

朝花夕拾



晨读的回报

◎王卉

大学时期，宿舍的阳台面向学校的大操场，天还没亮，那里就传来了读书声，一声声催着我也早早起床。匆匆洗漱完，我加入了早读队伍，这时的天已大亮了，淡蓝色的天幕飘着丝丝白云，果然是秋高气爽的时节，一切都是清清爽爽的，这时背书的效率格外高。

新学期以来，老师总是鼓励我们要刻苦学习，即便成了一名大学生，但想要翱翔在梦想的天空还需有丰满的羽翼才行。在课堂上，听着同学说起各自日后的打算，我也很受鼓舞。的确，新学期的一切都那么新鲜，大学的老师很少布置作业，但在课后我还是保持着复习和预习的习惯。没有中学时那么多需要书写的作业，课余时间都任我支配，我给自己列了生活时间表，想把每天都过得充实起来。

新入学的我很快发现了晨读的秘密，操场上不同年级的学长都有着各自的“地盘”。我们低年级的大多聚在围墙下那排花坛周围，走到那里得横穿跑道和篮球场，经过大沙坑，是离操场出入口较远的地方，这也意味着我每天得花多一点的时间在路上。也许是因为地处“偏远”，这里的花坛只有一排齐腰高的冬青。即便如此，我对整个操场唯一的这一处“绿境”还是很满意，觉得少有打扰的这里，才是最适合学习的地方。一连几天，我都早早背着书包来到这里，待晨读过后，就直接背着书包去吃早饭，再去教室上课了。

就在我照常背着书包，又来这放声朗读的那个清晨，刚经过沙坑，就有一股沁人心脾的香气扑面而来，清雅中透着些许香甜。我四下张望，只有花坛才有绿植，这香味从何而来？循着香味寻去，冬青丛中冒出了一朵朵米粒大小的花苞，金黄色的花苞稀稀疏疏，很是不显眼，我这才发现，原来花坛中的冬青丛中竟还间种着几株桂花树，桂花树那墨绿叶子和冬青的叶子很是相似，加上它们被修剪成了一样高矮，若不是零星花朵的点缀，真是很难分辨。日渐萧瑟的秋季，这几株“默默无闻”的桂花用积攒一年的能量，换取生命最光彩的绽放——我被它的勇气和自强感动了。

那天后，我晨读来得更早了，伴着清晨浓郁的桂花香气，我希望自己的努力也换来“耕耘”后的春华秋实。

在阳光下行走

◎平静

犹记那日班后参加完系统工作会议，继续组织本单位工作例会，临结束时，突然感觉左半身肢体麻木，由坐姿改为站立后症状依然，焦急地换好便装，不停转动摇摇头和身体，尽管有同事帮助拍打揉捏，试图缓解症状，但似乎并没有奏效。

同事建议去就近的医院，犹豫后只好一同前往。急诊科病人不少，晚上依然络绎不绝，我们直奔诊室后才挂号候医。问诊的结果似乎不可小视，医生否定了我离开医院的想法，一系列检查必不可少。一项一项检查结果排除了医生最初不好的判断，但治疗是免不了的。

心绪在不断奔波排队等候中变得愈发焦虑，似乎药物和点滴都发挥不了应有的作用，直到加上针灸理疗后感觉症状才有所缓解，心情也慢慢平复下来。可此时又意外地得到另一份高危指标在临界点的检查报告，刚放下的心又悬了起来，于是马不停蹄接着开始另外一个专科门诊的检查，去排除病变的可能。在惴惴不安中迎来了检验报告单，小心翼翼地展开，顾不上看具体描述，直奔检查结论，透过晦涩的专业术语，我依然看明白了检查结果。

