开启经典素材宝库，引领作文高分之路

意林®作文素材

07 4月上 半月刊
2020 总第178期



本期重磅

P6 热词时文：善意照耀国际战“疫”

P24 有一种“硬核女子”，叫“新闻联播girl”

P29 00后音乐新偶像周深：他的声音来自仙界

P60 名师押题：你的样子，就是中国的样子

P68 复旦学霸覃畅宇：语文考144分的秘诀是什么

邮发代号：16-393
ISSN 1671-430X
中学生优秀作文
定价：8.00元

专注作文提分！
鲜素材、名师教、状元谈
微信号：zuowensucai
你的中高考随身家教
微信扫码 订杂志 天猫扫码

且待春和款款行

口撰文：晓 弦
独白：朱一龙

作文君：不久前，由“瞬间MomentX”和“为你读诗”联袂推出的系列节目《散步二十四节气》，邀请了演员朱一龙担任春分节气的独白嘉宾。让我们一同在这个春和景明的时节，感知自然和谐，万物共生的意义。

春天，已来得格外分明了。

这些天，向窗外望去，树木绿得清晰可见。山桃花也全开了，是明艳简单的粉。麻雀，似比从前更多，一只只地，从这个枝头落到另一个枝头。高处，矮处，近处，远处，都有它们的身影。

如此看着，看着，会恍然觉得，这个世界好像什么都不曾经历过。武汉与京都的樱花，应该早已似雪了吧。大自然，热闹着它们的热闹，也是对人的恩慈。试想一下，若春天再无半点绿色，花儿也不盛开，虫鸟消失……我们该多么孤独。

不久前，看到一张照片。画面里，穿着防护服的医生，推着躺在病床上的患者，在落日面前停下，一起看了会儿夕阳。我看不清他们的脸，却直觉神色动人。

与夕阳对望，与月对望，与河流、春天对望，就像与看得见或看不见的宇宙对望一样。心中会生出辽阔、体谅与万般温柔来。我们是肉眼凡胎，也是日月星辰。

今年的春分节气，刚好也是世界幸福日。春分，“阴阳相半，昼夜均，寒暑平”，讲的正是生命的“平衡之道”。春分日与幸福日同为一天，许是这多舛的2020年在提醒我们：幸福，不过是生命中无数关系的“平衡与和谐”。在古希腊，哲学家把这种状态称为“美在和谐”。而在中国古代，有个美丽的词，名叫“春和”。

《汉书·文帝纪》记载道，“方春和时，草木群生之物皆有以自乐”。意思是说，春日和，草木与万物自得其乐。可见，“春和”是一种妙境。范仲淹的名篇《岳阳楼记》里，对此也有描述，他说：“至若春和景明，波澜不惊。”过去读《岳阳楼记》，只觉词美。现在看来，尤喜爱“春和景明，波澜不惊”。

这个春天，我们都有许多的紧张与不安。如果存有什么解药，“和”字或许不错？天地和谐，万物共生。萨特曾说，“我以微微荡漾的绿波丰富了宇宙”。我也愿做这样的微波。

且待春和款款行。

读者来信

我是一名初三学生，更是一位资深素粉。

那年因为我的语文成绩不好，被语文老师“提”到办公室，第一次在老师桌上看到了意素，老师见我喜欢，便把它送给了我，就这样，我成功“入坑”，每期必买。我尤其喜欢经典素材栏目的文章，在老师和意素的帮助下，我的语文成绩也日渐提高。

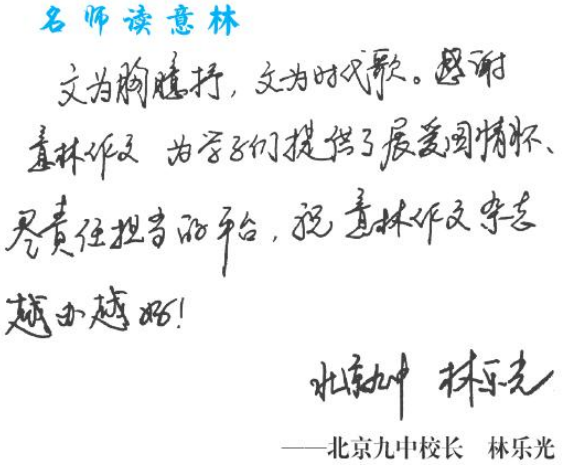
这个特别的假期让我异常想念学校的生活，想念老师，想念朋友……更想念意素。期待开学那天的到来，期待疫情早日结束。

——河北省保定市
131****7058

目录

每月8日、23日全国上市，敬请关注！
投稿邮箱：1300990915@qq.com
邮发代号：16-393

名师读意林



——北京九中校长 林乐光

热词时文

善意照耀国际战“疫”
这次疫情帮助中国的国家：谢谢你，我们记住了 李可以啊 6
中国专家组驰援意大利：
我们为啥要援助一个发达国家 正解局 8
巴基斯坦留学生：被中国触动过的人都会爱上中国
竺·艾哈迈德·可汗 9
更多中国力量有爱支援 10

星力量
00后音乐新偶像周深：他的声音来自仙界 树獭先生 29

卷首语
且待春和款款行 撰文：晓 弦 独白：朱一龙 1

热点时事直播间

图说热素材
战争中的一对叙利亚父女：演绎真实版《美丽人生》等 4

历史留声机
1955年：第一只国产手表 等 5

党员风采
收到习近平回信的援鄂医疗队：愿国泰民安，山河无恙 11

风云人物
残疾大叔直播免费教人学彝语：收费就不能叫传承了 12
英雄不分职业！退伍老兵在武汉当“病毒快递员” 12
云南乡村老师为学生拍视频：
老师没骗你们，山那边真的有大海 13
初中女生帮公交车司机关窗300多天，用善意编织青春 13
《小蝌蚪找妈妈》动画设计者矫野松：
孩子们需要有趣的东西 14
通用传奇CEO去世，柳传志、李开复都是他的粉丝 14
“抗疫工作狂”武昌医院院长刘智明：只有病人，没有自己 15
厨房里的“翻译家”戴骢：天下大归大，每人一隅，够了 16

社会万象
不传谣：爱心捐赠蔬菜被售卖了吗 17
脑瘫外卖小哥谢绝捐款：要凭自己的努力赚钱 17

文化科教
那些很牛的“黑科技”，防疫时期都干了啥 18

时事风云录
通过！全面禁止非法野生动物交易 20
“雾尽风暖，樱花将灿”：华春莹汉诗文推文连获好评 20

人与自然
科学家拉响警报：珊瑚已经在为大灭绝做准备 21

锐词
“绿天鹅”事件 22
无聊经济 22

声音
习近平：武汉必胜，湖北必胜，全中国也必胜！ 23

“意林体”经典素材Club

梦想剧·励志
有一种“硬核女子”，叫“新闻联播girl” 易有料 24
袁隆平：我要那么多钱做什么 袁隆平 25
《寄生虫》横扫奥斯卡：他用24年学会了表达
月 月 小 徐 26
任正非小女儿姚安娜：从芭蕾舞者到哈佛学霸拼劲十足
木 子 27
我用“天眼”看宇宙 姜 鹏 28

小确幸·活法
“网红医生”张文宏：这是我的天命 拾遗君 30
我的雷火建设日志 王 威 31

超级演说家
郎朗自述：一个钢琴神童决定重新出发 郎 朗 32

温馨提示：
1.本刊部分文字、图片为读者推荐，因故未能联系上原作者的，敬请原作者见刊后及时联系我们，以便奉寄样刊和稿酬。
2.本刊原创文章未经本刊许可，任何个人和机构不得转载，著作权法另有规定的除外。
3.本刊转载文章以传递更多信息为目的，仅代表文章作者本人意见和观点，并不意味着本刊赞同其观点或证实其内容的绝对真实性。
4.来稿凡经本刊使用，如无特殊声明，稿件一经本刊录用，即视作同意授予本刊将其用于图书、网站、电子版等其他媒介和出版物及本刊合作媒体进行信息网络传播及发行，本刊支付的稿酬将包括上述所有使用方式的稿酬，特此通告。原创稿本刊不接受一稿多投。

投稿地址 北京市朝阳区南磨房路37号华腾北塘商务大厦1501室 100022
投稿信箱 1300990915@qq.com
本刊QQ 1300990915
本刊博客 http://blog.sina.com.cn/u/2207897105
本刊微博 http://weibo.com/2207897105
意林官网 www.yilin.net.cn www.yilin010.com
执行社长 王俊杰 010-51908290
执行副社长 杨素琼 010-51908071
营销总监 姜 丽 刘 洋 耿志盛
客户经理 殷春明 沈洪鑫 索明丹 张学明 张 晶 祁春燕 曾灵芝 彭 妮 刘佳平 沈兰娟 李 丽 黄 英
发行部 010-51908511 010-51308509
印刷 河南文华印务有限公司
广告代理 北京大狗传媒广告有限公司
电话 010-51900053
广告许可证 2201003

真情本 · 感动

纸短情长，战“疫”家书 央视军事 34
最后一个农家院子 刘亮程 36
丁香尺 冯骥才 37

美诗

老父 宋协栋 37

智慧树 · 哲思

疲惫是因为姿势错了 沈嘉柯 38
普京：挨打悟出的道理 ［俄］普 京 39

身心灵 · 品德

让人放心，是一个人最了不起的才华 Fine 40
28年悬案告破，南京刑警：曾难以释怀 叶 宁 41

青春簿 · 成长

2019诺贝尔文学奖热门人选残雪：我的表演 残 雪 42

懂点心理学

当比赛输了时该怎样保持斗志 凯利·霍姆斯女爵士 43

全球馆 · 新知

为了环保，新西兰有多拼 编辑部汇编 44
官方揭秘！外交部发言人如何做到“百问不倒” 外交部发言人办公室 45
欧洲“战疫观”：并不是表面上的乐观 张 弓 46
在上海：“我看到城市的坚持和人民的坚定” ［西班牙］洛拉·贝卡里亚 47

园丁花园

二月徽州，小城静寂春常在 江红波 48
三月蓟州春 刘红斌 49

洞见

疫情背后，中华民族这五大力量被激发 叶 闻 水木然 50
被疫情影响5000亿元的餐饮业，能被吃货们拯救回来吗 乌鸦校尉 52

美文直播

苍头燕雀飞来了 ［俄］米·普里什文 译／潘安荣 53

大语文国学

苏轼的店铺 陆春祥 54
宋朝的羊肉不是简单的肉 黄亚明 55

简书

改变生活，先从调整身体开始 ［日］枡野俊明 56
被人关注，我们会发生什么变化 罗振宇 56
短暂的光辉期 ［美］盖尔·珀塞尔·艾略特 译／班超 57
眼光迟钝 梁凤仪 57

写作竞技场

考场实练营

名师押题：你的样子，就是中国的样子 纪 燕 60

写作技法大支招

被漫画作文考蒙了？热考作家来支招——附中考看图作文新题预测 阮华君 62

暴改名师团

武汉考生怎样写疫情作文？站位高 视野广 论述深——《民族凝聚 同心同圆》升格示例 陈保侯 65

学霸秘籍请收藏

复旦学霸覃畅宇：语文考144分的秘诀是什么 覃畅宇 68

佳作精英

拾起平凡的美好 宋嘉皓 70
0202 刘 澈 71

深度素材咖啡馆

素材妙用手把手

央视点名表扬！一场疫情炸出了多少“霸道总裁”——战“疫”企业素材分析与运用 72

首席名著

回望人类历史上曾被瘟疫支配的恐惧——震颤灵魂的人类与传染病互动史奇书《瘟疫与人》赏读 75

第一名人

治蝗专家马世骏：他让中国大规模蝗灾变成历史 79

朋友圈

你的专业能为战“疫”做点啥？我倒要看看谁能比医学生更生猛 82

诵读 · 藏在节日里的古诗词

寒食伴清明：跨越近3000年的坚守 章雪峰 83

编读Party

编读往来

致树洞先生 86
编辑部大咖秀 87

美丽师生

热茶先生 龚佳佳 封三

主管 吉林出版集团有限责任公司
主办 北方妇女儿童出版社有限责任公司
编辑出版 北方妇女儿童出版社有限责任公司
社长 刘 刚
总编辑 师晓晖
副社长 吴 强
社址 长春市人民大街4646号出版大厦
国际标准刊号 ISSN1671-430X
国内统一刊号 CN22-1338/G4
定价 8.00元

执行副主编 刘 红
执行主编 韩国栋
主编 王立莉
执行出品人 顾 平
编辑 陈凯茜 朱晨阳 蒋 燕 崔 龙 薛勃勃 梁 静 苏恺明 王 玥
流程编辑 杨 静
美术编辑 坛爱萍
封面插画 锐 景
编辑部电话 010-51900354
数字出版部总监 姜 雪
品牌部总监 刘世佳

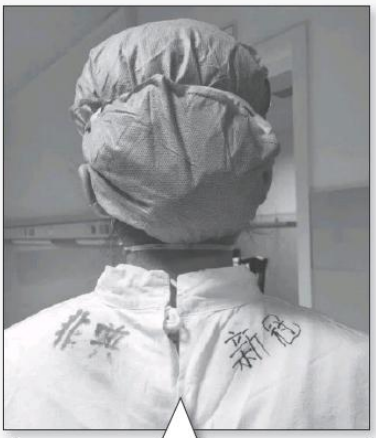
订购办法：
1.邮局邮发代号：16-393
2.零售：各地报刊亭、新华书店、学校周边书店
3.天猫购买：意林励志图书专营店网址：http://ylzts.tmall.com
4.电话订购：010-51900446

战争中的一对叙利亚父女：演绎真实版《美丽人生》

2020年2月17日，一则暖心视频引发热议，视频中，一名叙利亚父亲教自己3岁的女儿萨瓦尔用笑声“对抗”炸弹。受叙利亚战事影响，萨瓦尔一家住所附近时常遭炸弹空袭。为避免孩子留下心理阴影，父亲骗她炸弹是烟花和玩具枪，并约定落下炸弹时一起大笑。在短短的22秒视频中，痛苦与欢乐交汇。叙利亚频遭战争，在这片土地上，战争、炸弹、杀戮无处不在。面对这些痛苦和不幸，有人乐观面对，有人消极埋怨，更有人逃避。2020年1月3日，第71届奥斯卡奖最佳外语片《美丽人生》在中国大陆重映，影片讲述在二战阴云笼罩的意大利，一对犹太父子被抓进了纳粹集中营，为了不让儿子蒙上悲惨的阴影，父亲告诉儿子他们正在参与一个游戏。这位叙利亚父亲看清了现实的残酷后，仍引导女儿乐观和坚强。有网友评论称，感觉像真实版的《美丽人生》。

【适用话题】战争；面对不幸；乐观；坚强





曾抗“非典”，又战“新冠”，17年前“非典战袍”引热议

2020年2月17日起，一张女护士左肩写“非典”、右肩写“新冠”的背影照片引发关注。照片中的护士沈群来自湖南省永州市江华县人民医院感染科，是个90后。照片中，她穿的是隔离衣而非防护服，前者在消毒后可反复使用。隔离衣的主人是该院另一名护士李芳。2003年“非典”疫情来袭时，时年20多岁的李芳刚参加工作，“那时候防护条件没有现在这么好，穿的是可以反复消毒使用的布制隔离衣，戴的是纱布口罩。”李芳回忆称。17年后，李芳主动加入新冠肺炎应急突击队工作。“我穿的这件隔离衣，是前辈们抗击非典时穿过的。今天穿在我身上，我感到特别安心。”沈群说。一名知情人士称，医院目前并不缺防护物资，穿上非典隔离衣，“更像是一种精神传承。”

【适用话题】共渡难关；奉献；精神传承

战“疫”动人一刻：医生陪八旬病人看落日“出圈”

2020年3月5日，一张病人与医生在武汉看落日的照片感动了无数人。当日17时许，武汉大学人民医院东院区，一名罹患新冠肺炎的危重症87岁老先生称“一个月没看到过太阳了”。在护送老人出病房做CT的途中，1993年出生的复旦大学附属中山医院援鄂医疗队医生刘凯停了下来，让病床上的老先生欣赏了一次久违的落日。据刘凯介绍，这个老先生八十多了，本身就有心脏病，是个危重症患者，经过差不多一个月治疗，症状已有所缓解。他们那天只静静地看了5分钟左右的夕阳，“老先生躺在那里没有说话，但我观察到他的神态非常放松，眼神也变得有力了。”刘凯说。网友留言：最暖的陪伴。

