

# 弦歌不辍，找寻自我

文传学院 惠晓焱

你为什么拥抱空气？

不，我在拥抱自由。

听凭风引，与风同行。后来，风还是吹散了栀子花，像是对我的救赎，于是我看到了阳光。我匆匆寻找着你的双眼，试图像从前那般回望，却只看到了一地碎掉的花瓣。我试着用星空为你包扎了一束向日葵，绞尽脑汁地，为你写下最后一封书香。便揉碎了记忆，永远烂在过去。我大抵明白了，我只不过是活在一个叙述着的漫长故事里。最后我成了一阵随性的风，攀上了高峰，夕阳是那么温柔又热烈……

书上说；物质世界是由同时存在着的无穷大的场构成。那么人间社会也必是如此。一个人的命运可以说是朝不虑夕的。你能知道你现在正走向什么？你能知道什么命运正向你走来吗？现在是将来的过去，现在是过去的将来，将来是将来的现在。在物质与攀比充斥的时代，有些人渐渐地忘记了自己原本的模样。《无声告白》书中有这样一句话：“我们终其一生就是要摆脱他人的束缚，找到真正的自己”正所谓活的像自己，才是对生命的馈赠。我们不停的找寻自己，与自己对抗，与自己和解。我们会看到优秀的人而怀疑自己，但是我想要真正告诉你的是：亲爱的朋友，不要因为别人发光就觉得自己黯淡。斯人若彩虹，遇上方知有。

热烈的青春比太阳耀眼。现实中，时间限制了我们，习惯限制了我们，谣言般的舆论



让我们陷入实际，让我们在白昼下扮演虚伪的自己。

但人生是没有固定答案的，你想成为怎样的人，过怎样的生活，这一切都是由你来决定，允许别人做别人，也允许自己做自己。看天地，见众生，永做真我。

所谓勇敢的人先享受世界。就像那句话；你不一定非得是玫瑰，你可以是向日葵是小雏菊，是千千万万。

希望大家都能找到自己勇敢地做自己，无需被定义。且敬我生命之山亘古长青，且敬你踏过千山得悟悲欢。我相信往日和未来，都刮着今天的风……

## 《大学印象》

编辑委员会

主 任：王 松  
副 主 任：贾 蓓  
主 编：王 凯  
副 主 编：陈倩文  
张 洁

编辑：

宣传部：谢雨菡  
梁菲珂

采访部：李雅姿  
翟金蕊  
黄文静

原创部：张心钰  
王荟会

办公室：石可欣  
司艳清

专业指导：

文传学院文学教研室

封面设计：梁菲珂

邮箱：[2978105102@qq.com](mailto:2978105102@qq.com)

象宝QQ：2978105102

微信：印象郑商

微博：郑州商学院校刊大学印象

校园内刊，文章由学生自行投稿，  
《大学印象》负责收集与发表。

## 《大学印象》第 107 期

### 目录

#### 卷首语

弦歌不辍，找寻自我 ..... 文传学院 / 惠晓焱

#### 学院资讯

“脆皮大学生”，脆在哪？ ..... 采访部 / 陈怡

消防进校园，安全伴身边 ..... 采访部 / 王智慧

#### 原创天地

锚定自我，窥探人生 ..... 文传学院 / 王瑞聪 7

我想告诉“你” ..... 文传学院 / 元倩 9

敬自我 ..... 文传学院 / 刘晨 11

寻众生，寻自己 ..... 文传学院 / 刘雨涵 14

选择 ..... 文传学院 / 李秋瑾 16

跨越山海，寻找自我 ..... 外语学院 / 王瑞宁 19

长山忆 ..... 文传学院 / 殷雅欣 21

我由什么组成 ..... 文传学院 / 王静 24

#### 象导推荐

经典电影推荐 ..... 26

经典歌曲推荐 ..... 27

经典书籍推荐 ..... 28

## “脆皮大学生”，脆在哪？

近期，网络上频频出现大学生因一些意外而受伤进医院就诊的视频，“脆皮大学生”的热度一跃而上。为了解大家对此有何看法，我们对在校的同学进行了采访，来询问大家是否认同大学生都很脆弱这一观点？你认为是什么造成了大家有这种看法？你是否认为现在脆皮大学生都是由于高中落下的病根所致？你是否讨厌自己被称为“脆皮大学生”，为什么？



你是否认同大学生很脆弱这一观点？  
你认为是什么造成大家有这种看法？

经采访了解，大多数同学并不认同这一观点。由于网络传播较快，且这类事件热度较高，导致大家认为有很多大学生身体素质不好，其实在生活中，“脆皮大学生”只占一小部分，大部分同学并没有出现那样的状况。当

然不可否认的是，一些大学生确实在日常生活中缺乏锻炼，但很多同学也通过校园跑等活动进行了体能锻炼，身体素质并没有网络中那么夸张。

你是否认为现在“脆皮大学生”都是由于高中落下的病根所致？

经采访了解，大多数同学们不认为大学生的“脆皮”都是高中落下的病根所致。在大学前的十二年教育中，大部分学校均有每日跑操以及每年的运动会来加强同学们的体质。高中三年的学习中，部分同学由于压力以及过重的任务而生病是正常的，但这并不是导致脆皮大学生的直接原因。



## 你是否讨厌自己被称为“脆皮大学生”，为什么？

经采访了解，大部分同学讨厌被称为“脆皮大学生”。他们认为大学生应该是阳光的，积极向上的，有活力的，而不该是脆弱的，易碎的。虽然网络上的这种言辞只是一种调侃，但是大家依旧不愿意被称为“脆皮大学生”。在日常生活中，大家也可以通过经常的跑步，跳绳，打篮球等来进行锻炼，让自己成为一个健康有活力的大学生。

凛冬将至，气温骤降。正是感冒的多发季节，同学们也应注重保暖，避免成为“脆皮大学生”。通过采访问答，在同学们的回答中，我们可以发现不少同学提出日常生活要多加锻炼，真切期望同学们可以在日常学习中适当进行锻炼，实现学习和锻炼身体相结合，争取早日摆脱“脆皮大学生”的称号。

## 消防进校园，安全伴身边

人们常说“水火无情”，消防问题如今依然不断的在我们身边发生，我们经常会看到或听到一些火灾现象。而为了保障大学生的个人安全，宿舍消防问题就十分值得重视。于是围绕这些现象，我们对我校在校大学生进行了采访。你知道灭火器有几种吗，分别是哪几种，最常见的是哪种，会用吗？你认为宿舍搜违规电器是合理的吗，为什么？你知道哪些电器容易引起用电隐患吗，我们在日常生活中应该注意哪些细节来预防出现消防问题？

**你知道灭火器有几种吗，分别是哪几种，最常见的是哪种，会用吗？**

经采访了解，大部分同学们对灭火器是有所了解的。众所周知，灭火器是消防的关键，每年因为火灾而丧生的群众和年轻消防员依然不在少数，这些人的生命永远定格在了那一刻。校园属于人员的聚集地，一旦发生火灾后果不堪设想，为了防止这样灾难的出现，我们要提高自我消防意识。学习灭火器的使用方法是消防学习的基础，这是一项技能也是当火灾来临时的自救手段。火灾无情，学校火灾更是恐怖，为防患于未然，我们的消防技能要学习到位，灭火器首当其冲去学习和了解。



