

# 随时光远去的童年

□ 九子

六一儿童节又来了。最早的一批90后，已经步入了而立之年，但是在这样一个奇妙的节日里，大人们还是会想起自己还是小孩子的时候，回忆就像泉水一样咕咕冒出来。

小时候，最令人期盼的除了寒暑假，非儿童节莫属，那一天，不仅全天不用上课，连班主

任都会放下平时指导作业时候的严肃神情，变得无比的温柔起来。在那一天，学校有一项隆重的活动，那就是小学一年级学生要加入少先队。老师常说，只有学习成绩优异、思想品德良好、遵守学校纪律的孩子才能选为少先队员，才会在儿童节当天面对鲜红的队旗宣誓。我作为班上

第一批当选的少先队员，非常期盼这一天的到来。小学一年级的时侯，我加入了少先队，队旗飘飘，歌声嘹亮，还记得高年级的同学为我戴上红领巾的那一刻的感动和自豪。那是象征着革命烈士鲜血的红领巾，那是每一个中国孩子共同的童年回忆。

仪式结束后，我们就开始了游园会，所谓小学生的游园会，是每个班级都弄了一些小游戏，所有人可以轮换着去闯关。有个游戏是贴鼻子。蒙上眼睛从3米以外走到黑板取钱，给墙上小丑贴鼻子，贴的准的得到一张粉红色的小票。这些小票可以换取中华铅笔、空白练习本之类的奖品。小时候的奖品，好像总是这些。有一年，我因为在考试中得了第一名，在游戏中获得的红票也比较多，老师额外奖励给我一套《哈利波特与魔法石》的连载杂志，这在乡下的学校里，可以算是全校礼物的顶配。直到上了初中，我才知道这份礼物有多珍贵，哈利波特系列是世界上最受

欢迎的科幻小说。这套杂志给我打开了科幻世界大门，就像《山海经》一样，在读的过程中，又新奇又震撼还带有一丝恐惧。

到了下午，学校会举办联欢会，每个班级都会出节目，我们班因为没有才艺特别突出的孩子，所以每次的节目都是合唱歌曲。老师把我们的脸刷的白白的，再涂上鲜艳的口红，眉心点上一个红点，上台唱《月亮船》之类的歌曲，这也可以算是每个中国孩子的共同记忆吧，导致我高中以后上音乐课，还习惯性的保持着背着手、腰背笔挺的姿势，老师还打趣我：一看就是小时候没少参加唱歌比赛。

小的时候，很多家长的仪式感并不是很强，大部分爸爸妈妈并不会给孩子送上节日的祝福和礼物，在学校里度过了欢乐的大半天后，多数孩子回到家里以后就会在看动画片、吃吃零食中度过这个节日。那时候我们班上，也有时髦的家长，在儿童节带着孩子打个出租车，去城里吃

肯德基。那个同学把附赠的玩具放在书包里，要关系特别好，才能凑上去看一眼。对于当时的我们来说，真是羡慕不已，堪称儿童节最顶配的过法。与现在的孩子们相比，我们的童年时代，物质文化生活虽不匮乏，但也没有达到今天的富足生活。但无论时代怎么变，孩子们的精神世界却不贫瘠。那个年代，少有家庭可以阔绰到为孩子买玩具吃大餐，可孩子们却从不缺少快乐，我们在游戏中玩着、闹着、笑着长大。如今，儿童节虽已不属于大人了，但童年自由自在的幸福时光，老师、同学间质朴的情意，被永远珍藏在了回忆里。我们这些想要过六一的大人们，并不是为了讨个礼物，而是借由这个节日回忆和重温最珍贵的童年岁月。