我如释重负地走出医院大门，感受着烈日带给我的温度，丝毫不想躲避。边走边想，病理科的医生能在下班时间依然打开门接待病人，足以说明对工作的责任心，回想着门诊专科那位中年女医生的谆谆医嘱，耐心细致地示范着用药方法，临走时依然不忘叮嘱：“加强锻炼，提高免疫力！”从最初的接诊到检查过程，始终表情亲切、态度诚恳、语气温和，对待每一个病人都一视同仁。在遭受病痛时，能遇到这样医术精湛、责任心强又能待病人如家人的优秀医生，实在是病人的福气啊。

转而又想到自己的本职工作，上半年的工作业绩尽管有许多遗憾，但我们都在共同不懈地努力着。尤其令人欣喜的是看到每一位小伙伴大大小小的成长和进步，都在各自工作岗位上竭力为大众客户提供优质服务，力所能及地承担着一份社会责任。

希望总是会在克服了一次次困难、经历了一回回挑战后实现的，阳光总在风雨后，行而不辍，未来可期。

逆境中的一束光

◎黎芯

东方刚露出鱼肚白时，小区里就传出“下楼做核酸”的喇叭声。入得九月，新一轮疫情登陆宝鸡这座美丽的城市。防疫、核酸、隔离、封控，成了人们每天关注的话题。

天还未亮，“大白”早已进入各个核酸点，穿着密不透气的防护服，有条不紊地进行着新一轮核酸采样；艳阳高照的正午，一抹“荧光黄”像钢铁巨人，坚守在各个路口；黑乎乎的深夜里，身着蓝色制服的警察仍在辖区巡查、值守，护佑着百姓的健康和生命。

“岂曰无衣，与子同袍。”无

数党员干部下沉社区，主动投身核酸检测秩序维护、重点人员摸排、志愿服务等各项工作，与社区干部、网格员、医护人员一道，构筑起疫情防控坚实防线。用行动擦亮党员这面牌子，疫情防控第一线那高高飘扬的党旗，是群众心中最崇高的力量。

无数的志愿者挺身而出，行走在病毒的边缘，疏导队伍、搬运物资、扫描检测码，忙碌地穿梭在

核酸检测的队伍里；送菜、买药，给人们提供着生活必需品，贡献着自己微薄的力量。数不清的逆行者遍布这座城市的角角落落，无私的奉献、真诚的坚守，一轮一轮免费的核酸检测，为的就是不落下一个人。早一秒钟完成核酸筛查，就会少一人被感染。为了争分夺秒与病毒赛跑，他们披星戴月、栉风沐雨，不吃饭、不喝水、不上厕所，脱掉防护装备，满脸勒

痕、满身汗水……

疫情无情，人间有爱。嘶哑的嗓子，忙碌的身影，疲惫的脚步，坚定的眼神……如无数盏灯在黑夜里长明，这是划破黑夜的光，是照亮前行的光，是温暖他人的光。

从来都没有什么岁月静好，那是因为有许许多多人在为我们默默地负重前行。让我们和这道光一起，一条心，一股劲，一份爱，坚守一座城，护卫一城人。

悦纳白发

◎靳秀萍

记不清第一缕白发是什么时候长出来的。起初，头顶的那一缕白发夹杂在柔软的黑发中间，势单力薄的它们缩手缩脚，对镜自怜，初见白发的惊讶不啻发现新大陆。偶尔惊呼一声：“老了，都有白头发了！”对于这一声少年不识愁滋味的慨叹只能引来中老年同事朋友的美慕，或换来一声“你还年轻”的挤对。

白发仿佛有脚似的，不知从何时开始，它竟然呼朋引伴地唤来了左邻右舍，起初稀稀疏疏指甲盖大小的白发在逐渐扩张地盘，淡淡的惆怅弥漫心中，更可怕的是它们和皱纹比翼齐飞，丝毫不在乎我的感受。它们如蒲公英的种子随处落地生根，开始星星点点地蚕食我的头顶右侧，不动声色地藏在黑发下面，偶尔也会抛头露面。不知从何时开始忽然间就漫山遍野地散开，占领了头顶的显要位置，尽管是游兵散将，但几根白发鹤立于黑发之中就分外显眼，它们好似在和你打赌，看