**你认为宿舍搜违规电器是合理的吗，为什么？**

经采访了解，宿舍搜违禁品这一做法大多数同学还是理解的，因为安全和便利这两者之间安全是最重要的，学校这一做法也是为了保障我们的生命安全。火灾，可以让人丧失性命；火灾，也可以让人懂得什么叫珍惜；火灾，它是一场可怕的灾难；火灾，它又是唤起人们消防意识的“喜剧”。宿舍着火的事例也不是没有出现过，宿舍火灾的后果更是不可估量的，宿舍禁止使用大功率电器是有一定道理的，一旦线路短路很容易造成火灾的发生。实用违规电器很容易发生意外，宿舍又是学生集中的地方，一旦发生火灾无论是逃生还是自救都不是件容易的事。因此，为了我们自己的安全，宿舍违禁品应该被搜查。

记住并相信这么一条真理：未来不在命运中，而在我们自己手中。

你知道哪些电器容易引起用电隐患吗,我们在日常生活中应该注意哪些细节来预防出现消防问题?

经采访了解,大功率电器的使用容易引起火灾,如电磁炉,电热毯等。我们为防止火灾的发生要尽量避免使用大功率电器,火灾让多少人失去了自己最亲的人,让多少幸福美满的家庭破碎。电器引起的火灾占引起火灾缘由的绝大多数,不正当的电器使用会引起不小的火灾,电器在如今的社会中很普遍但也很危险,一不小心就会引发火灾。消防无小事,任何的不留心都有可能造成灾难的发生,小心使用电器,让我们尽自己的努力减少火灾的发生。

人的生命至高无上,来到这个世界上的你是幸运的,然而安全是我们幸福生活的保障。火灾无情,人的生命只有一次,不要因火灾让许许多多的家庭支离破碎,让我们共同为消防做出自己的努力!



# 锚定自我，窥探人生

文传学院◆王瑞聪

在物欲横流的喧嚣尘世，于钢筋水泥丛林中，愈发快节奏的生活，逐渐让我们迷离了自我方向，正所谓“乱花渐欲迷人眼”，与其困囿于自我封闭的牢笼，不妨抵过声色犬马，穿越烟斜雾横，去追寻自我，锚定人生之坐标。

人望山，鱼窥荷，少年不惧岁月长，彼方尚有荣光在，于自我的追寻中，认清自我，恰是见证成长的最好选择，正如《人民日报》所言说：“未来如星辰大海般璀璨，我们不必踟蹰于过去的半亩方塘。”追逐与寻找，才是亘古未变的真理。

人生清浅，回首过往，写尽“自我”之篇章，擘画自我之蓝图。岁月骛过，追溯潮流俯瞰老子在《道德经》中道出“流水争先，争的是滔滔不绝”的悟语，表达出自我的价值追求；庄子用持竿不顾，来传达“宁曳尾游于涂中”的思想境况，阐明自我淡泊名利之本心；又如司马迁，风雨不改凌云志，振衣濯足展襟怀，于正义的彼岸坚守，彰显自我之风貌……正是无数个这样的历史人物，于自我的追寻中，活出豁达之气，展示自我之风貌。凝眸于历史尘烟，自我追寻的脚步从未停止，当代青年，在信息大爆炸的时代背景下，自我俨然重要，自我是时代之唤，唯有认清自我，方可掌舵人生，驭从容之帆。

浮生若梦，立足当下，探索“自我”之踪迹，着眼平凡之彼岸。我们要务实行动，创造出自我不平凡的价值，观今，在霓虹灯的闪烁中，我们迷茫而又无所适从，我们执念计较于他人的赫赫重光，质疑于精英的自命不凡，随之而来的焦虑浪潮由此侵袭。追寻自我，接纳并突破自己的平凡，才是人生的主课题。正所谓平凡是人生的主色调，平凡造



就伟大。且看杨善洲，追寻自我，选择隐匿山林，扎根基层，在大亮山中抱持平凡基调，放下官架子，解群众之急，换来绿水青山，活出真正的自己；且看其美多吉，追寻自我价值，于平凡岗位坚守，直面普通，在茫茫雪线上传递希望之光，奏响雪域高原的赞歌；且看毛相林，粗砺能干，纷华不染，追寻自我，用朴实行动带领乡亲们走上致富之路，在这些平凡网图的编织中，我们会渐渐发现，人生最曼妙的风景是追寻自我，突破自我。《百年孤独》中曾提及：“人生这场旅途里，我们在坎坷中奔跑，在挫折中涅槃，痛苦洒满一地……”，追寻自我，本身就是痛与乐的交错相拥。曾经的曾经，平凡的我们也许无数次抬头仰望暗沉的天空，思考自我的价值。在

经年的摸爬滚打中，在数不清的风吹雨打下，我们埋头题海，去追赶那个奔跑的少年，即便忧愁缠满全身，我们依旧冲破高考的束缚，回头看，轻舟已过万重山。在今日，我们的身躯这般渺小，不应止步于对自我的寻找，更应于平凡造就自我的不凡。

人生海海，瞻望未来，追寻“自我”之脚步，增强自我之意识。我们宛若沧海一粟，又像是与其做幸福的猪还是痛苦的人，我们心中定会有明晰的答卷。未来，勇立时代潮头，无论是做洪流中裹挟的泥沙，还是做偏安一隅、视野狭隘的井底之蛙，都由我们自己决定。追寻自我，不妨加长人生的扶梯，让自我意识更为壮阔，宏大。如若说，人生是一场戏，那主角便是自己，《无声告白》中曾极力言说：“我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。”去追寻，去竭力打成一个真实的你我，人的一生有千万种答案，我们不必成为别人，我们只需成为自己，去锻造自我之意识。犹蒲公英种子般，借风抵至晨虹的美好。人的一生，追寻自我的历程从未停止，追寻自我，无外乎是对理想的追赶，经“八千里路云和月”的求索追风赶月不停留；追寻自我，无外乎是明确自我之本心，在未来，征途漫漫，每一步都不值得彷徨，或许而后，我们将在满园而沉静的光芒中，看到时间，看到自己的身影，于深邃的时空对话下，我们或许会在时光的罅隙中，发现自己，乃至豁然开朗。正所谓，人的一生，是发现自我的过程，苏格拉底曾言说：“认识你自己。”

心之何如，有似万丈迷津，遥亘千万里，追寻，锚定自我的坐标，固然必不可少。于个人而言，心有信仰，脚下有力量，追寻自我，追逐落在短暂生命中的那束光，追寻自我，是古拙的韧性；追寻自我，是对信仰的坚守；追寻自我，是对平凡的突破。自我意识向来重要，穷睇眄于中天，自我追逐的道路山高水长。长路漫漫亦灿灿，自我追寻定需踏破铁鞋无觅处之心，他强任他强，清风拂山岗，春去秋来，红了樱桃，绿了芭蕉，我们不必羡慕别人的光环，身在井，心向星光，眼里有诗，自在远方。