【适用话题】人文关怀；心存美好；陪伴



【话题速递】【手绘全国应援湖北图红遍网络】2020年3月，浙江杭州陈春娜手绘的全国应援湖北图红遍网络。她画的第一幅漫画是“浙江精神”，受到好评，她开始策划画一张《全国支援湖北会战图》，她每天关注新闻，整理每个省的特点，最终生动描绘了全国各地驰援湖北的场景。

作文话题：新纪元、工业化进程、工匠精神、埋头苦干

1955 年：第一只国产手表


1955年我国自制“五星”牌手表

新中国成立初期，百废待兴。为响应国家规划，1954年年底，天津市轻工业局拨发100元经费成立手表试制组，四位制表师傅在一间小屋里守着四台简陋的仪器，经过百余天的日夜苦干，终于在1955年3月24日5时45分研制出“中国第一表”。这只表朴素大方，表盘上有“中国制”三个金字，还有5颗红星，下面标有“十五钻”字样，定名为“五星”牌。第一只“五星表”的制成，不仅结束了中国“只能修表，不能造表”的历史，更开启了中国制表工业的新纪元。

【素材新意】“五星”牌手表诞生的过程，可以看作我国工业发展史的一个缩影。无数匠人持匠心前赴后继，振兴百业。向他们致敬！

作文话题：历史的见证、窗口、变迁、人文关怀

1948 年：紫禁城楼前的一位游客



1948年，法国摄影大师布列松受《生活》杂志的委托，作为特派记者，踏上了来中国的飞机。在这段从1948年至1949年的旅程中，布列松用相机见证了中国命运的“转折年”。他特别留意用影像描述中国传统的生活方式，以及逐步建立起来的新秩序。左图拍摄于1948年的北平（1949年更名为北京），照片中是一位紫禁城楼前的游客。他客观地记录了那个时代，也为学者在研究1949年前后的中国历史提供了较为丰富的影像资料。1958年，在中华人民共和国成立十周年之际，布列松应我国政府邀请访华3个月，也成为首位进入新中国采访的摄影记者。

【素材新意】有时候，照片是比文字更为直观的记录和见证。作为首位走进新中国的摄影师，布列松的一系列作品，不仅是珍贵的历史影像，更为更多人了解那个时代打开了一扇窗。

作文话题：勇气与挑战、改变历史、女性力量

1967 年：第一位跑完马拉松的女性



波士顿马拉松是全世界最著名、历史最悠久的马拉松比赛之一，但自1897年创立以来，一直禁止女性参加。1967年，一位年轻人替全体女性站出来争取自身权益，她就是20岁的凯萨琳·维吉尼亚。比赛当天，她潜入马拉松比赛队伍，然而当她跑到一半时，却差点被赛事总监扯着衣领赶出赛场。好在有男友和教练的帮助，凯萨琳成功脱身，并以4小时20分的成绩完成比赛，也成为佩戴号码跑完波士顿马拉松的女子第一人。这件事随后引发众人关注，5年后的1972年，波士顿马拉松终于正式允许女性参赛。

【素材新意】如今，女子马拉松比赛已经相当受欢迎，不计其数的人们踊跃参与。然而，历史的每一步前进都来之不易。

【话题速递】【关门大吉！江汉方舱休舱】2020 年 3 月 9 日 15 时，江汉方舱医院最后一批患者出院，与朝夕相处了 34 天的医护人员挥手告别，互道珍重。历时 34 天，江汉方舱医院累计收治 1848 人、转出 521 人、出院 1327 人，是武汉市目前开放床位最多、累计收治人数最多、累计出院人数最多的方舱医院。

【热词时文】

善意照耀国际战“疫”

热词点击

2020年3月，多国网友在社交媒体上发起了“感谢中国”活动，我国驻意大利使馆的社交平台甚至被意大利网友的感谢评论挤爆。原来，随着新冠肺炎疫情在全球的蔓延，中国在做好自身防控的同时，向世界伸出了援手。中国与全球100多个国家、10多个国际组织或地区组织分享疫情防控和诊疗方案等多份技术文件；向韩国、日本、意大利、伊朗、塞尔维亚等十几个国家和地区提供抗疫物资和检测设备等援助并派出专家组；向世卫组织捐款2000万美元，用于支持抗击新冠肺炎疫情的国际合作……意大利驻欧盟大使说：“在求助欧盟无一国回应时，只有中国帮我们。”意大利总理孔特表示：“我代表意大利政府和人民向中方表示衷心感谢。相信疫情过后，中意关系必将更加牢固。”塞尔维亚总统武契奇赞扬中国是唯一向塞尔维亚提供帮助的国家。欧盟委员会主席冯德莱恩分别以英文、法文、德文三种语言录制视频讲话，感谢中国为欧盟抗击新冠肺炎疫情提供支持。全球化的今天，人类命运休戚与共，没有谁能独善其身。虽然中国的战“疫”尚未结束，但新冠病毒是人类共同的敌人，为全球战“疫”做贡献我们义不容辞。同时，“投我以木桃，报之以琼瑶”，在中国困难的时候，俄罗斯、日本、巴基斯坦等很多国家和地区帮助过我们，今天，当全球遭遇困难而我们有余力时，就要真诚地施以援手。为中国和相互守望的众多国家和地区的善意点赞！

时文选读 1 投我以木桃

这次疫情帮助中国的国家：谢谢你，我们记住了

□李可以啊

疫情，不仅是人性的照妖镜，更是国与国之间友谊的放大镜。虽然我们常听说，国与国之间，没有永远的朋友，只有永远的利益。但是，灾难来临，很多国家的善意之举，仍让我们心生感动。

从2月1日开始，俄罗斯已经分三次给中国送来援助物资。第一批送了5万只医用口罩；第二批不仅带来了物资，还带来了5位防疫专家，准备和中国一起研制疫苗；第三批更是直接拉来了23吨物资！

23吨物资是什么概念？据说他们运过来的时候，只是给了一个大致的体积——183立方米。有网友分析了他们的运输机“伊尔-76”的容积大概是190立方米。183立方米大概是把机舱所有的空间都塞满了。

要知道，俄罗斯虽然是“军事强国”，可是它国内的轻工业并不发达，人均GDP也只相当于我们的一个广东省。这次的捐赠，看起来出手阔绰，其实是举全国之力加工赶出来的。

现在俄罗斯的远东地区，也正在呼吁所有人自发捐出口罩、消毒液、防护服！准备继续捐助200

【大V时评】希望很多人不要膨胀，我们之所以会有经验，是因为我们伏打得比较早，打得比较大，我们也付出了相当多的代价。能对自己国家精准定位，绝不膨胀，也学习别人的优点，知道自己的不足，这是真正的爱国。在公共卫生、医疗资源等很多方面，我们还是发展中国家。——白岩松



万个口罩给中国。一个俄罗斯博主说：“我们俄罗斯人不喜欢对陌生人微笑，也不需要朋友对我们说谢谢，朋友就是朋友。”听完真的非常感动。

疫情一开始，巴基斯坦总统就发表声明：愿意调集全国现有的全部库存，向中国提供援助。他们给我们送来了30万只口罩，800套防护服，6800副手套。也许，这个数字看起来不算多，但我们知道他们的日子也不富裕。而且此时他们正在遭受27年来最大的蝗虫灾害。

要知道，巴铁兄弟不是第一次帮助我们了。记得在汶川地震的时候，他们是第一批派出救援队伍和救援物资的国家。那时候，巴基斯坦只有4架运输机，2架用于日常飞行，2架作为备用。汶川地震后，4架飞机同时向中国运送救灾物资。500条毛毯、780顶帐篷、1000套塑料垫、3吨矿泉水和4吨药品。从汶川地震，到新冠疫情，巴基斯坦始终和我们站在一起。

在这次疫情中日本对我们的援助，刷新了我们对他们的认知。大年初一，疫情全面暴发。得知国内医疗物资告急，日本民间第一时间向中国捐赠了100万只口罩。而这批口罩，也是第一批来自外国的捐赠物资。

捐完物资还不够，还要捐钱。2月10日，日本执政党自民党内的国会议员，每人从薪金里扣除5000日元（折合300多元人民币）。除了政府的大力支持，日本民间的自发行为，更是让我们心头一暖。有日本学校给学生家长写信，教育孩子们不要带着恶意去谈论中国人和疫情。日本国内有的便利店为中国人提供免费口罩，有的便利店会优先降价卖给中国人，日本的街头也挂满了为武汉加油、为中国祈福的标语。对此，外交部发言人华春莹表示：历史应该被铭记，但善意也不应该被辜负。我们不忘历史，但也不能忘记感恩。因为我们一直是礼尚往来的民族。

据不完全统计，截止到2月11日，已经有30多个国家（地区）向我们提供了人道主义援助。科摩罗，世界最不发达的国家之一。2018年，该国每1000人中仅有10个人拥有一部手机。在疫情发生之后，他们向中国捐款100欧元。几内亚，赤道附近人口仅130万的小国。虽然有石油资源，但长期处于贫困状态。就是这样的国家，在疫情发生后，仍慷慨解囊，给中国捐款200万美元。梵蒂冈，全球面积最小的国家，常住人口只有800左右，这次居然捐赠了70万只口罩。

是国不论大小，是情不论深浅。有人捐款捐物，有人默默祝福。2月16日，肺炎仍肆虐中国大地。而在耶路撒冷的哭墙前，近千名犹太人，聚集在此，为中国祈福祷告。

一位网友所言：“我不知道还有没有一个时代，像今天一样充满了创伤与不安，但我知道，我们也因此看到了更多感人肺腑的爱与关怀，如果环境已经充满裂痕，就让爱把我们重新合而为一。”

武汉加油，中国加油，世界加油。我们都在等一个天亮。

（摘自微信公众号“十点读书”ID：duhaoshu，有删减）

【适用话题】国家友谊；感恩；团结

【话题速递】【为防传染，“碰脚”代替拥抱】2020年3月，石油输出国组织（OPEC）的多位官员在奥地利首都维也纳参加有关石油生产政策的会议时，为了防止接触传染新冠肺炎，这些官员在打招呼时用碰脚代替拥抱或握手。欧佩克还把代表人数控制在最低限度，并禁止记者进入欧佩克大楼。

2 报之以琼瑶

中国专家组驰援意大利：我们为啥要援助一个发达国家

□正解局





3月17日下午，浙江首批援意医疗专家驰援意大利。几天前，中国专家组一行9人，已携带31吨医疗物资抵达罗马。意大利现在是重灾区，去援助存在着风险，说中国这次是“舍命”援助，并不夸张。发展中的中国，为什么要援助发达国家意大利?

早在1988年，意大利政府就无偿地为四川捐助建立了当时的四川急救中心（现在的重庆市急救中心）。30多年来，急救中心救死扶伤，拯救了很多人的生命。除了重庆市急救中心，意大利还先后向北京、上海和太原援建了医疗急救中心。2008年，汶川大地震，意大利是首批向中国提供救灾援助的国家之一。意大利送来大批救援物资，并在绵竹建设了一所高科技流动医院，救助了900多名伤员，还培训当地的医生。

与此同时，大量的中国公民、华人华侨旅居意大利，如果意大利的疫情失控，必然会威胁到他们的生命安全。出于安全考虑，正有越来越多的人回国。中国不可能关闭国门，拒绝中国公民、华人华侨入境。只有控制好意大利的疫情，才能从根本上解决输入型病例，中国也才能安全。所以说，中国必须拉意大利一把。

一提及邦交，国人大多想到的是，近的如俄罗斯、日本、韩国、印度，远的则是美国、英国、德国、法国。实际上，在新中国的70年外交历程特别是关键时刻，意大利从未缺席。1970年11月，中国和意大利发表建交公报，意大利成为第二个和新中国建立大使级外交关系的西方国家。

如果说，外交关系是中意关系的“试金石”，那么，经贸关系则是“压舱石”。

数据显示，自1970年两国建交以来，中意之间贸易额从最初的1.08亿美元增长到2018年超过500亿美元，双向投资额接近200亿美元。此外，意大利仅次于英国和德国，是吸引中国投资第三多的欧洲国家。更为难得的是，2019年3月23日，顶住美国及西方盟国施加的压力，意大利成为第一个正式加入“一带一路”的西方大国。就凭着两国如此密切的关系，中国也会援助意大利。

国际社会是一个整体，在其他国家面临困难时，中国伸出援助之手，体现的是一个大国的责任感。在援助意大利之前，中国已经向伊朗、伊拉克派出医疗队。援助意大利的意义还在于，这是中国首次向发达国家派出医疗队，更能让世界感知中国的善意与力量。

（摘自微信公众号“正解局”ID：zhengjieclub，原标题《中国专家组出征意大利：我们为啥要援助一个发达国家？》，有删减）

【适用话题】善意；中国力量；人类命运共同体；合作

【话题速递】【世卫组织：新冠肺炎有可能成为大流行病】2020年3月9日，世卫组织总干事谭德塞表示，当前新冠肺炎在全球100多个国家和地区蔓延，成为大流行病的威胁已变得非常现实，但这将是历史上第一个可控制的大流行病。谭德塞表示，遏制新冠肺炎只是时间问题，呼吁各国尽最大努力战疫。

作文君：竺·艾哈迈德·可汗是一位在北京生活了5年的巴基斯坦女生。疫情期间，她在北京参与战“疫”。当她被记者问到：“你是不是被困在中国了？你有安全感吗？”她的回答是：“北京就是我的家，我要和我的家人在一起。现在没有比中国更安全的地方了。”

巴基斯坦留学生：被中国触动过的人都会爱上中国

口竺·艾哈迈德·可汗

2020年1月23日，武汉因新冠肺炎疫情宣布封城。我在北京地铁里，是车厢里唯一没有戴口罩的人，周围有几个乘客用疑惑的眼神看着我，工作人员也很热心地问我是否需要帮助。我意识到形势十分严峻。

正如大部分中国人一样，我本来也计划在春节期间回到我的家乡拉合尔。然而在此后几天里，每个人都必须尽自己的本分来抗击疫情的蔓延。于是我待在家里，希望能为遏制病毒扩散尽自己的一份力。我开始整天戴着口罩，在电话里鼓励朋友和同事。

几天后，因感染病毒而死亡的人数开始攀升。关于这种病毒和中国国内情况的各种假消息和错误观点，也开始在西方社交媒体和各国主流媒体上占据主要位置。作为中国的朋友，我觉得这正是我应该挺身而出澄清一些事实的时候。

我从小就听到中国是巴基斯坦的“兄弟之邦”，两国之间的关系比喜马拉雅山还要高、比蜜糖还要甜、比印度洋还要深。这种“铁哥们”之间才有的关系是无与伦比的，而且已经经受住了时间的考验。

疫情开始恶化时，巴基斯坦驻华大使馆坚定地与中国站在一起，巴基斯坦是最先向武汉市运送医疗物资的国家之一。2月2日，巴基斯坦外交部长说，巴基斯坦将在这场考验中坚定地支持中国。

令我感到无比自豪的是，第一位抵达武汉的外国医疗人员就是来自巴基斯坦的江为医生；在华巴基斯坦人在网络上发布各种与中国抗击疫情有关的文章、视频，对中国兄弟的表现十分钦佩；许多巴基斯坦人还问我该如何向中国朋友提供帮助，该如何把正确的信息传播出去……

为何巴基斯坦以及其他一些国家会如此坚定地与中国站在一起？

巴基斯坦属于“第三世界”，甚至被视为世界的“负担”。2015年，习近平主席对巴基斯坦进行了历史性的访问，并宣布将对巴基斯坦投资460亿美元。中国的投资彻底改变了巴基斯坦的经济形势，巴基斯坦很快就变成了一个充满希望和发展动力的国家。

如今中国正在全世界播撒善意的种子，那些数十年甚至几个世纪以来都被边缘化、被误解的国家尤其感受到了中国的善意。由于中国的努力，第三世界国家正被日益视为一个新兴的、充满活力和希望的群体。

今天，为何会有如此多的人在讲中国故事？为何会有如此多的人在反击针对中国的舆论攻势？因为中国向众多第三世界国家伸出了双手并拥抱了他们，中国让他们对自己有了信心。

当你听到我说“我要把自己的一生用来讲述中国故事、讲述东方的故事”时，请你相信我这句话是认真的。我爱中国，相信被中国触动过的人都会爱上中国，这种爱就像我们爱自己的家人那样自然。我爱巴基斯坦和中国，因为两国就是一家人。只要我们在一起，一切困难都会克服。

