



永远跟党走 奋进新时代

塞罕坝的最美青春

□ 勾万春

盛世兴林，泽被后世；绿色发展，利在千秋。走在金秋时节的塞罕坝，在一片天蓝云白乾坤朗、地绿花香风气清的景象里，感受着塞罕坝“生态兴则文明兴”的生动范例。三代塞罕坝人用59年的时光将一座座青山捧到了世人面前。今天的塞罕坝，视觉上是绿色的，精神上是红色的。

人间最美是清秋。塞罕坝的秋是埋藏在岁月风骨里的温润与美丽，是繁华尽处的殷实与坦然。在这里，一棵树，一片林，一群人，扎根的不仅是树木，还有砥砺奋进、久久为功的执着理念；涵养的不仅是水源，还有一代接着一代干的“钉钉子”精神。我为自己能成为这群人中的一员而自豪！

青春的花开花谢，岁月的来去匆匆，四季的雨雪纷飞，闲暇的走走停停，很多瞬间绽放的美丽都是会随着时间流逝而去，请问你想要一个什么样的青春呢？

美国作家塞缪尔·厄尔曼在《青春》里写道：“所谓青春，并不

是人生的某个阶段，而是一种心态。卓越的创造力、坚强的意志、艳阳般的热情、毫不退缩的进取心以及舍弃安逸的冒险心，都是青春心态的表征。”

在尚海纪念林绿之源，我们感受到最美的青春莫过于塞罕坝三代人奋斗的青春，他们把自己的青春播撒在这片土地上，只为心中不变的理想和信念，奏响了一曲“赤心铁骨信念强，爬冰卧雪战风霜。造林初心永不改，誓教荒原换绿装”的胜利赞歌！这就是塞罕坝人的青春，能给人带来希望，同时教会人信念的力量能创造奇迹。

王尚海、刘文仕、赵振宇、陈彦娴……这些人象征着一种精神，是这种心灵状态的创造、以身作则的垂范，完美地诠释了塞罕坝精神。有了这样不退缩的精神，才可以代代相承，激励人们前赴后继地去奉献。

置身七星湖的云雾里，恍若来到人间仙境，我们会身不由己地翩翩起舞，感受着大自然的神奇与美好。塞罕坝的每一片山

川、湖泊、林海、花草，每一片天空和每一片云朵以及所有的鸟兽都带着灵魂，都是感恩与灵动的。它们镌刻着59年里塞罕坝创业者的激情与坚守、奉献和传承，从一棵树到一片林海，它们记载了塞罕坝人59年来的奋斗历程。从一个绿色信念成长为参天大树，这是三代人接力写成的绿色传奇。

走在塞罕坝的林子里，呼吸着塞罕坝秋的气息，用手摸摸坚实的树干，躺在草地上撒欢打滚，一低头惊喜地发现了形色各异鲜嫩的蘑菇，会立即欢呼雀跃地喊着伙伴们赶紧过来采摘……在收获季节感受着这大自然的馈赠，感受着天地万物是如此慈悲与包容。我们要以敬畏之心敬畏天地自然，要以感恩之心受用万物，做一个厚德之人，心怀感恩和敬畏，心中有大爱，天必佑，人必喜，事必成！

站在峰顶，极目远眺，思潮起伏，我深深地被老一辈人所创造的绿色奇迹震撼着。人生稍纵即逝，活着是我们存在的证明。人

生的每一步路都是我们自己走的，把人生过得更加精彩，把每个片段过得美丽，才是我们存在的意义所在吧！人因自然而生，人与自然共生，自然洗涤了人的灵魂。心中常驻一棵大树，就不会杂草丛生。所以，无论何时都应心存创造美好生活的理想和信念！

收获的季节，我们在塞罕坝会找到最美的青春，每个人也将 在心中播种一颗属于自己最美青春的种子，在通往幸福成长之路 上破土而出，生根发芽！

精神，是在传承者的实践中体现出来的。前人用血汗灌溉的树苗，扎根在后辈的心里，我们前赴后继去验证精神的永存！

作为林场建设者的后代，作为一名头戴警徽的森林卫士，我愿意把这样的精神传承下去，在绿色中践行忠诚，用热血的青春和拼搏的年华，于平凡中，守护好塞罕坝这片来之不易的绿色。