我们穿越人山人海，与自我较量，在比拼中角逐，哪怕身陷囹圄，哪怕会有一言半语的呵责，我们终将会好好追寻属于自己的放荡不羁，追寻内心的那份淡定与从容。不必在意他人，走自己的路，让别人说去吧！“在同一个平面上，有人走在后面，有人走在前面”《被讨厌的勇气》中如是说，人生速率各不相同，过分比较只会物极必反。勇敢跳出循规蹈矩的怪圈，去找寻真正的自我，锚定人生之坐标！





## 我想告诉“你”

文传学院◆元倩

世界很大，我遇到了很多形形色色的人，世界似乎又很渺小，让我在茫茫人海中遇见了你。你穿梭在人海中，若隐若现。有时候你像一颗星星一样闪闪发光，有时候你又像一株渺小的小雏菊一样随风飘摇。我与你相处了这么多年，其实我有很多话想对你说……

我想对你说，其实这个世界很美好。你就像一颗星星闪烁在漆黑的夜空，可能星星有几千万颗，可能你觉得身边的星星比你更加耀眼，但是我想你应该要做的是属于自己的那一颗星星。有时候我也会很焦虑很苦恼，因为我总是有一种一不小心就会落后于别人的恐慌感。这种心态陪伴了我好多年，会害怕自己的成绩不如别人；会害怕自己的才华能力没有别人出众；会害怕自己与别人家的孩子相比之下的不如……但是，回顾自己走来的这么多路，这种焦虑感似乎也成为了自己的一部分动力。有一句话说得很好，“其实你没有那么多观众”。是的，这句话可能很现实但是它也在告诉我们，我们需要的是一种对自己的鼓励与信心，我们只做自己，我们不需要有人捧场，我们只要在自己的舞台闪闪发光就好。孟子说过：“入则无法家拂士，出则无敌国外患者，国恒亡。然后知生于忧患而死于安乐也。”国家是这样，我们亦是如此，有焦虑是好事也是坏事，关键在于我们如何去看待它，在这个快节奏的时代，我们应该懂得自己真正想要的是什么。所以，亲爱的你，请你一定要做自己的那颗星星，在自己的世界里发光发热吧。



我想对你说，其实现实真的很残酷，但是请希望你要保持热爱，要奔赴在自己的山海里。在这个内卷的时代，不妨会受到河南大考这种残酷打击，每个人都在努力地奔跑，但是现实的是有的人总比我们快。我知道你在六点的清晨看到

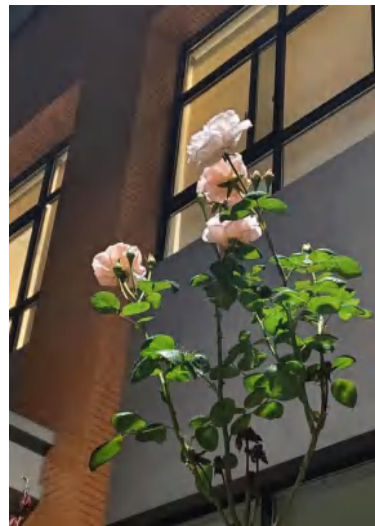
了朝霞，我也知道你在十一点的夜晚看到了漫天星空，虽然有时候结果不尽人意，但我相信你的这个过程是难以忘记的，同窗苦读十几年，谁不是想要个好结果？但我想，真正的意义在于你学会了坚强，学会了勇敢，学会了拼搏。同样在这个快速发展的时代，物欲横流，有时候我们会被所谓的物质主义给带偏轨道，会更加注重外表而丢失了真正的内在价值。记得我读过一篇文章，这篇文章的作者是这样写的，她在公司是一名女总裁的秘书，在一次生意会谈中被夸奖但是没有做到谦虚，之后这位总裁教导作者越优秀的人，越有平常心，就像大道至简，出类拔萃到了一定高度，反而泯然众生。其实真的这样，你很难知道自己对面坐着的人的真正实力

却毫无保留地表现着自己，这样不好。当然，我们一定要学会平凡做人，学会勇敢地面对全世界，奔赴在自己的热爱里，不畏挑战，去追寻属于自己的那一束光。

我想对你说，平凡的人生也值得我们去珍惜和享受。平凡二字需要你我去认真理解，即使生而平凡，我们仍然可以在自己的生活里保持乐观，去找寻自我，追寻自己，去创造不平凡。相反，有时那些看似不平凡的人，也许只是个外表华丽的纸片人罢了。我们不需要出众的外表不需要精致的生活，只需要做最真实的自己，在自己的人生里做那个最好的主角。是的，我们也仅仅是芸芸众生中的一部分，我们是平凡人的代表，但不代表我们过得庸庸碌碌，所以我想告诉你，请你大胆一点，请你要学会积极勇敢地面对世界。记得奥斯特洛夫斯基在《钢铁是怎样炼成的》中写道：“人的一生应该这样度过，当他回首往事时，不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞耻。”在这个互联网时代，越来越多的人追求所谓的包装人生，而忘却了在这个平凡的人生里，如何过得有意义，如何去追寻那一个自己，忘却了真正的人生不在于向世界炫耀，而是去享受此时此刻。

其实，我想对你说，你即是我，我即是你。人民日报中提到一句话：“你不一定非要长成玫瑰，你乐意的话，做茉莉、做雏菊、做向日葵、做野花、做千千万万。”

我只想对你说，每个人都可以过的自由，浪漫，积极。我们爱而无畏，我们自己的生活，有自己的想法，我们可以热爱万物，也可以逃离世俗。有朋友的陪伴我们就一起成长，有家人的支持和鼓励我们就勇敢向前，即使没有，我们也要享受孤独，因为在人生的漫长旅途中，总有一些时候是需要我们自己去度过，我们总要习以为常。行走世间，没有谁的路是一帆风顺的，但我们不要忘记自己的初衷，所有经历过的，都是幸运的伏笔。“遇事不决可问春风，春风不语既遂本心。”亲爱的你，我想告诉你，在这个世界，我们都是最好的，我们都是主角。秋天已到，我们相遇于此，愿我们在生活中的热爱，照亮这个平淡的生活。



# 敬自我

文传学院◆刘晨

我写我自己，我的全部，我会着重描写我的平庸。

——题记

寒风起，叶旋落。落叶卧在湿冷的土地，树皮干裂枯落。阳光洒在窗户上，洒在走廊上，却不曾洒进我的心里……我死寂般的坐在桌前，大口大口的呼吸着新鲜的空气，我看着班主任在班里传下来的成绩单，我已经数不清是自己多少次考砸了。不是我自己没有发挥好，是我太没有能力了，可是高考却迫在眉睫，我已经没有时间了，我真的没有时间了，我该怎么办，我到底该怎么办啊。



“班主任叫你去一趟办公室。”同桌的声音把我从焦虑的思绪中拉回现实。

“你的成绩越来越退步了，如果再继续退步，说句不好听的，你可能没有学上。”

“我知道的，老师，我知道的……”

“晨晨啊，你班主任和我打电话了，你的成绩一直在退步啊，你这样下去……”

“你最近是不是状态不好，要高考了啊。”

