

离退休工作处 李守春/摄



爱,存在

□ 文法学院 蔡如琪

爱是人类最特殊的情感,也是亘古最长情的命题。爱是什么?我们总向这个问题,时间即答案,爱的存在必定克服了众多人性的特点,必定克制、包容、慈悲、忍耐、信任、坚定……

爱是一种强烈的情感,通常与深厚的感情、关心和关爱联系在一起。它可以表现为对亲人、朋友、伴侣或事物的深厚喜爱和珍视。爱可以激发人们的善良、同情心和奉献精神,使人们愿意为所爱的对象付出时间、精力和关心。

“爱是常觉亏欠”,是父母对孩子永远的心疼和偏爱,是朋友之间惺惺相惜相互珍视……“爱让血肉相连”,让流浪动物找到温暖的家,让阴郁的人得到治愈,让迷失方向的人明确目标。爱生活、爱动物、爱运动、爱他人、爱这个世界,允许一切发生。当你的内心充满美好喜悦丰盛富足的时候,爱就催生了个人的成长,也丰盈了精神世界。所以史铁生说:“人类浩荡前行,靠的不是恨,是爱。”

有人说,从哲学上来讲,爱的本质是看见自己,看见那个本自具足的自己。我们所爱的人或事物,归根结底是让我们通过内在的爱发现外在的更好的自己。《皮囊》里有一段话:“我期许自己要活得更真实也更诚实,要更接受甚至喜欢自己身上起伏的每部分,才能更喜欢这个世界。我希望自己懂得处理、欣赏各种欲求,各种人性的丑陋和美妙,找到和它们相处的最好方式。”尊重自己的性格特点,追求自己的兴趣爱好,坚定自己的每一个选择,永远热爱自己,或许更能感受到爱存在的意义,我们都应该是自己的那座山。

“爱之于我,不是肌肤之亲,不是一蔬一饭,它是一种不死的欲望,是我平淡生活中的英雄梦想。仅此而已。”

古老的星球里,人类用自己的行动表达真诚与善意,不管是对他人、对万物还是对自己,这叫作“爱”。“爱”的传递,助推着个体的成长与群体的发展,时代大踏步前进……

我们因爱而存在,爱也因我们而存在。

小苍兰的心语

□ 自动化学院 于晓静

在那片遥远的花海中,蜷缩着一朵朴素的小苍兰。她不如玫瑰那样艳丽夺目,也不如牡丹那般富丽堂皇。然而,她却用自己独特的韵味和坚韧的精神,静静地风中绽放,演绎着属于她的花香篇章。

小苍兰的生命如同一首细腻的诗,她的每一片花瓣都在诉说着坚持与热烈。她在荒凉的角落中舒展着脆弱而坚韧的身姿,无论外界环境如何严酷,她总是以那份不变的从容迎接每一个清晨的第一缕阳光。她的根深深深地扎在泥土里,似乎在向世界宣告:即便是最微小的生命,也能在绝望中找到希望,在黑暗中发现光明。

风雨对她来说,似乎是生命中的一种馈赠。每当暴风雨来袭,小苍兰没有选择躲避,而是坚定地迎风而立。她的花瓣在风雨中颤抖,却从不凋零;她的花蕊在雷电下闪烁,却依然绽放。她用无声的坚韧告诉世界:风雨可以摧残枝叶,但无法摧毁心灵的坚强。每一滴水都成为她成长的营养,每一阵狂风都铸就她更加坚定的意志。

小苍兰的热烈不仅仅体现在她的绽放,更在于她的内在光芒。她用自己的方式,书写着生命的辉煌篇章。每一朵花开,都是她对生命的热爱与执着的宣示;每一片花瓣的飘落,都是她对未来的坚定信念。她的香气弥漫在空气中,清新而不张扬,正如她的性格一般——低调却深刻,平凡却伟大。她用她的热烈,温暖了身边每一个生命,感染了每一片微风。

你拨动了我的心弦

□ 数学学院 赵秋兰

你拨动了我的心弦,在不经意的瞬间,思绪在天地间,舞出动人的诗篇。

在我悲痛的那些时刻,你偶尔给我温暖,属于我的那本书籍,你有了专属的书签。

在我跋涉登攀的途中,与你同行了一段,倾心交谈的画面,在脑海里不时浮现。

在我寂寞的那些时间点,在我心情降至冰点,在我茫然四顾,在我特别想倾诉,……

感谢你出现!

当我们在现实中感到美满,灵魂在何处缠绵?每每最幸福的瞬间,常常有失落的感觉;

最坚贞的承诺,要经受寂寞的考验;你深情的双眼,是否经得起世事变迁?

苍茫的人世间,爱是唯一的答案。你眼中的万水千山,有了爱,海角天涯可走遍。

犹疑和试探,再不需要给它们留空间,让心中的那团火,燃烧在天地间。

欲望常常偷袭,好感也常常客串,有时候似乎是一种习惯,醉眼朦胧间,爱意总在眨眼?

