很是贴切。

和你在一起的这几年，我真的是吃了好多苦呀，也成了别人眼中的“贤惠”媳妇，但是只有我知道，你虽然在经济上不能满足我，但是在精神层面我一直都是最富有的那个。说来也奇怪，对你有一种莫名的信任，相信你会一直都对我好，会越来越对我好，我会不会是想得太美了！

你的好只有我知道。生完鱼儿，是你让我还有生老二的勇气，因为我知道你会好好照顾我的孕期，好好照顾我的月子，你比我更累。最近身体很是不舒服，看到你每天早上五六点起床还要为我做上早点才回地里干活，我的心里很是暖和，看到你焦急和担心的样子我也很是满足，虽然还会时不时地向

你发脾气，但是你都还是悉心改正，哈哈，感觉心里满满的信任。

你的才华只有我知道。当初和你好有一部分原因是出于崇拜，因为我对历史地理知识很是迷茫，而你总是能侃侃而谈，而且讲的都是我不知道的。你老是嫌弃我虽然是研究生毕业，但是没什么文化，这一点我是很承认的，我的文化综合素养确实有待提高。我以前还调侃你，我们学校就应该请你去讲历史课，这样大家才有兴趣学，这可不是恭

的人很少有了。当然，你的创业路上我的付出你要一直记着啊，如果哪天你创业成功了你可就是给我打工的。

你的人品只有我知道。老公，在这个时代，你绝对是一个正能量的青年，爱国爱家、三观清正、吃苦耐劳、自强不息，这些词都可以用来形容你。心里是不是美滋滋的，但是你确实是在平凡的工作中展现出了这些优秀品质，我想这也是你吸引我的地方吧。有时候我一抱怨工作，抱怨生活，你总是喜欢给我讲很多道理，让我要积极阳光，要想事情好的一面，要对得起国家发的工资。哎，我的工作还算挺积极的了，在你眼里总觉得我做的不够好。当然了，有了你的督促和要求，

我这辈子想混日子怕是都不可能了。虽然在气头上的时候很不喜欢你讲这些，但是从心底里还是要感谢你的。

或许是好久没有在心底里和你说这么多话了，感觉想说的东西很多。你以前还和我说想写一本书，记录我俩的爱情故事，但是一直也还没见你动工，这个可是你的许诺，不可以敷衍的。

最后，还是那句话：老公，爱你，么么哒！

安安

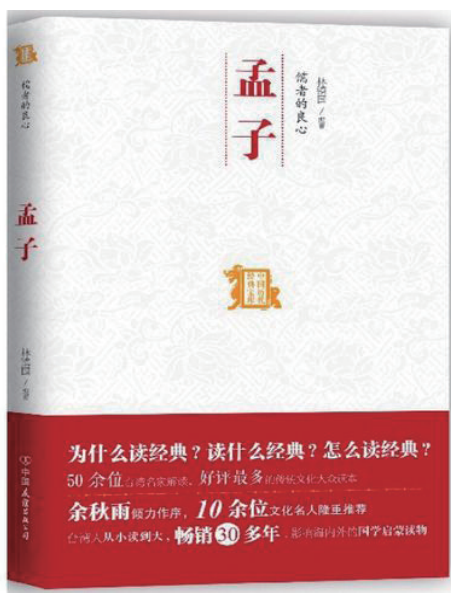
2022年3月4日



孟母三迁的意义

——读《儒者的良心——孟子》

胡 培



最近读了一本书《儒者的良心——孟子》，作者林镇国，中国友谊出版公司，约16万字。全书分11章，包括：年轻的岁月；希望之旅；齐国，旅程的第二站；抗议的声音；道德的理想主义；人性的辩论；三度上路，圣人之道守护者；归于平淡；乐道的晚境。

在第1章《年轻的岁月》中提到了孟母三迁的故事。公元前370年左右，周烈王初年，也就是距今二千三百八十余年前，孟子诞生在邹（今山东邹城）这个地方，父母为他取名“轲”。孟家是鲁国贵族孟孙氏的后代，孟孙氏是鲁桓公之子，为三桓之一，掌有国家的大权。传到后世以后，孟轲父亲这一辈时孟家已经没落了，因而迁居到邹地。孟轲

便诞生在邹地，成为邹国人。

孟母是位深明礼义，贤淑而有爱心的女性，眼看孟家没落了，孟母因此便全心全意地寄望在孟轲身上。孟母相信胎教这个从古代传下来的说法，从怀孕开始即十分注意言行举止，或坐或卧，或言或动，莫不小心翼翼。

起初，孟家位于城外的乡间，旁边有座坟场岗子。经常有送葬的队伍从门前经过，也常有人到坟场祭拜扫墓。年少的孟轲聪明活泼，模仿力又强，便和邻居小孩一起玩葬礼扫墓的游戏。孟母知道儿子玩这种游戏，心想：对一个小孩的人格成长而言，环境是多么重要！近墨者黑，近朱者赤，可不能轻心啊！再待这样下去，儿子都要成为野孩子了。搬进城吧，也许会好些。