正如宫崎骏说的：岁月永远年轻，我们慢慢老去，你会发现，童心未泯是一件值得骄傲的事情。



# 金沙江畔红军树

□ 冠伟

“红军树”是屹立在金沙江畔已衣大裂谷里的一棵杉树。杉树站在已衣大裂谷里的悬崖峭壁上，显得伟岸、挺拔而威严。

一棵树就是一部站立的历史。这棵古老杉树，树高20米，需两人合抱，树龄已近千年。站在面前，它正给我们静静地诉说着历史。1935年5月，中国工农红军一方面军长征过泸定，在已衣附近的白马口、太平地、鲁车渡、志力渡口架桥渡江。红三军团先头十三团派出的工兵于1935年5月1日达到了武定县已衣境内的志力渡口。由于敌机轰炸频繁，江面太宽，无法架桥。5月1日晚，刘伯承率领的军委纵队干部团五营二连，在连长肖应棠的带领下奇袭了皎平渡口，在当地彝族船工张朝寿等人的帮助下，终于找到了7只船。从5月3日至5月9日，经过七天七夜，未伤一兵一马，三万红军神奇地渡过了波浪滔天的金沙江，跳出了敌人的重兵围追堵截，走上了北上抗日的新征程。有两名红军战士在金沙江畔的已衣村开展群众工作，因触犯了当地土豪劣绅的利益，被杀害后从已衣大裂谷里的这棵杉树下推下万丈深渊。其中，有一名红军战士第二天死里逃生。为了纪念那名为穷苦人民打天下而牺牲的红军战士，当地群众就把这棵杉树叫做“红军树”。它成为

中国工农革命活生生的见证，记录着那一段史无前例史诗般伟大的红军长征历史。

一棵生命葱郁的杉树。它的枝枝叶叶在欢笑，在歌唱。作为生命，它有纵情欢笑和大声歌唱的理由。因为和一部伟大的长征史和一个伟大的名字——中国工农红军联系在一起，从此有了一个光荣的名字“红军树”，已成为地球上的红飘带。

我在杉树下徘徊。它是幸运的，不是每一棵树都有这种幸运。它见证过历史。尽管那只是一次与热血与勇敢的邂逅，也足以让它荣耀一生。“红军树”，多壮美的名字！它感到了生命非同寻常的价值。它要用生命照耀峡谷、照耀群山，照耀道路。

现在这里早已开辟为红色旅游景点，人们争着来到树下，仰望这定格在历史深谷中的一瞬。杉树像一个和蔼可亲的老人，俯瞰着磅礴乌蒙大地，似有所言。这棵杉树见证了工农红军长征，见证了红军北上抗日，见证了抗日战争，见证了新中国成立，见证了建设社会主义，见证了包产到户、改革开放，见证了建设中国特色社会主义，见证了脱贫攻坚、全面建成小康社会，见证了中国共产党带领中国人民实现乡村全面振兴，让农业强、农村美、农民富，经济社会全面进步，各项事业繁荣发展变为现实……中国人从站起来到富起来、到强起来，它的年轮里镌刻着一部党史，一部共和国的历史。

望着金沙江两岸雄奇的高山，在清新的江风中，我的耳畔又响起了当地群众在红军过江后，那发自内心的感慨：“天下哪里有这么好的军队，他们什么时候回来啊？”这就是人民拥戴的军队，这就是子弟兵中的人民。这血浓于水的真情改写了中国历史，铸就了共和国的辉煌。

# 清理人生“缓存”

□ 小贝

家有七旬老人，喜欢刷抖音和微信，其乐无穷。有一天，她忽然大叫：“哎呀，怎么又卡了？”继而嘟囔：“我的手机是不是该更新换代了？”我拿过来一看，手机没问题，只是因为没有及时清理缓存。老太太问：“啥是缓存？”我简单通俗地告诉她，缓存是储存临时数据的，不及时清理就会影响速度，导致垃圾太多。“哦，垃圾啊，那是应该清理。”老太太懂了。

最近，事情多，千头万绪，人很累。看到老太太正专注地看视频，于是问她现在手机怎么样，她很慧地说：“很顺滑，因为我每天都清理缓存！”她看了我一眼，问：“你清理缓存了吗？”我笑了，这不是我教你的名词吗？老太太认真说：“手机缓存要清理，生活缓存也要清理呀！”

