

---

# 晨光

*Chenguang*



DAYANG 大陽

总刊第八十期

二零二零年第一期 (季刊)

深圳大阳晨光编辑部

---





大阳 《晨光》 编辑部

---

顾 问：林淳汶

主 编：谭雪林

副 主 编：彭淑芳

编 委：何勇惠 邓自生 金巍蓉

周 宇 易红霞 吴柳红

美术编辑：彭淑芳

# 目 录

## 【卷首语】

让亲情在年味中更浓-----1

## 【大阳风采】

绞线班优秀的闫班长-----2-3

我们优秀的黄课长-----3-4

## 【大阳变革】

大阳变革-----5-6

## 【照片集锦】

大阳元旦晚会集锦-----7-12

大阳人抗“疫情”集锦-----13-17

## 【情感世界】

月是故乡明-----18-19

年味-----19-20

缺失的陪伴-----21-22

过年-----22-23

## 【抗击“疫情”】

疫殇-----24-26

社区的好“公仆”-----26-27

抗击疫情的日子里-----28-29

“疫情”下的你我-----30-31

“疫情”里的那些日子-----32-33

春天交响曲-----34-35

春暖人间-----35-36

## 【随感杂谈】

如果可以重生-----37-38

浅谈科学发展观-----38-40

## 【感悟人生】

中年之感-----41-42

## 【七彩生活】

回忆春晚-----43-44

## 【诗歌拾贝】

山和水-----45-46

亮丽的风景-----47-48

众志成城战“疫情”-----48-49



## 卷首语

## 让亲情在年味中更浓

谭雪林

每一年过年我们总是步履匆忙，每一年过年我们总是归心似箭，因为过年的假期很短，抛掉在路途的时间，在家里的时间屈指可数，身边的人常说，不知不觉父母又增添了许多白发，不知不觉父母的脸上又刻上了许多皱纹，听着这话，我们也增添了许多伤感，说实在的，我们陪伴家人的时间实在太少了，我们也总感觉亏欠父母的太多。在这个飞速发展的社会，岁月不允许我们有过多的驻足，也不允许我们有丝毫的失误，我们必须紧跟时代的步伐，父母也很理解我们的“苦衷”，在家里逗留久了，就会“狠心”地把我们“赶”出来，虽然有万分不舍，但也无可奈何。其实父母也不要求我们报答什么，好像为子女所做的就是天生的本分，是责无旁贷的职责所在。



但是现在过年的气氛是越来越淡了，回家过年，父母满心欢喜，平时舍不得吃，舍不得穿，过年的时候却特别的“阔绰”，左一袋，右一袋，高高兴兴把年货扛回家，满心欢喜准备了一桌丰盛的饭菜，却怎么也高兴不起来，原来大家吃饭时都在低头玩手机、玩游戏，忽视了父母的存在，没有了往日的嘘寒问暖，没有了往日的热情话、悄悄话，对大人的关怀爱理不理，对家里的事情漠不关心，热衷于抢红包，发微信，发抖音，这种冷清的场面大人们越来越不习惯了。

真心的交流总是建立在忠诚的基础之上，真心的交流和陪伴也是维系亲情的桥梁和纽带，也许一句温暖的问候，一个会心的微笑，就能消除心中的疲惫，就能融化心中的隔阂，是啊，亲情是金钱买不来的，要用真心去培养，要用真情去滋润。

# 绞线班优秀的闫班长

邱惠平

在绞线工作半年，刚来时见到闫班长，只觉他非常帅气，有着浓密的眉毛、迷人的大眼睛、高挺的鼻梁、饱和的嘴唇，五官分明，个子瘦瘦的。可是今年第一次和闫班长团队搭档的经历，彻底刷新了我对闫班长的认知！

有一次，我看到闫班长双手直接拎着 2 轴 15 公斤的线，手臂上的肌肉成块，看起来非常有力量，我惊呆了！虽然闫班长小小的个子，却一直在身体力行地做着最辛苦的活儿，想想自己这么大的块头，搬一轴线还要两只手才行，瞬间觉得有些不好意思。

平常工作中闫班长也表现出了他优秀的领班能力、协调能力、计划能力和执行能力。



经常一个人把需要生产的原料拉到相应的机台下，时刻关注着各机台的线有没有异常。订单多且繁忙时候，他总会提醒组员关注重点工作，哪些订单优先生产，他经常说，“不要因为订单多就急慌，要认真仔细确保机台所下线的产品无错差，标签要一而三的检查，不要打错了，线径不要上错了，不要因为个人的马虎给公司造成不必要的损失。”通过日计划检查安排、目标和分工协作情况，做到大家的工作步调一致、忙而有序。有问题及时沟通，提高了整体团队协作能力，并将

良好的纪律性和凝聚力落实到工作中。原来优秀的领导者会引领团队把精力放在理性分析问题和应对策略上，避免再次发生，不会依赖他人给自己解决问题，积极主动。

经常看到他的组员不会说要等待领班看到这台机亮红灯很久再分配指令生产，而是积极主动自觉的知道这台机生产完了马上去台面找相对应的指令生产。从组员的言语行动间就可以体会出领班的整个团体的质量。

每次遇到产品有问题点的时候，去找他，他一定会及时反馈结果。了解他给出的建议

是否可行，是否取得了预期的效果。一方面能够帮助自己厘清状况，另一方面也方便对方给出进一步的建议，分析原因，解决问题。经常听到他说“凡事只要沟通协调，工作中遇到的麻烦事都是能解决的。”

在绞线跟闫班长团队合作的日子里，自我感觉工作上真是进步不少，效率更高了一点。时常会遇到条数很多的线，300, 500, 800, 1000……常常数到两眼晕眩，都数不对，得数几次。有一次闫班长看到我反反复复数那几轴线，就教我一种他总结出来的方法，有规律的去数，既快还不出错。我经常为绞距、电阻的标准纠结，说这个不在标准范围内那个超出范围了，导致工作进度缓



慢，他就会重新帮我捋顺在什么范围之内能放不出错，精准到位。闫班长的态度让我学到了要养成善于思考和总结的能力，工作中经常会遇到困难和困惑，那么就勤反思善总结，不停和不断的积累经验，才能增强解决现实问题的能力。大阳真是一个卧虎藏龙的地方，每一个人的身上都有值得学习的发光点。我相信有这些人在大阳，大阳的明天会更好，让我们携手共进，共创大阳辉煌！

## 我们优秀的黄课长

邱惠平

来大阳时，第一次见到黄金波课长就感觉他虽然小小个，但穿着整洁，长得还挺精神的，心想，这小伙子，可真不错啊。慢慢工作接触后，更发现他待人热情，做事认真，专注。在生产车间里机器轰鸣，在每条已经运作的流水线上，经常能看到他全身心的投入到工作中的身影。在产品检测台，看到他时常对下线的产品进行仔细检查，确保产品符合标准。

工作中遇到的问题，他也常常带图圈出问题点附解决的方案建议，列出中控、成品、

出厂等所存在需要改进的问题点和要跟踪到位的事项，让相关人员对所处理的事情一目了然，在看完这些问题和方法以后，更清晰接下来要做什么，要怎么做。这点做的特别仔细认真。这种认真，不仅体现在做事投入程度高，更在于时刻预防自己犯错或者减少他人犯错。不是急着让人接受分配的任务然后一头扎进去埋头苦干，而是会跟你确认清楚这件事具体是要达成什么样的目的，要做到哪一个份上，大概可能会遇到哪些困难，哪些困难是自己要克服，哪些是遇到了千万要举手请示帮忙。这么说吧，解决不了的事从不会让人捂着掖着然后放任其不可收拾。

每日现场检查情况记录表							
检查异常照片	异常内容	责任人	处理意见	检查异常照片	异常内容	责任人	处理意见
	4R14头线跳出导轮		夹纸调整至正常后换盘下线确认产品针孔、尺寸、试验性能，后续此机台再出现按制度考核		10号机L边尼龙涂漆部分，多个头尼龙涂漆层未在漆辊凹槽内		反馈立即调整，该机台下次出现类似问题，品检开单处理
	2号机L边烘炉出口处焦炭多，已经快接触线表面		反馈操作人员及漆包带班，改规或断线时立即清理		1号机R边指令要求使用“CY1”线芯，实际部分头子用的是NX		线芯的使用一定要按指令要求使用，如不符合或情况特殊的必须经过技术部同意后才可以使用
	19号机L边1.30已盖章成品线8轴线表不良，甚至有漆珠，第二轮8轴内部存在质量隐患		一搜成品线用手电照射检查线表质量，对出现的质量问题考核漆包及品检				

超越 (CY) 产品每轴上面都要贴“产品有效期”标识; 2. 甲叉 (JA) 0.10-0.15规格产品必须每天全刷一轮漆长, 最长不超过20厘米; 3. 奇宝 (QIB) 0.20规格及以上产品不能有深刺针孔, 有深刺针孔立即反馈, 产品待评估; 4. 松下 (SX) 所有产品必须将标识压在在线头; 5. 奇宝 0.40及以上产品一定要贴绿色外控值小标签; 6. 加开、澳视必须使用指定油漆; 7. 0.30以下规格产品原材料接头后成品必须换盘下线; 8. 后铸奇宝 (QIB)、翻环 (CRH) 松下 (SX) 这三个牌7%、40度以上产品必须用指定油漆及桶保油漆;

品质心算，不是个时兴的眼色到谁手里都是品质，你的是法曹不是生产的保的!

每次开早会虽然很多时候都是在说工作上的问题，但总能在他那里得到一点正能量输入，例如“很多问题可以慢慢磨只要能坚持下去总给它解决掉。大家要一起努力。别人对你的信任是你自己一点点积攒起来的，你对别人的信任也是协作成果的积攒。不以打工者的心态工作，不计较对工作的投入付出，最终的受益者不是别人，是自己。少抱怨，多努力，多学习。”能得到正能量

灌输，开启一天的工作状态是蛮佳的。

黄课从 2013 年来到大阳至今已有了 7 年了，做过品检员，副班长，班长，然后管理职员，这一步步的上升也证明了公司对他能力的认可与肯定。现在很少有能在厂里坚持这么多年的人了，有些吃不下工厂生产的苦而恋家不出，或囿于工厂一时的经济效益不佳而折腾离厂，没有坚持下去。想想天下最难练的便是“坚持”。不禁让人感慨工作也好，生活也好，都会有一个瓶颈期，上不去，下不来，很辛苦，不知道自己坚持的意义是什么，想放弃又不甘心，努力又看不到结果，真难啊。可是咬咬牙，再坚持一天看看，可能就峰回路转。就像蛰伏在这难熬的日子里，伺机而动。耐得住是第一要素啊。现在新冠疫情把人抛入了更大的不确定性当中，其实唯一的办法，就是向黄课学习让自己变得更为稳健，强化自己的基础管理，优化自己的工作流程，以不变应万变。发挥自己的潜能，在大阳闪闪发光!



