

学会感知幸福

刘云燕

小时候，都有一个被神化的未来。上课时，老师会问我们：“你们都是祖国的花朵，将来想做什么？”小手纷纷举起来，说出诸如科学家、政治家等宏大的字眼，而后欣欣然地想：“等我们长大了，就是卓越的人了。”

当我们读过中学、大学，面临毕业的选择，甚至在辛苦工作了十几年后，突然发现：我们都变成了普通人。认清了这一点，你会消沉吗？当然不！

普通人，也有自己的信仰和目标。前几天看电影《冈仁波齐》，11个藏族同胞为了朝圣冈仁波齐，自然而然地组队出发，没有波澜不惊，一路上，遇到泥石流，受伤了，就休息几天再走；拖拉机坏了，几个人就前拉后推；有人生孩子，就找卫生院；甚至老人去世了，就找喇嘛，去天葬。那种接受生命和包容生命的态度，让人动容。

其实，我们亦如这些朝圣的人，每天做着近乎重复的工作，我们可曾执著地追求幸福的目标？

在生命中，可曾有人对你说“再坚持一下”？我在跑1500米测试时，同学们站在跑道旁，面对气喘吁吁、想要放弃的我说：“要坚持。”也许正是这样的鼓励，让我跑完了全程。当我学习英语时，几次测试不过，就想把书扔得远远的。这时，朋友会耐心地对我说：“再试一次，要坚持。”我再去学习，竟然也通过了。身为普通人，谁不需要如此的坚持和韧性？

注定是普通人，我更加信仰幸福。德国哲学家费尔巴哈曾说：“人活着的第一要务就是要使自己幸福。”看过毕淑敏的《我40岁才明白的事》，其中讲到一个关于幸福的调

查，话题就是谁是最幸福的人。人们纷纷投票，得出结论，最幸福的人三甲为：第一名是给自己的孩子洗完澡后怀抱婴儿的妈妈；第二名是给病人治好病后，目送那个病人远去的医生；第三名是孩子在海滩上自己筑起一个沙堡，夕阳西下的时候，这个孩子看着自己筑起的沙堡时自得其乐的微笑。这些世界上最幸福的事，在你看来，也许微不足道。所以，作为普通人，一定要学会感知幸福。幸福就像一条小尾巴，你苦苦追寻，似乎总也找不到。一回头，它竟然跟在你身后。

长大了才知道，这个世界没有你想象得那么好，不可能永远是阳光灿烂的日子，也不会总是那么糟，关键是你如何看待这个世界。学会和世界友好相处，才会感知幸福的存在。

注定是普通人，我选择了坚守自己的爱好。有了爱好，生活才会更幸福！在工作中，我们更多地充当社会角色，而8小时之外，我们可以做回本色的自己。旅行、画画、音乐、舞蹈……只要你喜欢，一切都可以张扬自己的个性。有爱好的人，热爱着我们生存的这个世界。我们制作美食，创作图画，聆听音乐，时时感受古今中外艺术的魅力。这时才会发现，我们虽然普通，但普通的幸福依然让人沉醉。

至于孩子，我想，他的一生，可能也会是个普通人。如果他不能站在备受瞩目的舞台中央，或者他注定只能是一个站在路边为别人喝彩的人，我依然希望他性格豁达、身心健康，希望他接受自己的普通，然后做一个快乐的普通人，去享受生命，去感受生命的美好。

八一情思

虽已退役多年，但每逢八一，心里总有一种莫名的冲动。有回忆、有思考、有感慨、有激情……

我很享受这种眷恋，这种军旅生活的情结，这种曾为军中一员的心境！那感觉，那情谊，那难忘的艰辛，那太多的憧憬，那永远的回忆，那装满心底的缺憾和满足，那太多太多的不舍……一个把青春年华奉献给国防事业的老兵，有资格拥有这份光荣和神圣。

有人曾问我：“你人生最难忘的经历是什么？”我毫不犹豫地回答：“当过兵！”军营教会了我勇敢忠诚，奉献牺牲！军营教会了我遵纪守法，拒耻争荣！青春的逝去伴随着精神的升华，体魄的磨练铸就了意志的坚定。对失误的烦恼和对成功的喜悦，修炼成宠辱不惊的成熟和冷静。虽然早早远离了父母的舐犊之情，却收获了五湖四海的兄弟姐妹。至今我不羡慕土豪，不追捧明星，只赞美勇士，崇拜英雄。是千万仁人志士的身躯，铺就了从南昌到北京的路程；是三军将士的赤胆，守护着祖国的盛世太平。