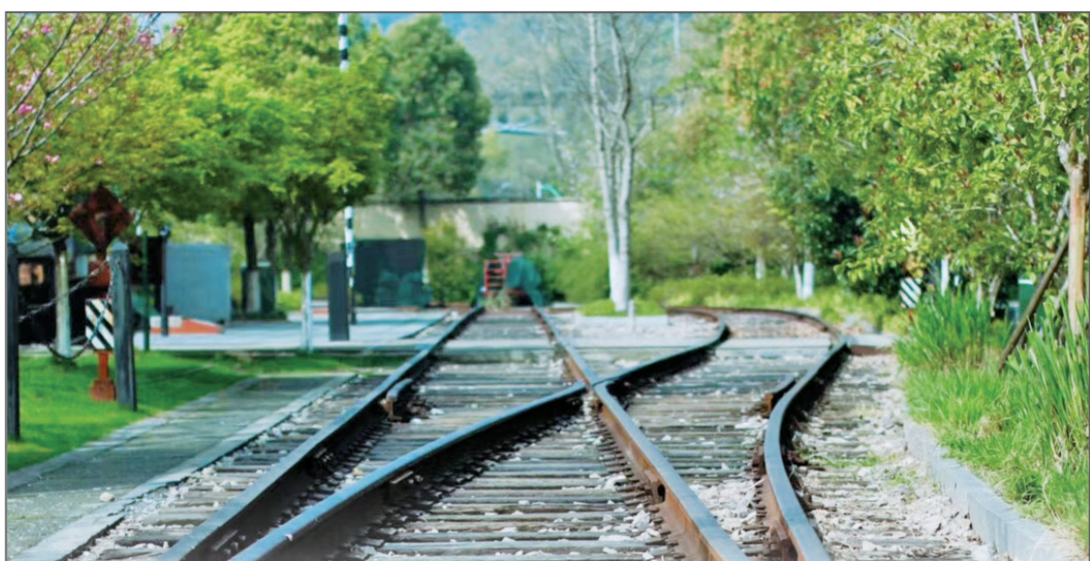
我愣住了。仔细一想，颇有道理呀。我们每天都会清理手机缓存，生怕手机运行不畅影响我们使用，但是，我们的大脑、我们的工作、我们的生活，乃至我们的人生，那些滞留无用的“缓存”，我们可曾定期清理过？

负面的情绪“缓存”需要

定期清理。一个项目推行不顺，每个环节都有苦衷，每个人也都在努力，每个人都觉得焦虑，压力太大，沮丧挫败委屈的情绪常常席卷而来。等忙过一个时间段，这种情绪依然会悄无声息地出现，就像缓存一样，不知不觉就占据了你的“内存”——心理空间，以至于影响到工作和生活状态。只有定期清理负面的情绪“缓存”，才能以轻松心态去迎接未来。

过时的知识“缓存”需要定期清理。如今，知识更新迭代很快。比如，冥王星在以前的太阳系体系里，是太阳系九大行星中的一个，如今已被科学家从九大行星中除名。如果你一直抱着旧的知识不放，不跟随科学的进步来更新自我认知，那么，过时的知识就会影响你的判断，让你头脑的运行速度因为固执而变慢。不管年龄大小，都需要跟随科技的进步，定期清理过时的知识“缓存”，以便纳入新知。

人生总有各种各样的“缓存”，想要保持头脑清醒，跟上发展步伐，又不会活得太累，不妨定期清理一下你的人生“缓存”。



# 旅行是一场修行

□ 丹丹

喜欢独自旅行，“在路上”已成为一种生活态度。经常被问到“旅行的意义是什么”，想想在人生不同阶段，答案也有所不同。

旅行，一开始是出于炫耀，当在每一个到过的地方贴上“到此一游”的标签后，也就有了不甘人后的底气，有了谈资，继而增添了履历，满足了虚荣心，这是一种眼睛的旅行。

后来是为了学习。“读万卷书，行万里路。”读书是一种纸上的旅行，旅行是一种路上的读书，谁都无法代替谁，当用开放心态去触摸未知世界时，生活会变得充实而灵动，这是一种头脑的旅行。

再后来发现，旅行就是一种修行，自有独特价值。于行者而言，星辰与大海既是初心，也是终点；既在路上，也是当下；既是远方，也是家园；这是一种心灵的旅行。

泰戈尔说：“旅人叩过每个陌生人的门/才找到自

己的家/人只有在外面四处漂泊/才能到达内心最深的殿堂。”

一路走来，欣赏过那么多壮丽的景色，了解过那么多奇特的情趣，接触过那么多陌生的面孔，发生过那么多感人的故事，历经那么多艰苦的磨炼，不为炫耀，不为猎奇，更非走向虚无，而是更加认识自己。

路上是一个不断怀疑、否定、推翻、重建与求证的过程，一个忍受痛苦与挣扎的蜕变与重生的过程，一个不断告别过去、享受当下与寻找未来的过程。如果风景与经历没有刻在心上，没有在运行中成长，那走得再远，也只是邮差。