# 太阳变革

谭雪林

2020年1月6日，2020年太阳战略发布会在宿舍五楼会议室隆重举行，老板作了重要讲话，老板说，河源项目正在如火如荼地展开，已经封顶，计划2020年5月投产，太阳将开启第四次创业的新征程，回顾过去的一年，我们的工作态度发生了很大的转变，是客观环境改变了我们自己，2020年我们将延续2019年的战略目标，我们的战略方向坚定不移，老板对新的一年抱有更大的期望。

董事总经理林总对2020年战略目标进行宣讲，林总指出，太阳通用(含河源)销售数量计划、销售差价计划比2019年实际完成量增长50%，太阳电工销售数量计划、销售差价计划比2019年实际完成量分别增长15.73%、21.52%，目标具有挑战性，2020年也是一场硬仗。林总经理从正、负两个方面对2020年的市场形势进行了分析，正面的有5G市场、机器人市场、汽车出口市场，这3个市场潜力巨大，同时2020年1月中美双方签订了停止贸易战的协定，对市场也有积极的影响。

回顾2019年我们在变革方面取得的成绩，攻关仍在不停的进行，我们欣喜地看到，我们的错规率有了很大的下降，虽然我们还没有实现零次错规的目标，但是我们已经向前迈出了一大步。微拉的生产效率，生产线芯发黄率，废线率，绞线的生产效率，都有很大的改善。



PMC部的成立打破了部门之间的条块分割，产销衔接更加畅通，产成品管理更加优质高效，成品库存、在制品占用的资金成本进一步降低。部门内部机构的设置更加细化，更加高效务实，管理更加规范，管理的透明度和执行力更高。公司的16949项目去年8月获得通过，从申报立项到审批通过仅用了8个月的时间，这么高的效率是难以想象的。公司的执行力也进一步加大，制定的目标和计划，都有时间要求，有问责程序，有稽核办去稽查核实。在现场管理发现的问题都会发布到微信上，群里有专人对反馈的问题进行处理，这种实时的

报道和实时的跟进，形成了一个一环套一环，环环相扣的完整链条，每一节链条既相互独立，又紧紧相扣，大家齐心协力，大阳的变革不断地向前推进。

在今年突如其来的疫情面前，变革带来的效应非常明显，今年公司的复工复产时间在深圳来说都是比较早的，公司在 2 月 15 日复工，同事们都非常自觉，有的提早就来到了深圳，等待上班，有的在群里看到复工通知，就立即想办法过来，大家都想方设法，克服各种困难，突破“疫情”的封锁，因为大家都想到公司的生产不能缺人，公司的管理不能缺人，每天到岗的人数都在增加，在 3 月初，我们复工的人数就达到 90%以上，这个比例在宝安区和深圳市都是比较高的，这也充分说明了大阳人的责任心和责任感在变革中都得到了深化和加强。

在疫情期间，大家都自觉遵守深圳和宝安区对疫情的指令，有的返深后主动隔离，有的在疫区隔离，住在公司员工也严格遵守公司对疫情期间的管理规定，有的一个多月都没有出过一次工厂的大门，这种自觉和自律性是大阳人优秀品质的展示。

在疫情期间，防护用品相当紧张，大家都积极想办法，利用各种渠道和关系，采购紧缺的物资，解决了复工急需防护用品的难题。每天的测温，在餐厅的就餐，大家也是积极的配合，湖北籍的员工遵守疫情期间的规定，舍小家为大家，一直在疫区等待命令。有的在网办公，远程办公，有的在家里下订单，做业务，大家全力以赴，为大阳奉献自己的力量。在困难面前，大阳人凝成一股绳，汇成一股劲，共同面对困难，勇敢克服时艰。

2020 年的工作，更加具有挑战性，各项指标比 2019 年都有大幅度的提升，河源项目是公司的一个大项目，也将成为大阳的一个新的增长，河源项目吹响了公司第四次创业的号角，大阳对河源项目给予了厚望。在 2020 年，大阳的变革也将继续深入，大阳将进一步整合资源，优化机构设置，提高工作效率和工作质量，随着变革的不断深入，大阳一定会不断前进，不断创新，打造出铜杆行业的标杆，创造出大阳新的腾飞。



## 2020 年元旦晚会集锦

2019 年 12 月 31 日大阳公司年终晚宴暨元旦晚会在禧荟轩隆重举行，500 多名员工、员工家属在这里欢聚一堂，为 2019 年画上完美的句号，边享受美食，边欣赏文艺节目，还有丰富多彩的抽奖，这是对一年工作最好的总结，也是大阳人最轻松愉快的节日。



今年的元旦晚会特意邀请员工家属参加，为的是感谢员工家属在幕后默默的付出和支持，为的是员工家属也能分享大阳成功的喜悦，分享大阳浓浓的家的氛围，大阳家属的踊跃参加，为晚会增光添彩。丰盛的美味犒劳着我们一年的艰辛，真诚的问候和鼓励把大家紧紧地联系在一起，分享着彼此的成功和快乐，一年中的酸甜苦辣，在酒杯中汨汨地流淌，融化成昨日最美的回忆。今日的美酒格外的甘纯，蘸着老广的味道，伴着味蕾的芬芳，开心的笑容洋溢在脸上，幸福的暖流在心中涌动。



精彩的文艺节目为晚会增添了无穷的色彩，一群群活泼可爱的姑娘在舞台上翩翩起舞，粉色的衣裙，漫舞轻纱，撩起一片片绯红的云朵，似海市蜃楼，又似人间仙境。



彩云飘过，又一片乌云飞来，似几滴浓墨泼在洁白的绸缎上，黑云在白色的天空中翻腾，黑色的衣裙与黑云共舞，演绎成一片黑色的旋风，青花瓷带来了古韵清香，青花图案的衣裙散发着远古的幽兰，舞动着中华古老的文化，仿佛又见昔日楼兰古道的繁荣，一台台精彩的节目，秀出醉人美景，秀出古老的文明。



管理职员的大合唱总是那么慷慨激昂，激情四溢，我和我的祖国，这首经典

的老歌在大厅久久的回荡，托出一片祥和美好的盛景。



十年、十五年、二十年、二十五年的荣誉职工在晚会中总是那么的璀璨夺目，交相辉映，大阳这艘大船承载了多少青春梦想，多少大阳人栉风沐雨，星夜兼程，岁月的风雨在青春的脸上刻上无情的印痕，大阳人不懈的追求和执著的信念，造就了大阳的辉煌，回首往事，青春依旧，展望未来，宏图如画。



2019 年是大阳的变革之年，董事总经理、经营变革领导小组组长林淳汶先

生带领变革小组全力以赴，攻坚克难，披荆斩棘，勇往直前，取得了一个又一个的胜利，各个部门在变革中担当重任，大阳人在变革中夜以继日，绞尽脑汁，为实现大阳的战略目标努力奋斗，大阳变革之星在变革中风起云涌，功劳卓著，在元旦晚会上群星璀璨，亮丽无比。



大阳这艘大船激流勇进，阔步前行，靠的是集体的力量，靠的是团结的力量，

共祝愿，大阳这条大船在大海中乘风破浪，驶向大阳更加美好的明天。

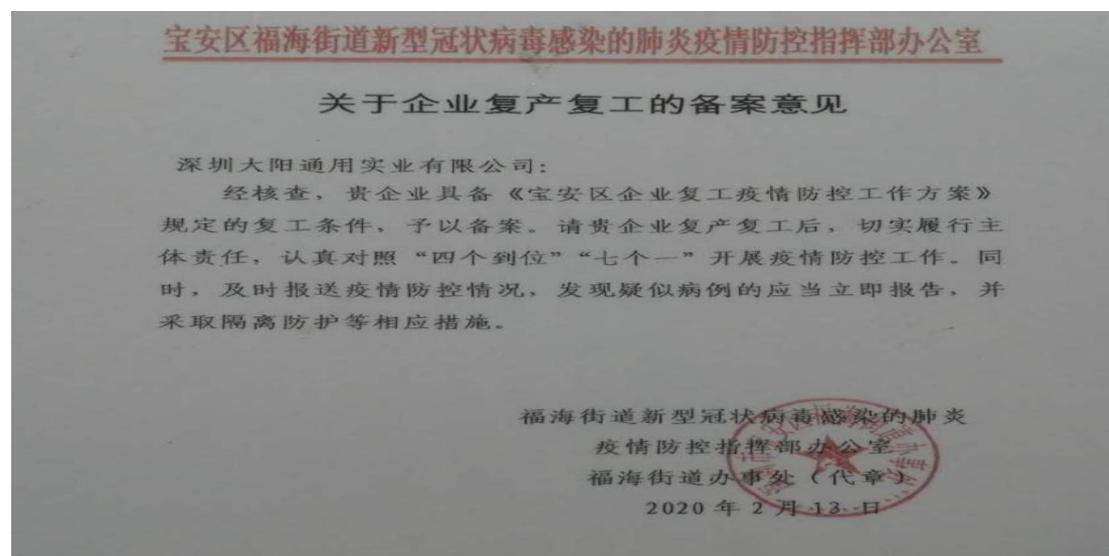
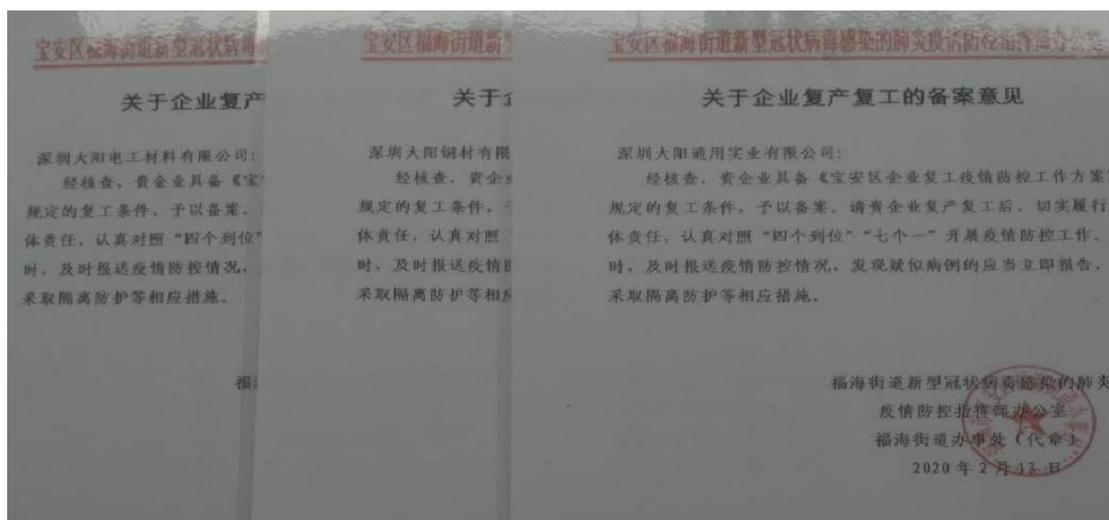


## 大阳公司勇敢战疫情

今年突如其来的疫情打破了春节的宁静，一场抗击疫情的战斗在全国各地打响，为抗击疫情，各地纷纷出招，围追堵截，联防联控，千方百计隔断疫情的传播，大批医务工作者奔赴第一线，冲锋陷阵，一个月来，在党中央的英明领导下，在全国人民的英勇抗击下，疫情由起初的“洪水猛兽”的汹涌势头，逐步遏制，现在已成强弩之末。

在这一场没有硝烟的战斗中，大阳公司员工展示了良好的风采，不畏风险，逆流而上，谱写了一曲抗击疫情的大阳之歌。

在2月初，行政部即开始复工的申报工作，上报复工的资料，采购口罩和消毒用品，安排餐厅准备供餐，为企业复工做了大量的前期准备。经福海街道验收，公司达到了复工条件要求，2月13日福海街道下达了同意大阳3家公司复工的文件。