爱,何曾被距离阻隔;年龄也不曾是局限;年华岁月不会改变;

也是灵魂的栖息站。

爱,是华美的诗篇,是勇敢者的祭奠,是这冷酷世间的温暖,是驯服欲望的鞭。

爱,是你如画的眉眼,是每分每秒的呼唤,是一生的追随,是愿为你改变。

爱,也可以是平淡,也可以很波澜,是一种痴迷,也是某种信念。

爱,会为了你落泪,是奔放欢颜,是长长久久的思念,是不朽的诗篇。

爱,是一首唱不完的歌,是那动人的琴弦,是辽阔的大草原,是苍茫的山巅。

爱,是闪电,是雷雨,是放弃了从容,是你有决定权。

爱,是时时刻刻的挂牵,是常常因你不安,是海枯石烂的诺言,是你我生命的分担。……

你拨动了我的心弦,我的心为你踟蹰,我们万水千山走遍,值守一生的诺言。

自动化学院 张婧/摄



化茧

□ 储能学院 叶心林

车水马龙不息,人群脚步繁忙复杂。可我抓不住秒针的尾巴,仍在墙上滴答。套上围巾,穿过霓虹,看见银河系闪耀的光芒,是否也洒落在奶奶的脸庞。

庭院中枝头添新芽,又要度过一年了。是谁曾自以为潇洒,离家时少了些许回头。也许是爱恋故乡的泥土,奶奶的食谱,让北国的暖气也留不住思念的跳跃。

可是我要化茧,蜷曲在桌椅上,慢慢地雕刻着人偶,不顾日月轮休,不论寒风刺骨,只知,这是一个人的长跑,孤独的修行。对家的思念慢慢沉入心底,仿佛从未刻意抑制。

可是我要化茧,从未苍白无力,处处蓬勃生机;可是我要成蝶,飞向山回路远,望向山河大海。

正解精神胜利法

□ 能源学院 陈蓝宝

鲁迅的《阿Q正传》里,主人公阿Q在对外界的不如意时,利用自己的一套“精神胜利法”,“战胜”了每次挫折。简单来说,阿Q的“精神胜利法”就是,遇事不愿面对,不愿解决,只一味地用一些自我麻醉的“自洽逻辑”来寻求解脱和自我疗愈,使得自己在遇到坏事时不那么难过。阿Q在自己搭建的避难所中苟且生存,进而实现自乐而忘外忧。这是种消极的精神暗示。

在我看来,这种“胜利法”,如果去除消极应对困难、逃避现实的糟粕,把它化为面对失败时的自我宽慰、自我激励,进而能够使自己重新燃起斗志的精神疗法,倒不失为阿Q精神在当下的一种正解。

人的一生中,会经历很多不如意人的境遇。这些失败和挫折,往往会对一个人的精神造成巨大的打击。有些人因为一时的挫折一蹶不振,进而失去前进的动力。我们的精神,需要从短暂的失败和挫折的苦难中挣脱出来。

我的想法是,不妨在失意时给自己一些积极的心理暗示,减轻甚至消除失败和挫折带来的痛苦。每个人的肉体在外部事物面前,尤其是在自然界的冲击下,是脆弱的,而这种不堪一击是客观存在的,但精神世界的强大,是完全可以通过后天造就的。当一个人的精神受到外界打击时,他内心的自我调节能力就显得尤为重要。

心理的解脱,并不意味着逃避现实的问题。当下年轻人常常讲“躺平”“佛系”,这是不可取的,这是懦弱的表现。表面上看开了一切,实际上是在逃避问题,并不是内心强大的表现。真正强大的内心,正如蒙田所说:“真正的幸福,是随时可以成为自立的人,不怕贫困、锤炼,甚至死亡。”

那些古今有大成就者,面对挫折和失败,无不有着强大的内心。司马迁遭受身体上的摧残和精神上的侮辱,没有就此一蹶不振,而是想到了古代的先贤们——仲尼、屈原、左丘,这是用古人的境遇来安慰自己;苏轼以自然界的变者和不变者的相对关系,参透物我皆无尽的豪迈,即使身处黄泥之坂也能泰然处之,这是转换视角调整心境;李贽因讲授《易经》遭受到迫害,在罢黜途中,他并没有觉得人生无望,反而寄情山水,得到人生宽慰,这是用情感的转移来调节心情。

当我们每遇到挫折时,若能用这种“精神胜利法”,或许可使自己不惧于困苦,改用积极的心态去面对它们,而不是逃避。精神的胜利,昭示着你从思想的高度已经战胜困难。

巴黎奥运启乐录

□ 公共课教学部 陈绘兵

在2024年巴黎奥运会赛场上,中国体育代表团以卓越的表现、顽强拼搏的精神,创造了境外征战的最佳成绩,勇夺40枚金牌、27枚银牌、24枚铜牌,实现了运动成绩和精神文明的双丰收,为祖国和人民赢得了极大的荣誉,向世界展示了中国力量和中国风貌,传播了中国声音,昭显了中国精神。