“一个人的行走范围，就是他的世界。”当反思生活中的种种成败得失时，也许途中曾经流连的一处风景、一个细节、一种心态就会涌上心头，让思考更宽广、更扎实，让人在选择时有丰富的可能性，而不会被眼前的世界所局限。旅行的意义并不在于一个个具体的世俗目的，但事实上旅行的“名利”价值无处不

在，而且是构建人生坐标的基石。

知乎上有个高赞的问答：“我读过很多书，但后来大部分都忘记了，你说这样的阅读究竟有什么意义？”“当我还是个孩子时，我吃过很多食物，现在已经记不起来吃过什么了。但可以肯定的是，它们中的一部分已经长成我的骨头和肉。”读书如此，旅行亦如此。

旅行是一场感动，一场旅行，一场修行。走出去是为了走回来，只有清楚世界的位置，才能找到自身的定位。当跋涉过岁月与山河，挣扎过月亮与六便士，旅行成为身体和灵魂的一部分后，你会发现自己想要什么样的风景，什么样的生活，继而找到一条适合自己的路，找到自己最舒服的状态。那时，你已找到归途，找到自我，找到心安之家了；那时，你已懂得善待自己，成全自己，成为自己了。

# 哪一刻察觉到自己不再年轻

□ 安念

然失笑，一直觉得自己不再年轻，没想到还是三十而立的自己还是在年轻范围内的。

躺在床自然醒来，夏日刺眼的光透进窗帘的缝隙钻进来，穿着纯色的棉质睡衣，伸了个懒



腰，又是平淡无奇没有安排的一个周末。

推开门窗，伸出手臂，用指尖感受着空气中的温度，生出一阵恍惚感。夏天还没有来得及过去，我们就被推搡着走到了现在，一切好像刚刚睡醒，而我就变成了现在的我。

所以，不再年轻的标识都有哪些呢？头发开始变少，开始关注健康、养生，开始更加清晰地认识到自己是普通人，越来越叫不出新生代明星的名字等等。

生活的节奏开始变慢，对生活的感知力在退却。路过人间烟火时会觉得疲倦，满脑袋的柴米油盐。炎热的夏天只是觉得温度高，并没有躁动，寒冷的冬天也只是拽了拽紧围脖。看到盛开的花，会自然想到零落的凋零，遇到自由飞舞的蝴蝶，会怜悯它作为毛毛虫时期的蛰伏。

一眼看尽繁华，透过一年四

你一定有这样的感受：思绪被一件小事搅扰，耿耿于怀，一直到深夜时分仍无睡意。辗转反侧，愈发觉得这件事大过了天，甚至挨不到天明就有可能塌下来。于是又辗转反侧良久，一直到黎明时才入睡。等你醒来睁开眼睛，天光大亮，新的一天开始了。这时再想那让你失眠的事，忽然觉得轻如鸿毛，没什么大不了嘛，白白浪费了一夜好梦！

我们的情绪，总是被深夜夸张。白天觉得没那么要紧的事，到了深夜就变得如泰山压顶一般。这是为什么呢？因为深夜寂静，我们的各种感觉都极为敏锐，心也异常敏感。一点小烦恼，就被夸张成一团乱麻；一点小痛苦，就被夸张成锥心之痛。

“夜阑卧听风吹雨，铁马冰河入梦来。”如果单纯从字面理解，还是别有道理的：深夜听到风雨声，梦中便会有铁马冰河征战沙场的场面。深夜的一点风草动，都会被无限夸张。那些被深夜夸张了的情绪，就如一只沉默的怪兽，悄无声息地吞噬我们平静的心情。

而且，深夜时分分离梦境最近，所思所感都偏向梦境化了。即使深夜时分你完全清醒，但那样安静或一潭静水的时刻，你也会觉得一切都那么虚无，那么缥缈。梦就在你的周围等你，若即若离，你抓不住梦境，它就会搅扰你，折磨你，放大所有细微的情绪。

记得有这样一个小笑话：有个人梦中觉得自己总结出了一句精辟的人生哲理，于是赶紧抓起一支笔记录了下来。谁知天明一看，纸上记的那句“精辟的人生哲理”竟然是：香蕉大，香蕉皮也大。