无数个关于高考的言语充斥着我的世界，充斥着我的生命。我每天生活的空气都充满了浅浅的悲吟。这条路我看不到尽头，看不到希望，找不到自己，找不到未来。

春骸零落，迎来我的第十八年夏。

操场上是同学风华正茂的身姿，而看台上的我正在奋笔疾书。我乞求抓住这一点点的时间，会有一点点的提升。这是我最后的办法，也是我最后的救命稻草。我会抬眼望去，是希望，但是不是我的希望，我没有希望。只有我考上大学了这才是我解决所有问题的唯一办法，是我唯一的希望。我相信事在人为，可我也忘了，事常与愿违。

败笔的春意葬于第十八年夏，我终究是在高考中失利了。

笔下的文字不会生花，会成为困住我的枷锁。我如同溺水一般呼吸不过来，难过从心脏密密麻麻的溢出来。而我的唇峰开满了八月的遗憾。我的人生不会开花，却要承受住他人的嘲讽。我

在生活中，我不是最受欢迎的，但也不是最令人讨厌的人。我哪一种人都不属于。

大学印象|2023 \* 11  
巴菲特

找不到自己，看不到曙光。这般雷雨轰鸣的夜晚我总是看着窗外发呆。像是雨水拍打在玻璃上的脆响，闪电劈开苍穹的光亮。我心如电闪雷鸣般的平静，在窗前，在指缝流去的岁月中。我看着一个月亮高悬着，一个月亮被撕碎，碎成许多瓣，然后复原。在这无尽的夏天，我总泪水涟涟。

阳光都忘记了照到我身上。于人生的第十八年夏，我步入大学，来到郑商，来到我的大学。

夏意正浓，我折下一枝青桠藏于太阳的眼角 蝉鸣声在我的脊背流浪。我开始我的大学课程，亦是我人生的第一课。

阳光透过树影斑驳而落，落叶纷飞，在空中久久盘旋而不落。我矗立在风中，在落叶中，倾听风声鹤唳，零乱的落叶落在我的肩上。而这秋末的落叶是我留给世界的讯息。我逐渐望着眼前之景出了神，直到我坐在思政的课堂上，眼前之景渐渐从我脑海中消逝。

思政老师在课堂的最后说：“同学们，选择没有对错，你的选择就是正确的选择，就算现在在别人看来是不对的，时间会替你，替我去证明我的选择。”

在这一瞬间，我猛然醒悟。就算生命是一张褶皱的白纸，我也要提笔续写春华。而我的选择于我而言就是最正确的选择。我永远爱我自己的刹那芳华。

我于镜中坐，凝视着自己。我看着过往的自己因为他人的优秀而怀疑自己，否定自己；我看着过往的自己因为成绩而困住了我的青春；我看着过往的自己因为产生想玩的思想而觉得羞愧；我看着过往的自己深陷人际关系的泥沼，一味的讨好他人，找不到自己；我看到过往的自己不敢表现自己，活在别人的世界中。敏感的人，痛苦加倍，我看着自己痛苦，陷于情绪的泥沼，掉进情绪的深潭，我无能为力。我真的无能为力吗？敏感多疑胆小没有主见的人是我吗？但这些不是我吗？难道不是你吗？一生漫长痛苦细数不尽，就让我用泪痕作书签，夹在每一页的往昔。这不再是我，但这是我。

他强任他强，清风拂山岗，那是我。我也是自由的风。于我而言，在人生中找到自己，让我的人生尽兴。过往的种种在别人看来也许是破败的我，腐朽的我，但那是我，若非昨日种种，又何来今日之我，我有我自己的平仄，我亦接受自己的平庸。我永远爱我自己，也爱我的本性及其随之产生的意志。



幽蓝色的血液埋下穷冬的终章。

上帝的目光流转到我的肩上，我的脊梁生长着我不朽的诗。杂草丛生的青春也好，过往的种种也好，都是流浪在我笔下绚烂的墨色。我不会再怀疑自己。这个世界有多美好，取决于我有多爱自己，把时间分给睡眠，分给书籍，分给我对这个世界的热爱，有些事根本不配占有我的情绪。我接纳自己的瑕疵，不会因为别人的反应而惶恐不安，不会因为他人的评价而怀疑自己，不精神内耗，爱自己是终身浪漫的开始。没有完美的人，“想开了”就是完美。

人望山，鱼窥荷，我不会再活在别人的框架中，我会找到自己的那座山，真正的自己。知命不惧，日日常新。

我反复揣摩，落笔成稿。于盛夏执笔，于初冬终章。谨以此稿，敬高三，敬自由，敬青春，敬你我。愿诸位都能找到自己，悦纳自己。

风很大，无所谓，我要做闯遍世界的流浪者。

——后记



# 寻众生，寻自己

文传学院◆刘雨涵

我们终其一生不过是在摆脱他人的期待，找到真正的自己。人作为一个渺小的个体，从初生时的呱呱落地，到最后的尘埃落定，一生说快如白驹过隙，说慢又是悠悠岁月。只看我们如何度过。

人生一世，草木一春，泰戈尔曾说“生如夏花之绚烂，死如秋叶之静美”，我们更应活出自己的精彩。

心有多大，天空就有多宽阔。人人都喜欢天空那宽广无比的胸襟，在你寻找自己的天空时，也不要忘记不断的扩充它。我相信只要海阔天空，一点点的阵雨，一丝丝的寒风也无处可藏，算不了什么了。寻找自己的天空，就是寻找一个更宽广的世界。仰望日出，注视那颗静谧的星星，低下头好好思考，去寻找你自己的天空。

在你自己的天空里，应该有这样一个夜晚，静谧的能让你心如止水。应该有这样一片星海，星星点缀，勾起你无限的遐想。应该有这样一颗星星，在远处点着那似明似暗的灯，值得你去凝望。



我知道中午的阳光很猛烈，可能会灼伤你的心。当所有的光点都聚集到你身上时，你可能会不知所措。黄昏边，斜阳下，你托着疲惫的身躯回家。人仿佛有两个自我，一个想远行，一个想回家。另一个自我便是那颗值得你凝望的星星。什么都不用说，你只需静静的望着它，享受它给你的安慰、温柔、静谧。慢慢的，你自然就会明白，就会平静下来。那颗星已经填补了你的灵魂。静下来，等待阳光的普照。

从高考结束以来，我去了很多地方，在假期中一直在旅游看世界，体验那里的风土人情，苏州江南的小桥流水，平江路的乌篷船悠悠，便有着“偷得浮生半日闲”的情致，若是加上吴侬软语的评弹，更是能拂去一身疲惫；回想起在南京的短暂种种，或许是新街口的繁华，或许是在街上随处可见的古历史馆，或许是小鱼锅贴 徐阿姨饭团 鸭血粉丝汤，“夜泊秦淮近酒家”秦淮河的船夫依旧在摇着船，“凤凰台上凤凰游 风去台空江自留”只看到玄武湖上面的鸭子船还在停泊，又或者是乌衣巷口、雨花台、栖霞、好听的地名，是鸡鸣寺最诚心的三柱香许愿，是梧桐大道的广阔，是遇见了很多友善的人，南京也真的是个浪漫的城市。