中国，请继续发展壮大吧。也许你还没有意识到，在这个世界上，许多国家都与你站在一起。

（摘自观察者网，有删节）

【适用话题】共同发展；情谊；国际关系

【话题速递】【黄冈为湖南、山东人终身免票】2020年3月9日，湖北黄冈文旅局、卫健委联合宣布，为感谢山东、湖南两省人民对口支援，黄冈全市47家A级景区对外地户籍援黄医护人员颁发灵秀黄冈感恩卡，凭卡可携1至3名亲属终身免门票。山东、湖南两省户籍人民可凭身份证免门票游览至2021年底。

更多中国力量有爱支援





1.当地时间2020年3月21日，中国6人专家医疗队和中国政府紧急筹集的十几吨物资抵达塞尔维亚，塞尔维亚总统武契奇等多位政府官员在停机坪用最高礼遇迎接。现场武契奇在五星红旗上献上了他深情的一吻，以示在塞尔维亚困难时期得到中国政府和人民支持与帮助的深深谢意，这一幕使得现场很多人动容。

链接延伸：1999年北京时间5月8日凌晨，以美国为首的北约至少使用3枚导弹悍然袭击中国驻南斯拉夫大使馆。导致三名中国记者邵云环、许杏虎和朱颖当场牺牲，众多人员受伤。中国举国震惊，无数青年走上街头呐喊着“还我同胞、还我使馆”。美国却宣布这是“误炸”。南斯拉夫事件后，中国人再次唤醒什么叫“落后就要挨打”的记忆！那一年，中国开始启动“995工程”，今天，让我们引以为傲的“东风21D、东风26、31、41”系列战略导弹、“歼20”隐身战机、“001A”型国产航母……都是中国“995工程”结出的硕果。这次新冠疫情暴发所展现出来的强大军用运输能力，便是从那个时候开始逐步建立的。

在那之后，本就被以美国为首的北约轰炸得四分五裂的南斯拉夫，逐渐被彻底撕碎。曾经的南斯拉夫联盟成了塞尔维亚，但和中国的友情却没变过。塞尔维亚是第一个对中国免签的欧洲国家；当年的大使馆遗址，如今依旧坐落在塞尔维亚首都贝尔格莱德，而且被当地政府小心保护至今，遗址上的纪念碑每年都有人送去鲜花。碑上用塞尔维亚文和中文双语写着：“谨此感谢中华人民共和国在塞尔维亚共和国人民最困难的时刻给予的支持和友谊，并谨此缅怀罹难烈士。”

2.作为官方救援的补充力量，民间的捐助在本次抗击疫情中发挥着巨大作用。以马云公益基金会、阿里巴巴公益基金会的捐助为例：3月3日，给日本捐赠的100万只口罩送抵东京成田机场；3月8日，捐赠韩国的100万只口罩运抵首尔仁川机场；3月9日，为伊朗妇女、儿童捐赠的100万只口罩运抵德黑兰；3月19日，向马来西亚、印度尼西亚、菲律宾、泰国四国捐赠200万只口罩、20万个检测试剂盒及2万套防护服和防护面罩；3月22日，支援非洲54国540万只口罩、108万个试剂盒、4万套防护服和6万个防护面罩……除了捐赠物资，阿里还发布《新冠肺炎患者防治手册》，并开放全球医护免费下载。该手册是由浙江大学医学院附属第一医院一线医务工作者根据防控及临床救治经验所著。在编写过程中对比分析了国内其他团队工作经验，为临床、护理等重要部门提供良好工作借鉴。世界顶级学术期刊*Nature*还对手册进行官网推荐。

3月23日，恒大集团捐资1亿元人民币，在中国红十字基金会设立“恒大国际抗疫援助基金”。该基金用于向新冠肺炎疫情严重的国家和地区提供人道援助，主要包括支持中国红十字会采购受援国急需的医疗物资、防护物资，派出国际援助医疗队的后勤保障等。

结语：战“疫”仍在继续，防控决不放松！中国依旧通过各种方式为全球抗击疫情助力，依旧诠释着大国的担当和责任，为全球战“疫”注入信心与希望。新冠肺炎疫情是人类面临的共同挑战，我们和祖国一起为世界加油！

【话题速递】【钟南山爷爷给孩子们的回信】2020年3月8日人民网报道，新冠肺炎肆虐以来，钟南山院士收到来自全国各地小中学生寄的信，有铅笔肖像画、工整手抄报，也有来自高三学生的信。钟南山院士十分珍视，亲笔写下寄语：用知识缝制铠甲，不远的将来，当你们走出社会，在各行各业都将由你们披甲上阵！

·原创·

其他适用话题 无私奉献；爱国热情；执着追求；心怀他人

收到习近平回信的援鄂医疗队：愿国泰民安，山河无恙

特约教师 江红波



人物时事速递

2020年3月11日，北京大学第三医院两位“90后”临时党支部书记王奔、吴超代表北京大学各援鄂医疗队34名“90后”党员给习近平总书记写了封信。王奔说：“写这封信的最初用意，就是想向党和中央、向全国人民汇报前线‘90后’的工作情况和青春风采，传达出我们‘90后’的声音。”3月16日，习近平总书记回信说：“广大青年用行动证明，新时代的中国青年是好样的，是堪当大任的！”总书记的回信在医疗队中引起强烈反响，他们激动地说：“我们备受鼓舞，这也是对全国‘90后’群体的肯定。”

人物素描1 “90后”关键时刻有担当

身为北医三院援鄂医疗队最年轻的医生，王奔2019年刚从北京大学博士毕业。医院第一批医疗队出征武汉后，王奔义无反顾向医院提交增援武汉申请：“希望能在国家急需的时候，上前线贡献一份力量。”2月6日，刚结束两台急诊手术的他，接到通知，他入选了第三批援鄂抗疫国家医疗队。紧张的动员会、整理物资、防护用品使用紧急培训及考核、熟悉工作环境……医疗队用一流的诊治水平、护理技术帮助越来越多的患者治愈出院，为武汉新冠肺炎患者带去支持和力量。他说：“我们‘90后’已经长大了，关键时刻，也是有担当的。”

人物素描2 “90后”和祖国共成长

北医三院的神经外科医生吴超是此次给总书记写信的执笔人之一。1月28日，吴超主动报名支援武汉；2月6日，他接到医院通知，踏上了援鄂之路。在危重症病房隔离区收治危重病的日子里，他经历过气管插管、有创无创呼吸机调整、动脉穿刺、中心静脉穿刺、俯卧位通气、休克抢救，工作紧张而忙碌，而他和同事们也不断把患者从死亡线上拉回来。吴超曾在接受采访时说：“随着中国的不断强大，我们‘90后’也在逐渐地成长、逐渐地强大。不管是这次战‘疫’的胜利，还是中华民族的伟大复兴，我觉得‘90后’会起到非常重要的作用。”

人物素描3 “我的生日愿望是国泰民安，山河无恙”

重症科护士张佳男刚刚过完28岁生日，已经是危重科的“老人”，参与过多场急难险重病患的救治工作。她是正月初一接到命令，正月初二到达武汉的。“在武汉的每一天都是感动的，感动来自我的病人。”在张佳男的日记本里，有这样一句话。曾经在给病人输液时，一位年迈的老人给她“打气”：“你们戴着防护手套，手会滑，不要害怕，多扎两针没有关系。”还有次给病人发药，一位年轻的患者高兴地跟张佳男打招呼，“我们都没见过你们的样子，但是很熟悉你们的声音，谢谢你们来武汉！”她还在日记里写道：“如果有人问我有什么生日愿望，我会说：愿国泰民安，山河无恙；愿病人早日出院，战友重逢故里。”

【考场仿真试题】请以“担当”为话题，写一篇不少于800字的文章。

【范文片段示例】新冠肺炎疫情暴发以后，白衣战士逆行而上，谱写出曲曲奋发有为、敢于担当的赞歌。王奔义无反顾地向医院递交请战书，驰援武汉；吴超接到医院命令后，秉承“救死扶伤是医务工作者的职责”，出征武汉；张佳男坚守岗位，期待山河无恙。这些年轻的“90后”，在面对疫情的时候，迎难而上、心怀他人，体现时代新青年的爱国情怀，令人赞叹、敬佩。

【话题速递】【我国成功发射第54颗北斗导航卫星】2020年3月9日，我国在西昌卫星发射中心用长征三号乙运载火箭，成功发射北斗系统第54颗导航卫星。卫星顺利进入预定轨道，后续将适时入网提供服务。5月，将按计划发射最后一颗地球静止轨道卫星。届时，北斗三号全球星座部署将全面完成。

· 原创 ·

适用话题 传承；文化保护；创新

残疾大叔直播免费教人学彝语：收费就不能叫传承了



人物时事速递

2020年1月11日，因视频网站的报道，56岁的贵州大叔杨曦走进了公众视线。杨曦是贵州省毕节市大方县八堡乡天宝村人，天宝村是当地的传统彝族村落，杨曦和20多户村民一样从小到大接触的都是彝族传统语言和文字。因此，不少同事、朋友经常找杨曦学习，杨曦也耐心地给他们培训讲解。2008年杨曦突发脑出血，不幸导致右手右脚残疾，于是他便在家练习左手写彝文，2016年，他开始拍照拍视频发到彝文学习微信群里进行免费教学。有学员建议他收取学费，但他说："收费就不能叫传承了。"

人物素描 **为传承彝语，义务当主播**

2018年开始，杨曦买来设备每天进行免费的网上彝文直播和录播教学，客厅一张小小的方桌成了他的"办公场地"，他每天坚持编写彝文教材、备课、录像和学员交流，如今，杨曦的彝文学习微信群有13个，来自云南、四川、广西以及周边市县的学员达3000多人。杨曦说，随着社会的不断发展，彝族的不少文化正在逐渐被汉化，他作为彝族的一分子有责任将这份民族语言文化传承下去。杨曦还计划在古镇开设彝文培训班，让农村搬迁到古镇的村民能方便学习彝文，让更多的彝族同胞和彝文爱好者加入到彝文传承中来。

· 原创 ·

适用话题 平凡英雄；奉献；守护

英雄不分职业！退伍老兵在武汉当"病毒快递员"

特约教师 张丽敏

人物时事速递

在疫情决战之地武汉，有一群"平民英雄"。他们不是医护人员，但也在抗击疫情的战线上战斗。46岁的退伍军人刘森波就是其中一位。2020年2月19日，他从广州来到武汉支援抗疫工作，并主动请缨承担高风险任务——武汉雷神山医院样本物流收取和运送工作，做一名"病毒样本快递员"。刘森波每日要跑两趟到雷神山医院收取样本，为确保样本运输的安全性及密封性，样本首先要经过标本袋加固包装，然后放于95Kpa罐内密封，再放置于专属雷神山医院样本运输的UN2814铝合金的标本箱子中，样品清单需放在运输箱外层。最后经过多层消毒后，刘森波要在半小时内把样本送到湖北省新型冠状病毒核酸检测的服务机构之一、武汉金域医学公司核酸检测实验室。刘森波说，以前入伍是为了守护国家安全，现在到武汉是为了守护国家健康。把每一位患者的样本尽快、安全地送到实验室是自己的职责。他因此被天使妈妈基金会评为"抗疫平民英雄"。

【考场仿真试题】请结合以上材料，写一则150字左右的微评论。

【范文示例】武汉风雨之际，刘森波挺身而出，全力飞奔，将一个个样本以最快的速度送达实验室。作为战"疫"时的快递员，刘森波与病魔比速度；作为曾经的军人，刘森波捍卫了英雄本色。从军人到"病毒样本快递员"，从"守护国家安全"到"守护国家健康"，不同的战场，同样的冲锋姿态，老兵退伍不褪色！

【话题速递】【全能民兵又上线啦！民兵采茶捞虾助复产】2020年3月，疫情当前，人手紧缺，湖北各地民兵在参与抗疫的同时，全面助力地方有序复工复产。在湖北鹤峰，民兵帮助茶农摘茶施肥、开沟起垄；在小龙虾之乡潜江，民兵帮助虾农捕捞虾苗，打通流通渠道，解燃眉之急。网友：全能民兵又上线啦！

·原创·

适用话题 希望；眼界；走出大山；未来；传承；读书的力量

云南乡村老师为学生拍视频：老师没骗你们，山那边真的有大海

人物素描 “我的梦想就是学生”

在接到“马云乡村教师奖”颁奖典礼的邀请后，李芳决定去三亚要拍下大海给学生们看。“在我们的家乡，有很多很多的山，风景很美，但却没有大海。上语文课时，讲到‘山那边有海’，孩子们总说，‘骗人，山的那边还是高山’，我也只能凭想象给他们讲述海的样子。”

李芳由于家境困难，高中时是在物理老师等很多爱心人士的帮助下，才得以完成学业。大学毕业后，李芳毫不犹豫地回到了家乡，成了一名乡村教师。虽然有很多机会可以去更好的学校，过更好的生活，但李芳都留了下来。她说：“我的梦想就是学生，学生就是我的梦想。”她教孩子们学乐器、做衣服，几乎把所有时间都给了学生。在她教的学生中，有个叫曹海梅的孩子像她一样，2019年毕业后也成了家乡的一位乡村教师。后来人走着前人走过的路，传承着乡村教育的薪火。



人物时事速递

2020年1月，一位云南乡村教师为学生们拍的视频火了！网友专门为此开设话题#山的那边真的有大海#并且阅读量达2.5亿！这位老师是云南省红河州金平县马鞍底乡地西北边境小学乡村教师李芳，接到马云公益基金会的邀请到三亚参加马云乡村教师奖颁奖典礼，1月3日出发前，她答应带给孩子们一个惊喜，于是用视频博客记录了这次行程：第一次坐飞机、第一次看大海……她不断地重复：“同学们，老师没有骗你们，山的那边不仅有山，真的有大海。”视频发布后感动无数网友，有人向无私奉献的乡村教师们表达敬意，也有网友说，“对山的那边有所期待，将变成孩子们走出大山看世界的动力”。

·原创·

其他适用话题 善意；坚持；环境保护；奉献

初中女生帮公交车司机关窗300多天，用善意编织青春

人物时事速递

2020年1月，多家媒体报道了一则暖新闻：浙江省江山市城南中学的初二女生郑伊敏每天都会坐江山109路末班车，并在公交车上捡垃圾、关窗户300多天。有一次，109路末班公交车司机夏师傅对车上的学生乘客说：“孩子们，你们不要在车上扔垃圾，下车后随手关好窗户，不然我下班后还要做一遍，我都60岁了，你们要体谅一下啊！”郑伊敏将夏师傅随口一说的这句话放在了心上，此后，她每次在上车后都会环视车厢，然后将车厢里的面包屑、塑料袋、餐巾纸或其他垃圾全部捡起来装好，离终点站还有四站时，车上一般就只剩下郑伊敏一人。她会在此时站起来，挨个检查车窗，把开着的窗户一一关好，到站后，再独自带着刚刚收拾的垃圾下车离去。这一做，便是300多天，并从未向任何人提及此事。郑伊敏的事迹被曝光后，网友隔空怒赞：“收垃圾的大眼睛姑娘，你真美！”

【微写作范文示例·用善意与温暖编织青春】郑伊敏弯下身捡起车厢里的垃圾时所散发的善意，帮助一些人捡起了丢弃的文明；她默默地帮助司机关窗户时所带来的温暖，也提醒着大家每一个人都不容易。300多天的默默坚守，也让许多网友感叹“散发善意与温暖的青春真好”，其实，青春，不正是因为有了善意与温暖的编织才弥足珍贵吗？

【新知小识】【三江源是世界上食物链最完整地区之一】2020年3月，北京大学生命科学院专家和调研人员从监测到的几十万张监测照片和几万条监测视频中，得出结论：位于我国青海省南部的三江源是世界上食物链最完整的地区之一。青藏高原是目前世界上大型食肉动物最多的地区。