你还敢不理我。那藏在黑发下面的白发时不时地冲破黑发的封锁线开始显山露水，一次次毫不示弱地刷着存在感，并贪婪地向后脑和两鬓延伸，向世人泄露着我的年龄，我的伤感也在与日俱增。

我对镜慨叹，这一缕白发是女儿初三冲刺时生出的，还是在女儿被开水烫伤后我彻夜难眠而生出的呢？那一根是为女儿高三成绩起伏和情绪低落的忧虑而生出的吧！这一撮白发是在苦口婆心地规劝那个调皮的男生中生出的，还是在和这些少男少女斗智斗勇的过程中变白的？是在母亲心绞痛发作辗转医院中变白的，还是在柴米油盐酱醋茶的琐屑中生出来的？是在我伏案写作中偷偷钻出来的，还是在日复一日的讲台上……我一时难以甄别。

对镜梳妆，上一秒钟还是自信满满，看到头顶跳跃的白发忽然就生出几分怅然。我不得不对它采取措施，频繁地出入大小理发店。开始半年染一回，再后来

是三个月，再后来两个月。每次染发前都会再三叮嘱理发师对那一块指甲盖大小的白发格外照顾。近两年来，头顶的白发也若隐若现，反正自己看不见，自欺欺人又何尝不好呢？只是那鬓角的白发日日在眼前晃荡着，刚染过不出十天，它竟然又探头探脑地招摇起来，生命力之顽强大有春风吹又生之势。为了对付这些顽劣的白发，有时我自己买回染发剂，对着镜子在家染，仿佛在割掉干枯的杂草一般。

千百年来，无数诗人写尽对白发的慨叹：辛弃疾的“了却君王天下事，赢得生前身后名，可怜白发发生”的苍凉；王维“宿昔朱颜成暮齿，须臾白发变垂髫”的感慨；白居易“勿言一茎少，满头从此始”的心酸；范仲淹“将军白发征夫泪”的惆怅……这些诗词写尽无限的苍凉和落寂。当两鬓如霜，人们才发现人生有太多的不如意，有太多的遗憾和悔恨。对生命的眷恋是人之常态，喟叹白发

实际就是对生命流逝的惋惜。当我们走过懵懂的童年和青涩的少年，走过“有花堪折直须折”的蓬勃青年，不知不觉就来到了“半生落魄已成翁”的厚重中年。草木荣枯是自然规律，伴随着“朱颜辞镜去”的就是“白发逐梳落”，青丝成雪也一样是自然规律，何人能抗拒？白发是岁月熬成的银丝，白发是酸甜苦辣的生命轨迹的见证者，是生命的自然状态，想到此忽然间我释然了。

现在过的每一天都是余生最年轻的一天，走在变老的路上，时刻要提醒自己：珍惜每一天，快乐每一天；干自己喜欢的事，珍惜现有的工作机会；岁月能带走年轻的容颜，却带不走骨子里折射出来的优雅，让修养和年龄相匹配；多一分宽容，让灵魂发出善良；懂得放下，学会给心灵做减法；用责任和担当诠释中年的情怀。就算有一天我们满头银丝，年轻的心态上也会生长出明媚的春光来。