国庆时为了体验祖国妈妈的生日，我们去到了首都北京，感受到了天安门广场的人潮拥挤，只为看升旗的那一瞬间，当国歌响起的时候一切都值得，心中的爱国之心愈加强烈，看红旗和春风在晨曦中肆意飞扬，见证历史的辉煌和如今盛世的模样。

红墙黄瓦的故宫里涌动着百年前的回忆，那些陈列的展品 静谧的殿堂。我们从冰冷的文字中窥探曾经的辉煌，冒着热泡的铜锅和香味四溢的烤鸭，什刹海与地坛都曾是书本中的涂鸦一脚 如今当我们走过这紫禁城大大小小的街道，才恍然明白，何为天地四方。

然后我们又去了天津，当我们漫步在天津的街头巷尾时，仿佛穿越了时光的长河。独特的建筑风格，如意式的洋楼、德国风格的别墅、英式风情的建筑，它们见证了天津的国际交流与融合。我走进五大道，感受着石板路带来的复古氛围，沉浸在百年历史的故事中。我想象着昔日辉煌的气息，想象着过往时光中的繁华盛景。天津的河道犹如一条银丝带，将城市的灵魂的串联起来，天津的美食多与海有关，每一道美食都散发着独特的香气与口感，令人垂涎欲滴。天津人民更是热情好客，有着与冰冷的高楼大厦不同的温暖。



找寻自己，或许是一个人生的命题，没有标准答案，但我们在路上，不负此生。

# 选择

文传学院◆李秋瑾

## 一

“真的不能再考虑考虑吗？我肯定会努力工作的，请您给我一个机会吧。”他再次小心翼翼的询问。

“说了多少遍了，不行就是不行，你再在这里纠缠我就叫保安了！还真是山里出来的，一点规矩都没有”。他的垂死挣扎彻底惹恼了领导。

“可是我真的...”话还没说完，他就被保安赶了出去。

好了，他现在彻底丢了工作了，准确来说，他根本就没得到工作的机会。大概毕业已经两年多了吧，应该吧，他记不得了，他只知道这种每天为了生计到处求人的日子已经持续很久了，嗯，这倒是记得很清楚，真是一件可悲的事情。

他呆呆的坐在路边，看着大街上来来往往的人群，从他耳边呼啸而过的，是不甘心的风。

他叫王得生，是一个通过读书从大山里走出来的孩子，更是他们全家人的骄傲。在以前，得生也很为自己自豪，但现在不同了，大城市在开阔了他的眼界和视野之余，也让他深刻的意识到了自己出身的卑微。这源于他的个人经历，别人听到他来自大山后，总会用一种怪异的目光看着他，或怜悯，或同情，但更多的是轻蔑，紧接着就会给他打上“愚昧，没见识，难堪大任”的标签。于是，他开始抗拒别人提起他的家乡，他甚至不再回家，不再去看望家里的父母，试图断绝与大山的一切联系，好像这样，就能摆脱他是从山里走出来的事实。

## 二

“叮叮叮”，响起的电话打断了他的思绪，是母亲打来的。接完电话，他就飞快的买了车票往家赶，原来，得生的父亲病了。

在回家的路上，透过车窗，他看到了他熟悉的风景，是山，是他在外面避而不谈，想要断绝关系的大山。“诶，还是回来了”，他喃喃道，心里只觉得无奈又心酸。历经一天的车程，他终于到家了。



父亲的身体并无大碍，但仍需要静养好些日子。看着满头白发的父亲，得生心里充满了愧疚和自责，自己只顾着追逐大城市的生活，却忘了在家中等待自己的父母，事业没发展好，父母也没能孝敬。想到这，得生的眼泪再也止不住了……

晚上，得生母亲做了一桌子菜，全是得生爱吃的。一家子的其乐融融倒是让得生联想到以前在外面独自一人吃饭的场景，“回家里还是挺好的”，这句话一出口，他自己都被吓了一跳。

“咚咚咚”，有人敲门，是村长，来找得生的。

“得生，我知道你上了大学，是个有本事的人，叔想求你一件事。”村长一见面就拉住了得生的手。

这弄得生羞愧的很，因为他在外面一事无成。“叔，你这是干啥，有啥事你就说吧，只要我能帮忙，我肯定在所不辞”。

“好，那叔就说了，咱村里面的小学，师资力量实在是太差了，一个老师不仅要包揽全部科目，还要带好几个班，实在是忙不过来，孩子们根本没法好好学习。咱们村太落后了，根本没人愿意来咱这任教，你愿不愿意留在咱学校当个老师，让娃娃们好有个学上？”

得生沉默了，因为他根本不想呆在这个小山村里。

村长见得生的反应就已经猜到了答案，“得生，叔不是强迫你，叔就是问问，你要想走也没事，就是可怜那些个想上学的娃娃们了，我再想想其他办法吧”。

“诶，叔，你让我再想想吧。”

送走了村长，得生心里五味杂陈的。那个小学，也是他的学校，如果没有它，得生根本没有走出大山的机会，可现在，要是非要这个原因让他回到大山，他做不到。

### 三

次日，得生回到了他的小学，看着一间间简陋的教室，一张张低矮的课桌，他心里很不是滋味。“得生？”有人叫住了他，扭头一看，竟是他以前的老师，只不过，她的头发已经花白了。

“刘老师？您还没退休呢？”得生很诧异。

“诶，没办法，学校里老师实在是太少了，我这一退休，孩子们上学就更难了。”



听见老师的回答，得生心里更愧疚了，年近七旬的孤寡老人尚且有这种觉悟，自己一个年轻人却总想脱逃。“别想太多了，”刘老师拍了拍他的肩，似乎看出了他在想什么。“你的事我听说了，你也别有压力，人各有志，你想在外面闯一闯也是好的。”

“那老师怎么觉得？老师也认为在外面打拼就比留在山村里更意义一些吗？”

“哪有什么比较，只要是适合你的，就是有意义的，有的事物看起来很好，但它不适合你，再怎么努力也无济于事，有时候，换一条路也是一种选择”。说罢，刘老师就走进了教室，得生瞥见教室里正在读书的孩子，心里更觉得堵得慌。

#### 四

回到家，得生忍不住想起自己小时候在学校上学的场景，也是简陋的教室，低矮的课桌，但那时候的自己从来没抱怨过条件的简陋，只是一心想着学习改变命运，现在的那些孩子就是当初的他。回到家里帮助他们来实现自己的人生价值固然很有意义，可是，他在大城市的打拼怎么办？就这样放弃了？可是如果回到那里，他又该怎么做？是不是还像以前一样到处碰壁？好了，得生现在更加迷茫了。

就这样思考到深夜，得生终于想明白了，他要呆在家乡，他要为家乡贡献一份力量，让更多的孩子走出去。过去的他认为只有出去成就一番大事业才能算得上有意义，于是他苦苦在大城市追求他想要的人生，但他忘了思考这种生活是否真正的适合他，几年的闯荡让他因见到别人的优秀更感到自卑，让他因为一次次的遗憾而不断与自己周旋，是他自己困住了他前进的脚步。但现在他明白了，不能让别人的优秀成为评判自己的准则，也许自己根本就不适合那里的生活，又何必在那里苦苦挣扎？每个人都有不同的生活，即使是普通人，也有独特的意义。