于是，孟家搬进城里。城里也有它的环境特色，对年幼的孟轲来说，还是同样充满了新奇和好玩。离新居的不远处是集贸市场，每天早上人来人往，热闹异常，这是孟轲和邻居新朋友的玩处。有一天，孟母看见儿子和邻居小孩在扮买卖生意的游戏，学着商人的口气，吆喝叫卖，论价算钱，流露出一副世故的神情。孟母看在眼里，心想，住在集贸市场旁边也不好啊！商人好利，是令人瞧不起的。若长久耳濡目染，怎么可能培养出端正高洁的人格呢？

孟母经过慎重的选择和考虑，终于再搬到一所学校旁边住下。学校的古老建筑，宁静而肃穆。平时，可以听到学生们读书朗诵的声音，也可以看到师生一起练习礼仪的情形；一到春天和秋天的重要节日，还有隆重的乡射典礼，可以观看参加者优美的揖让升降和射箭的风度、雅乐的庄严。在当时，这些全是合乎礼度的文化表现。小小年纪的孟轲觉得很有意思，也学起那些乡贤长者的揖让礼节，模仿学生的吟哦朗诵。孟母看到这情形，便放了心，决定在学校旁久居下去。这就是后世所称颂的故事——“孟母三迁”。

孟母教子的影响颇为深远，早在西汉时期韩婴的《韩诗外传》中，就用有关孟母的故事来解释诗义，刘向的《列女传》中，首次出现了“孟母”这个专用名词。东汉女史学家班昭曾作《孟母颂》，西晋女文学家左芬也作《孟母赞》。南宋时的启蒙课本《三字经》引证的第一个典故就是“昔孟母，择邻处，子不学，断机杼”，这一普及于封建社会后期的启蒙读物，虽经明、清学者陆续修订补充，而孟母三迁、断机教子的故事始终冠于篇首。经过数千年各种版本故事的宣传，孟母三迁最终深入人心，成为了环境影响孩子成长的典型成功案例代代相传，可谓影响深远。

即便在今天，孟母三迁也可以说准确击中了天下父母的软肋。可怜天下父母心，古往今来，千千万万父母前赴后继模仿孟母三迁，从选择环境到选择学校，从选择学校到选择老师，从选择老师到选择同学，无所不用其极，希望为孩子提供最好的教育环境，成就美好人生。然而，对于孩子的成长，外

因终归只是一个客观影响因素，内因才是主观决定因素，内因作用应该说远远大于外因，这个关系千万不能混淆乃至颠倒。能否教育好孩子，能否让孩子有一个美好的人生，固然要靠环境，与学校有关、与老师有关、与同学有关；固然要靠父母，需要父母言传身教，为孩子树立榜样；但更重要的应该是取决于孩子自己，取决于孩子思想上的敏悟和性格上的坚毅。所谓打铁要靠自身硬，只有靠孩子自己努力，才有可能一步步沿着修身、齐家、治国、平天下的人生旅途走下去。至于最终能够走到哪一步，实现什么样的抱负，其中固然需要孟母三迁借助周边环境的影响，需要父母身体力行借助良好家教家风的滋润，但更需要孩子先天的秉赋和后天的素养，需要时代大潮迸发的挑战和机遇，不是人力所能左右，恐怕只能用谋事在人、成事在天来解释，没有必要过于强求，以免弄巧成拙，反而贻误终生。



心有所信，方能行远

——《觉醒年代》观后感

霍俊丽



国家，它就是《觉醒年代》。

《觉醒年代》被誉为学习党史的优秀教科书，而且这部剧成功压中今年高考题目，成为了最热高考素材库。在谈到这件事情时，导演张永新表示：拍摄这部电视剧是希望今天的中国人可以平视这个世界，既不夸大也不贬低，不俯视也不仰视，而是堂堂正正的平视，即认识世界也认识自己这种堂堂正正的平视，是《觉醒年代》想要表达的，可能正是高考命题人想要传达的。我很难清晰地写出对《觉醒年代》的观后感，不知大家能否理解我的感受。就是当一件作品本身就很浓烈和炙热时，旁观者的我任何的赞美和形容都显得单薄、苍白和渺小。我也很难去着重描摹它的高光亮点，因为这个剧，几乎处处皆高光。群像血肉丰满，情怀荡气回肠。

今年是中国共产党诞辰一百年，历史的车轮滚滚向前，它的轴痕中嵌进了太多的风雨砥砺。爱国之心，人皆有之，《觉醒年代》的开播是对党一百年诞辰的最好礼物。这部剧以1921年《新青年》杂志的创立到新文化