被深夜夸张了的情绪就是如此，以为将要天塌地陷的事不过

是落下了一层尘埃。失眠之所以成为普遍现象，就是因为我们太习惯在夜晚清点一天的得失了。

所以，我建议，古人所说的每日三省吾身，一定不要选择在晚上，更不要在临睡前。因为很多事，你一反省就真成了负担，而且如果是在深夜反省，负担就被夸张成千斤重担，甚至三座大山了。

深夜时分，你会因为自己的一个小失误而觉得自己犯了不可饶恕的错误，会因为别人一句无心的话联想到太多潜台词，会因为一丝悲伤而泪流成河。被深夜夸张了的情绪，相当于用放大镜把各种烦恼的丝丝缕缕都明察秋毫一番，除了庸人自扰，没有任何益处。同理，深夜时分也不要做重要决定，因为那时的决定相当于人冲动时的决定，会让我们后悔的。

黎明的光线驱逐了黑暗，也驱逐了黑夜制造的种种恍惚迷离。黑夜把一件小事逼到角落，已经完全失真了。当你看到第一缕曙光时，会立即觉得世界亮堂起来，宽阔起来。世界大了，你的事就小了。新的一天开始了，昨夜的一切被抛到了身后。拥抱崭新的一天，向昨夜梦境告别，眼前的世界就会明亮起来。

守规的好公民；在个人生活上，要养成戴口罩、勤洗手、分餐制等个人卫生习惯，使其成为一种自觉而为的生活方式，而不是为了应对疫情的临时之举。做好个人防护工作，不但能有效保护自己免受传染性病毒之侵，也是对他人、对社会负责。

疫情没有远去，而且还在发生变异，更强的病毒传播对疫情防控提出了更大挑战、更高要求。正所谓针大眼，斗大风。防控工作稍有疏忽，病毒就有可能“乘虚而入”，冲破防线。大家合力抗疫，“一砖一瓦”共筑“防疫堤坝”，“一针一线”织密疫情防线，打好抗疫主动仗，就能赢得防控主动权，战胜疫情，夺取胜利。

不管是从国内不时发生的零散疫情来看，还是从病毒不断发生变异来看，亦或是从国外疫情蔓延的严重性来看，新冠肺炎病毒都不可能短期内得到彻底遏制，人类与新冠肺炎病毒斗争将是长期的，甚至像流感病毒一样，成为与人类长期相伴的一种流行病毒。

在这样的现实下，作为个体，做好个人防护工作的重要性不言而喻。每个人都要主动配合政府疫情防控工作，遵守疫情防控各项规定要求，主动接种疫苗，共筑免疫屏障，做一个文明

# 拥抱崭新的一天

□ 小己

# 「一砖一瓦」共筑「防疫堤坝」

□ 行走

季的，少了些许期待。

微笑逐渐成了一种表情，表达欲也逐渐流失，一句算了便可以抵消心中的不愉快。没有再觉得非什么不可，不擅于坚持，不会执着，更做不了自我感动的事了。不会为了一句想见你，骑半天的自行车到你住所外，远远地看一眼便心满意足地折回，也不会熬夜坐火车去初逢山顶的日出。不再执着于别人对我们的看法，更不会写长长的信表达思念。

而明明早些时候，我们对万事万物都充满了新奇跟珍惜，春日里有挥洒不尽的热情，每个夏夜也都有讲不完的情话。

在街头突然撞见热气腾腾的一群人，宽松的校服下洋溢着无限青春。十几岁的年纪，哪怕就是站在人群中，还是会一眼认出，那种眉眼间跳动的灵气，看向万事万物眼里的光，每一寸呼

吸的节奏，都是不一样的。

突然想起刚毕业那会也是被领导评价是个有灵气的女孩子，而现在常常看着镜子里的自己，寻找眼里的光。

没有人可以永远年轻，但是有人正年轻。

很喜欢汪曾祺的一句话，“一定要爱着点什么，恰似草木对光阴的钟情”。

漫漫岁月，日子且长。那么，就作为一个很普通的人，在一眼望到头的生活里，去触碰清晨的露珠，抬头去看夜晚的霓虹，给未来的自己写信，给久别的朋友发一句祝福，滋生出悠长且绵远的感觉。

最后想来，而之所以会有那种恍惚之间觉得自己还没有长大，还停留在自己以为的年纪时，那大概也就是时间特意留给我们为数不多的浪漫吧。