天亮了，太阳出来了。得生迈着轻快的步伐向学校走去，他要告诉刘老师这个好消息。他走得很快，因为他知道，这条路不仅仅通往学校，亦通往他崭新的人生……



# 跨越山海，寻找自我

外语学院◆王瑞宁

跨越山河大海，我们不断寻觅自我的真实，尽着自己的所能，或愚昧或明析，朝着既定的目标前行，纵令失败，纵令落后，驰而不息前行，也终能到达永恒的终点，找到自我的归宿。

山高路远，看世界，也找自我。苔花如米小，也学牡丹开。人生有平仄，我们需要有寻找自我的勇气。正如华坪女高的校训：“我生来就是高山而非溪流，我欲于群峰之巅俯视平庸的沟壑。我生来就是人杰而非草芥，我站在伟人之肩藐视卑微的懦夫！”追寻自我的认可，不会让我们活在自卑的阴影之下。活在他人的眼光中，只会让我们成为没有灵魂的复制品。他人的评价仅供参考，自我的认可才是获取人生乐趣的唯一途径。因为认识了自己，樊锦诗活内心深处最真实的自己，追寻到自己毕生的热爱；因为认识了自己，陶渊明找到了自己的人生归宿，栖隐于修篱种菊中，享受安心惬意的生活……相比活在他人的世界之中，他们更愿意我行我素，坦然面对自我，摆脱这个争名夺利、尔虞我诈的尘世生活。看透了世界的繁杂，食尽了人间烟火，他们才找到了真实的自我。



海阔天空，山林相伴，前路遥遥，寻觅真实。或许我们曾经失落失望，方向茫然，或许我们曾经难自拔于世界之大自我之渺小，但在时间的罅隙之中，自我之上的迷雾逐渐被风驱散，像拨云见日般大彻大悟，眼前顿时豁然敞亮。历经跌落谷低的成绩，徐梦桃重拾自我，赢得人生的翻转；历经伤病的迷茫，马龙重拾自我：只要心怀热爱，人生永远是当打之年。平凡生活是本色，但他们在平凡之中活出不平凡自我，燃烧了人生，照亮了希望。每个人或多或少地对自己的未来充满迷茫与认知，以致于总会发出惊奇的灵魂三问：我是谁？我从哪里来？我要干什么？诚然，苏格拉底的“认识你自己”固然重要，然而，在揆诸现实中，我们更要认清自我的价值，像儒家提出的规训修身的慎独一样，我们不需要对内心的迷茫感到恐慌，我们要做的，是敢于向前探索、勇于追寻远方的美好。

心如花木，向阳而生，勘破晦茫，涤荡心灵。纵被乌云遮蔽了光明，纵被黑暗裹挟出了内心，我们依旧勇毅前行，像《彷徨少年时》的辛克莱一样，在朋友德米安的引导下，用受损心灵的全部力量，逃离地狱苦海，摆脱克洛摩的奴役与折磨，回到以往的快乐和满足之地，最终追寻

到自我的真谛。诚然，认识自我是最终目的：每个人的生命都是通向自我的征途，是对一条道路的尝试，是对心灵归宿的召唤，躬身自省，能让自己变得更好。察古，有庄子持竿不顾，行吟泽畔之下，宁做一只曳尾游于涂中的乌龟，也要活出自由，活出自我；观今，有江梦南，知命不惧，日日自新，于无声中突围，在内心身处的自我奏响生命的最强音。生活于她，是浩瀚的原野，她于生活，是迟开但怒放的鲜花，经年累月，积淀着芳香，蓄势待发，冲破混沌，明丽照人。

月落星河，远赴山海，霞光满山，桑榆未晚。我们要认真寻找自我。《双城记》中马尔克斯有言：这是最好的时代，也是最坏的时代。在物欲横流的喧嚣盛世，迷失自我使人渐渐流于乌合之众。我们学会了轻而易举的“拿来主义”，拿着自认为完美的他人的成果去享受，却忘记了寻



觅最本质的自我。世界早已被其割裂成许多无法相交的“平行宇宙”，我们无法看清真相，只能无奈地被裹在“信息茧房”之中，甚至被诸多事实蒙蔽了双眼，这让我们在自我与现实中挣扎：时时刻刻面对现实世界的危险，又要维护那个所谓的自我。

“不从众，做自我”，在这毫不起眼的文字背后，寄托着我们对追寻自我的殷殷期盼，找回那个最真实的自我。我们这一生，终要摒弃杂念，向内不断寻找，活出属于自己的精彩，像种子一样深深扎根在土壤之中，在冷风冷雨下，不屈不挠，茁壮成长。

选择好自己的路，不管别人的流言蜚语，最重要的是，做最好的自己。人生无处不风景，心宽满目则花开，世界有多大，自我就有多宏伟。与其仰望别人，被人生中的不完美困扰，不如脚踏实地，躬身自省，想想如何让自己变得更好，这样才能更坦然地面对自我。我们不能寄希望于他人的庇护，能够救赎我们的只有自己。困顿迷茫时，静下心来思考我们的缺憾，接受人生的平仄，获得内心的淡然与解脱，才能得到自我的认可和释怀。

“我们曾如此渴望命运的波澜，到最后才发现，人生最曼妙的风景，竟是内心的淡定与从容；我们曾如此期盼外界的认可，到最后才知道，世界是自己的，与他人毫无关系。”诚然，葡萄树上即使长不出滚圆的大粒果实，也会长出中小粒的葡萄，自我也亦然，接受平仄，跨越山海，才能寻到真正的自我。

# 长山忆

文传学院◆殷雅欣

长山是个女孩，一个柔美而有灵性的女孩，她长在深山，一个不见人的深山，长山孤独地长大，能和她说话的只有自己，她所见不多，所以没有什么欲望，没有特别想要的，也没有什么特别讨厌的。

长山长大了，她离开了那座山。

她变成了一个常年在城市漂泊的人，忙碌的生活让她渐渐遗忘了那座山，只是在某些瞬间，她抬起头，看着没有星星的夜空会陷入迷茫。长山想起小时候，小时候的故乡，想起长白山上翠绿的书与延绵的雾。那个时候，长白山还算的是荒无人烟，只有山下寥寥几户人家，山上也没有什么游客，长白山就像是长山的后花园，一座深沉高大的后花园。

雁来南飞，鸟来北往。世间万物都在静谧中生长，百年老树静静开花落叶，终有一日，长山还是离开了她的长白山。



漂泊不是选择命运的最终归宿，而是命运选择的必经路牌。

后来，长山以为，她的归宿就是长白山。

从来到城市以后，长山没有找到自己的归宿，她飘于高楼大厦间，抬眼望去，竟没有一盏灯火是为她而亮，长山低着眼，第一次觉得自己是这样的孤独。

也是第一次，长山问自己，自己是谁呢？

但是长山遇到了一个人，一个围在她身边常言喜欢她的人，但长山拒绝了，说不上不喜欢，但是长山知道，这个人不会是她归宿。

长山拒绝了，也就没有后来。

但那人不甘心，就每天待在长山回家的路上，那晚很冷，长山急忙往家赶，却习惯性往

路牌下看有没有他的身影。

也许回家去了吧，毕竟天气这么冷。

“找什么呢？”身后传来热情而又熟悉的声音，长山身体一颤。

“找我呢，在这。”他把手里的一杯饮料递过来，“天冷了，我去买了杯咖啡，给。”