· 原创 ·

其他适用话题 童趣；审美；寓教于乐

《小蝌蚪找妈妈》动画设计者矫野松：孩子们需要有趣的东西

特约教师 李凤成



人物时事速递

中国第一部水墨动画片《小蝌蚪找妈妈》是80后、90后童年回忆中不可或缺的一部分，2020年1月27日，这部动画的设计者、上海美术电影制片厂导演矫野松去世，享年91岁。他一生对动画事业相当热忱，还担任过《小鲤鱼跳龙门》《牧笛》《草原英雄小姐妹》《小号手》等影片的动画设计。晚年他将自己保存几十年的动画手稿捐赠给美影厂，用于中国动画学派的研究。这位国产动画巨匠的一生堪称行业楷模，在他的职业生涯中，不仅将大量精力投入到美影厂的艺术创作中，同时也将自己丰富的创作经验无私传授给后辈青年，对中国美术片发展的贡献十分巨大。

人物素描 动画工作非常有意义

1929年8月，矫野松出生于黑龙江省集贤县，中学毕业后，在东北书店门市部工作，当时他的工作是为新出版的书籍画广告。后来到东北电影制片厂工作，那时创作环境艰难，甚至连画画的一张纸都没有。1950年，因为对动画的一片热忱，矫野松远离家乡来到上海。1957年，上海电影美术制片厂建立，矫野松成为上海电影美术制片厂的第一批创作人员。在此后的几十年里，矫野松一边创作，一边疯狂地学习，不仅创作出了无数动画片，还培养了一批又一批的年轻动画人才。他接受采访时说：“这是非常慢、非常吃力的工作，你一天到晚要在那里画。但动画工作非常有意义也非常需要，因为孩子们需要有趣的东西。”

【微写作范文示例·在探索中嬗变】从没有画画纸，到以多部经典动画作品影响几代人的成长，矫野松以热忱与勇敢探索完成了中国动画事业的开疆拓土与质的嬗变。科学家、科普作家高士其先生曾说：“攀登科学文化的高峰，就要冲破不利条件限制，利用生活所提供的有利条件，并去创造新的条件。”矫野松动画事业的历程就淋漓尽致地体现了这句话。

其他适用话题 时代与个体；自信；家庭教育

通用传奇CEO去世，柳传志、李开复都是他的粉丝

特约教师 李凤成

人物时事速递

2020年3月2日，通用电气前任CEO、曾被誉为“全球第一CEO”的杰克·韦尔奇去世，享年84岁。在他的领导下，通用电气的市值从120亿美元增长到4100亿美元，成为全球市值最高的公司之一。杰克·韦尔奇堪称那个时代最杰出的职业经理人，他的管理思想和表述风格影响了世界各地的经理人。张瑞敏、王石、柳传志、李开复等国内知名企业人士视他为“教父”级别的人物。“股神”巴菲特也曾评价：“所有的CEO都在效仿他，虽然可能赶不上他，但如果仔细聆听他的话，就能更加接近他一些。”

人物素描1 母亲教给他自信

杰克·韦尔奇出生在美国马萨诸塞州一个普通的家庭。他身材矮小，说话还带点口吃，为此他曾经很自卑。但母亲说，这算不了什么缺陷，只有面对现实，坚持与别人沟通，让别人了解你，才能主宰自己的命运，别人才会跟你做朋友。她把缺点变

【话题速递】【钟南山团队研发机器人减少医务人员感染】2020年3月，由钟南山院士团队与沈阳自动化研究所联合发起的咽拭子采样机器人系统研发完成。咽拭子是目前诊断新冠病毒感染的主要采样方法，机器人以远程方式，轻柔、快速地完成咽部组织采样任务。有利于避免医务人员感染，保证标本质量。

·原创·

其他适用话题 医者仁心；勇者无惧；担当

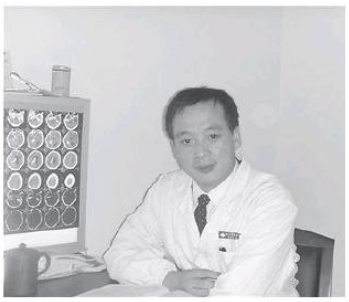
“抗疫工作狂”武昌医院院长刘智明：只有病人，没有自己

特约教师 严 君

人物素描 “我是院长啊，我丢不下！”

在刘智明任职过的三家医院里，他的拼劲几乎无人不知。2020年1月21日，武昌医院被征用为新冠肺炎首批定点医院，要接收499名新冠肺炎病人，人数仅次于金银潭医院。而武昌医院只有三天的时间来完成院区改造和病人的转运。武昌医院是综合性医院，短时间内按照传染病医院要求改建，难度极大。增加床位、调配医务人员、解决物资，每一件事都需要刘智明协调。不眠不休的三天，刘智明要做的事情太多了。而此时的刘智明已经住进了本院的ICU。1月24日，他的CT结果显示，肺部严重感染，随后核酸结果确诊为阳性。

在ICU里，刘智明的身份变了，可救死扶伤的使命和担当却没有放下。在病房里他不停地接打电话、回复微信，一会儿问病人收进来了没有，一会儿问院内感染防控做到位了没有。同事提醒他要好好休息，他却说：“我是院长啊，我丢不下！”刘智明的妻子蔡利萍，是武汉市第三医院光谷院区重症病区的护士长。丈夫感染后，她曾想过赶过去照顾病重的丈夫，然而，刘智明每次的回答都是“不要”。他心里明白，妻子也在一线，把她留在岗位上，会给更多的人带来生的希望。



人物时事速递

有这样一位院长，疫情发生以来，他带领全院医务人员奋战在抗击疫情的最前线，即使在不幸感染新冠肺炎之后，他依然在病房内从早到晚不停地处理各种工作，直到生命的最后一刻，他就是武昌医院院长刘智明，人们尊敬地称他为“抗疫工作狂”。2020年2月18日，刘智明因感染新冠肺炎殉职，年仅51岁。亲人、同事难掩悲痛。“怕影响大家士气，刘院长是悄悄住进病房的，当时知道的人很少。”2020年2月24日，湖北省委追授刘智明“全省优秀共产党员”称号。

【考场仿真试题】请结合以上材料，以“身先士卒”为话题，写一篇不少于800字的文章。

【范文片段示例】在三天内完成武昌医院的病房腾挪与病区改造，可谓时间紧，任务重，身为院长的刘智明身先士卒，抱病不休连轴转，为凝心聚力、众志成城打赢疫情防控保卫战发挥了先锋作用。身先士卒是不骛虚声的实干，是责无旁贷的担当，更是舍我其谁的勇敢。一所医院、一家公司、一个民族……凡多身先士卒者，无不兴旺也。

·原创·

成一种激励，教会杰克正确看待自己的缺陷。在此之后，杰克再也不以口吃为耻。

人物素描2 时势造英雄

在韦尔奇时代通用公司创造的神话，离不开时势的造就——美国经济在八九十年代的高歌猛进，以及中国改革开放带动的全球化运动为跨国企业创造全新的成长空间。韦尔奇时代的成功应了张瑞敏的名言——没有成功的企业，只有时代的企业。

【微写作范文示例·勇敢面对】谁能想象杰克·韦尔奇曾因口吃自卑呢，所以说，“一个人的潜力是无限的”，这句话一定是建立在这个人自信的基础上。自信地与别人交流，学会取长补短，就可能跟上时代，创造神话。

【人物意趣】【小学生步行十里上网课：要是不学习，知识就比别人少】湖北襄阳四垭村地处偏僻，网络信号时有时无，村里特地腾出会议室，为没条件上网课的8个孩子搭起“临时课堂”。10岁的敖金涛每天步行近十里山路到村委会上网课，他说：“要是不学习的话，知识就会比别人少。”

· 原创 ·

适用话题 人生境界；心态；淡泊名利

厨房里的“翻译家”戴骢：天下大归大，每人一隅，够了

特约教师 郝艳霞



人物素描1 只选择自己喜欢的

出版社邀戴骢翻译普希金长诗，被拒绝。“要翻译普希金，那我青年时代起就要好好学，品味他的精髓，再去找汉语诗的表现方式。可前面的工作我没有做。拿本字典，就别人的三种译本，取长补短，就变戴骢的了？”翻译之余，戴骢也写写杂文。别人劝他写下去，再加上“译后记”弄本集子。他没干。“兜售自己的作品？不好意思。”出版社给他的稿费，他视作是给孩子们的冰棍钱。总有缘由，让他放弃“冰棍钱”。但他无憾：“好不容易有了自己选择的自由，一定要选择自己喜欢的。”

人物素描2 厨房是我的工作室

戴骢曾对记者说，他的很多书都是在厨房翻译出来的。因为两个外孙女占领家里的卧室，戴骢老伴身体不好，两度重病，死里逃生，有了打麻将的爱好，把另一个房间给占了。戴骢便将厨房作为工作室，“一边是孩子的吵闹声，一边是我太太的麻将声，在吵闹声和麻将声的交响下，我开始翻译《敖德萨故事》。”在他看来，“厨房间很温暖，有热水器、有煤气灶。灶头是很重要的。在俄文里面，灶头代表着家庭、代表着生活、代表着生产、代表着生命。要洗手很方便，喝茶，斜对面就是饮水机。一平米见方，这逼得我尽可能少地去找参考资料，也是发挥我潜力的办法。我真担心，别哪天把我从厨房间拉出去，我一本书也翻译不出来。”

“天下大归大，每人一隅，够了。”戴骢说。

素材链接 经典翻译

1.在孩子看来，每一个大人，不论是提溜着一套发出刨屑味的木工工具的木匠，还是知道草为什么是绿颜色的学者，都有几分神秘。诗意地理解生活，理解我们周围的一切——是我们从童年时代得到的最可贵的礼物。——《金蔷薇》

2.想象能够弥补人生的空白。人的思想如果缺乏想象力，一如想象脱离了现实，是不会结出果实来的。——《金蔷薇》

3. 这种幸福会不会是空中楼阁呢？否则为什么随着我们一步步去追求它，它却一步步地往郁郁苍苍的树林和山岭中退去，离我们越来越远？——《静》

【考场仿真试题】请结合以上材料，写一则150字左右的微评论。

【范文示例】不为名利而敷衍，宁愿拒绝翻译普希金长诗。不会违背初衷勉强自己，更不会投机讨好成全自己。厨房越狭窄越可集中精力，条件越简陋越能心无旁骛。心无外物，便可拙守一方性灵，戴骢就是这样一匹看似普通平凡却毅力超常、一心想给读者瑰丽文字的青骢马。

人物时事速递

著名翻译家戴骢2020年2月7日在上海去世，享年87岁。戴骢原名戴际安，是俄罗斯政府“高尔基奖”获得者，曾被中国翻译协会授予资深翻译家荣誉证书。戴骢译著等身，其翻译的《金蔷薇》《哈扎尔辞典》《蒲宁文集》《骑兵军》等，均因精湛的译笔和瑰丽的文字为读者所喜爱。在俄文翻译领域，戴骢先生和石枕川先生有“南戴北石”之称，被赞“译出了俄罗斯文学的优美与温柔”。他为自己取笔名“骢”，取于“青骢马”，他说：“这是一种很普通、很平凡的马，但它吃苦耐劳。希望我在文学翻译的路上也是这样。”

【话题速递】【空间站旅行票价约5500万美元】2020年3月5日，美国阿克肖姆航天公司发布公报称，已与美国太空探索技术公司达成协议，准备借助后者的载人“龙”飞船，将3名私人游客和1名宇航员送上国际空间站，并让他们在那里生活至少8天。目前已有1人预订座位，票价约为5500万美元。

·原创·

其他适用话题 八方支援；爱心捐赠；公益事业

不传谣：爱心捐赠蔬菜被售卖了吗

特约教师 赵福海

素材聚焦 **想着武汉人民的日子，我们睡不着觉**

2020年1月27日晚，寿光菜农戴上头灯，连夜采摘，从接到通知到蔬菜发车仅用了18小时，他们说，“一方有难八方支援，想着武汉人民的日子，我们睡不着觉”。面对质疑，1月30日下午，武汉市商务局正式回应称，蔬菜不易存放，通过商超低价出售则可以尽快送达市民手中，所获款项扣除力资、运杂等费用后，全部上缴红十字会，专项用于疫情防治。



新闻回放

武汉发生疫情后，当地居民的生活牵动着许多同胞的心。“中国蔬菜之乡”山东寿光2020年1月28日就往湖北运了350吨蔬菜，到2月12日，整个山东已经给湖北送了2500多吨蔬菜，并且表示：家里有800多万个口罩，20吨水饺，100万瓶矿泉水，120吨大米……都给你搬去吧。因为太实在被调侃为“搬家式捐赠”。但事后有网友质疑“山东捐赠的蔬菜，武汉上架售卖”。

【微写作示例·质疑】山东向武汉捐赠的蔬菜上架售卖？消息传开后一度引发质疑。武汉商务局的及时回应，解开了网友的疑惑。这既是一次全民科普，也是一次善意提醒，督促相关部门把慈善工作做实做细，也提醒网友不要轻信谣言。在战“疫”进入全面攻坚战关键时期，确保每一份爱心物品用对地方，是所有人关心的大事，也是对捐赠人善举最好的回馈。

·原创·

其他适用话题 自强自立；坚持；善意

脑瘫外卖小哥谢绝捐款：要凭自己的努力赚钱

特约教师 李凤成

新闻回放

2020年2月初，一段脑瘫外卖小哥雨天在外跑单的视频在网络上热传。这位外卖小哥名叫阿龙，之前因为没来得及拍照识别面部，导致系统无法确认是本人，还因此被封停了账号。小哥受访时还笑着认真回答，毫无怨言，无数网友被他纯真的笑容感动。对此美团回应，了解到情况，并且安排专人在未来持续关注阿龙，在遵守配送服务规则的前提下为他提供必要的协助。



据悉，在成为骑手之前，阿龙曾去找过别的工作，但都被拒绝了。因为脑瘫导致的语言障碍，阿龙在跑外卖的过程中曾被投诉形象差，被骂“你这样的人还出来送餐”。但他从未想过放弃，“在家也许就是等死，不如出来闯一闯”。事后，很多网友留言要给阿龙捐款，阿龙谢绝并称“这个钱不能要，我自己凭自己的努力赚钱”。

【微写作范文示例·“我弱我有理”不是真理】外卖小哥阿龙身患脑瘫本为弱者，但乐观与自强这一对铁翼却让他飞出生活河流的漩涡，成功扭转了命运。当下的社会不乏“我弱我有理”的无赖式弱者，阿龙给他们树立起了耀眼的榜样。有人说得好，“弱者”并不天然地占据道德制高点，更没有理由因为弱就拥有违法免责的挡箭牌。是啊，倘若谁都能以“弱”为名宣泄情绪、绑架正义，那么我们这个社会还有什么秩序可言？外卖小哥阿龙，你活得真好看！

【话题速递】【一名老党员的10元捐款】2020年3月，湖南汉寿66岁的老党员郑玉政带着500元到社区捐款。郑老家境困难，收还是不收？一个有温度的计划出现了，社区先行收下捐款，让更多人看到党员的担当和初心。几天后社区带着490元红包和生活用品再慰问郑老，这便是10元捐款的由来。

那些很牛的“黑科技”，防疫时期都干了啥

作文君：3秒完成新冠肺炎辅助诊断，5G实现远程诊断，“零接触”乘坐电梯、过安检，动动手指进行消毒作业，“千里眼”识别有无佩戴口罩，热成像测温可在千万人中锁定发热病人，AI机器人“站岗”防疫一线……防疫战中，这些“黑科技”的表现都着实抢眼！

特约教师 高延青

1.3秒完成新冠肺炎辅助诊断

疫情防控下，如何利用大城市、大医院的专家资源，远程会诊系统成了关键解决方案。高速数据上网、数据采集、远程会诊、远程监护等业务，可减少医护人员的工作压力以及感染概率。2020年3月，在中科院临床研究医院应对疫情科技攻关联合指挥部协调下，科大讯飞攻关团队在3天内便快速实现新冠肺炎影像辅助诊断系统现场部署落地应用。新冠肺炎影像辅助诊断系统可在3秒内完成一例新冠肺炎病例辅助诊断，为医生提供准确、高效的辅助诊断参考。截至目前，该人工智能辅助诊断平台正在为1200余家医疗机构提供医疗影像辅助诊断服务，智医助理已覆盖12000家基层医疗机构和36000名基层医生，正在为湖北、北京、上海、浙江、安徽等全国30个省市地区的指挥部、卫健委、医院等提供疫情防控的人工智能服务。