突破和超越

中国跳水队首次在单届奥运会上包揽全部8枚金牌,成为历史上获得奥运跳水项目金牌最多的国家,这一壮举,是对中国跳水“梦之队”长期努力的最好回报。网球选手郑钦文在女子单打中夺冠,张之臻和王欣瑜在混双项目中赢得银牌,为中国网球书写了新的历史篇章。中国乒乓球队首次包揽全部5个项目的冠军,中国游泳队打破美国队在男子4×100米混合泳接力比赛中的长期垄断,赢得了宝贵的金牌,这都展示了我国运动员的坚韧和实力。

中国女子拳击队的表现同样亮眼,取得3金2银的佳绩,成为中国代表团的一大亮点。艺术体操队在集体全能项目中赢得金牌,打破了欧洲队伍的长期垄断,展现了我国艺术体操的精湛技艺。射击队选手黄雨婷和盛李豪在10米气步枪混团项目中表现出色,备受期待。

在这些辉煌成绩的背后,是强大祖国为运动员提供的坚实支撑和保障。从训练设施到科技支持,从政策扶持到精神鼓励,祖国的强大后盾为运动员们突破历史、创造佳绩提供了有力保障。

感动和力量

巴黎奥运会的圣火虽然已经熄灭,但那些在赛场上竭尽全力、虽败犹荣的奥运健儿们的精神光芒,却永远闪耀在我们的心中。石智勇、洪立姝、孙一文,以及肖若腾等一批老将,他们用自己的坚持和拼搏,为我们谱写了一曲曲英雄的赞歌。

他们,怀揣着为国争光的热血,不畏伤痛,不惧痛苦,与命运抗争,虽未能再次站在最高领奖台,但他们的精神早已感动天地。他们的职业生涯,是一段跌宕起伏的故事,既有辉煌的瞬间,也有遗憾的泪水。但他们从未放弃,始终坚守着对梦想的追求和对祖国的热爱。

致敬,石智勇!他用坚实的臂膀,托起了中国举重的希望,虽然这次未能再创佳绩,但他的坚持和努力,让我们看到了中国力量。

致敬,洪立姝!她一次又一次地将铅球掷向远方,即使伤病困扰,她也从未言弃,她的坚韧不拔,是对中国女子田径最好的诠释。

致敬,孙一文!她在剑道上留下的英姿,是对中国击剑最美的注解。虽然这次未能再次夺冠,但她的剑胆琴心,让国人为之动容。

致敬,肖若腾!他带领中国体操男队,勇敢地面对挑战,即使跌倒,也从未退缩。他们的拼搏精神,是中国体

的宝贵财富。

众所周知,体育的魅力,不仅在于胜利的喜悦,更在于拼搏的过程,在于超越自我的勇气,在于永不放弃的精神。让我们记住这些闪光的名字,记住他们带给我们的感动和力量。他们用自己的汗水和泪水,书写了中国体育的辉煌篇章,他们的精神和成就,将永远被铭记在我们心中。向他们致敬,虽败犹荣的奥运健儿们!他们的拼搏和坚持,是我们这个时代的骄傲,也是激励我们前行的力量。

青春和未来

巴黎奥运会的赛场上,一群年轻的“00后”奥运健儿以昂扬的姿态,诠释着中国青年的力量与担当。他们不负青春,勇敢追梦,用汗水和努力书写属于自己的辉煌篇章。这群充满活力的年轻人,犹如一颗颗璀璨的明珠,闪耀在世界体育的大舞台上,让我们为之自豪、为之振奋。

黄雨婷、盛李豪两位为中国军团斩获首枚金牌的“金童玉女”,他们顽强拼搏的精神,激励着无数国人为之骄傲。小轮车手邓雅文,以青春的速度,诠释着中国速度,让世界见证了属于中国青年的风采。国乒“莎头组合”力挽狂澜,收复失地,展现出“00后”运动员的坚定信念和顽强意志。射击选手谢瑜,沉稳大气,百步穿杨,用实力证明了中国射击的新生力量。全红婵,这位十米台上的精灵,蝉联冠军,展现出“00后”运动员的成熟与稳重。郑钦文在网球赛场实现历史性突破,让世界看到了中国网球的新希望。潘展乐打破世界纪录的成绩夺冠,彰显了中国游泳的强大实力。

这些“00后”奥运健儿,用他们的拼搏和汗水,为国家赢得了荣誉,为青春描绘了亮丽的底色。他们勇敢面对挑战,砥砺前行,展现出了中国青年一代的担当精神。他们的卓越表现,让我们看到了中国体育的未来,看到了一个更加繁荣、富强的国家形象。

在这群年轻力量的感召下,我们为之自豪,为之欢呼。他们用实力证明,青春的力量是无穷的,青春的担当是伟大的。

青春如火,激情四溢。“00后”奥运健儿们,他们是祖国的未来,民族的希望。愿他们锚定建设体育强国目标,牢记为国争光使命,不断攀登竞技体育新的高峰,带动群众体育、青少年体育蓬勃开展,为中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业作出新的贡献。

福娃与太阳花



陈绘兵/作