长山望着那杯他端在手里的咖啡，还冒着热气，良久，她说：“我晚上不喝咖啡。”

车来了，长山匆匆踏上了车，长山没有回头望，她知道他会渐渐变成一个点，一个越来越小的点，然后完全消失在夜色里。

往后的日子，长山不会再提起他的名字，因为，生命里有些人，你不用多看几眼，单凭他向你伸出手你就知道他不是那个人。

即使身边人都让她迁就，但长山不愿意委曲求全。

那人终于明了，不再等在她回家的路上，其实在某些时刻，长山还是会想起他的，毕竟在寒风中执着的等待虽不能使长山动心，却足以她感动。只是那人终究不是长山要等的人，只能在她生命中充当了过客角色。

她想回去了。



走了那么久，长山再也没有找到真正的自己，大城市的漂泊终究不是她能久留的地方，长山离开长白山以后，她的生命就像长白山清晨的山气，浩渺朦胧，悠悠地在正午时候消散。她总是会想起长白山，想起她的小时候，那个时候，长白山是属于她的。她不会学现在的城里人寻一处山谷端坐树下，故作风雅，这种人性她是学不会的。她只是在山林里睡觉，也不怕遇见蛇，遇见蛇就打七寸，这是祖父教给她的，可是她一次也没遇过。只是会听见它们吐信的声音而不见踪影。城里的动物园也有蛇，可那巨大而温顺的动物是不会发出嘶嘶的声音。

她该回去了。

长山来到城市是想找份工作安身立命她相信自己，所以不停地努力，可那些领导是看不见她的，他们眼里全是只会对着他们笑的人，当看见这些人一路高升时，长山是不解的，长山知道，这种人性，她永远学不会了。

她要回去了。

这次她终于回去了。

是祖父的葬礼，几天几夜的哽咽已经让她发不出声音，祖父是极好的，好到让她不想再提，她也没有放声大哭，这是赤裸的人性，她竟然戒掉了。

从什么时候开始呢，她自己也不知道自己已经长成长白山上一朵普通的花了。一个有故事的人，终究归于平凡，遗憾的事是，她还没经历过什么呢。

有意思的是，回家的路上，长山又遇见了那个曾言喜欢她的人，他说他喜欢她的与众不同，长山听后笑了，她是最最普通的一个人呀。

她捧着祖父的骨灰盒，去山上，去海边，散了他老人家的肉身，那腐朽的肉身，粗糙而干枯现在，是时候放飞了。

长山回到了长白山，她终于找到了自己的归宿，也终于找到了自己是谁，她是谁？

她是长白山上最不普通的一朵花，氤氲着长白山的山气，柔美而有灵性。长山觉得有意思，她努力地离开长白山，她觉得她应该往外走，可是最终还是回来，这里才是她灵魂的安息地。

长白山依旧山气浩渺，山上的树还是树，花还是花，长山还是长山。

长山是谁？

是我们每一个人。



# 我由什么组成

文传学院◆王静

苏格拉底有一句箴言是“认识你自己”，那么认识自己的第一步是什么？我觉得是先了解自己，了解自己由什么组成。才能更好的发现自己，体味世界。那么我又由什么组成呢。

我由诗歌组成。诗歌是人类文明史上的巨大成就，几乎每一个国家每一个朝代都有属于自己的诗歌，但同时也是这些来自不同国家不同时代的诗歌，却共同组成了我。我由李白诗歌中兰陵美酒组成，我由杜甫诗中的萧萧落木组成，我由张若虚诗中的海上的明月组成，我由张继



诗中的星星渔火组成，我由崔颢诗中的飘然白鹤组成，我由苏轼笔下的天狼星组成，我由龚自珍诗中的落花组成，我由海子诗歌中浪漫的大海组成，我由余秀华诗歌中自卑的稗子组成，我由北岛肩头的风组成，我由普希金眼角的泪痕组成，我由莱蒙托夫那不分昼夜的星星组成，我由马哈茂德眼中的枪组成，我由马克诗中属于自己的影子组成……著名诗人谢默斯尼曾说：“我写诗是为了认识自己，使黑暗中发出回音。”那么我们读诗也是为了认识自己，了解自己。同经典诗人对话，细细品味那些来自千年前或者百年前的魂灵发出的低吟。

我非常喜欢电影《死亡诗社》中船长的一段话：“我们读诗、写诗并不是因为它们好玩，而是因为我们是人类的一分子，而人类是充满激情的。没错，医学、法律、商业、工程，这些都是崇高的追求，足以支撑人的一生。但诗歌、美丽、浪漫、爱情，这些才是我们活着的意义。”诗歌不死，思想不死，浪漫不死，我才是我。

我由文学组成。文学自古以来都在以一种平静的方式，回答着我们无数渺小的思考，但正是这些无数且渺小的思考充斥了人们的一生，让我成了我，成为了真正意义上的我。当我们生病时，史铁生替我们回答：“其实我们每时每刻都是幸运的，因为任何灾难面前都可能加一个‘更’字。”当我们对未来迷茫时，余华替我们回答：“人生这道题，怎么选都有遗憾。夜深人静，就把心掏出来缝缝补补。一觉醒来，又是信心百倍。”当我们感到孤独时，亚里士多德替我们回答：“离群索居者，不是野兽，便是神灵。”作家替我们回答了很多问题也在教会我们如何找到自己，如何更好而生活。

所以我认为文学是希望，是马头琴上悠扬的音符，是雪山上融化的一滴水，是麦田旁新生的油菜花。生活的苦难终将磨平我们的棱角，让我们变得世俗圆滑，但文学永远保留了我心中的一片净土，让生的希望在此处如枝桠般疯狂生长。每轮明月都照在人类的上头，而每个文字都照在人类的心中。由文学组成，是莫大的幸运。



我由自由意志组成。从我们呱呱落地的那一天起，我认为我们就不算是自由的，我们受着周围环境的裹挟，一步步前进。虽然现在的我们不能像那些伟大的哲学家一样深刻的讨论自由的意义。但是在我看来，我们目前做不了行动上的自由，但我们可以做到心灵上的自由。比如一个斜阳弗照的下午捧起一本书，坐在没人的小角落中，细细的品味着

书中的故事，并对书中的一切有着自己的看法与体会。这个看法与体会，是无人干涉的，独属于你自己的意志，此时我们是自由的。

莎士比亚曾说：“一千个人眼中有一千个哈姆雷特。”每个人对于自由的定义都不尽相同，但自由的意志永远是我灵魂的一部分，

我同时也由生与死构成。人生最不能决定的就是我们为何而生，和因何而死。如果你终日为此而焦躁不安，觉得为什么我没有出生到一个生活条件优渥，父母恩爱和睦的家庭？那么，我的朋友，你将会失去一路上所有为你绽放的花朵，哪怕它只是朵野花。北大才子庞众望，父亲精神失常，母亲瘫痪在床，同时他自己也患有先天性心脏病。但他却从从不避讳谈论自己的家庭。我知道，他决定不了自己的出生，甚至也可能决定不了自己的死亡，但他决定了自己该如何度过这一生。作家当年明月在《明朝那些事儿》前面用了几百万字写了一个王朝历史的兴衰，但在结尾处却独独写了徐霞客，就是为了告诉我们：所谓的百年功名，千古霸业，万世流芳，如果与一件事物放在一起比较其实都算不了什么，那就是用你喜欢的方式度过一生。在这一切面前，生与死又显得如何渺小。