2.24小时5G网络直播

在疫情初期阶段，5G网络下的视频直播成为最直接的应用。武汉地区参照“非典”期间“小汤山”医院模式，先后建造了“火神山”“雷神山”两大临时医院，通过网络直播，“云监工”火爆网络，4路摄像头24小时直播施工现场。亿万网民可以直接通过云视频亲眼见证火神山、雷神山医院拔地而起，共克时艰。

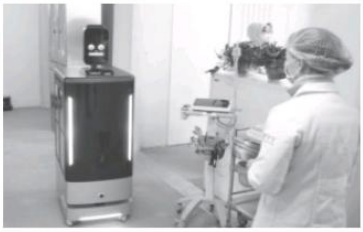
3.热成像测温可在千万人中锁定发热病人

在茫茫人群中排查出疑似患者，是此次疫情的一个难点，也是控制疫情蔓延的关键一环。移动式5G红外测温快速筛查系统产品，利用红外热成像测温技术，对流动人群进行无接触式快速测温。据悉，该产品为钢结构模块化装配式智能房屋搭载红外测温系统，相较于额温枪测温，效率更高，可提高5倍以上；检测距离更远，被检测人员无须停留等候，值守人员也与被测人群保持着较为安全的距离，可有效降低感染风险，适合大量排查。同时，智能房屋内设有独立监控室，可避免值班人员与通行者的直接接触。5G+热成像人体测温方案已广泛应用于地铁、火车站、医院、学校、政府、企业、商业体、门店、宿舍等各类场景。



4.AI机器人“站岗”防疫一线

在防疫战“疫”期间，AI机器人不怕感染，又“不怕累”，成为医生的好帮手。2020年2月4日，猎豹移动旗下猎户星空推出的智能疫情协作服务机器人豹小秘“抵达”北京市海淀医院，协助医生进行无人导诊，自动响应发热问诊、引领病人及初步诊疗，并可实现医生对病人的远程诊疗，避免医护人员与病患直接接触而发生交叉感染可能性。



在温州市人民医院，也有这样一批驰援“小护士”。它们的记忆力超群，24小时按时按点，为患者送药送餐，乖乖地全程无接触配送！这批小护士，名

【微言大义】正是我们被惯性和无明推得快速甚至踉跄的脚步让我们突然意识到，认真地慢下来是如此可贵。或许我们都曾想成为那种“择一事，终一生”的人，但走着走着，现实却总把我们变成自己曾经讨厌的样子。——萧寒《我在故宫修文物》

为“欢乐送”智能配送机器人。除了送餐送药，它们还能在服务台担当问询、导诊的任务，还能陪病人唱个歌、唠个嗑。

医院里高风险的消杀工作，也交给了机器人。智能防疫消毒机器人在相关人员的远程遥控操作下，开展防疫喷雾消毒作业。这些机器人还能替代一线人员进入易交叉感染的公共区域和防疫车不能到达的偏僻狭窄通道进行作业，提高精准消杀防疫作业能力，大大降低对人员的威胁，提高了防疫工作效率。

5.“千里眼”识别有无佩戴口罩

移动通过“千里眼”设备与大数据分析、AI技术成功为铜陵市市场局搭建了AI监管平台。该平台利用人工智能图像识别技术，自动抓拍、智能识别城市治理类事件，并将事件数据实时同步到业务处置系统，同时“千里眼”结合AI能力分析市场内人员能够精准识别市民是否佩戴口罩，及时通过平台预警发至市场监管局工作人员手机终端，第一时间干预处理解决，有效提升监管处理效率。



6.隔空“按”钮、语音操控

2020年3月2日，由安徽东超科技有限公司利用自主专利技术，开发打造的空气成像无接触电梯按钮终端正式投入使用。这台设备是该公司的“无接触自助机”在医院投用后，再次利用空气成像技术为疫情防控助力。产品可在众多公众场景应用，如机场、高铁站电梯等人流密集地。目前科大讯飞已开发出了电梯的智能语音系统，人们通过语音就可以快速、便捷地操作电梯，完成“上下行”“电梯开关”“到达指定楼层”“取消楼层”等全部乘梯操作。语音识别准确率达到95%以上。



7.无人机防疫

无人机怎么防疫？2020年2月8日，广东深圳多架无人机对深圳龙岗工业园区进行消杀，覆盖面积超300万平方米。这减少了人工，避免了交叉感染，效率还大大提高了。不仅如此，无人机还用于群众管理。这不，在内蒙古的一个偏远村子里，一位老奶奶没戴口罩出门，就被无人机盯上了。它还会说话：“老奶奶别看了，这是咱们村的无人机啊！你不戴口罩就不要出去不要乱跑！记得赶紧回家洗洗手！”



8.大数据打通信息通道

电信大数据在抗击疫情中，也发挥了基础支撑作用。三大运营商通过对于武汉等地的湖北人员流出情况的大数据分析，已及时对相关地区发出疫情态势预警。节后返程高峰来临时，工信部及三大电信运营商启动了对重点城市的人员流动分析，为北京、上海等大城市的疫情防控工作提供参考。



【素材运用】100年前，梁漱溟的父亲梁济曾问儿子：“这个世界会好吗？”彼时，梁漱溟正在北京大学当哲学讲师，他认真想了想，回答说：“我相信，世界是一天一天往好里去的。”是的，这个世界会越来越好，因为科技会越来越进步。科学技术的进步带来的不仅仅是经济的发展，还有对生命的守护。希望这世界上少一些牺牲的英雄，多一些救命的科技！

【新知小识】【新发现！新冠病毒在密闭空调车厢可传4.5米】2020年3月5日，刊发在《实用预防医学》杂志上的一篇研究论文指出，新冠病毒在密闭空调车厢内传播距离最远达4.5米，病毒至少在30分钟内可飘浮在空气中并导致感染发病，有可能超越目前认为的飞沫传播距离（通常为1米）。

·原创·

其他适用话题 发展；生存；监管；人与自然

通过！全面禁止非法野生动物交易

特约教师 李凤成



时事引读

“我们早就认识到，食用野生动物风险很大，但‘野味产业’依然规模庞大，对公共卫生安全构成了重大隐患。再也不能无动于衷了！”2月3日，习近平总书记在中共中央政治局常委会会议中强调，有关部门要加强法律实施，坚决取缔和严厉打击非法野生动物市场和贸易，坚决革除滥食野生动物的陋习，从源头上控制重大公共卫生风险。2020年2月24日，十三届全国人大常委会第十六次会议表决通过了《关于全面禁止非法野生动物交易、革除滥食野生动物陋习、切实保障人民群众生命健康安全》的决定，决定明确规定，凡野生动物保护法和其他有关法律禁止猎捕、交易、运输、食用野生动物的，必须严格禁止。全面禁止食用国家保护的“有重要生态、科学、社会价值的陆生野生动物”以及其他陆生野生动物，包括人工繁育、人工饲养的陆生野生动物。全面禁止以食用为目的猎捕、交易、运输在野外环境自然生长繁殖的陆生野生动物。

素材聚焦 决定同样具有法律效力

我国现行野生动物保护法重在野生动物的保护，禁食的法律规范仅限于国家重点保护野生动物和没有合法来源、未经检疫合格的其他保护类野生动物。全面修改野生动物保护法，还需要一个过程。全国人大常委会出台这一专门决定，能够在相关法律修改之前，先及时明确全面禁止食用野生动物，严厉打击非法野生动物交易。下一步，全国人大常委会法工委将全面梳理现行有关法律规定，统筹开展修改野生动物保护法、修改动物防疫法、推进生物安全法草案审议和修改完善等相关立法修法工作。

【微写作示例·管住链条的末端】长期以来，针对猎杀、贩卖野生保护动物的事件，不管是执法还是舆论关注，焦点大多集中在链条的前几个环节，即捕杀、贩卖及经营，而对整个链条末端的食客，则缺乏有效的监管和惩治手段。因此，许多人认为好食野味仅是个人喜好，别人管不着。如今，保护野生动物的法规落地推行，杀害野生动物并端上餐桌的陋习将在根本上得到禁止。

·原创·

其他适用话题 文化发扬；文化交流；文化魅力；精神之源

“雾尽风暖，樱花将灿”：华春莹汉诗文推文连获好评

时事引读

2020年3月8日，中国新闻发言人华春莹在推特上写下了“雾尽风暖，樱花将灿”的中文诗句，随后又用日语写道：“暖风知花近，让我们一起迎接无忧无虑的春天吧！”很快，就有不少日本网友纷纷予以积极评论。据悉，这是第一个由中国新闻发言人开通的推特账号。3月1日，华春莹还在其海外社交账号发文，引用了中国春秋时期典籍《邓析子·无厚篇》中的“救患若一，所忧同也”8个字，有着“同舟共济，共渡难关”之意，表达了中国与世界同舟共济的立场与决心。

【微写作示例·璀璨的文化】新冠肺炎疫情发生后，来自日本的一箱箱贴着“山川异域，风月同天”等诗句的捐赠物资在中日两国间引起了强烈反响，也让我们再一次见证了文化的魅力：原来中国诗词不仅那么美，还那么有力量！希望这些汉诗文的传播能让传统的诗意再次回归到我们的生活之中，带领我们去追寻血脉中的精神之源。

【微言大义】无论你去哪里，你总是会遇见你自己。——杜鲁门·卡波特《蒂凡尼的早餐》

·原创·

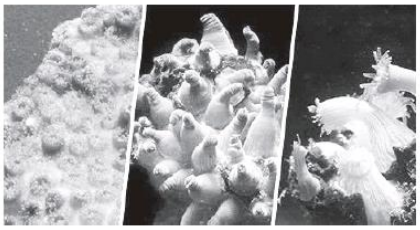
适用话题 关注环境；敬畏自然；爱护自己；真相

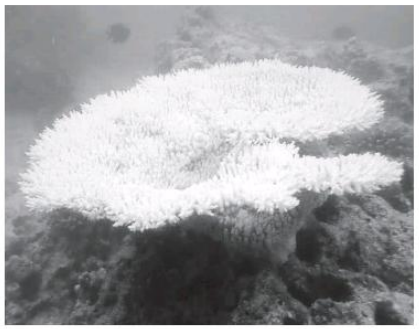
科学家拉响警报：珊瑚已经在为大灭绝做准备

特约教师 刘伶俐

素材聚焦1 珊瑚已经表现出了应对灾难的特征

最开始，科学家们只是想要研究近期珊瑚的数据，初衷本来只是保护珊瑚。但当他们将近期收集到的数据与古生物学数据库2.5亿年以来的化石数据相对比，却得到了一个让人不寒而栗的结论。海洋学家大卫·格鲁伯说：“当我们把所有结果统合在一起，那一刻，我汗毛倒竖。”“我们不敢相信，却只能眼睁睁地看着珊瑚表现出了在上一次重大灭绝事件中相同的特征。”科学家所说的珊瑚生存特性，正是基于6600万年前的生物大灭绝。那一次，地球的霸主恐龙就此消失，但珊瑚活了下来。珊瑚是一种记载着历史的动物，它的身体，就是史书。它的骨骼会在死后遗留成为珊瑚本身，让科学家们得以追踪到2.5亿年以来的珊瑚化石数据。6600万年以前，生物大灭绝的灾害，筛选出了一部分生存特征。对珊瑚来讲，这些特征就是高频率的深水栖居、世界性分布、独居或微小的群体、抗白化等。而现在，珊瑚已经表现出了相似的性征。





时事引读

一份发表在权威杂志《科学报告》上的研究，让很多外国媒体开始警觉。来自美国、英国、德国、以色列等国的研究团队于2020年3月3日发表的研究指出，近些年，珊瑚表现出了一些特殊的生存习性：它们到了深海，开始世界性分布；开始不再群居，而是独居，或是形成极其微小的群体；开始抗白化，开始耐酸。而这一切，都和6600万年前的那一次生物大灭绝，几乎一模一样。虽然珊瑚礁仅占海洋面积的0.2%，但它们拥有约95000种已描述物种，约占海洋已知物种的35%。如果珊瑚没了，那整个海洋生态圈也会受到严重的威胁。相关研究人员表示，如果我们毫无作为的话，全球90%的热带珊瑚到2050年之前将遭遇灭顶之灾，随之一同消失的还有所有依赖它们生存的鱼类、野生动物和人类。

素材聚焦2 冰川中封存着古老的未知病毒

1月7日，俄亥俄州立大学科学家发表论文，称在青藏高原冰核样本中发现古老病毒存在证据，其中28种是新病毒，并且大部分病毒与同时出现的大量细菌有关，这表明病毒感染了几个大量的微生物群。

据中国科学院青藏高原研究所长期的遥感及地面观测显示：过去约30年间，青藏高原及其相邻地区的冰川面积由5.3万平方公里缩减至4.5万平方公里，退缩了15%。研究人员预测，青藏高原上绝大部分的冰川和永冻层不久就将消失殆尽，这将影响亚洲各地的淡水供应。科学家们指出，冰川下埋葬着死去的动物遗体的同时，也“雪藏”着它们所携带的细菌和病毒。冰川融化之后，可能释放出被冰封了数万乃至数十万年的微生物和病毒。这些病毒会对人类产生什么样的影响，目前还未可知。

【考场仿真试题】针对上述材料，请你写一则150字左右的微评论。

【范文示例】全球疫情肆虐，让人类措手不及；在茫茫深海中，珊瑚开始演变出独特的习性，为灭绝做着准备；在悠悠大地之上，冰川面积逐年缩小，未知的病毒威胁着人类的生存；还有火山、海啸、地震……大自然的每一个警示，都是在提醒人类。人类不必喊着保护地球，人类能够做的、需要做的，只是保护自己。

【人物意趣】【87岁老兵筹集2万个口罩捐给一线】“我是党员，又是抗美援朝老战士，不能不吭气！”湖北省老河口市87岁老兵唐遂成，跑遍药店买不到口罩，就动员全家人多方联系，终于筹集到2万个医用口罩捐给防疫一线。他参加过上甘岭战役，荣立三等功；还参加过新中国成立10周年阅兵。向您致敬！

· 原创 ·
锐词

“绿天鹅”事件

【锐词阅读】

金融领域此前有“黑天鹅事件”的说法，近期又出现了“绿天鹅事件”这一概念。国际清算银行2020年1月发行了一本名为《绿天鹅》的新书，首次探讨可能引发下一次金融危机的“绿天鹅”事件。“绿天鹅”指的是气候领域可能出现的极具破坏力的现象，它可能给社会生活和经济增长造成巨大财产损失，进而引发金融领域的动荡及风险。在研究者看来，“绿天鹅”事件的风险迫在眉睫。首先，气候变化风险在未来更可能成为某种现实，而不是意外；其次，气候灾难的破坏性可能更为严重，甚至可能对人类构成生存威胁；最后，气候灾害给社会和经济带来的连锁反应将更加复杂和难以分析。

【背景延伸】

2019年亚马孙森林大火让人们痛惜“地球之肺”被烙下巨大伤痕；澳大利亚森林大火过火面积超过10万平方公里，造成113种本土物种面临生存威胁，预计直接经济损失达50亿澳元；沙漠蝗虫席卷非洲和亚洲多国，威胁数千万人的粮食安全……这些灾害就是“绿天鹅”事件，这些灾害的成因复杂，但都与气候变化密切相关。谁都不能否认，“绿天鹅”给人类带来的危害越来越大。

（特约教师 李辉）

【微观点】

在中国，“绿水青山就是金山银山”的理念深入人心；在德国，政府出台《气候保护法》以法律形式确定中长期温室气体减排目标；在法国，多所学校启动“将生态问题注入教学”的项目，提供更多的课程帮助学生理解生态保护的重要性……面对“绿天鹅”带来的风险，我们必须行动起来，只有这样，人类期盼的绿色福祉才会不断增加。

无聊经济

【锐词阅读】

2020年2月10日凌晨，江西南昌95后抖音短视频博主“谁家的圆三”用手机直播睡觉。平台数据显示，当天约有1857万人围观，直播结束后，“谁家的圆三”涨粉60万，收获了7.6万元打赏。随后在抖音平台上，模仿其睡觉直播的人越来越多，甚至有网友将自家猫睡觉的画面放在了手机镜头前，也获得了不少打赏。有专家将这类直播称为“无聊经济”，指的是利用人们的“无聊时间”和“消除无聊感”转化成经济效益的商业模式。