革命题材的剧像风吹麦浪，一波送一波。说实话，我一直很不喜欢也不常看这样的剧，总觉得有些乏味、教条、情怀主义，有些更是让人无语的“神剧”。可就是有这样的一部剧，靠着口口相传，让我看得入了迷，看得热泪盈眶，让我感觉自己的思想再次觉醒，让我心悦诚服地更加热爱我们的党、我们的

运动，“五四”运动的贯穿，直到中国共产党的成立，实实在在地讲述了一百年前的这段波澜壮阔的历史和中国共产党成立的宏大背景。整个故事的切入点没有浮于表面，而是把每个人物的思想和当时的社会现实相连接，比如仲甫先生破“二十年不谈政治”的戒、延年乔年兄弟俩从信仰无政府主义到加入共产党，一切的觉悟都是随着时局而变的，时势造英雄。

让我印象深刻同时倍感震撼的是南陈北李相约建党的片段。陈独秀先生、李大钊先生在途经天津南下上海途中，在海河边上，看到流离失所、衣不蔽体的百姓们，听到义和团幸存者悲恸地发问……在漫天风雪中他们感到无比悲怆，抱头痛哭，同时坚定了二人要建立一个能凝聚力量的组织和领导核心的一个无产阶级政党的信念。当李大钊问陈独秀“你为什么要建这个党？”陈独秀哽咽地说：“不为什么，我为了他们能像人一样地活着，为了他们能拥有人的权利、人的快乐、人的尊严！”他们面对受苦受难的百姓庄严宣誓为民立命，为国建党的初心使命。

感动不只是来源于先烈的勇气，还有情感的触动。《觉醒年代》在讲这些严肃的历史事件同时，呈现了很多生活的画面来展现人与人之间的羁绊。赵纫兰女士和憨坨的绝美爱情在那个时代多么难能可贵；郭心刚和父亲之间“王师北定中原日，家祭无忘告乃翁”的约定让人揪心；辜鸿铭先生对新文化运动的抵触和蔡元培先生的敬重之间的反差

是一种文人的纯粹。

《觉醒年代》镜头语言的运用也让我十分喜欢。剧里毛主席和豫才先生出场的两段镜头在网络上刷屏，两位主要人物没有台词，却靠着镜头画面就把当时民国的情形展现得淋漓尽致，哪有那么多风花雪月，明明遍地满目疮痍。剧中像蚂蚁、青蛙、鸽子等物的隐喻也是运用自如，英英回来的那瞬间真的让人泪目。还有陆征祥说完“我把你们的凯旋门变成了耻辱柱”后，顾维钧先生转身离开镜头转向房内的凯旋门模型将他的背影框在门下的那个场景，真的巧妙又压抑。还有仲甫先生家门口那条路，不同时期不同人走过，前期摸着石头过河，中期道路泥泞，后期渐渐成型平坦，便是探索一条救国之路的演变。

今天的大多数年青人根本无法想象，他们在政治课上死记硬背的那些他们根本不相信的东西，曾经真的被一群人当作毕生的理想信念去奋斗和牺牲。让我忍不住落泪的是陈延年、陈乔年、赵世炎等热血青年牺牲的场景。他们不仅是热血青年，更是革命烈士，是党的忠诚烈士。敌人为了得到党组织的秘密，对抓捕的共产党人严刑拷打，将他们折磨地体无完肤，但是他们仍然以钢铁般的意志抗住虐待，保守党的秘密，宁死不屈。在刑场上，国民党反动军警喝令陈延年烈士下跪行刑时，身受重伤的他却高声回应：“革命者光明磊落、视死如归，只有站着死，绝不跪下！”最后，死于敌人的乱刀之下。先

烈们“为有牺牲多壮志，敢叫日月换新天”的革命斗志无不令人动容。

我们站在后来人的视角看先辈们，感觉到他们伟大，但他们的伟大和悲壮远比我们所能想象深重得多。我们看见了他们的胜利所以能感受到他们的奋斗意义重大，而他们在牺牲之时并不能预知未来，不知道自己的牺牲对中国的胜利有多大意义，也不知道我们要用多少年才能迎来胜利，甚至不确定我们还能不能胜利。他们抱着一腔热血，在牺牲之时所能依赖的只有满怀的信念。这就是坚定的信仰！原来我一直知道他们伟大，却依然远远低估了他们的伟大。

有人问，《觉醒年代》还会拍第二部吗？

有位网友的回答，异常打动人心，《觉醒年代》的后续不就是我们吗？我们幸福地生活在中国，这不就是《觉醒年代》的续集吗，先辈们的理想得以实现。

我们，生在红旗下，长在春风里，
人民有信仰，国家有力量，民族有希望。
目光所至皆为华夏，五星闪耀皆为信仰。
我们的信仰
不是天上掉下来的救世主
而是人间自己长出来的英雄。
心有所信，方能行远。
吾辈必当勤勉，持书仗剑耀中华！