诗歌，文学，自由的意志，生与死……这些组成了今日的我，也组成了明日的我，更是未来的我。种种此般，何其幸哉。

寻找自我，才能成为真正的自己。

推荐电影：《肖申克的救赎》 导演：弗兰克·德拉邦特 推荐指数：☆☆☆☆



这是一场灵魂与躯体的双重救赎。银行家安迪因被冤枉杀了他的妻子及其情人而锒铛入狱，受到终身监禁，本该拥有安宁生活的青年才俊，瞬间跌入人间地狱。即使是在精神和肉体的摧残之下，他也仍心怀希望并向往自由，通过自己过人的才智自救，最终成功越狱。“希望是件美好的事，心怀希望 就永远有希望”。安迪靠自己微小的力量，救赎的不仅是自己，是监狱中麻木的人，更是这个世界……

推荐电影：《风雨哈佛路》 导演：彼得·勒文 推荐指数：☆☆☆

在一个被金黄色铺满了世界的季节里，写满辉煌的树下，一名女孩站在哈佛大学的门前，目光透着向往。在同样一个金色的秋季，作为哈佛大学——世界最高学府的一员，她走进了这所大学殿堂。尽管出身卑微，莉斯却从未向命运低头，肮脏混乱的生活环境、支离破碎的原生家庭反而使她愈加坚定心中的信念，她凭借自己的努力，爬出了深渊。



推荐电影：《垫底辣妹》 导演：土井裕泰 推荐指数：☆☆☆☆☆



青春是一条没有边缘的线，我们始终向前。

人生那么长，总会有峰回路转，何况青春的我们。就如影片中的女孩工藤沙耶加，并没有一直沉溺于放纵享乐，而是朝着既定目标努力前行，成功逆袭。

少年永远向阳，沐浴着阳光不断成长，闪亮的青春永远值得我们拼搏！

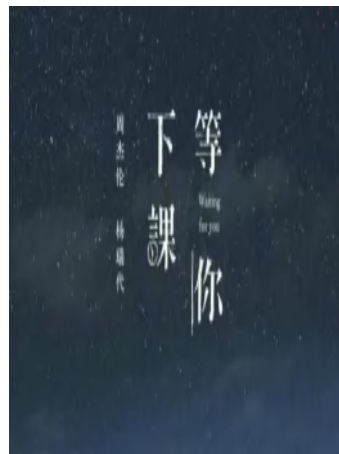
命运就像自己的掌纹，虽然弯弯曲曲，却永远掌握在自己手中。

推荐音乐：《等你下课》

演唱人：周杰伦

推荐指数：☆☆☆☆☆

“躺在你学校的操场看星空，教室里的灯还亮着你没走。”轻松地节奏 宽松的氛围。很有青春气息。男生在女生的学校操场等她下课。想一想，这甜美的意境，男生女生的笑眼。很难不让人感到青春的氛围，爱情的美好。少年的勇敢，少女的羞怯，在这一刻表现得淋漓尽致。虽然结果并不如我们想象的那般美好。但至少，女孩的出现会温柔男孩的整个青春吧。



推荐音乐：《我相信》

演唱人：杨培安

推荐指数：☆☆☆



我永远相信自己，相信我会有更好的明天。

每次听到这首歌，都会感到心潮澎湃、热血沸腾，感觉没有什么不可能，没有什么能够阻挡我们前进的脚步。“我相信伸手就能碰到天”，看似狂妄自大的话语，实则是充满了躁动的青春，青春本就狂放不羁，何必自卑，何必犹豫不前，只需永远前行，一切交给明天。

推荐音乐：《So Far Away》

演唱人：Martin Garrix

推荐指数：☆☆☆☆

压抑的曲调，悲情的话语，诉说了一段褪色的往事。

一对甜蜜的恋人一步步走向分离，但分离后仍“藕断丝连”，有人止不住思念，困于难以忘怀的挣扎里。这种沉入湖底，阳光一缕一缕打在眼底却无法呼吸的窒息感，能触及灵魂的共鸣。

我仍思念着你，即便我们已经分离，但我依然充满期待。





不要轻易忘记初心，它是你前进的动力。

推荐书籍：《月亮与六便士》

作者：威廉·萨默塞特·毛姆

推荐指数：☆☆☆☆



《月亮与六便士》以原本平凡的伦敦证券经纪人思特里克兰德为主角，描述了当时社会充满的种种矛盾，和对人性犀利的解剖。人生漫长得转瞬即逝，有人见尘埃，有人遇星辰。月亮是那崇高而遥不可及的梦想，六便士是为了生存而不得不赚取的卑微收入。当理想和现实发生冲突的时候，你是否能记起自己托付理想的月光，或许我们可以把眼睛向上移动，暂时忘却地上的苟且，抬起头看天上的月亮。

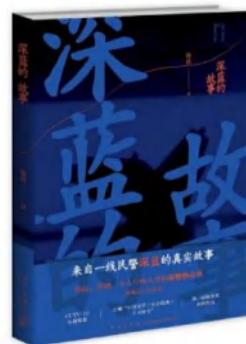
推荐书籍：《深蓝的故事》

作者：深蓝

推荐指数☆☆☆☆☆

这是基层民警深蓝写的一部自己亲身经历的故事集。

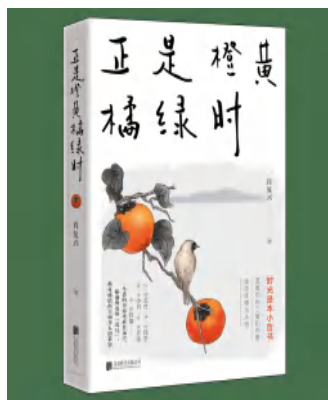
不再是根据事实改编，这本书就是事实。是家长里短，是解决不完的鸡毛蒜皮的小事，这一个又一个故事就像一场人间的浮世绘，人间悲喜和和市井百态在书中一览无余，也让我们对“片警儿”的概念逐渐明晰起来。



推荐书籍：《正是橙黄橘绿时》

作者：肖复兴

推荐指数☆☆☆☆



“一年好景君须记，正是橙黄橘绿时”。这是一本散文集亦是一份人生小哲学，温暖着三餐与四季，收获了优雅与从容。在这本书中，作者以朴实的语言，描述了自己平凡而又有华的一生。简单舒缓的文字，放慢了节奏的生活，让人深感真实和温暖，当品味起生活的点点滴滴、凡尘俗事，一切又都是那么有趣，那么值得回忆。人间烟火气，最抚凡人心。珍惜时光，珍惜身边的每时每刻，是最值得去做的事。