【背景延伸】

“无聊经济”这个词汇首先来源于电梯广告，说的是人们在乘坐电梯的时候，因为实在无聊，广告的动态视频也会给人们带来愉悦，而不会产生抵触情绪。“云睡觉”的类似现象在疫情前就已经出现，比如，有人花数十小时围观主播用多少根皮筋可以挤爆一个西瓜。应该说，“治愈无聊”本身的确有着一定的心理需求和现实因素，疫情的出现则放大了人们的这种需求：线下无处可去，于是便在互联网上用真金白银打发时间和无聊感。“无聊经济”准确地抓住人们当下的心理需求，并对经济有一定的刺激作用。随着近几年移动互联网的发展，“无聊经济”也逐渐成为解释很多现象的一个思路。

（特约教师 倪丽彬）

【微观点】

叔本华认为，无聊源自丰裕和安定。确实如此，无聊经济的本质就是，在人们解决温饱之后，会把注意力放在工作生活之外的一些地方，游戏、网聊、虚拟社区以及直播，都是无聊经济的体现。无聊的背后是大众真实“无聊需求”的存在，发掘并利用好其中的需求，能创造巨大的商业价值。

【话题速递】【95后火神山小护士：没什么是90后做不了的】央视2020年3月3日报道，生于1997年的伏雨佳，是火神山医院ICU里处理垃圾的护士。小伏每天打包上百袋垃圾，单手能提四五个半人高的垃圾袋，她说：没什么是90后做不了的！为年轻的力量点赞！

声音

习近平：武汉必胜，湖北必胜，全中国也必胜！

关键时刻，决胜之地，领袖和人民在一起！2020年3月10日，习近平总书记赴湖北省武汉市考察疫情防控工作，看望慰问奋战在疫情防控第一线的广大医务工作者、人民解放军指战员、社区工作者、公安干警、基层干部、下沉干部、志愿者和患者群众、社区居民，并向他们表达崇高的敬意。其间习主席的话不仅传递出14亿中国人民的共同心声，也均是可以入文的金句，作文君特意为大家整理，快来get！

·越是在这个时候，越是要保持头脑清醒，越是要慎终如始，越是要再接再厉、善作善成，继续把疫情防控作为当前头等大事和最重要的工作，不麻痹、不厌战、不松劲，毫不放松抓紧抓实抓细各项防控工作，坚决打赢湖北保卫战、武汉保卫战。

·在这场严峻斗争中，武汉人民识大体、顾大局，不畏艰险、顽强不屈，自觉服从疫情防控大局需要，主动投身疫情防控斗争，作出了重大贡献，让全国全世界看到了武汉人民的坚韧不拔、高风亮节。

·武汉人民用自己的实际行动，展现了中国力量、中国精神，彰显了中华民族同舟共济、守望相助的家国情怀。武汉不愧为英雄的城市，武汉人民不愧为英雄的人民，必将通过打赢这次抗击新冠肺炎疫情斗争再次被载入史册！全党全国各族人民都为你们而感动、而赞叹！党和人民感谢武汉人民！

·你们都穿着防护服，戴着口罩。我看不到你们的真实面貌。但是，你们在我心目中都是最可爱的人！

·疫情发生以来，包括军队在内的广大医务工作者发扬特别能吃苦、特别能战斗的精神，义无反顾奔赴湖北和武汉，毫无畏惧投入防控救治工作，日夜奋战，舍生忘死，不负重托，不辱使命，同时间赛跑，与病魔较量，为武汉疫情防控工作作出了重要贡献。军队医务人员牢记我军宗旨，召之即来，来之能战，战之能胜，为党旗、军旗增添了光彩。沧海横流，方显英雄本色。你们真正做到了救死扶伤、大爱无疆。你们是光明的使者、希望的使者，是最美的天使，是真正的英雄！

·在湖北和武汉人民遭受疫情打击的关键关头，广大医务工作者坚韧不拔、顽强拼搏、无私奉献，展现了医者仁心的崇高精神，展现了新时代医务工作者的良好形象，感动了中国，感动了世界。当前，疫情蔓延扩散势头已经得到基本遏制，防控形势逐步向好。这是全党全国全社会共同努力、团结奋斗的结果，你们是最大的功臣，党和人民要给你们记头功。

·气可鼓不可泄。要一鼓作气，咬紧牙关，坚持到底，扛得住，守得住，不能前功尽弃。

·在大战中践行初心使命，在大考中交出合格答卷。

·武汉必胜，湖北必胜，全中国也必胜！

链接

世卫专家：全世界真的欠了武汉人民的情

“我们要认识到武汉人民所做的贡献，世界欠你们的。当这场疫情过去，希望有机会代表世界再一次感谢武汉人民，我知道在这次疫情过程中，中国人民奉献很多。”2020年2月24日，世界卫生组织赴中国考察专家组负责人布鲁斯·艾尔沃德在日内瓦接受连线专访时表示，武汉市参与疫情防控的工作人员和普通市民所付出的努力以及表现出来的责任感让他动容。

【微言大义】所谓永恒，就是消磨一件事物的时间完了，这件事物还在。时间再没有时间。——刘亮程《一个人的村庄》



有一种『硬核女子』，叫『新闻联播girl』

口易有料

2020年2月12日晚上，《新闻联播》像往常一样在晚上7点准时开播。但与以往不同的是，《新闻联播》主持人李梓萌不像平常一样，一直对着镜头播报，而是持续低头念稿长达8分钟。有学播音的网友出来“专业科普”，大家才知道，新闻播报时，主持人需要对着正前方提词器上9字一行的稿子播报，但如果遇到了加急稿件，提词器没时间制作，就只能对着手里的稿子念了。加上12日晚上的《新闻联播》直到晚上8点才结束，而不是平时的7点半，所以网友们纷纷推测，李梓萌应该是在直播前接到了急稿。

急稿长达8分钟，可见内容之多。加上是在黄金时间全国直播新闻，不仅要熟悉这么多的内容，还要一字不差地念出来，压力可想而知。但在念稿过程中，李梓萌没有出现任何卡顿和错字。不仅如此，李梓萌的重音处理，读音的准确度以及播报的流畅度，都与平时别无二致！这样看来，李梓萌这次低头念稿的8分钟可谓是完美的黄金救场8分钟。当天晚上9点的《新闻联播》重播也采用的是李梓萌低头念稿的这个版本，而没有重录，可见中央电视台对李梓萌的这次表现也是给予了极大肯定。很快，微博#李梓萌低头念稿#的话题阅读量达3.8亿，“联播girl”李梓萌凭借“能打”的实力成功出圈。

事实上，在这次黄金救场之前，李梓萌就有过类似经历。那是2016年在播报河北农业大学李保国的事迹时，当导播切回直播间的时候，突然出现了长达5秒钟没有解说的空镜头。当时的男主持王宁，立刻插播一条印度火灾新闻，之后，李梓萌赶紧接茬即兴对李保国事迹做了几句评价，才把这段空镜头顶过去。整体来看，不细心的人根本发现不了这次小事故，堪称教科书级别的救场。对此，有地方电视台的主持人感慨道：没做过电视的人，没做过直播的人，绝对绝对不能理解，在一个全国性媒体上进行突发性直播的那种压力。

所有的优秀背后，都是如苦行僧般的自律。李梓萌办公室化妆的镜子上贴满了各种字的正确读音，据说加起来足足有十几张A4纸那么多。已经在央视作为主持人工作了20多年的李梓萌，每天还在不断复习和练习这些最基本的汉字发音。这让我想起在2018年因为16次精准操作，营救了119名乘客的机长刘传健。很少有人知道，即使已经在机长这个专业中打磨了30多年，他每天睡觉前还会翻一翻那本在机长入职时就学习过的最基础的操作手册。另一个我们众所周知的主持人董卿亦是如此，她在每一次主持之后都会总结自己的问题，无论工作到多晚回家，都会雷打不动地读1个小时的书。这样坚持不懈地学习与精进，才有了关键时刻的临危不惧。

正如康德所说：所谓自由，不是随心所欲，而是自我主宰。越努力，越优秀，从来都不是一个伪命题。如果你还没有看到自己发光的时刻，那只有一个原因：你的努力还不够。

（摘自快资讯“带你吃瓜”）

【人物速写 · 厚积薄发】

一鸣惊人从来不是偶然，而是在无数个自我约束与打磨之后，抓住了机会的厚积薄发。李梓萌黄金救场，刘传健营救乘客，董卿优雅从容，在关键时刻，他们演绎了震撼人心的精彩瞬间，这些出色的表现都是因为他们平时下足了功夫。

【适用话题】优秀与自律；勤学苦练；心理素质

（特约教师 陈丽敏）

【微言大义】在无数星星的光芒下，世间的一切也不过是蚂蚁的烦恼。——《丁尼生诗选》



袁隆平：我要那么多钱做什么

□袁隆平

我稍有点名气之后，国际上有多家机构高薪聘请我出国工作，但都被我婉言谢绝了。这跟人生观有很大关系。如果为了名利，我早就到国外去了。如联合国粮农组织在1990年曾以每天525美元的高薪聘请我赴印度工作半年，但我认为，中国人口这么多，粮食始终是头等大事，我在国内工作比在国外发挥的作用更大。

20世纪90年代，湖南省曾3次推荐我参评中国科学院学部委员，即现在的中国科学院院士，可我3次都落选了。我认为，没当成院士没什么委屈的。我搞研究不是为了当院士，没评上说明水平不够，应该努力学习，但学习是为了提高学术水平，而不是为了当院士。

有一个普通农民，年轻时对饥饿有切肤之痛，后因种植杂交水稻而改变了缺粮的状况。为了表达对我的感激，他写了一封信请求我给他提供几张不同角度的全身照片，说要给我塑一尊汉白玉雕像。在回信中，我这样写道：“谢谢你的好意，请你千万不要把钱浪费在什么雕像上，我建议你把钱用到扩大再生产上去。”尽管我再三拒绝，但那个朴实的农民还是为我塑了一尊雕像。有人问我见过那尊雕像吗，我笑道：“我不好意思去看。”

至于荣誉，我认为它不是炫耀的资本，也不意味着“到此为止”，那是一种鼓励，鼓励你继续攀登。

我对钱是这样看的：钱是要有的，要生活，要生存，没有钱是不能生存的。但钱的来路要正。另外，不挥霍不浪费，也不小气不吝啬。够平常开销，再小有积蓄就行了。

有个权威的评估机构评估，我的身价是1008亿。我要那么多钱做什么？那是个大包袱。我觉得现在很好，要吃要穿都够，吃多了还会得肥胖症。我从来不讲究品牌，也不认识名牌。当然，也可能是因为我皮肤粗糙，感觉不出好坏来。我觉得只要穿着合适、朴素大方就行，衣服几十块钱一件都行。我之前最贵的西装是到北京领首届最高科技奖前，买的打折后七八百块钱一套的西装，还是周围同事叨咕了半天才买的。

我平生最大的兴趣在于杂交水稻研究，我不干行政工作就是为了潜心搞科研。搞农业是我的职业，离开农田我就无所事事。我现在还下田。过去走路，后来骑自行车，再后来骑摩托车，现在我可以开着小汽车下田了。

学农有学农的乐趣！只要有追求、有理想、有希望，就不会觉得苦！我们研究水稻，要待在水田里，还要在太阳底下晒，工作是辛苦点。20世纪六七十年代生活很苦，吃不饱，但我觉得乐在苦中，因为有希望、有信念。我认为粮食是最重要的战略物资，所以我觉得我的工作是非常有意义的，对国家、对百姓都是大好事。我现在身体还不错，老骥伏枥，壮心未已。我还要迎接新的挑战，向新的目标迈进。

（一米阳光摘自《杂文选刊》2019年第6期）

【人物速写 · 人生 价值】

如果能够做到不因金钱而驻足，你就不会偏离既定的目标。袁隆平拒绝了国外一些高薪的机会，也没有去做行政等自己不擅长的事情，因为他知道自己最想做的是什么，想要集中精力研究感兴趣的方向。他对金钱也有清醒的认识，认为人生价值不以金钱多少来衡量。是的，个人的价值与财富无关，但与集体利益息息相关。在实现生命价值的过程中，我们要将个人与集体联系起来，能做到为集体而奋斗。

【适用话题】金钱与追求；生命的意义；奋斗目标；个人与集体

（特约教师　吴蔚然）

【微言大义】你能笑着生活的地方才是现实。——电视剧《火星生活》



《寄生虫》横扫奥斯卡：他用24年学会了表达

口月 月 小 徐

第92届奥斯卡金像奖最大的亮点，当数《寄生虫》包揽最佳影片、最佳导演、国际影片和原创剧本共4项大奖。作为奥斯卡史上第一部获得最佳影片的外语片，《寄生虫》的导演奉俊昊不仅创造了韩国电影的历史，更创造了亚洲电影的历史。

1969年，奉俊昊出生于韩国大邱，父亲是一名画家，外公是韩国一位有名的小说家。小时候的奉俊昊没什么朋友，不爱和人说话，喜欢通过家里的电视来看电影。他说，“我每周大概能看十部电影，当我上中学的时候，我就知道我想成为电影导演了”。

因为父母的反对，高中毕业后，他没能如愿以偿报考电影系，却主修了社会学。在大学里，奉俊昊参加了电影社团，他会反复观看一部电影，一部片子拉几十遍。大学毕业之后，奉俊昊为了弥补自己专业上的不足，又进入韩国电影研究院开始了为期两年的学习。为了筹钱拍电影，奉俊昊画过漫画，兼职卖过甜甜圈。攒钱买下第一部摄影机后，他甚至抱着它睡了一晚上。

从韩国电影研究院毕业之后的5年，对奉俊昊来说是异常黑暗的5年——他没有拍出一部作品。长期失业，还因为结婚生子面临着巨大的生活压力，他只能靠着给别人写剧本或是从事其他电影相关工作留在这个行业。2003年，《杀人回忆》的上映是奉俊昊导演生涯中的第一个高光时刻。这部电影根据韩国发生在30余年前的案件改编，让他同时收获了口碑、名声和荣誉。这部电影开启了真实案件改编的先河。到目前为止，他导演的7部电影里，每一部都展现社会特定人群的生活纪实和生活背后人们的精神世界。但他总是否认，他更愿意称自己为一个“怪胎”。

奉俊昊童年很喜欢盯着人看，会把自己的注意力放在观察社会、人与人的关系上。或许，正因如此，他擅长发现每种生活的不同。奉俊昊还是一个热衷于黑色幽默的怪才。他曾说自己在看《绑架门口狗》首映时，看一半就逃出影院呕吐半天；《母亲》中将近一半镜头都想“毁了重拍”；包括这次奥斯卡颁奖典礼，奉俊昊在颁奖结束后走出内场，一下子蹲在地上，缓了好几秒才露出笑容对记者们说：“难以置信，蹲下来冷静一下。”而且，他特别固执，当美韩合拍的《雪国列车》在北美发行时，美国发行方希望删减20分钟的戏，奉俊昊假装听不懂英语，最终让对方妥协。

从无业游民到奥斯卡最佳导演，他用了24年。也正是这24年的经历，我们在奉俊昊的电影里，看到了不一样的生活，也看到了关于贫和富的不同底色。他自己这样评价《寄生虫》：“这是一部没有小丑的喜剧，没有坏人的悲剧，什么是好人什么是坏人，在现代这个社会已经不能单就结果去定论。”换句话说，这个社会中的每个人，都是挣扎在生活中的寄生虫。

领奖的时候，奉俊昊说，他学习电影的时候，有一句话让他印象深刻，那句话是“最私人化的表达，就是最动人的表达”。而我们现在不得不承认——奉俊昊，就是那个懂“表达”的人。

（田龙华摘自微信公众号“麦子熟了”，ID:maizi8090）

【人物速写 · 积淀】

时间是个常数，也是个变数。奉俊昊用24年找到属于自己的表达方式，完成从无业游民到奥斯卡最佳导演的蜕变……时间给勤勉的人留下智慧的力量，给懒惰的人留下空虚和悔恨。学会在时间的流逝中积淀自己的力量，是一种无与伦比而又非常强大的能力。

【适用话题】贫富；实践与时间；突破与蜕变

（特约教师 吴蔚然）

【新知小识】【下午 1 点，人最想睡觉】午饭后，许多人都想睡一会儿，这并非懒惰，而是人体内的生物节律在起作用。德国精神病研究所睡眠专家们研究发现，人每天有 4 个睡眠高峰，其中在下午 1 点最想睡觉。对脑力劳动者来说，中午睡 15~30 分钟，可以使下午的工作效率提高 3 倍，提高创造力。