《见了困难谁拐弯》读后感

宋丽军



人的一生总会遇到很多困难，有的被困难绊住了脚步，有的勇敢跨越甚至将困难转化为机遇。我不想成为那个见了困难就拐弯的人，于是翻开了这本书，想从中获得战胜困难的力量和方法。

这是我国青年作家郭文沫的长篇小说处女作，我断断续续的看了一个月才看完，全文充满了奋斗与狂欢、迷乱与救赎、骚动与

不安、失衡与颓废这样的情节，充分展示了商品大潮中道德的隐退与人们精神的虚脱，揭示了多元化社会人性的复杂性。

小说中主人公野自强是华西县土生土长的农民儿子。他放过羊，能唱山歌野曲，接受过大学教育，聪明大胆有想法。他辞职后到甘州市去创业。他有农民坚忍不拔、吃苦耐劳、勇往直前的特点，也有知识分子聪明睿智的头脑，二者的优化组合，他竟然成功了。在他身上，我们多少能看到高加林与孙少平的影子。因为野自强和高加林、孙少平一样，以地域来论，与陕北相邻，均属于黄土高原贫瘠地区。可是后来，原本朴实善良的野自强，随着事业的成功，金钱的膨胀，他的灵魂渐渐被欲望撕扯得支离破碎、血肉模糊。在欲海中沉浮不能自拔的野自强，为了安抚、救赎灵魂，他搞慈善，在家乡捐建希望小学。但是野自强的救赎只能疗其表，不能治其本。他的内心是空虚的、寂寞的、迷茫的、疼痛的。我们身边也有很多这样的例子，寒门学子经过多年的刻苦学习，终于考上大学改变了自己的命运，经济条件得到很大的改善，但是

经不住城市娱乐化与欲望之魔的诱惑，堕落了，沉沦了，成了时代的悲剧人物。再比如，城市化进程加速发展的产物之一“拆二代”，经历一夜暴富的神话后，心态发生巨大变化，炫富、厌学、奢侈等现象比比皆是，有的开上了豪车，疯狂购买奢侈品，还有的甚至参与赌博挥霍一空。这就是我们这个时代物欲追逐下的病态。因此，物质上升了，人的精神与道德的重构弥足重要。随着社会经济的

飞速发展，城市化进程的不断扩大，越来越多的农民转变成城镇居民，随着身份的转变，如果不能很快调整心态，必将面临很多的难关。

如何不被物欲吞噬丧失掉宝贵的灵魂，如何在经济发展大潮中守住自己的底线不至于扭曲心灵，《见了困难谁拐弯》带给我们的思考是沉重的。



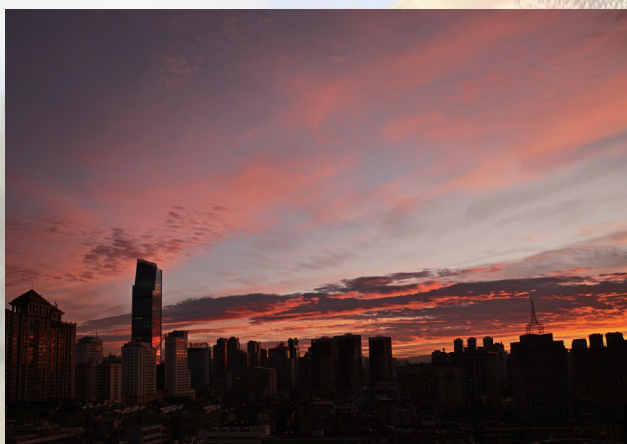
职工摄影作品



向阳——刘芳（工会）



天空之镜——闵向东（行政办）



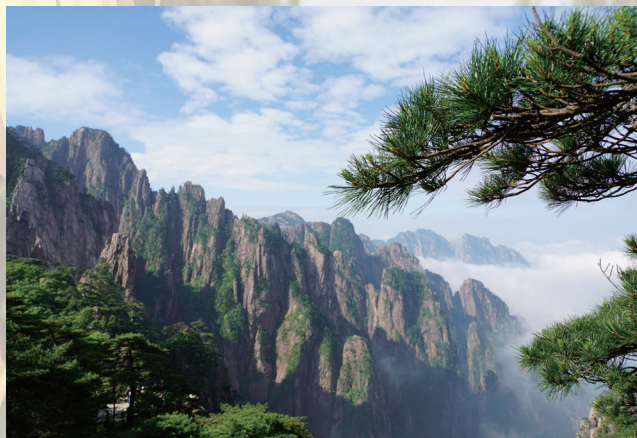
我的家乡——张勇（急传所）



樱花——林佑（检验中心）



山顶色彩——张强（营卫所）



云深不知处——苏卫华（综保部）