（作者单位：省公安厅森林警察总队塞罕坝支队）

幸福生活从早餐开始

□ 郭强

周末时，我常去街头小吃摊上吃早点。

在衡水街头吃早点，油条与豆浆是标配，煎饼裹了油条才好吃，这是人们的共识，也是人们吃早餐的最佳选择。

秋日的清晨，天高云淡，有一丝清冷。小吃摊上，热气腾腾，味美香浓。早餐之中，我最爱油条，有了油条，才能感到早餐的丰盛。刚炸好的油条，热乎乎、香喷喷，让人味蕾大开，吃着有滋味、有回味。

想起小时候，我跟着姥姥去赶集，每次都会买上几根油条。在那个年代，能吃根油条是很奢侈、很幸福的事。吃完油条后，用油乎乎的手，在头发上来回抹，好像是既不浪费沾在手上的油，还能“美发护发”。

捎回家的几根油条，经常是要放上好多天，让油条变得干巴巴的。这样可以用来拌黄瓜、拌咸菜，还可以在做菜馅时，切碎调到菜馅里，既提香味又可以吸收菜馅出的汤，使菜馅更润泽。现在想起来，仍觉得那个味道好极了。

现在人们的生活水平提高了，各种风味的早餐应有尽有、花样繁多。我却又想念起曾经年少时吃过的東西。现在人们讲究膳食纤维有各种矿物质和维生素含量、氨基酸营养等科学饮食。过去的一些食物，有不少给贴上了“垃圾食品”的标签，认为太过油腻或者是没有营养。但我认为，胃是有记忆的，小时候爱吃的

东西，会伴你一生。那种美味与美好，风味和气息，既有过往的岁月和记忆，更有难忘的亲情和乡愁，总让人回味无穷。

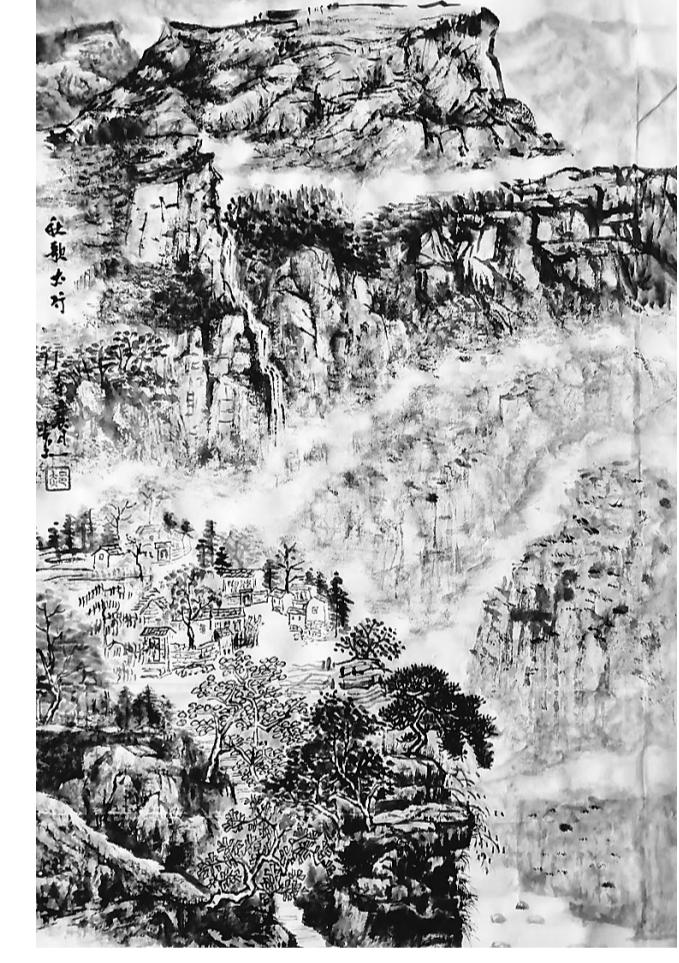
周末在街头小吃摊上吃早餐，既随意又放松。在人们生活节奏加快、高效快捷的今天，周末给自己的心情放假，缓解一下工作压力，在不疾不徐、随便随意的心态下，一边吃早餐一边欣赏着街景，消磨一段美好的时光，享受一把慢生活状态，也是很舒心惬意的。