2月15日大阳公司正式复工上班，复工的每一天，大家都遵守疫情期间的 workflows，佩戴口罩，上下班接受测温检查。行政部按照政府要求，每日做好复工员工的统计工作，及时上报复工员工的检测报表。



为应对疫情，公司也加强了返深员工的检测，张贴了员工返深上班的流程图表，对符合复工条件的员工开辟办理入司手续绿色通道，对温度异常的员工安排隔离观察，按照宝安区政府要求通知滞留在疫区员工推迟返深时间，对返深后被居住的小区直接隔离的员工，保持联系。根据疫情的变动，做好后续员工的返岗摸底工作。



在餐厅员工按照就餐指引流程就餐，虽然刚开始餐厅只有 2 位厨师到岗，但他们不怕苦，不怕累，勇挑重担，发扬大阳员工敢打敢拚连续作战的作风，克服各种困难，每天烹调出员工喜爱的饭菜，为支持公司复工复产贡献自己的力量。



在车间，已经到岗的员工积极投入生产，机台奏响欢快的旋律，灯光闪烁，金丝飞舞，银丝闪耀，汇成一幅幅壮观美丽的图画，员工们专心致志地工作，到处都是大阳人忙碌的身影。



复工的员工日益增多，铜线产量日益增多，一轴轴金黄的铜线，或悬挂在机台上，或摆满检验台，金光闪耀，层层叠叠，溢彩流光，宽敞明亮的车间变成了

一个闪闪发光的金库，一轴轴铜线似一个个灿烂的笑脸格外可爱，这些铜线就是大阳的珍珠和宝藏，28年来，大阳人从铜里爬，铜里滚，摸清铜线的脾气特性，熟悉铜线的喜怒哀乐，与铜为友，用铜线编织五彩缤纷的世界，用铜芯嫁接互联网的智慧之桥，塑造铜线的韧和坚，雕刻铜线的灵和魂。



备货区一片繁忙，一辆辆货车，满载着货物，飞驰在珠三角的各条大道上，疫情一天一天在消退，复工的员工一天天的增多，招工应聘工作也在紧锣密鼓地进行，在疫情面前，大阳人又一次展示了青春的激情和魅力。



# 用是故乡明，鄂是故乡情

云淡风轻

湖北，我的家乡，这个春节，我们放了一个前所未有的长假，也过了一个不同寻常的  
年，从1月20号回来至今刚刚好一个月，回程的时间依旧遥遥无期。

这场突如其来的病毒让我们猝不及防，身处湖北重灾区，从刚开始每天的心惊胆战到  
现在的越来越淡定，每一天都有不一样的心情，唯一不变的是我们一直充满信心，充满希  
望。

2020年的冠状病毒是大家热议的话题，有人说，这是一场天灾，也有人表示，这其实是  
人祸，无论怎么样，事情发生以后，祖国大地上的每一个人没有置身事外，都在为这  
场战争努力。

在这片荆楚大地上，每天都在经历着生离死别，来自全国各地的白衣天使们，离别亲  
人，告别家乡，奋战在前线，她们不顾自己安危来谱写生命之歌；在这里，每天都上演着



许许多多感人肺腑的英雄事迹，一个又一个英雄倒在了一线岗位上，他们用自己的  
生命来诠释了什么叫作奉献；在这里，每  
天都能收到来自全国各地送来的温暖，一  
车又一车新鲜的蔬菜水果，鸡鸭鱼肉，运  
送进来，那是农民的汗水，是大部分普通  
人家的一份心意，每次看到这些，都被感  
动得热泪盈眶，隔离病毒但没有隔离爱；  
在这里，无论男女老少，无论城市还是农

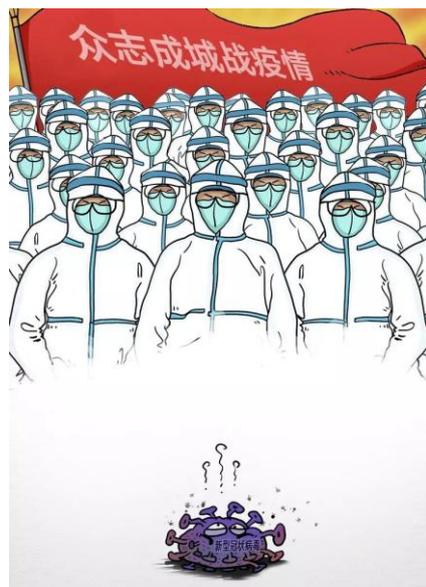
村，都积极配合，为的是让受伤的家园早日康复。

我们听到了来自四面八方不同的声音，是鼓励的：他们高喊着湖北加油，中国加油，  
一声声呐喊，都无比振奋人心。也有指责的，有质疑的，所有的不好的声音我们也都表示  
理解，因为病毒实在是太猖狂了，它已蔓延至全国各地，它让全国人民都受到了伤害。

在这场没有硝烟的战争里，全国每个角落里的人都在自觉隔离，但总有一些人，他们  
就像是一个个蛀虫，寒了人心，他们冲击着道德底线，让人愤恨，同样，他们也受到了法

律的制裁。

作为一个湖北人，虽然我们为了生活，一直在外地奔波，但我从来不后悔这次过年回到湖北，刚回来时，每天看到自己所在的城市病例一天天增长，我们也会跟着忧心忡忡，提心吊胆，每天看数据已经成为每天早上的一种习惯，从最初的担忧到现在的淡定，那是因为全国人民都在关心，关注着我们，所以我不害怕，我们有信心打赢这场胜仗。我作为一个普通人，我们不能为社会做多大贡献，我们唯一能做的就是把自己关在家里，不给别人添堵，不给国家添乱。



我们的家乡，他只是暂时生病了，但是有这么多兄弟姐妹的帮助和关心，他会慢慢好起来的。我知道，2020年，湖北人会遇到更多的挑战和更严酷的考验，工作，生活都会受到影响，但请相信，这是一次磨难，也是一次成长。

滴水之恩当涌泉相报，湖北收获了来自四面八方的爱，我们会铭记于心，感恩身边的所有，感恩所有遇见的美好。

没有一个冬天不可逾越，而春天也从不会缺席。太阳每天都照常升起，我看到了花开，我听见了鸟语，春天已经到来，我看到了希望，我们离胜利已经不远了。

# 年味

小朦

年的脚步越来越近，而年味却越来越远

都说过年越来越没有年味了，也不知道从什么时候起，我们期待过年的原因也不是因为团聚，而是因为假期，那年味到底是什么呢，我想大概是父母长辈们为了那一顿年夜饭的操劳，是小朋友们有了新衣服的喜悦，是远方游子归家的团圆，是充满着硝烟味道的鞭炮声，是漫天雪花围在火炉边取暖的宁静，更是一家人守着电视看春晚的欢乐。

大概是在经济高速发展后吧，我们不再期待年夜饭的“大餐”，小朋友们也不是只有

过年才有新衣，因为环境保护的原因鞭炮爆竹也被禁止，春晚因为网络时代的发展，我们对于节目的越来越高要求，而显得格外的无趣。以往父母长辈们精心准备的年夜饭，迎接他们的不再是热闹的寒暄声，而是冷漠的低头族，小朋友们的娱乐方式也从户外活动变成手机游戏，听不到儿童追赶的欢声笑语，只有游戏传来的配乐声，年三十的欢声笑语守岁团圆也被麻将声所掩盖，没有鞭炮爆竹声的夜晚，也格外的安静，一年到头的团圆都被手机所取代，我们没有了围着火炉取暖聊天的心情，和陌生人的聊天远远比和家人的嘘寒问暖要更有耐心。



这次回家母亲不知道从哪翻出来了一些老照片，一些小辈们都兴致勃勃的翻看，母亲开始和我们介绍这些照片的来历并“吹嘘”他们那个年代的光荣历史，我们开始听来自那个年代的故事，也别有一番风味，而比起手机游戏，口口相传的故事更有意义。

没有了鞭炮爆竹声，带着小朋友们上山挖笋、挖葛根也是另外的娱乐活动，乡下长大的孩子，在泥巴地里更加如鱼得水，整张脸都糊成了小花猫，衣服也涂成了土黄色，打不了雪仗就开始玩泥巴仗，最后往往被长辈们揪着耳朵骂，这都是手机游戏给不了的欢乐。

今年的年夜饭也格外的不一样，往常都是长辈们在厨房忙碌，今年调换了一下，由小辈们负责在厨房转悠，长辈等开餐，闲下来了忙碌的身影，却闲不住嘴，现场教做菜，这里关心你放没放盐，那里说菜不能这么切，一下子又说菜要糊掉了，看着小辈们在厨房手忙脚乱，他们反而更加开心，最后端上桌都是满满的成就感，其实自己也忘了到底好不好吃，但是长辈们的“吹捧”格外给力，仿佛一顿饭就让自己变成了大厨，对于这些“高帽子”还接受得尤为理直气壮。

我们的年味真的淡了吗？我们还是会在一年的尾声中往家乡赶，还是会在过年的时候买上几套新衣服，还是会围在一起看春晚，哪怕没有注意内容，电视就这么放着，也感觉格外的不一样，而这些，都是属于中国人独特的年味。

# 缺失的陪伴

金巍蓉

今年的春节假期想必是全中国人不一样的假期，“疫情”成为了我们一家人餐桌上必聊的话题，因为这个猝不及防的“疫情”，让我们的假期延长了。让我们在家过来了一个多年未过的元宵节。而我这里要写的并不是这个疫情，而是通过这个疫情折射出来的另一个话题。

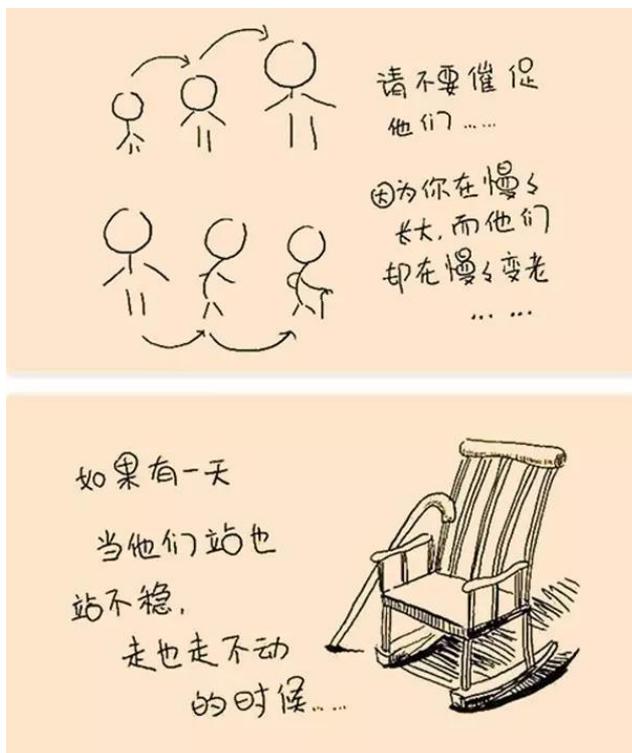
因为非常时期，过年不能走亲访友，不能好友相聚。大家都是只能宅在家里，跟最亲的人在一起，对我而言，这最适合我了，我原本就不爱走亲访友，节假日就是用来陪伴最