任正非小女儿姚安娜：从芭蕾舞者到哈佛学霸拼劲十足

□木　子

姚安娜是华为总裁任正非的小女儿。姚安娜9岁开始学习芭蕾，目前是一位拥有十余年舞龄的芭蕾专业表演者。姚安娜中学就读于上海中学国际部，2015年年底，她被哈佛大学以本科提前批录取。2018年11月24日，20岁的姚安娜应邀出席巴黎名媛舞会，该舞会被《福布斯》评为世界十大晚会之一，对受邀名媛的条件异常苛刻。随后，大家开始把目光投注到姚安娜身上。

姚安娜1998年出生于云南昆明，9岁那年开始接触芭蕾，姚安娜天天训练，一个动作练10遍不行，那就练20遍、50遍，直到老师点头。一个节拍一时半会儿琢磨不出来，那就存到随身听里，吃饭听、睡觉听，听到身体会自动反应为止。13岁那年，姚安娜在排练《小美人鱼》时受伤，由于脚指甲开裂流血，只能缠上纱布跳。最后，舞鞋粘在纱布上，连皮带肉一起被扯下来，痛苦的过程简直难以想象。任正非看到后，什么也没说，只是温暖地拍了拍女儿的肩膀。

后来，华为公司内部就挂起了一幅画，这幅画的名字就是《精美芭蕾舞鞋与溃烂的脚》。任正非曾在达沃斯论坛的演讲上说：“我们除了比别人少喝点儿咖啡、多干点儿活，不比同行们有什么长处。因为华为起步太晚，不得不比别人多吃一点苦。所以我们有一只穿着芭蕾舞鞋的脚，一只很烂的脚，痛并快乐着！”

姚安娜在中学的时候，每天放学后都要跳芭蕾舞，晚上回到家再做作业，常常到凌晨1点多才能休息。因为实在太苦，有段时间，姚安娜常常因为练舞感到忧郁、沮丧，身体支撑不住，想要放弃。这时任正非总激励安娜：“永不言败、永不放弃才是我们家庭的传承！”从那时起，“如果你更努力，你就会越来越好”就成了姚安娜的座右铭。

进入高中后，一个问题摆在姚安娜面前：是否要成为职业芭蕾舞演员？一天和爸爸聊天时，任正非说：“美国的高科技公司独霸世界已多年，我国每年都要给他们交近乎天文数字的专利费，核心技术受制于人，随时都会被人家卡脖子。关键还是国内缺少大批的高科技人才！”姚安娜当即将未来目标锁定在了世界顶尖的哈佛大学。

姚安娜的努力没有白费，高中三年，她的成绩始终位列年级前十名。2016年，姚安娜报考哈佛大学的ACT成绩拿到满分。这一年，哈佛在中国一共录取了4位学生，其中之一就是姚安娜。

凭借出色的芭蕾舞功底，姚安娜顺利进入哈佛大学芭蕾舞团，并坚持每周15个小时的芭蕾舞训练，每年负责出品8场演出。每天的学业也是满满当当，课程完成后还有各类作业，基本上要做到凌晨两点多，甚至有时做算法要到四五点才能休息，每天的睡眠时间只有4～5个小时。目前，姚安娜正在微软公司实习。虽然只是一名在校生，简历拿出来，就已经光芒灿烂。姚安娜说：“我并不是为了完美而完美。我的目标是让世界变成一个更美好的地方！”

2020年，姚安娜就要从哈佛毕业了。从芭蕾舞者到哈佛学霸，姚安娜拼劲十足。

（一米阳光摘自《伴侣》2019年第10期）

【人物速写·拼搏】

勤奋努力、坚毅执着是姚安娜最珍贵的意志品质；尊重激励、家国天下是父亲给予她的智慧与格局。一个人的出身固然重要，但真正立足于社会靠的还是自我的百炼成钢，是在仰望星空将自己与全人类的命运紧密相连时，依然脚踏实地奋力拼搏。

【适用话题】永不言败；家风；视野格局；人生规划

（特约教师　程雪慧）

【话题速递】【活久见：美军侦察机都用上北斗导航系统了】2020年3月，据美国“防务一号”网站报道，美国空军作战司令部司令詹姆斯·霍姆斯透露，美军U-2侦察机已将中国的北斗卫星导航系统作为备用系统，供飞机在美国全球卫星定位系统（GPS）失灵时使用。



我用“天眼”看宇宙

□姜　鹏

作文君：2020年1月11日，“中国天眼”正式开放运行。“中国天眼”是以南仁东为代表的老一代天文学家于20世纪90年代提出的设想。四代科研人，25年传承，终于完成了这一奇迹，我们一起来听听总工程师姜鹏怎么说！

大家好！我是姜鹏，是国家天文台研究员，目前担任FAST总工程师。

“FAST”是500米口径球面射电望远镜的缩写，也是大家所熟知的“中国天眼”。它是目前世界上最大，也是最灵敏的单口径射电望远镜，其反射面相当于30个足球场大小。

为什么要建造这么大的望远镜呢？因为更大的望远镜意味着更大的收光面积，就有更强的暗弱信号的探测能力，这一方面可以大幅扩展可观测样本的数量；另一方面可以探测到更遥远的宇宙现象，对研究宇宙的演化历史有非常大的帮助。

然而，自从1972年德国人把望远镜的口径做到100米之后，采用传统工作方式的望远镜一直难以得到大幅的突破。“FAST”概念的诞生主要就是基于这种情况而来的。

现在大家去看FAST可能会觉得它原本就应如此，但其实它现在的方案和最初相比已经发生了翻天覆地的变化。最终方案的形成，经过了大量的计算、分析和论证。多少次，我们都好像穷途末路，但可能就是一个睡梦中的灵感，又让我们有了继续走下去的勇气。

“天眼”的索网结构是世界上跨度最大、精度最高、工作方式最特殊的索网工程。传统的索结构是用来承重的，但它是用来变形的，所以对疲劳的性能要求极高。当时南仁东先生非常焦急，经常隔三岔五地找我讨论一些技术问题，每次见到他基本上是坐立难安。经过近百次的失败，历时两年半，终于研制出适用于FAST的成品索结构，这也算帮助FAST渡过了一劫。

虽然它叫“FAST”，英文是“快”的意思，但整个望远镜的建设和调试历程与“快”字没有半点关系。整个工程到今天，已经整整25年过去了。FAST项目已经从最初以南仁东先生等几位科学代表组成的小团队，发展到今天成为有100多人的团队，四代科研工作者前赴后继投入到这个项目之中。

经过20多年的努力，望远镜终于在2019年4月通过了工艺验收，16项技术指标一次性测试通过。射电天文学诞生至今已经有80多年的历史，中国终于有机会在世界望远镜发展历史上写下浓重的一笔。目前，FAST已经有系列的科学成果产出了，一个繁花似锦的未来正向我们走来。

我们不能说比很多人都辛苦，但是我们确实足够执着。我希望大家还能记得这样一群可爱的人，用自己20多年的青春，将这个看似不可能的空中楼阁，真真正正地、踏踏实实地做成了国之重器，也使人类终于能进一步探索宇宙的奥秘。

（摘自微信公众号“新华社”）

【人物速写·行非常之力，竟非常之功】

竟非常之功需要行非常之力。为了突破传统望远镜的百米工程极限，睁开中国“天眼”，以南仁东、姜鹏为代表的四代科研工作者前赴后继，迎难而上，经过20多年的努力，最终将看似不可能的空中楼阁，真正做成了国之重器。南仁东们的非常之力铸就了非常之功。

【适用话题】大国重器；仰望星空与脚踏实地；快与慢

（特约教师　周玉利）

【话题速递】【国乒将捐卡塔尔公开赛全部奖金】人民网2020年3月9日报道，国际乒联世界巡回赛卡塔尔公开赛，中国乒乓球队收获4金1银。全体队员将把246900美元奖金全部捐献给国内新冠肺炎疫情防控前线。比赛结束后，国乒全体队员在赛场中举起国旗，高喊：武汉加油，中国必胜！



00后音乐新偶像周深：他的声音来自仙界

□树獭先生

【星语录】

1.希望自己也能像各位前辈歌手一样，永远发光，永远热爱，永远美好，Young forever。

2.梦想这个东西，只会被压抑，它不会消失，所以我还是喜欢唱歌。

2020年的《歌手·当打之年》自开播以来就热搜不断，嘉宾阵容华丽，华晨宇、徐佳莹、毛不易、萧敬腾等耳熟能详的名字赫然在列，更有日本国宝级女歌手米西亚登上了《歌手》舞台，而其中最让人感到惊喜的，却是那道小小的身影——周深。

因为疫情，本次《歌手》采取线上录制，其他歌手都在北京舞台、日本体育馆等专业场地竞演，周深却因为需要在家隔离14天而不得不在出租房里录制，于是他一个人扛起了所有的工作：灯光师、化妆师、服装师……为了有个更加干净的背景，他还放倒了家里的衣架。尽管在家里设备简陋，周深仍旧能够将他的歌曲演绎得精彩动人，网友们说这位“卧室歌手”就是一个行走的修音机。

“谁能够代替你（周深）呢？无论你到第几名你都是第一名，因为在你这个类型里，就没有人能够跟你比。”这是他的伯乐高晓松曾对他说过的话，在当下的中国，周深确实是独一无二的，他的独特声线为他带来名誉和人气，更是让他获得了“海妖”的美誉。可是这么一个美好少年，却也曾因为“独特”而遭受过无尽的嘲讽与白眼。

周深于1992年出生于湖南邵阳，在上小学的时候，音乐老师发现了他的音乐天赋，便把他招进了合唱团。可是等到十三四岁的时候，同龄的男生都开始变声了，周深却没有什么变化，加上他矮小的身材，让他饱受讥讽与嘲笑。同学们时常会当面或者背地里对他指指点点，这对正处于青春期的周深来说造成了非常大的伤害，他因此变得越来越内向自闭，再也不在他人面前开口唱歌了。

直到进入高中后，他参加了一个校园歌手大赛获得冠军，才找回了一点点自信。17岁高考失利后，周深听从家里安排，远走乌克兰就读医学专业。一年预科，一年医学。但最终，他还是决定放弃医学，追求自己的音乐梦想。经过努力，他如愿考上了利沃夫国立音乐学院美声专业。但他没想到，迎接他的是一个噩耗：声带小结，别说唱歌了，就连说话都会破音，这对于破釜沉舟的少年来说堪称灾难。好在经过很长一段时间的针灸、中药调理，周深的声带小结终于痊愈了，周深也因此能够继续他深爱的音乐事业。

周深是通过《中国好声音》出道的。当时他穿着一件朴素的白T恤就上台了，在镜头前笑得淳朴腼腆，说自己是贵州人，身高只有161厘米。没有人会对他抱有期待，但从他唱出《欢颜》的第一句吟唱曲，导师们的眼睛全都亮了，齐秦一下子就从座位上坐直，那英和杨坤同时按键转身，汪峰也忍不住赞美：“没想到在我有限的生命中能听到这么美的声音。他的声音让人觉得世界上无论多少苦难都能变得美好。”

曾经遭受过苦难的周深，如今已经学会了从苦难中开出花朵，然后又诚挚地、慷慨地将这美好之花送给世界。独一无二的声线让周深在舞台上闪闪发光，他开始正视镜头，无视他人恶意的评价。周深用实力告诉众人，你就是你，不要畏惧做自己。

（摘自微信公众号“树獭先生”）

【话题速递】【消防员给废墟中被困男子喂水：喝口水，坚持住！】“喝口水，坚持住！”2020年3月7日，福建泉州一宾馆倒塌，一男子被困在废墟下十几个小时。为了给被困男子补充水分，消防员将水瓶扎孔，挤出水柱喂给他喝，并鼓励他坚持住。目前，男子已获救，期待更多好消息！

“网红医生”张文宏：这是我的天命

口拾遗君

【观点引路 · 不忘初心】张文宏为上了年纪的病人写清楚就诊过程，送等车的患者回家，再复杂的问题，也能通俗易懂地给网友科普，因为他记得医生的初心。不忘初心，才会排除一切困难竭力做到最好；不忘初心，才能勇于担当迎难而上。

【适用话题】人情味；担当；医德仁心；专业

（特约教师 张亚凌）

很多人认识张文宏，都源于一个新闻视频。2020年1月29日，上海医疗救治专家组组长、华山医院感染科主任张文宏，接受媒体采访时说：“所有从年底到现在为止的医生，全部换掉，他们都是了不起的医生，在对疫情风险一无所知的时候，就这样把自己暴露在病毒前面。换成谁？换成科室里所有的共产党员。”这一番话引起网民强烈共鸣，张文宏就这样成了“网红医生”。

张文宏，祖籍温州瑞安，高三保送上海医科大学，2000年获得复旦大学博士学位，随后在美国哈佛大学医学院、伊利诺伊州立大学微生物与免疫系做博士后，现任上海华山医院感染科主任。华山医院感染科很强——已连续九年稳居中国感染病学科榜首，而张文宏就是这个科室的主任。很多人都说他是“医学界的李佳琦”，因为他说话接地气，妙趣横生。

他给网民讲解为什么要隔离时，没有讲一套一套的专业术语，他讲：“现在开始，每一位都是战士，这点很重要，我们只要闷两个星期，就把病毒给闷死了，所以，你现在在家里不是隔离，是在战斗啊！你是在闷啊，把谁给闷死了？你很闷的时候，也把病毒给闷死了。闷两个礼拜，事情就解决了。”他对企业老板们说：“你老是给我们捐什么东西，其实，我们不要的，你只要员工待在隔离点或者在家工作，你就算他上班，给他们照常发工资，就是对社会做了重大贡献。”

上海市民徐如洋讲述说：“有一次，我妈妈一个人去看病。张医生见我妈听力不好、腿脚不便，就取出一张处方纸，在上面一笔一画地写着：1.先去挂号收费处缴费；2.去1楼抽血；3.下礼拜一再到1楼拿报告；4.拿到报告后到XX号诊室给我看；5.不要再挂号！张医生平时字迹有点潦草，但这一次字写得很大很清楚。”还有一位网民讲述说：“我们一家在华山医院看完病后，提着大包小包，在医院门口等车，恰好被开车的张医生看到了，他立刻按下车窗说，快点上来，我送你们！”

意外成为“网红”之后，很多媒体要采访张文宏，他都一一拒绝了。他说：“多一些时间，我们就可能多救一个病人。”采访时，一谈到他自己，他就会立刻回避：“我们医务人员只想救好病人，不需要讲自己。”“我就是个普通医生。从现在开始，采访我的话，除了疫情防控的问题，就不要谈别的了。”

张文宏不喜欢作秀。他唯一挂出来的锦旗，是一位重病患者康复后送他的，他喜欢这幅锦旗上的那句话：“我只是你们工作中的匆匆过客，而你们是我的人生转折。”他觉得这句话可以鞭策自己，可以鞭策整个科室。

张文宏这么说自己：“这是我的天命，什么是天命呢？我不做这个事，我晚上就睡不着。”

（摘自微信公众号“拾遗”，有删减）

【话题速递】【“硬核”后盾！放下手术刀拿起镰刀，家乡同事帮援鄂医疗队员收甘蔗！】2020年3月，广西支援湖北抗疫医疗队队员韦业燕家的甘蔗地里来了一群特殊的志愿者——武宣县人民医院的医务人员得知同事家缺少帮手，主动来到田间地头帮忙收割甘蔗。你们在前方战“疫”，我们做你们的“硬核”后盾！

我的雷火建设日志

口王　威

【观点引路·抢夺时间】火神山和雷神山两座医院神速完工的背后，凝聚着无数建设者的智慧与劳苦。从响应国家号召的那一刻，他们便舍小家顾大家，在工地展开了一场与病毒传播比速度的赛跑。他们牢记“工期就是军令”的使命，留给世人一个个奔跑的身影，以高效率运转为打赢这场防疫战赢得了时间，谱写了保卫武汉可歌可泣的故事。