我常去的那家小吃店，店面不大，里外两间，店里共有四个人。随着来吃早餐次数的增加，我和店主逐渐熟悉起来。他今年60岁，性格开朗、豪爽热情，经营这家店已有20年。他每天凌晨2点多就起床，几个人忙里忙外，运转有序。他在门前的台阶上做面案，一边忙活，一边招呼新来的客人，有时和熟人开玩笑，常常引来一片欢笑声……和谐景象日复一日。

来这里的大都是附近居民，好多人彼此都熟悉。一碗豆浆，两根油条，几个老哥们天南地北、海阔天空或柴米油盐、家常家务，有一搭没一搭地闲聊。还不时有路边的麻雀悠闲地蹦跳着觅食，有趣有味，弥漫着暖心的烟火气息和人情冷暖。

每每想起人们吃早餐的状态，我就觉得，幸福的生活是从早餐开始的。

（作者单位：衡水市公安局）



秋歌太行

郝贵君 作 （作者单位：涿鹿县公安局）

需要亲人的关照，一时感慨良多。

饺子出锅了，氤氲着肉香与蘑菇清香。“妈，吃月饼是什么节日？”“中秋节。”军生赞许地挑起了大拇指，我们端酒给老人碰杯，送上节日祝福。

“这个病退行很厉害，就像孩子要先会吃，老人最后只会吃的，特别害怕陌生的环境，要经常听表扬，每天一下班，我就过去陪她一会儿。”趁老人屋里休息，军生说起了真实情况。

我问军生有时会不会感到累？他说会有的，但家人快乐的回应，很快就能补充能量……

中秋节的前一天，爱人又来电话：“单位有同事开车回唐山，我想过去陪你过节！”“咱们不是说好吗？！后天我就回家，我也很挂念你，请小心照顾自己。”平常日子，牵挂慢慢发酵；特殊时候，牵挂汪洋恣肆，不是安抚就能平复的。

这个节日，我想很多人与我一样，收到并回应了感动和祝福，如果所有的惦念都化丝成线的话，将在整个天地间交织成网，这是人间生生不息的爱的流动和链接。

我想啊，人间有爱，更需要我们将爱进行下去，无论面临怎样的境遇，都要让自己活在当下，不将外部世界视为敌对，也不逃避自己内心的情绪。

这就是爱的给予和呼应，这就是爱的能力，它永远比表达更强大，因为它有稳定持久的行动力。

（作者单位：河北省公安厅高速交警总队唐山支队）

爱在人间

□ 孙长林

“明天有空吗？来家吃饺子吧，咱们一起过节。你想吃什么馅的？让费老师给你包。”战友军生在中秋节的前三天打来电话。一点也不意外，一股暖流浸润心脾。

23年前的秋天，我与军生相识于山西晋中，我俩刚从军校毕业分配到部队。军生的性格既热情又内敛，虑事处世细致周全，我向他请教较多，自然比别人走得更近些。

铁打的营盘流水的兵。3年后我调到了石家庄，翌年他转业回唐山。此后的20多年里，我们天各一方，我偶尔会听到他的消息，但多零碎片段不够完整。

时光似乎远去，但缘分却像一个圆环，只要心在一处，相遇相聚终可期。去年我从石家庄调到唐山工作，缘分又接续上了，每逢节假日，他就喊我到他家聚餐，或是结伴消遣散心。我在这个城市是孤独的，却没有落寞的感觉。