亲的家人，而如今的我，最想陪伴的当然是我的女儿，我跟多数妈妈不太一样，在她还只是3个月的时候就离开了她，重回自己的工作岗位。因为种种原因不能把她带在身边，这是我最大

的遗憾。换句话说，我这个妈妈可能不太称职。所以借着这个假期，我能好好陪陪她，想着也挺不错的。刚开始回家，这个小可爱都不要我抱，一抱就哭。怎么哄都哄不好的这种。又想抱她又不忍心让她一直哭，只好作罢。交到她奶奶手里，哭声秒收。过几天后开始不排斥我了，抱她逗她玩，也都不哭了，开始对着我笑了。这让我这个做妈妈的乐坏了。后面的相处过程中，我发现这个在我肚子里呆了10个月的肉球球，怎么那么可爱呢，她一点都不挑食，给什么吃什么，而且吃的很有味道，这个特点还是挺像我的，逗她玩笑的能把邻居都叫过来。让她倚着墙自己站站，虽然不会说，但是紧张的表情好像在告诉你，快点扶着我，我快支撑不住了。孩子的种种乖巧和渐渐学会的小技能，可能在每个当母亲的眼里都是满满的欢喜吧。陪伴的越久，了解的越多。分离就越不舍。

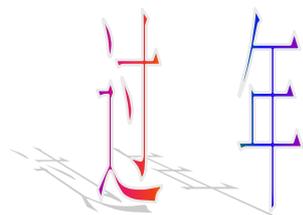
虽说现在网络发达，每天都会跟她视频，看她在视频的那头欢笑，跟爷爷奶奶的互动，嘴巴里时不时的咿咿呀呀的叫着“妈妈”的字眼。我这个妈妈在这头既是欢喜又是恨不得就在孩子边上陪着她。



这样的现状也是当今很多年轻父母的顾虑。现在生活压力很大，为了以后的生活更好，父母不得不丢下孩子去工作，爷爷奶奶照顾孩子。如果住在一起还好点，下班回来可以多陪陪孩子。如果是分居两地，就是期待假期的到来，再长途跋涉的回家看望孩子了，这样的情况有人会这样分析：孩子成长的过程是很需要爸爸妈妈的陪伴的，没有爸爸妈妈陪伴。其实孩子会很没有安全感的，对她将来的发展是不好的。这种陪伴是爷爷奶奶给不了的，一定只有爸妈才能给的。而且，隔代的话带孩子，就会宠的过分，可能对孩子发展也

不利。各种很有说服力，也有理有据的说法。

但是，都说成人的世界没有容易二字，难做到各项兼得，顺心如意。总会事与愿违。所以我们都尽自己最大的努力来完善、尽量不让自己遗憾和忏悔太多。



周玲林

年，千年古俗，相聚，团圆。

回家过年，就是和你的前生后世的相聚，父母是前生，你的一半来自父亲，一半来自母亲，你的后世就是传承你的基因的子女，相同的基因，相同的血脉，一年一聚合，是人生一大乐事，老话说过年过年过的是人气，只有漂泊流离的人都回归故里，除夕夜，一家

人围坐桌前，年的感觉才达到最高点。

西方媒体对中国过大年的评价是这样的，这是一场前所未有的人类大迁徙活动，而且十分有规律，而我却感觉这应该是最好的家的召唤，这样的人类迁徙不是很有意义吗？

想家了，想家了，我想家了，家中门前两颗硕大的四季青被老爸修整成圆圆的大球，现在老爸不在了，不知道它们长成什么样了，想家了，想家了，我想家了，家中厨房的香喷喷饭菜，是否随着火儿还在铁锅里跳舞，老爸不在了，蛋卷儿，扣肉儿，今年的厨房只有老妈一人忙活了。漂泊的人儿在外头，特想家的味道，家的味道就是爸妈的饭菜。

年，又叫春节，是农历正月初一，又叫阴历年，俗称过年，是我国最隆重，最热闹的传统节日，在千百年的历史发展中已形成了一些风俗习惯。

扫尘：每到春节来临，家家户户都要打扫清洗东西，房屋修整，今年我家也不例外，弟弟提前几天回家，从里到外打扫一遍，挂灯笼，贴春联，每家必不可少的，房门上，墙



壁上贴着大大小小的“福”字，“福”是指福气福运寄托人们对幸福生活的向往，对美好未来的祝愿。

守岁：除夕之夜，辞旧迎新，全家团圆，吃年夜饭，通宵守夜，把一切不好的事物驱赶掉，期待着新的一年吉祥如意。

爆竹：庆祝新年，那就是红红的鞭炮，砰！砰！砰！在大年 30 午夜 12 点迎接新年的第一时间，鞭炮炸

开一团火焰出来，代表着红红火火，在噼里啪啦的爆竹声中，除旧迎新。

大年初一给祖先上坟的习俗，在全国汉族居住的地区都有流传，大年初一上坟，确切一点的说法是“请祖先一起过年”，一年一度最喜庆的节日，不忘祖先之恩，共度佳节。

各个地方的过年习俗都有不同，其实简简单单的春节习俗，可是它体现的是我们中华民族上下 5000 年传统美德祭拜是对长辈的尊重，我们以这种方式来表达我们对长辈的思念，体现了一个孝字。

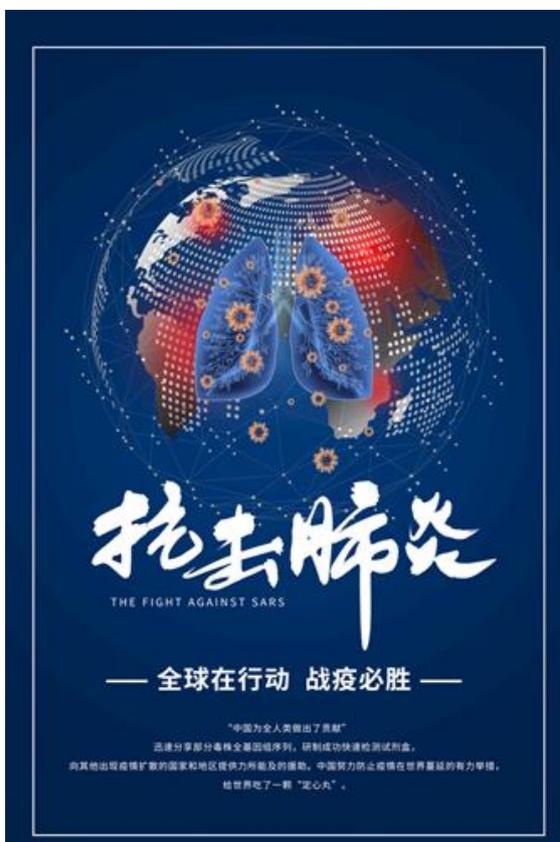
年，在外漂泊的人儿，回家尽孝时。

# 疫殇

彼岸花

2020年1月19日，属于我的春节假期正式开始，满怀对幼儿的牵挂，对家乡的思恋，我们踏上了回家的列车，想用十几天的假期好好陪伴一下他们，慰藉一下思乡之苦。还没回去就已经跟爸妈隔三差五的打电话，要他们准备好吃的，想着能一饱口福，将春节假期的行程安排的满满当当，路程中的其他乘客也都洋溢着满脸的微笑，期待春节的喜悦。

然而计划赶不上变化，1月份中下旬开始呈燎原之势的肺炎病毒打破了无数人的计划，



访亲探友的，计划春节旅游的，出差在外的，一切的行程都因为这次肺炎而搁浅。与往年欢颜笑语不断，热热闹闹的春节不一样，今年的春节更显得略微严肃一些，没有灿烂炫目的烟花，没有你来我往的走家串户，没有丰盛无比的团圆宴，没有阖家团圆的亲人团聚，只有病毒的肆意传染。湖北——武汉，也第一次以这样的方式出现的全国甚至全世界的视线中。传染性与严重性被证实之后，“武汉肺炎”成为长期头条，吸引人们的眼光，引起所有人的关注，武汉一下子成为大家避之不及的城市，车水马龙的城市也变得安静下来。其实，在深圳的时候，我们就从新闻中陆续有看到武汉出现不明肺炎的新闻，当时没有想那么多，没想着

那么严重，然而回来之后肺炎的严峻情况让人后怕，有些人甚至还没能等到确诊就已经去世，从发病到去世，只有短短几天。

武汉是湖北省的省会城市，也是中国的一个重要的交通枢纽，每天都有无数的人从这里出发到全世界各个角落，恰逢春运，更是有无数的人从全国各地到武汉，也有无数的人从武汉到全世界各个地方，其风险性不容小觑。当冠状病毒开始无法控制，在全国范围内都开始出现的时候，武汉发声了：1月23号，武汉宣布封城。紧接着周边的鄂州市、仙桃

市、潜江市、黄冈市、荆门市也开始陆续的宣布暂停城市公交、地铁、轮渡、长途客运、暂时关闭机场、火车站、高速公路等离开通道，1月25号，随着襄阳城宣布封城，整个湖北省全部封锁了。此次封省是历史上的第一次，这次封省给全国人员表达湖北人的态度，必定牢牢将新型冠状病毒控制在湖北，不蔓延出去。

身为一个湖北人，在此时此刻确实感受颇深，随着鄂州市封城宣告出来，我们所在的地方就开始自我控制的不出门，外出就戴好防护口罩，除非特殊情况天天就在家呆着，也不走家串户，每天就在家呆着，村里也每天发信息提醒，不要随意出去，每天都有专人巡逻。我们从回家至今，已经一个月没有离开家门半步了，坚持做好自我控制，自我隔离，不出去给社会添麻烦。

病毒无情，人有情，随着湖北的封省，各方面物质都不能流转，不论是医药防护物资，还是生活用品，柴米油盐，都出现短缺的情况，全国人民时时关注着湖北，关注着湖北人，从四面八方，甚至全球各地的物资源源不断的运输过来，口罩，消毒水，蔬菜，水果等等物资，缓解了医护人员的燃眉之急，解决家庭无柴米下锅的窘境。全国16个省也建立了对湖北各市的一对一援助，让湖北人感受到了全国人民的温暖，每每从新闻上看到援鄂的新闻都不禁热泪盈眶，这个春节对湖北人来说，是寒冷的，也是温暖的。

新冠肺炎出现后，全国各地都在积极防护，测体温、佩戴口罩、人员户籍监管，各地都在行动。防疫战开始后，习大大的亲自指挥、亲自部署，东齐鲁、西华



西、南湘雅、北协和和中国医药界的“四大天王”齐聚武汉，如今已经84岁高龄的钟南山院士、73岁的李兰娟院士也奔波在武汉新冠肺炎疫情的前线，无数的医护人员从各地支援武汉，让我们更有信心打赢这次病毒防疫战，时间定会让冠状病毒肺炎无容身之所，还全国一个安全的环境，也定会让武汉重新展现它的生机勃勃。

到今天，除开湖北省的数据，全国其他城市的确诊病例数据不断的减少，疑似病例也没有再大幅度的增加，治愈人员也在不断的增加，在大多数的地方，新冠肺炎得到了很

好地控制，没有大肆的蔓延，传播，湖北武汉如今仍然是全国人民的焦点所在，但是我坚信，有着这些技术精湛的医护人员的努力，全国各地人民的支持，湖北这头九头鸟肯定会痊愈，恢复往日生机，继续遨游九天。九头鸟加油，中国加油！