冯骥才说：“人生之秋，白发也美。”林清玄说，化妆的最高境界是无妆，生命的最高境界应该是顺其自然。坦然面对岁月的风霜，接纳自己从悦纳白发开始。

快乐源于爱心

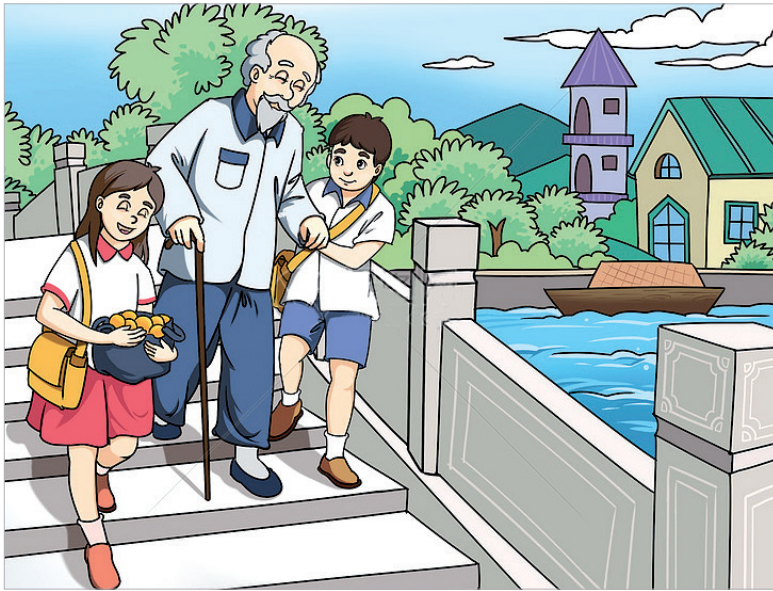
◎万思哲

秋雨淅淅沥沥时断时续，气温骤然下降，大庆路上的车辆川流不息。人行道上的行人大多匆匆的，或徒步而行、或骑单车疾速奔走，也有悠然散步的。城市跟往日一样，繁华而喧闹。

趁着清凉，下班后我徒步往家的方向行走，一路上感受着这个文明城市的美好。突然，我远远地看见地上躺着一个人，身边围着几个人不停地摇晃着她的臂膀。我三步并作两步走到近旁，只见一名妇女躺在地上，双眼上翻，四肢在剧烈地抖动抽搐，状况极为不妙，若不及时抢救，后果不堪设想。顾不上多想，我冲到病人身旁，叮咛一名男子将病人身体躺平，摘掉还戴在病人嘴上的口罩。只见妇女口吐白沫，脸色发暗，看起来十分难受。情急之下，我迅速将妇女的头偏向一侧，指导一旁看似妇女家属的女孩将手指伸入病人口中掏

出痰液和白沫，防止因痰液堵塞呼吸道而发生更加恶劣的后果。一两分钟后，妇女逐渐不再抽搐，女孩突然大呼一声：“没有呼吸了！”就快速跪在地上，双手压在病人胸部做起了动作幅度很大的按压。我有些吃不准，便让蹲在病人头部的男子手搭在妇女颈部探测一下，确定这名病人尚有脉搏时，我阻止了女孩的过激行为——此时不宜剧烈按压，特别是病人如果患有高血压、心脏病啥的，让病人静卧等待急救车辆的到来是最佳治疗方案。

不一会儿，急救车便呼啸而来，我让亲属招呼病人，自己跑到路边给路对面急救而来的救护车招手，指挥车辆为救护车让道，引导急救车停在病人附近。急救中心的医护人员迅速专业地展开了生命体征的检查和必要的抢救，我们一起将病人抬上



担架，送上急救车。随着急救车闪烁的灯光和急促刺耳的声音远去，我的心情才稍稍有所舒缓，此时才发现周围来来往往的路人仍未散去，站在那里观望，不时投给我敬佩的目光。

天开始昏暗起来，灰蒙蒙的乌云笼罩在市区上空，冰凉的雨丝又随风飘落下来，落在了头发上，打在了额头上，顺着眉毛淌

在了脸颊上，湿了衣衫。可我一点也不觉得冰冷，向前迈进的步子倍觉有力，心里热乎乎的，充实舒畅，我深切体会到帮助别人、快乐自己是多么美好的一件事。

快乐源于爱心，文明源于素养。我相信生活在这座美丽城市的儿女，无论谁遇到这种情况都会伸出温暖的手，因为我们是文明城市的一分子。