“快过节了，你不值班就去找军生，不要总一个人待在宿舍……吃饭怎样？哎，总让人操心……”爱人从石家庄打电话嘱咐我，多年来被当作“孩子”般呵护的感动瞬间涌上心头。

不知从何时开始，在妻子的认知

里，我成了一个什么也做不好、时时需要她照顾的人。印象最深的是多年前的一天，我出差回来，看到妻子在小区门口张望。妻子羞赧地说：“别得意，不是在等你，是为了要买菜。”

每次陪妻子去菜市场，她在前面走，我只要跟上就好。她会时不时回头确认一下我的所在，好像跟在她后面的，不是一个曾经当过兵现在是警察的高大男人，而是家门一开就跑出去随时可能走丢的小狗。

买完菜回家前，爱人说要牵我过马路。我嗔笑着说：“我是交警，连个马路都过不好吗？”爱人说：“你是高速交警，现在是平交路，你走不好！”她牵着我的手不放。

我17岁当兵离家奔波多年，在我貌似高大坚强的外表下，困顿压力脆弱失意时常相伴，踉跄摔倒撑不下去时，妻子知道如何接住我安慰我，给予温暖和体恤，我就能积蓄继续前行的动力……

接到军生的电话不久，天上飘起了丝丝绵密的小雨，被风刮到脸上已有寒意，节日气氛显得有些清凉沉郁。军生的车已候在门口。

车行一程终于到了，一进家门，就看到军生的爱人费老师正在擀饺子皮，红润的额头上沾了些许白面，像京剧里的三花脸，一抹少女般清澈的神韵

在眼眸里流转，还是那么光彩照人。

“赶紧坐下吃水果，自己削啊！”还跟以前一样，热情而不刻意。“阿姨呢？”“刚择了点儿菜，有点累了，正在睡觉呢。”

大概是听到了我们说话，阿姨从屋子里走出来。

“妈，您不用包饺子啦，您摆好就行……听说今天又择蘑菇又择韭菜，干了不少活？给您点赞！”“妈，您可不能包饺子，会把饺子馅甩到房顶上的……”军生笑着贴近老人说话，逗老人解闷开心。老人仰起头瞅着军生，眼神里满是慈爱和欢喜……一股热流在喉咙里窜动，我的眼眶有点湿润。

“老太太80岁了，前几年得了阿尔茨海默病。我跟费老师都得上班，只能请保姆照顾……”军生转过头对我说。

军生的神色有些黯然，我不知道怎样安慰他。当初母亲病时的痛楚我至今想起还撕心裂肺，老人去世后，我感到天地寂寥，周身冰冷，好像意志被摧毁了，心灵被吞噬了，颓废过很长时间。但面对生老病死，任谁也无奈他何，此时，我只能拍拍军生的肩膀：“尽力就好，尽力就好……”

多年前，我看军生与阿姨的一张合影，10多岁的军生依偎在阿姨的肩头，倚靠着一棵大树眼神安静而懵懂。而今年华逝去，阿姨倒像孩子一样

在人生路上，难免会遇到让自己生气的人或事。有些人面对他人的误解时，总要争个明白、与自己生气、与他人动怒，一味地发脾气甚至暴怒到歇斯底里，既伤害别人，也伤害自己，是最愚蠢的行为。

人生在世，有负面情绪是常态，能控制和驾驭自己的负面情绪，则是为人处世的本事；调整好自己的情绪，心平气和地处理问题，是成熟的一个重要标志。

所以，我们应该学会通过适当渠道疏导和排解由压力带来的各种负面情绪，让自己的痛苦、紧张等情绪得以发泄而不致闷出病来，千万不要一味地因为“尊严”和“体面”而过分压抑。其实很多事并没有我们想象得那么糟糕。有些话换一种方式说会有不一样的效果，很多火压一压会有不一样的结局。

做情绪的主人，管理好自己的情绪，才能赢得精彩的人生。拿破仑说过，“能控制自己情绪的人，比能拿下一座城池的将军更伟大”。一个人，唯有控制住自己的情绪，才能成就精彩的人生。

（作者单位：盐山县公安局）