## 社区好公仆，疫情下的安全守护者

云淡风轻

这个春节碰上肺炎病毒，给自己放了个大长假，原本只是计划在家过上短暂一周的我们，现在不得不从初一过到了十五，又从十五向月底正式迈进，返城的时间遥遥无期。

身处湖北重灾区，从疫情开始那一刻，我们就开始接受严酷的考验，我们一家人每天的日常也变成了吃了睡，睡了吃，名符其实地过上了猪一般的生活，现在看来，猪的日子也不好过，但至少是最安逸的。

程姐是我们社区的物业经理，平时，主要负责小区的各项日常工作的安排，这个假期，本是在家好好休息的时刻，她却毅然选择坚守工作岗位，在这个非常时期，她的工作比平时

时多了好几倍，用她自己的话说，她已经好久没睡过一个好觉了，连在家吃饭都是囫囵吞枣。

我们的小区说大不大，说小也不小，有一百多户，正逢过年，大家都拖家带口的赶了回来，加起来也好几百号人了。程姐作为小区管理者，上到计划安排，下到宣传到户，从来都是亲力亲为。

每天早上，我们都还在梦乡，消毒车已在居民区消毒完毕；每天晚上，当我们再一次鼾声入睡，垃圾车也已悄无声息地清理好了垃圾。这一切做起来干净利落，当我们起床时，每天见到的都

1



你在家刷抖音，  
我在这刷体温。

是一个干净，清新的家园。

为了不让居民自己出门买菜，程姐每天要在微信群里把一百多户家庭的需求先一一做好统计，再去联系各大供货商，采购好物资，并且按每个家庭的需求分好类，每天我们这些居民在微信群里各自列出自己想要的东西，大家你一言，我一句，真的就像在逛菜市场一样，叽叽喳喳说个不停，程姐总是很耐心的听取大家的需要。消毒水，口罩在我们这个小镇早就断货了，神通广大的程姐，不知道从哪里，使了多大劲，弄来了消毒水和口罩，并按家庭分发出去，而每一天，她还要亲自上门为这一百多个家庭，500多人量体温，并做好记录，无时无刻不在关注着小区居民的健康。

我们所在的市也算是重灾区了，程姐每天都在不停地劝导大家不要出门，尤其是很多老人，他们在家坐不住，总想着趁人少的时候出去溜达溜达，她总是很耐心的去做大家的思想工作，在她苦口婆心的开导下，好多顽固的老人也终于不再天天念叨无聊了，而是变成她的拥护者。



每天繁琐的工作让程姐消瘦了很多。她说，她也是上有老，下有老，她希望她所有的付出都是值得的，只要我们大家都支持她的工作，我们整个小区的平安就是对她最好的回报。

在程姐日复一日地不懈努力下，我们整个小区一直平安无事，在她的带领下，曾经嘈杂的微信群开始变得井然有序，曾经总想着出门闲逛的老人也开始在家闭门不出，曾经不理解她工作的人们也开始对程姐竖起了大拇指，并时不时在微信群里说声谢谢，您辛苦了。

程姐是我们社区的好公仆，我相信，在家里，她也同样是一位好妻子，好母亲，因为她总能在最危险的时候挺身而出，冲在最前线。程姐她没有三头六臂，她只是比别人多做了很多，尽她最大的努力帮助他人。

我相信像程姐这样舍己为人的好人，在我们身边还有很多，他们都是我们学习的榜样，也是我们心目中的英雄。

# 抗击疫情的日子

向暖

一切皆有可能，一切皆有变数。对于 2019，不管是失去还是得到，是难过还是喜悦，是虚度还是充实，而它已经成为了过去，我们无法改变，也没有时间去感慨。只有把新的希望，新的梦想寄托于新的一年。

年假将近，而我并没有想回家的念头与冲动，只想待在出租屋里，利用这短短的 12



天年假，对前一年做总结，对新一年进行规划。可没想到刚刚放假，身体还没有从疲惫中调整过来，就看到了因吃野味而引发的新型冠状病毒所感染的肺炎从武汉扩散开来的新闻。起初，并没有想到这病毒来势那么地凶猛，疫情传播地那么迅速，范围扩散地那么广。直到 1 月 23 号武汉做出了封城的决策，才忽然明白过来，这次疫情，来势汹汹。肆虐的疫情，给全社会带来前所未有的挑战和压力，这对于武汉，对于中国都是一次巨大的灾难，全国多个省市相继进入了一级紧急警报的状态。



各个领域，无论金融市场、商业、经济还是个人生活，都逃不过此次疫情的控制，它是罕见的，出乎人们意料的风险。我们称之为“黑天鹅事件”。这个消费爆发期，也被黑天鹅扼住了喉咙。

面对铺天盖地而来的疫情，我做不到像白衣天使那样逆行，只能默默的为逆行者们祈祷，向他们奉上最崇高的敬意，望他们平安归来。每天睡前醒来都刷着跟疫情有关的新闻，

希望第二天醒来看到好的消息。可这可怕的病毒，像是在报复我们人类一般，无孔不入，新增病例一天比一天高，几乎覆盖了全国各地。担忧，焦虑，恐慌，感动，期盼的心情几乎在同一天上演着，被困在出租房的日子，独自一人应对心中情绪，压抑，无处发泄，也会莫名的哭泣流泪。挣扎过后我终于有了一丝平静，试着去控制自己的情绪，每当要陷入死循环时，我就会及时的把手机甩开，去跳绳，做做仰卧起坐，或者去拖地，去做饭，认真的收拾着厨房、卧室，将各个角落收拾打扫的整整齐齐，干干净净，让我暂时忘掉这让人压抑的疫情，看着收拾的成果，让我的心情也跟着好起来。

在这抗疫独处的时间里，我不断审视自己，反省自己，从在这场战役牺牲的人中得出，健康才是硬道理。因为针对这次疫情至今都没有特效药，我们基本都是靠免疫力跟病毒抗



衡。就比如你和携带病毒者一起吃饭，有没有被感染，取决于你的免疫力能不能把病毒拒之门外；假若自己也成了病毒携带者，想要不感染病毒，取决于你的免疫力能不能打败病毒大军。还有，开工的时间一而再再而三的推迟，

在没有得到确定开工的日子里，我恐慌了，没有存款，还失去了收入，各种的账单四面八方的送到手机上，看着一条条账单的信息，心里真是慌得要命。虽然心里坚信这疫情一定会过去的，可不知道自己撑到几时？这让我逐渐体会到了攒钱和增加自己的抗风险能力的重要性。

灾难面前，我们同心协力，共战疫情，万众一心，为中国加油！做一个遵守规则的人，少出门，戴口罩，勤洗手，不传谣。没有一线抗疫医生那样的专业素养，就用一个普通人的坚守，为抗疫阻击战默默做着贡献。

疫情一定会过去的。风雨压不垮，苦难中开花。所有不能将我们打倒的事物，终将成为一副盔甲，使我们更加强大。

但愿一觉醒来便是春暖花开，人间再无疾苦，所有的美好如期而至。

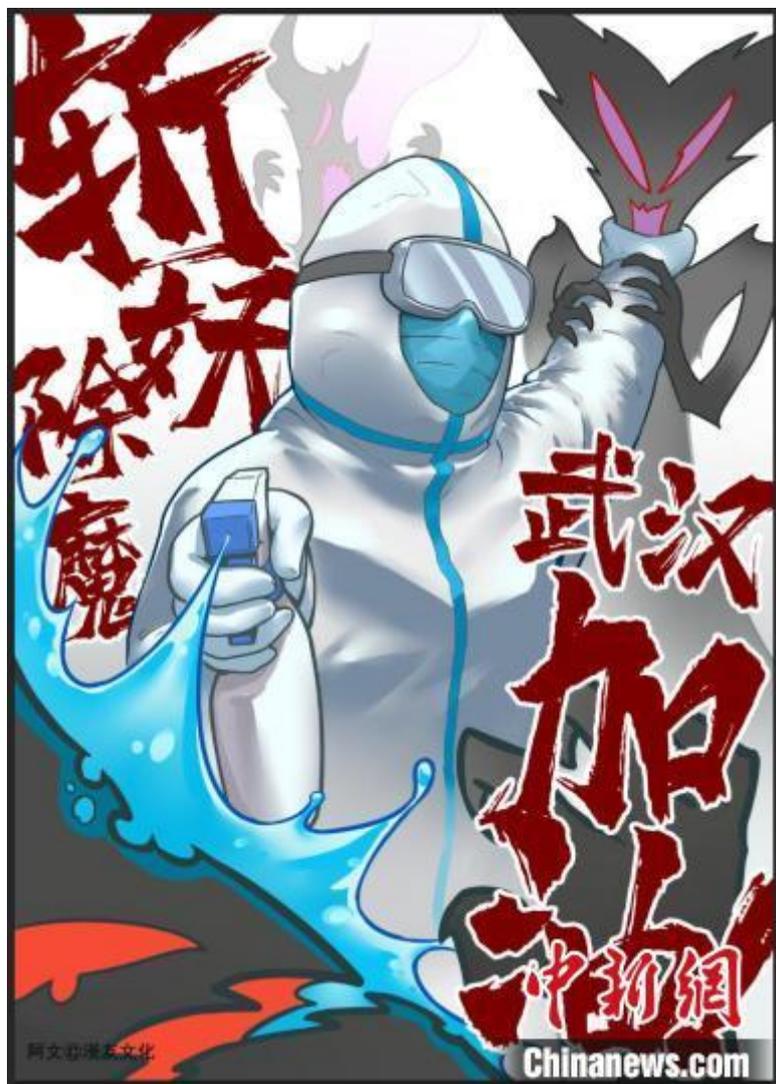
# 疫情下的你我

小朦

这事还得从一个蝙蝠开始说起。

从来没想到在毕业工作后，竟然还能在家里过个“寒假”，2020年的这一场疫情正应了它所对应的生肖“鼠”，全中国十几亿人都和老鼠一样，积极屯粮，大门不出，二门不迈，默默渡过寒冬。

谁都没想到这场疫情能发展的这么严重，且来势汹汹。医术的发展和信息的便捷，在



一开始的时候让人们都放松了警惕，直到后来，武汉“封城”，湖北“封省”，大部分省份陆陆续续启动“一级响应”，全国各地的医护人员开始赶往一线进行支援，我们才真正意识到，一场没有硝烟的战争已经打响了，这势必是一场你死我活的战争，在关键时候，才能看得出中国人民的团结，人心齐，泰山移。