我后悔过很多事，但从后悔当过兵！我淡忘过很多人，但绝难忘却战友深情！如果能重新选择，如果能重返年轻，我依然会选择披甲执戈，为国从戎！

我很自豪，我曾经是一个兵！
刘筱秋/文

诗歌集萃

赞航天精神

陈龙书

中国航天，
从无到有，
从有到强。
展华夏雄风，
彰显国昌。
大漠八荒，
虎卧龙藏。
隐姓埋名，

莘路蓝缕，
硬是实现飞天梦想。
科学家，
为航天强国，
汗洒沙场。
四特在心创业，
五大作风乃是信仰。
十八大以来，
航天战线，
习总关怀，
多次嘉奖。

航天事业，
突飞猛进，
名列世界前三强。
展宏图，
登月追星海，
浩瀚徜徉。

注：“四特”指
四特精神，即特别
能吃苦、特别能战
斗、特别能忍耐、特
别能奉献。

“五大作风”，指
团结协作、严谨细致、
真抓实干、公道正派、
廉洁守纪的作风。

战洪灾

王洪泽

暴雨倾盆天上泼，
山洪肆虐路成河。
飞舟如箭援京冀，
大爱人间感泪多。



奋进新征程 徐成文/作



林琳 李小倡作

中国书画函授大学 人民网 中国网络电视台

苦瓜也叫“君子菜”

每年夏季，我的餐桌上总少不了苦瓜，炒的、炖的、烧的，换着花样儿上。不过，我曾经受不了那种苦味，对苦瓜一口也不沾。爱上苦瓜，是在那年高考落榜之后。

那年名落孙山，于我，就像天塌了一般。尤其是看到考得好的同学们在准备行李上大学，而我却按照父亲的吩咐，去商场站柜台，心里像是被重锤锤了一样，接着便病倒了，高烧不止。

母亲见我这样，忧心不已，却又不知道该怎么安慰我才好，只能每天不重样地给我做些好吃的。那天，母亲做了苦瓜炒鸡蛋，可是我却皱着眉，母亲劝我：“你吃一点儿吧！”我摇头，对母亲说：“我不吃苦瓜。”

母亲轻叹了一口气，想了想还是说：“你看你，满嘴的溃疡，吃苦瓜能清火，吃一点儿吧！”母亲苦口婆心地劝说，我才勉强吃了一口，放在嘴里细细地嚼着。唉，真苦！但是，这种味道和我的境况如此相似，不免和苦瓜有了一种同病相怜之感，自虐式地吃了一口又一口。可渐渐地，竟不觉得苦了，反而有种让人不舍的甘甜。

“这苦瓜，原来还挺好吃。”放下碗筷，我情不自禁地说。“是啊是啊，先苦后甜嘛！”母亲赶紧接着我的话说，然后瞅了我一眼，我明白她话里的意思。可我仍然觉得，别人“十年寒窗苦，一朝天下闻”，可我却在家里傻待着，心理上很难接受。

“你知道苦瓜还有个别名吗？”一旁一直没开口的父亲说。我好奇地看

着他，摇了摇头。父亲说：“苦瓜还叫‘君子菜’，它再苦，也不会苦到别人，和它一起炒的或烧的菜，都不会沾上它的苦味。”

我一愣，父亲说的好像是对的，刚才的鸡蛋就没有苦味。忽然，我明白了父亲的意思，他是想说，再苦也要乐观地面对生活，带给周围人快乐和欢笑。而母亲则给了我一个遥远的希望，现在苦，以后会很好、很甜蜜。

父亲和母亲通过一盘苦瓜，让沉浸在落榜痛苦中的我豁然开朗，哪怕没考上大学，生活要继续，快乐也要继续。

事实证明，父亲和母亲说得都没错，我通过复读考上了梦寐以求的大学，找了一份不错的工作，更因为开朗的性格而人缘颇佳。但从此我有了一个习惯，在炎夏或者心情不佳的时候，都要炒一盘苦瓜，告诉自己——先苦后甜，做一个“苦瓜君子”。
靳小倡/文



福祿图

石峰/作