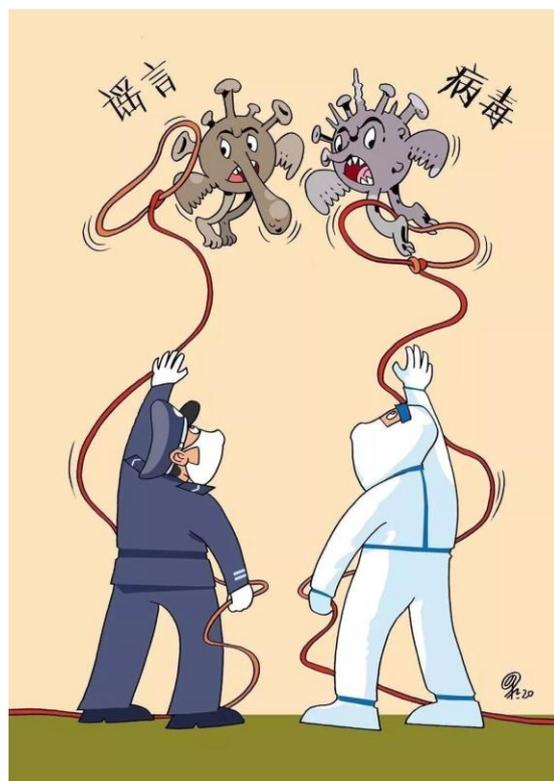
本应是欢度春节的我们，因为疫情，无数医护人员上了战场，无数防疫物资生产的企业连夜开工，“雷神山”、“火神山”又创造了一个又一个的中国速度，海外同胞们从遥远的异国他乡寄回了救援物资，这回，一架架飞机承

载的不是乘客，而是来自各国的援助，我想，这大概就是我们常说的“守望相助”吧。

我母亲回家的时候是1月24日，刚好是大年三十那天，从长沙返回，按照以往的惯例，

初一小辈们是要去街坊邻居家拜年的，湖南的疫情还不算很严重，而且当时的乡下也还没有宣传防疫知识，一切都很往年一样，没有什么太多的区别，我们也还是和以往一样拜年，临近午饭时，我们回家，母亲和我们说，叫我们不要出门了，我还在纳闷母亲怎么突然有了这么高的防范意识，后面才知道，是有邻居给我父亲打了电话，让我父亲不要多和母亲接触，因为母亲是从外地回来的，再一回想，刚刚去这位邻居家的时候他们家大门的确也是紧闭着的，这一下，我才深刻察觉到，现在的农村再也不像以往一样，信息闭塞，反而都有了很高的防范意识与思想觉悟。

事态越往后走越严重，乡下也开始大喇叭、广播不停的宣传防疫知识，村口也有了党员把守，对于外来人员，以及拜年走访的人员进行排除，麻将馆、KTV 这些人口聚集地关门大吉，人们都开始自觉的闭门谢客，但是在这种人人自危的情况下，却还是有无数的谣言在传播，我记得最清楚的一项就是“某天凌晨三点飞机会大面积喷洒消毒药物”，这个谣言，让很多老人在凌晨去菜地里摘菜，虽然也不算造成了特别大的社会危机，但还有某些消息连我们都辨别不了真假。首先，我不知道这些谣言是如何做到全国统一的，我也不清楚散发这些谣言的人到底有着怎样的想法，又或者散发这些谣言能让他们获益多少。在大家全力奋战的时候，总有这样的“好战分子”在用尽全力的拖后腿，其实细细想来，也挺可悲的。



越是困难的时候越能体现中国人民的团结一心，封锁一整个城市防止疫情蔓延，全国上下自行隔离不给国家添乱，而是那些宣扬自由民主的国家，也开始羡慕中国的果断与自觉，还有那比不上的“中国速度”。

最后，只想说，此生无悔入华夏。

# 疫情里的那些日子

丘惠平

2020年，一场来势汹汹的疫情，打乱了我们所有人的生活节奏，这场突如其来的疫情，让原本热闹无比的春节假期显得格外漫长。

过去的春节，是和家人团聚的日子，是热闹欢腾的日子，是快乐走亲访友的日子，街道上总会塞满了回乡的人儿，敲锣打鼓的欢快声音总是感染每个人的情绪。但...今年的春节却有些特殊，疫情期间的小镇，往日熙熙攘攘的街道除了每天宣传疫情防控知识的宣传车，几乎空无一人。万众团结一心，所有人都在以他们惊人的毅力去共同抵抗这次疫情，在春节这样的日子里，停住了自己走亲访友的脚步和压抑自己探访这美丽春色的心情。

今年的春节格外安静，格外冷清，却又格外让人感动，格外美丽，大家用自己最平凡的方式——宅在家里，去为抗疫做出自己的一份无言的贡献！

前线有日夜不停奋战的医生护士、武警等，后方也有每一个自觉的老百姓，虽然今年的天空看起来更加灰暗，树干未曾枝繁叶茂，但我相信，总有一天，春色会照进这片大地，总有一天，树叶会崭新宛若新生。

这次疫情也带给了我一些真实的思考。从刚开始对新型冠状病毒无知时的大无畏，一知半解时的恐慌和过度反应，到了解之后的敬畏后怕，我更加明白以前自己经常抱怨的平凡的普通的生活是有多么可贵。所以，虽然这次的春节没了以往的热闹欢腾，但我依旧用我自己的方式珍惜当下。我准备了充足的物资，每天就陪伴在家人身边，和他们一起

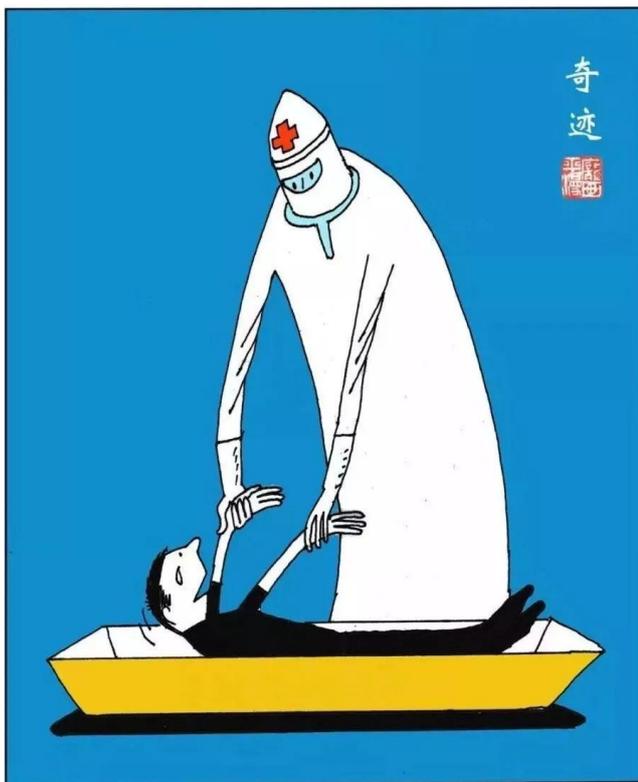
品尝美食、看电视、看电视里播报疫情的新闻，听奶奶讲那艰苦又难熬的陈年往事。



这些年我时常在外工作，却疏忽了陪伴家人，即便难得回一趟家，也是各种忙碌，或是出去和朋友聚餐，这次疫情把我“关”在家里，也让我更懂得珍惜家人。我化身厨娘，在网络上搜索各种特色的美食，研究各种各样的菜系、甜品，为家人做出一道道美食，过程很繁琐，但当我看到家人品尝时满足的样子，感觉心里暖暖的，我开始享受这种为家人付出的感觉，原本难熬的春节也变得温暖享受起来。

生活该是波澜不惊，起伏不大，日出而作，日落而归，两点一线，日子过得像白开水，但正是这样平平凡凡的生活，才显得更加真实。经历这样的疫情，才懂得正常的生活来之不易，才明白，我们能安享平静，是许多人在背后付出奉献，甚至是牺牲的结果。

好在疫情无情人有情，在这样的时刻，感恩林董和林总让我们在大阳有一份稳定的工作，可以挣钱养家糊口；感恩在疲惫和饥饿的时候，还可以到公司的饭堂解决燃眉之急；感恩公司在疫情中展现出来的人文关怀和坚韧团结的精神；感恩公司，在这疫情艰难的时刻，还给我们发了开年红包，3.8节又慰问女员工，发福利的，很暖心；感恩公司一直为我们提供口罩，让我们可以放心的工作。一个企业能够顺利复工复产，是个工作环节的积极参与与付出，他们的付出就形成了一个流程的正常运



作，就像每个互相卡在一起的齿轮一样，一起推动往前走，真的不容易。

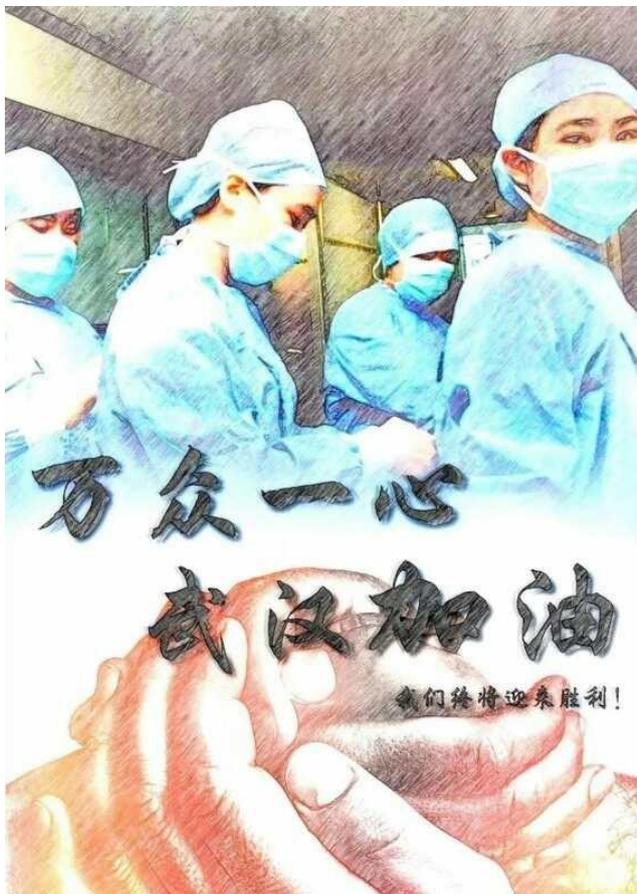
愿疫情早日结束，每一座城市都能早点恢复往日的生机，所有人健康平安！在此致敬每一位逆行而上的人，致敬每一位白衣天使，致敬在一线千千万万普通的平凡人！

# 春天交响曲

吕雯

2020年的春天仍然是个生机盎然的春天，春风和煦，柳绿花红，2020年的春天又是一个不同寻常的春天，因为一场看不见的疫情悄然降临，天地骤然冷峻，山河陡然凝重，面对这突如其来的灾难，疫情就是命令，从武汉重镇到全国各地，从城市到乡村，全国人民汇成一个声音，疫情抗战，众志成城。

谁都知道，那些凶狠的疫情。来无影去无声，每一次接触，都会有感染的可能，面对疫情的肆虐，一个个鲜红的手印，一封封滚烫的请战书，斩钉截铁，誓言铮铮，我是医生，救死扶伤是我的天职，我是军人，应该向着抗疫的最前线冲锋，我是党员干部，百姓的安危就是我的责任，勇者无畏，就是你们，一群勇士义无反顾，明明知道这是一场异常残酷的战斗，却毅然冲向前去，明明知道病魔可能夺去鲜活的生命，却大义凛然，无畏逆行。



号角嘹亮，战鼓声声，我们抢救生命，他们忘我的工作，不分昼夜，如挑战生命极限的赵之琪。剪去美丽秀发的大超，一晚收治8个病患的玉萍。推迟婚期，挽救患者却被感染离世的彭银华等等，他们用行动用生命谱写了动人的音符，

在这场争斗中，虽然没有枪炮齐鸣，没有刀光剑影，可在医院，在车站，在街道，在社区，在城乡，疫情阻击战都打的惨烈，面对残酷的战斗，有更多的无名英雄，默默奉献自己的力量。

一个个坚守一线为主的警察，戴上口罩，紧张排除疫情，一名名日夜奔走在各个乡村，街道的基层干部，他们严格防控。心系百姓的安危，一位位清扫街道的清洁工人，为了

街巷邻居，不辞辛苦，拼命一遍又一遍地清扫街道和喷洒药水，甚至那些身穿红马甲。叫不出名字的志愿者们，来回穿梭在街道和社区中，为疫情困扰的居民送温暖和安宁。

2020年这个春天，中华儿女全动员，面对凶险的疫情交锋，在这个没有硝烟的战场上，你们视死如归，英勇无畏，不怕牺牲，千千万万个你，汇成了无私的人间大爱，你们是这个春天最动人的音符，你们用生命演奏出这个春天动人的交响曲。

## 春已始，愿还人间一片绿

刘小平

歌德曾说过“冬天来了，春天还会远吗？”然而，今年的冬天格外漫长。



一场突如其来的灾难，夺走了春节本该有的热闹祥和，使整个中国乃至全世界都笼罩在一片看不见的阴霾之中。

封城，封路，封村，扩散，隔离，紧急，救援……让人深刻体会到病毒的威力巨大，把我们掀个人仰马翻，让闲不住的中国人不串门，不逛街，不聚会。大街上，不再灯火通明，熙熙攘攘，成群结伴，如被丧尸攻击了一般空无一人，死气沉沉。就连我家的娃每天也足不出户，不再“妈妈，我要去超市。”“妈妈，我要去游乐场。”

灰暗的日子显得特别难熬漫长，渴望严冬过去，阴霾散去，春天到来。一场疫情，让我们尝到了被囚禁的滋味，却懂得了放眼大自然的可贵；我们失去了和朋友欢聚一堂的热情，却懂得了陪伴尽孝的真正含义；我们感到前所未有的压抑，却懂得了曾经的放荡不羁，肆意破坏的肤浅无知。

春天似乎收到了我们的期盼，没有辜负我们的盛情，早已悄然而至。瞧，明媚的阳光带着欣欣向荣的生机翩然而至，洒在院落，移至阳台，将无与伦比的温润传递至我们的每一个感官。“老骥伏枥，志在千里，烈士暮年，壮心不已。”84岁“我不上谁上”的钟南山，73岁巾帼不让须眉的李兰娟，带领着科研团队，还有千千万万的无名白衣工作者横刀立马，毅然投入了这场没有硝烟的战争。更是他们使我们懂得知识才能救国，科技才能强国。懂得为了战胜疫情，只有团结一心，众志成城！

春天已至，抗疫前线捷报频传，新增人数骤减，康复人数剧增，各地新增零的出现……让我们看到了希望。春已始，它正用它的魔力驱散阴霾，阻断雾霭，山河终将容光焕发，还人间一片绿意盎然。



# 如果可以重生

## 如果可以重生

彼岸花

重生，这两个字大家一听就知道是什么意思，就是再生，复活。浴火重生，涅槃重生，关于这些重生的词语大家也都耳熟能详。对喜欢看小说的人来说，重生文更是倍受欢迎的题材之一，基本情节都不外乎带着上一世的记忆，回到年幼的时刻，利用自己对未来的了解去改变原本的人生，从此走上人生巅峰的故事，年前火爆的网剧《庆余年》也差不多是类似的重生剧。这样的题材让观众看得热血沸腾，感同身受，恨不得自己就是这幸运儿，我也不例外，也曾幻想能有这种机遇。

捡漏、集邮、做生意、买房、炒股、买彩票……通过未来的预知，以上随便一样就能让你获取财富，获得成功，随意就能改变你曾经原本平淡无奇的人生，站在社会的顶层，看着平凡的人们忙忙碌碌，为了生活而奔波，这种感觉众人皆醉我独醒的感觉实在不要太好。



然而就像蝴蝶轻轻的煽动翅膀，就能带起一场台风一样，你以为只是改变了自己的命运，但是实际上，其他人的命运都会受到影响，所有的事情都会脱离原先的轨道，在你走上人生巅峰的同时，那些我们记忆中熟知的朋友，相知相守的爱人，生命中的指路人，那些原本会出现在你生命中的人会消失，原本属于你记忆中难忘的回忆也会从你的记忆

中抹杀掉，这样的代价，你愿意接受吗？

俗话说的话，机会是留给有准备的人，就算是熟知未来走向，没有足够的阅历，足够的知识撑腰，改变一时的命运也不会长久。就比如一个长期只知道吃喝赌的人，就算给机会能够让他回到过去，他怎么能改变自己的人生呢？就是他通过捷径，得到财富，然后继续的去挥霍，根本就没有办法得到长久的成功。每一项成功都是通过辛勤的劳动和付出才会得到的，就算是

小说中的主人公，也是在上辈子积累了某一方面的知识或者是经验，才能在重生后通过自己的能力以及对未来的了解去改变人生，并不是一味的通过捷径去偷懒，只有真的了解，真的有付出，这样的成功才是牢固的，长久的。

回归现实，小说始终是小说，这世上也没有什么重生，小说只是给大家一个空间，让大家在现实中求而不得的可以在小说中去寻求慰藉，我们所处的现实世界还是需要自己靠自己的能力，努力去打拼，才能改变自己的生活，过自己想要的生活。普通人生活充满琐事，而富人也不一定是我们看见的那种美好，只要你觉得目前的生活是你想要的或者正在努力的路上，那就可以了，只要你肯努力，你就会改变自己的人生。

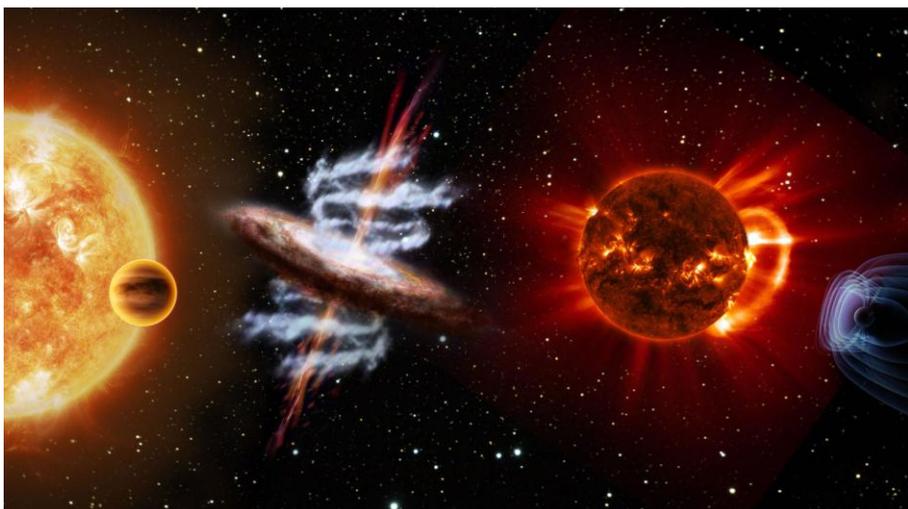


## 浅谈科学发展观

谭自然

人类社会的发展离不开生产力的发展和科学技术的提高。我们对天体的认识从地心说到日心说再到银河系，无不显示人类对自身环境的认识从近到远，从小到大。

如人们探测到距离地球约 137 亿光年之外的光线，世界上最小的物质应是灵子，它构成宇



宙的最基本的物质，整个宇宙，所有的灵子加在一起重量不到一克，因此我们可以想象得到它是多么的渺小，同样在我们武汉大爆发，现在在世界各地大流行的新冠病毒，作为它的始祖病毒，则诞生于 46 亿年前的

微生物，经过数十亿年的演变，其在地球上仍然活跃存在，那么作为人类对地球的认识，对自身成长规律的认识，我们应该有的科学观是什么呢？

那种当新型冠状病毒刚开始流行，根本还不知道其为何方神圣，就断言其可防可控。没有人传人的风险，事实证明，不管你是国家卫计委的也好，不管你是某国的元首也好，病毒的流行不以人们的意志为转移，他该扩散的时候还是会扩散，该传染的时候还是会传染，试想一下，如果在武汉的初始病毒刚发现的时候，我们的卫生机构，我们的政府官员，能早点作出警示，宁可错杀一千，不肯放走一万，做到早发现，早预警，早治疗，把病毒的危害控制在最小的范围，我国的抗疫情形势绝不会蔓延到如此恐怖的程度。

而那种断言中医对新冠没有作用的说法，事实证明也是极其狭隘的，其实中药作为植物、动物的组成部分，它的存在本身就是世界的组成部分，金银花能清热解毒，车前草能抗炎，这是我们的祖宗早就知道的，医疗知识，它并不要求人们知道它的化学成分，分子结构，才能治病，也只要你发现它的功效就可以了。它不以人们的意志为转移，这就是辩证法，这就是自然法则，所以说只有我们不知道的东西，而没有我们永远不知道的东西，那种为了所谓的政绩，为了所谓的国家利益而搞政治挂帅，搞污名化的人注定是这场世界性病毒流行的罪魁祸首。

同样令人无法理解的是，当我国的‘疫情“在一个月內就得到初步控制，从治疗到防御都形成了一套行之有效的经验之后，西



方国家居然不以为借鉴，让本国的防病措施得到早日实行。而是任其蔓延肆虐，难道他们能精确地计算宇宙飞船会能飞到 150 亿公里之外就不能计算病毒能爆发到人们无法控制的地步吗？现实证明，他们是在做违背科学的事情罢了，这也从另一个侧面印证了他们的政治本质是什么，到底是中国的政治体制有优势，还是西方的所谓民主制度有优势，到底是谁把人民的利益看得高于一切，那种让全国 60%的人得病的免疫疗法。真的是在讲人权吗？人的生命没有了，哪还有人权呢？所以说人不知道某些事情不可怕，可怕的是不以科学的精神来办事，隐瞒事实真相，历史终将证明，这些人最终只能搬起石头砸自己的脚。



# 中年之虑

彼岸花

翻过 2019 年的日历，2020 年已经随着回暖的春风走了过来，随着 2019 年的落幕，最后一位 90 后也踏入 30 岁的年轮，正式步入中年人的行列。三十岁，一个新的阶段，三十而立，就如同分水岭将青年与中年区别开来。

步入 30，就好像一夜长大一样，你不再是孩子，而是一个顶天立地的成年人，一家之主，家里的顶梁柱，父母撤回家庭给予的保护层，让你去直面生活的压力。回想刚步入社会的我不到 20 岁，到如今也 30 了，闲时回顾过去的十年，对比过去，时光逝去，恍如隔世。



三十岁的我们大多已经结婚生子，为人父母，同时亦为人子人女，接过父母放下来的家庭担子，我们就成为了家庭中的脊梁。上有父母，下有子女，肩负养家糊口的重担，压力可谓不少，不少人为此焦虑不安。不敢失业，不敢生病，不敢去放飞自我，就怕因此给家庭带来负担。

曾经以为开始参加工作就能实现经济自由，自己的钱随便怎么花都行，不用看别人脸色，然而真的参加工作拿工资之后，才发现挣的越来越多，被动花钱的地方也越来越多，有的时候甚至入不敷出。越来越多的成年人开始焦虑，睁眼起来的房贷车贷日常开销，就像怪兽一样追在身后，迫使你不能停歇，一路狂奔，就怕停下来就被这些金钱怪兽吞噬，使生活陷入窘境，陷入一个恶性循环。压力让很多人都长期处于一个亚健康的状态，失眠、脱发、抑郁、早衰……也有越来越多的病症伴随着现代的中年人。

除开经济压力，子女的教育问题，也是让我们第一头疼的事情，现在社会高竞争压力也让家长逼着小孩前行。除开学校的正常学习内容，业余时间也希望他们能够学习其他技能，画画、音乐、舞蹈等等，让他们不至于输在起跑线上，给自己的人生成绩单上加一分。在这上面除了要付出很多时间、精力、金钱，同时还要面临子女的不理解，还要兼顾生活与工作，实属不易。

卸下家庭重担的父母也日渐年迈，曾经他们帮你扛起的风风雨雨由你自己去面对，而

他们曾经日益劳作的身体也已经开始不堪负重，年轻时候被忽视的身体问题开始冒出来，基本上就是大毛病没有，小毛病不断，工作的同时也不由担心家人的健康。随着年龄增加，唯恐深夜接到亲人的来电，就怕听到不祥的消息。

.....

怎么办呢？心理的压力，情绪的焦虑引发的副作用直接反馈在身体上，身体的亚健康也在给我们提醒，必须调节这种情绪，这种焦虑，不然后果很严重。

三五好友，聊天谈心，舒缓心情；假期休息，爬山散步，去去疲惫；带上家人，周边走走，加深感情；参加培训，增加见识，加强能力，工作我所欲也，生活我所欲也，家庭我所欲也，健康我所欲也，巧施伎俩，多者皆可得兼。

其实压力也是动力，合理的利用生活、经济上的压力，调节自己的情绪，去规划人生的计划，说不定也会给你的人生带来惊喜。



## 回忆春晚

谭雪林

春晚总是我们喜欢聊天的话题，过年的时候，我们说得最多的就是春晚，今年春晚我又喜欢上了谁的节目，今年春晚谁的节目又最好看，谈起来，大家都沉浸在春晚的喜悦当中，聊起来总是没完没了，也总感觉到意犹未尽。

我最喜欢春晚的歌，每年的春晚，我们总是一家人相互合作，切菜的切菜，泡茶的泡茶，烧菜的烧菜，饭做好了，大家围坐在一起，倒上饮料，倒上美酒，大家举杯祝贺，父母很开心，家人也很开心，吃完饭，大家聊着家常，春晚开始了，大家坐在电视机前，围着碳火，吃着糕点，吃着豆子鸡蛋熬成的饮品，那境界，那氛围，无与伦比，大家对着喜欢的节目指指点点，评头弄足。

还记得张明敏的《我的中国心》，以前没有听到过这样的歌，感觉格外的亲切，这样的爱国歌曲，直接打到心窝，感觉格外的舒坦，刘德华和那英合唱的《东方之珠》，歌词“请别忘记我永远不变黄色的脸”，总是令人百感交集，思绪万千，香港终于回归到祖国



的怀抱，那一夜多少人彻夜难眠。这些非常经典的老歌，总是催人奋进，百听不厌，总是能激起人们的共鸣。成方圆那首《童年》，好像就是我们小时候真实的写照，唱起来朗朗上口，听起来非常悦耳，童年时那种贪玩的和好奇的本性，那种童年难忘的优美的意境，在歌声中淋漓尽致，那种无忧无虑的日子，汇成一幅美丽的画卷，

令人回味无穷，浮想联翩。高风演唱的《大中国》，歌词里“家里盘着两条龙，是长江与黄河，还有珠穆朗玛峰儿是最高山坡”，听起来总是那么大气，就像长江和黄河那样汹涌澎湃，九曲回肠，我们的大中国，五千年辉煌灿烂的历史文化，总是令人无比激动和自豪。

陈红的《常回家看看》，唱出了我们的心声，滋润着父母的心田，董文华的《春天的故事》，带给我们春天美好的画卷，作为来深的建设者，我们或多或少地见证了深圳的发展，更是无比的激动。孙楠演唱的《五星红旗》，好像国旗就在我们心中飘扬，李谷一的《难忘今宵》之歌，总是春晚的压轴戏，只要听到这首歌，就知道春晚又画上了完美的句号。

我也喜欢春晚的小品，赵本山和高秀敏的小品总是畅气回肠，酣畅淋漓，每一个作品都有代表性，都有很深的意义，听起来总感觉余味回甘，回味无穷，充满智慧，欢声笑语

不绝于耳，既富喜剧性，又寓教育性，赵本山不愧是一个时代的喜剧大师，在舞台上塑造了很多大众喜爱的作品。黄宏与宋丹丹演绎的《超生游击队》，令人捧腹大笑，潘长江与蔡明，赵丽蓉和巩汉林的小品，陈佩斯与朱时茂的合作，冯巩和牛群的联手，还有后起之秀岳云，人称小岳岳，总是活跃在春晚的舞台上，是春晚的常青树，表演的作品总是令人捧腹大笑，许多大腕级的人物在春晚上露脸，给春晚增添了无穷的色彩。很多经典的作品，陪我们度过了一个又一个美好的除夕之夜。俗话说，台上3分钟，台下十年功，这些艺术家和大师们为了博得大家的掌声，在台下摸爬滚打，流下了多少艰辛的汗水和泪水。



每年的春晚，大家在一起，总有聊不完的话题，在那个时代，红红的碳火，伴着欢声笑语，看着精彩的电视节目，吃着妈妈用豆子和鸡蛋熬成的饮品，我们度过了一年又一年无比开心的大年三十，心中感觉无限的温暖。

春晚还有好多好看的，董卿风趣幽默的主持，于谦的杂技，……，各种各样的节目总是令人眼花缭乱，目不暇接。过了晚上十二点，就准时放鞭炮，清晨好早好早的就开门了，表示迎财接福，外面此起彼伏的鞭炮声，常常把我们从梦中惊醒。一年一年，故乡的年就是这样重复着，我们就这样美好的氛围中成长，

春晚那些活灵活现的场面，如丝丝细雨扣人心弦，又像繁星点点布满天空，璀璨夺目，像远古传来的清脆悦耳的声音，幽长深远，像高山上的流水，清澈明亮，美好的画面，虽过去久远，但时常在脑海中涌现。在幽暗昏惑之处，在迷茫彷徨之际，在忧愁失望之时，总是给人心田丝丝光亮，照着前行的路，



# 山和水

谭自然

人们常说父亲是山，  
 母亲是河，  
 父亲是山，爱的群山连绵，  
 只为青山绿水，只为全家掌舵  
 不怕腰酸腿痛，  
 母亲是河，爱像小河流淌，  
 带来的是清澈、圣洁、奉献，  
 带来的是春天般的温暖，  
 父母的胸怀如大海般宽容，  
 只讲奉献不讲回报，  
 在惊涛骇浪中，  
 时刻保护着自己的儿女，  
 父母是儿女的港湾，避风港码头  
 是儿女归航的停靠站，  
 山高不过父母恩情高，  
 父亲是山，母亲是河  
 是祖国母亲用大海般的胸怀，  
 保护着他的每一位儿女，  
 哪怕自己伤痕累累，  
 哪怕他人恶言脏语  
 十天就建起来的雷神山医院，  
 是中华儿女的避风港啊，  
 因此我感动祖国母亲，从不计较，  
 母亲只想救儿女于水深火热之中，



日赶夜赶的医疗物质啊，  
只为早点送到女儿手中  
在祖国母亲的眼里，  
没有老幼病残之分，  
只要健康生病之别  
不抛弃每一个子女，  
是母亲神圣的使命，  
哪怕倾家荡产，  
母亲保护儿女，  
非常苛刻，  
不让出门不让上街  
只为打败可恨的病毒啊，  
母亲教诲儿女，  
手足之情  
在危难时刻就要出手相救，  
你不见驰援武汉的队伍吗？  
是母亲在叮咛，  
母亲在哭泣，  
但母亲无比坚强，  
任何想压垮脊梁的恶行，  
最终注定必定是徒劳，  
纵有千难万险，  
母亲也会挺身而出，  
带领儿女走上康庄大道，  
是母亲毕生的追求  
自豪吧，中华儿女，  
有母亲在，  
中国必然永远屹立于世界民族之林，  
自豪吧，中华儿女，



有母亲在，  
山河永固，大地永存。

## 亮丽的风景

周玲

曾几何时  
医生并不起眼的职业  
可在去年年底  
一场没有硝烟的战斗打响了  
医院病床上早已人满为患  
雷神山医院、火神山医院  
闪电间崛起  
可想而知  
新型冠状病毒是多么的可怕  
它夺走了无数鲜活的生命  
多少家庭因此而支离破碎  
伤痕累累  
它使中国陷入了危机  
就在此刻  
一群平凡的人站了出来  
他们就是白衣天使  
他们庄严地按下了一个个  
鲜红的指印  
向武汉进军  
在急救室  
他们与死神拚搏  
在观察室



他们与病人嘘寒问暖  
在家属面前他们宛如亲人  
他们用生命争分夺秒  
他们用生命创造奇迹  
他们，最可爱的白衣天使  
我为你们伟大的举动而骄傲  
啊，白衣天使  
你们就是祖国  
那一道最亮丽的风景

## 众志成城 战胜病毒

吕雯

热闹祥和的春天，是因为你不得安宁，  
热闹非凡的文化广场，是因为你，寂寞无声，  
来来往往，散步的人们，因为你躲在家里不敢出门  
1000 多万人口的武汉城市，是因为你被封了城，  
可恶的冠状病毒，  
你的魔爪已伸向全国，  
疫情就是命令，  
就在大年夜的晚上，  
全国医务人员自愿报名，  
他们知道在疫区是多么的危险，  
他们清楚，有可能去了就回不来，  
但他们义无反顾，踏上了去武汉的路程。  
他们发去了铿锵有力的誓言，  
不战胜病魔誓不收兵

他们在没有硝烟的战场上  
日夜战斗，他们把生命置之度外，  
他们共同的决心就是战胜病魔，  
让患者脸上挂着舒心的微笑，  
可怕的疫情面前，所有人没有退缩。  
他们有保护百姓平安的公安战士  
他们有保护交通畅通的交通警察，  
他们有各级的领导，他们有白衣天使，  
特别是奋斗在一线的人，  
坚守在阵地岗位重点路口的  
有到群众家里做防护宣传的，  
处处都有忙碌的身影  
监测点上日夜坚守的人  
你们不畏严寒，饿了吃包方便面，渴了  
喝口矿泉水，  
与你们相伴的只有寒风的寂寞  
你们认真检查外来的车辆和行人，  
你们不放过一点细节，  
你们的殷切愿望是  
是在疫情面前保一方平安  
你们真诚的期盼，  
是让所有的人们  
在病毒虐中平安度过，  
举国上下，万众一心，  
众志成城，战胜病魔  
阴霾的天空会很快晴空万里，  
寂寞的天空，会很快热闹非凡。  
消灭冠状病毒指日可待。