【适用话题】奉献；责任；共克时艰；平凡与伟大

（特约教师 张衍凯）

我是王威，是武汉火神山和雷神山两座医院的建设者。我们主要负责装饰工程，这是接力工程建设的最后一棒，也是确保如期交付压力最大的环节。

我1月29日中午在公司群里看到在汉员工参建雷神山医院的号召，立刻就报了名。我下午1点到达雷神山医院，下午4点突然又接到驰援湖北省人民医院防疫病房改造的任务。院方通知，第二天下午5点要转进病人，我带领工人立即赶到省人民医院。

到达现场后，最大的困难是隔墙是临时建的，现场木门为成品的，尺寸不匹配。于是我们立即把门框重新切割再组装。当时，所处环境是医护人员一边消毒，团队一边施工，24小时内完成了所有门的安装工作。离开医院的同时，转运发热病人的救护车已经驶入医院大门，我们终于松了一口气。顺利交接以后，我晚上回到雷神山医院，好好睡了一晚。

2月1日上午，我们在雷神山医院完成了首个装饰工序样板房，为后续大面积施工打下了坚实的基础。

在雷神山医院的建设中，为了更好地满足使用要求，保证装饰效果，我们在做深化设计时，BIM（建筑信息模型）技术团队也在后台参与进来，通过三维模拟整体效果，来辅助快速确定设计方案。另外，我们使用的充电式机具简单便携，结合装配式施工，最大限度保证了工期。

下午1点半又接到通知，紧急驰援火神山医院项目。我经历的项目不少，这个项目最大的不同在于时间就是生命，工期就是军令。一到项目，我马上就感受到施工节奏非常之快，各种车辆和设备都在快速运转，参建的管理人员为了能提高工作效率，走路都是小跑着。由于戴着口罩，协调工作又非常多，大家的嗓子几乎都是哑的。

在火神山医院建设中，我主要参与了驰援抢工，带领工人完成了室内隔墙板、吊顶天花、成套门的安装工作，全力跑好最后一棒。这个项目的交付时间全国人民都知道。通过一夜奋战，2日早晨6点，我们顺利完成了施工任务，保证了火神山医院成功交付。回到雷神山医院后，我又参加了两个夜间现场管理工作。

2月5日，我完成了在雷神山医院的工作。6日，雷神山医院由武汉市城建和卫健部门进行验收，并开始逐步移交。

援建这两所医院，能够为白衣天使建设抗击疫情的战场，为患者提供治疗康复的场所。想到患者可以及时转过来接受科学专业的治疗，我感觉自己为武汉和国家作出了自己的贡献。

建设完成后，我将坚决按照要求和规定进行隔离观察，这是对自己也是对家人和社会负责。虽然仍然无法回家，但是可以有相对充裕的时间，和女儿视频聊聊天，给她讲讲爸爸在建筑这个战场上抗击疫情、守护武汉的故事。

和很多人一样，这个特殊的春节，必将在我们的人生中留下不可磨灭的一页。我也相信，在大家的共同努力下，一定可以共渡难关，打赢这场防疫战。

（摘自微信公众号“新青年”，ID：YouthTalks）

【话题速递】【可爱！病人跳舞拍视频，医护人员“被迫营业”】2020年3月，四川德阳市定点医院的隔离病房里上演了可爱的一幕：医护人员陪病人一起拍视频，病人跳得起劲，穿着防护服的医护人员努力跟上节拍。网友：“被迫营业的医护人员太难了。”“这届患者太难带了，没点儿才艺都不行！”

玥小编

郎朗，这位钢琴神童3岁开始练琴，13岁摘得国际大赛冠军。出道以来，他以勤奋、精力充沛著称，别的钢琴家一年的演奏会最多几十场，他长期保持的频率是一年120～150场。因为长期劳累，2017年4月，郎朗左臂发炎，不得已取消了一系列音乐会，直到2019年7月才正式复出。2020年3月初，郎朗开启了新一年欧洲巡演，演奏曲目是巴赫的《哥德堡变奏曲》，这首曲目被誉为“音乐史上最难、最伟大的变奏曲”，是所有钢琴家的终极挑战，也是郎朗2020年的头等目标。

《纽约时报》评论这是“一个钢琴巨星的成长”，如果你从小就是神童、巨星，到了37岁，还能开拓多大的空间？郎朗绝对不甘心就此止步，“37岁的他正处于从神童到成熟，再到元老级艺术家的下一个升华阶段。”





郎朗自述 一个钢琴神童决定重新出发

□郎　朗

让更多人听到古典乐

综艺《幸福三重奏2》受到很多人关注，这个我没想到。可能我总觉得所谓的正事是弹音乐会、做大师课，但是现在这个社会还真不只是这样，好像对真人秀这类事情的关注度比我在维也纳、柏林弹多少次还要高。

所以关注古典圈的人还是少。有时候我就在想，怎么样才能让不是这圈里的人也感受到高雅艺术，比如说和不同的歌手合作，或者跟不同的品牌尝试跨界，说到底，都是为了能让古典乐给更多人听到。

我也在学着活用社交网络，比如B站上我开了个频道，用视频给大家上钢琴课。我不觉得社交媒体该成为人们无聊就上去想说啥就说啥的地方，社交网络它得改进，它该把人们的灵魂凝聚在一起，也该变成学新鲜事物的平台。

休整一年半，发现我得补东西

2017年下半年开始，我休息了一年半，这一

【话题速递】【感恩！武汉痊愈患者把医护名字写满外套，“穿回去消毒保存起来”】2020年3月，武汉同济医院重症病房内66岁新冠肺炎患者龙先生将120名医护名字写满外套，表示要“穿回去消毒保存起来”。无独有偶，武汉另一名患者即将出院，为记住医生，也把医生的名字写在衣服上。

年多时间，我有了更多时间去感受原本没时间经历的人生。

通过这段休整我就感觉到，我得补东西。

（出道以来），我几乎每天都干非常相似的事，突然来个一年半的休整，我就有时间去想，我以后要怎么来弹音乐会，我未来怎么生活。

所以一出来就做了挺多事，录了《钢琴书》这个专辑。这些曲子我早就想录了，就是因为担心有人会说，这些曲子太简单了，《小星星变奏曲》《致爱丽丝》……这些小孩都能弹，大家会认为怎么郎朗弹这么简单的曲子。

但后来我发现，这些曲子真想弹好是很难的。真正的艺术不是说简单与复杂，而是能达到你心灵的什么位置，你是什么样的思想程度和你对音色的控制、对音色的悟性。所以我这次就是在这方面下了很大功夫，我怎样才能把这首曲子弹出我梦想中的声音，而不是我小时候弹的那个水平。

还有比如动画片《麦兜故事》的主题曲、坂本龙一的《圣诞快乐，劳伦斯先生》《茉莉花》《阿里郎》等，因为我小时候，亚洲乐曲还少，我就希望在我这个时代，中国的作品包括亚洲的作品，能和这些欧洲的古典精品相提并论。

钢琴教育：不能先苦后甜，那就晚了

看网上大家都很喜欢看我那些教学视频，做的那些效果都挺逗的。我对自己要求挺严，但是我对小朋友会稍微把话收回来些，因为老师太严格不好，对小孩会有阴影。

小时候我爸严，他有的严格是对的，但是有的严厉完全是自我陶醉。你不能光苦，光苦谁愿意当钢琴家？苦尽甘来那太晚了，那已经是荒废了很多人的希望。

我经常碰到太多有天赋的孩子，都问我：“我以后该怎么走？我下一步该去哪儿学呢？您能给我些建议吗？”但我个人的圈子是有限的，所以我想要有更大的关系网，成立个基金会，就能跟孩子们说，你可以去这个夏令营，我的基金会能给你联系这个机构，来帮助他们解决练琴甚至经济上的问题。

我的基金会是十年前成立的，但在国内成立是挺晚的，2018年12月我们才成立，一年多一点点，已经捐了34所学校。

我开始建立目标的时候，就是我觉得音乐能改变人生，而不是我去一个地方访问一下就再见了，这一辈子不知道还能不能去第二次、第三次，就是一阵旋风吹过去没了，怎么能扎根？应该种棵树在那儿，留下一个真正的体系。

（于是）我就开始研究课程，而且智能钢琴出来了，当地的老师给孩子上课就容易很多。

还是得活好，得弹得越来越好

都37岁了，第一阶段必须走完了，再不走完怎么走第二阶段？那肯定是往成熟、往对音乐理解的能力和对自身调整这个方面去努力。

作为钢琴家你不进步就退步，你可以搞教育，但是问题是你越弹越烂的话，你还是先教一教你自己吧，所以还是要活好，活得越来越好。

今年我就是从3月份以后，全都弹巴赫的《哥德堡变奏曲》。它是最传统的，进入第二阶段，一定要有一个里程碑式的作品，最后用作品说话，而这个作品就是能代表第二阶段的开始。

今年我还想录制《哥德堡变奏曲》的专辑。我打算30多岁时录一次，50多岁录一次，70多岁争取还能录一次。年轻的时候弹，可能缺少些理解，但录音先试一下，总比不录强。

有的时候神童没长大，他就永远变成一个儿童，你看很多特别有才能的小孩，到了一定年龄就上不去了。我不敢说弹琴的每一分每一秒都是快乐的，但我至少有80%都是，所以这就是我还能一直弹下去的原因。

对我来说，弹钢琴的时候，我需要传达超越演奏本身的一切，而不仅仅是演奏。因为我不觉得世界上还需要多一个钢琴家。我不是在演奏曲目，我得演绎出整个宇宙。在艺术里，你怎么能不冒点险？

（摘自微信公众号“一条”，ID：yitiaotv）

【话题速递】【好暖！江苏射阳县一村民给交警捐500只防护口罩】2020年3月6日，江苏省盐城市射阳县黄沙港镇耕办事处一名村民，拿出自家备用的500只防护口罩，送到该县公安局铁骑交警中队，解决了铁骑队员的燃眉之急。村民表示，看到他们在疫情期间比较辛苦，想为铁骑队员奉献一点爱心。

□央视军事

纸短情长，战“疫”家书

作文君：疫情来临，他们闻令出征，驰援武汉，因为使命担当，便义无反顾！他们看似勇敢无畏，但其实个个都有软肋。因为他们也是平凡的人，是爸妈的宝贝，是爱人的牵挂，是儿女的依靠，这一封封或稚嫩或无奈的“家书”，不论字面上表述的是什么，力透纸背的都是牵挂呀！

梅春丽



军队支援湖北医疗队队员。把无微不至的关心带给了患者，把一次次失望留给了女儿。女儿只好把每天想对妈妈说的话，写在日记本上，拍成照片发过去。

亲爱的妈妈：

你为什么总在通话的时候对我发火？我每天一起床就给你打电话。我给你打了很多电话，但是你接的却很少。我从来不觉着烦，你却说我给你打电话是打扰你。以前，你去出差的时候，我给你打视频电话你都会接，说话的声音也是轻声细语的。你到了武汉能不能不要变来变去的呀？妈妈，你要多注意身体，以后咱们视频都好好说话，不发火，不闹情绪，心情从阴天变大晴天。

女儿



赵　峰

出生在军医家庭，军队支援湖北医疗队队员。正奋战在武汉火神山医院重症救治一线。

峰峰：

我们作为党的儿女、解放军子弟，理应冲锋在前。我们为你的所作所为深感骄傲和自豪。家里一切都好，请你不要分心，为救治更多的新型冠状病毒肺炎患者做出更大的贡献，在这没有硝烟的战斗中，为人民立功！请你照顾好自己，我们等着你凯旋！

父亲

彭　渝



军队支援湖北医疗队队员。除夕之夜瞒着家人踏上了驰援武汉的征程。丈夫得知消息后与她大吵一架，冷静之后发来的这段微信让她哭成泪人。

媳妇儿：

见字如面。太了解你的脾气，又是一次艰苦任务，望规范操作，把握流程细节，切勿粗心莽撞。沉着冷静，保存自己才能有实力与病毒战斗，真正的战斗集体不是一个人去战斗，团结协作才有作为。你是我妻也是战友，务必牢记初心如磐，使命在先，盼早日凯旋。

夫：峤

【话题速递】【妈妈抗击“非典”，女儿迎战新冠】90后护士李佳辰，是国家支援湖北医疗队队员。她的妈妈是名护士长，2003年曾抗击“非典”。因为牵挂女儿，妈妈写家书：“‘非典’时那个在电话里为我弹奏的小女孩，已成长为战士。”佳辰感慨回信：“给我勇气的，正是当年那个勇往直前的你啊！”

宋立强



军队支援湖北医疗队队员。2003年的小汤山抗击“非典”、2008年的汶川抗震救灾，他都战斗在一线。除夕夜驰援武汉。

亲爱的爸爸：

看到您在收到通知的前一秒还在休息，后一秒就立刻准备，没有一丝犹豫，我想，这应该就是军人的作风。军大衣、军帽、皮靴，全副武装后的您急匆匆地冲出家门，只留下一句“没事，别担心”。我和妈妈的心一直悬着，直到看见您穿着防守服，戴着口罩的身影，才渐渐松了一口气。我向您致敬，向全体医护人员致敬，在救治武汉人民的同时，请你们务必凯旋！

您的女儿：宋美伦



胡世颉

军队支援湖北医疗队队员。1月26日第一批进驻武昌医院ICU病房，对危重患者展开诊治。

毛毛：

你能作为一个国家重要历史事件的参与者，这是宝贵的人生财富，也是你与全家的骄傲。西京医院选择你，是对你的信任与重托，首要的是不辱使命，全力以赴！同时也要科学应对，自我保护。还要注意对此类抗病的救治思考，积累经验。爸期待你平安归来！

父：胡先林

郭　玮



军队支援湖北医疗队队员。除夕当天，驰援武汉。

妈妈：

大年三十早晨，您告诉我们一会儿去武汉执行任务。平日里只要我们对您加班值班提意见，您就说是职责所在不容商量。是的，我们早已认可和习惯了您的说走就走，但这次太不一样了！大年三十是一家人团聚的时刻，而且前方的感染风险那么大。可您说：“妈妈是军人，服从命令是军人的天职；妈妈是护士，救死扶伤也是护士的天职！”我们想念您，更为有您这样的妈妈而感到骄傲。加油，妈妈！加油，武汉！加油，我们的祖国！

惠馨荻、惠馨乐

胡　宇



军队支援湖北医疗队队员。2008年曾参加汶川抗震救灾任务。2011年，远赴黎巴嫩参加维和任务。

亲爱的爸爸：

再过一个月就是我的生日了，这次你能回来陪我过生日吗？从春节到现在你一直很忙，都没陪我和妈妈在一起好好吃顿饭，这次，我一点都不怪你，我知道这是你的职责，你就是大家一直都赞美的“最美逆行者”。

爱你的女儿

（摘自微信公众号“央视军事”，海报设计：游佳）

【话题速递】【看到消防员冲入火海，围观少年蹲地哭泣】2020年3月5日，甘肃金昌一居民家中发生火灾，消防员迅速出动并成功将火扑灭。正当消防员们收捡器材准备归队时，发现一名男孩蹲在地上大哭。原来，小男孩因为看到消防员冲进火场十分感动，哭着说：“你们为了人民冲，我感动！”

最后一个农家院子

□刘亮程



四弟搬到县城后，我们家留在元兴宫的那个宅院的卖与不卖在家里引起了争执。

四弟搬家前已和一户村民谈好了房价。父亲坚决不同意卖房，他说那个价钱太便宜，那么大的一个院子，大大小小十几间房子，还有房前屋后的好几百棵杨树，都能当椽子了。

我想，父亲最根本的意思是不想卖掉房子。对于他经营多年，每棵树、每堵墙、每寸土都浸透着他的汗水的这个宅院，卖多贵他都会嫌便宜。在他心中，那一棵棵环家护院的杨树是多么高大、壮实啊！它们在父亲心中的地位，我们这些离家经年的儿女怎能轻易揣测呢？

一个又一个炎热的夏天，父亲从地里回来，坐在那些树的阴凉下喝碗水喘口粗气。一个又一个不眠之夜，父亲忍住腰疼和腿疼，倾听树叶哗哗响动的声音，回想自己平凡的一生。那些树木渐渐在他心中变得巨大无比。甚至家里的一草一木一土都在父亲心中变得珍贵无比，你若拿一块赤金换他的一根旧锨把儿，他都未必愿意换。况且这很有可能是父亲一生中最后一个农家院子了。

父亲还是没有留住这个院子，随着儿女长大成人，父亲的话已显得无足轻重。我们家在农村的最后一座家园就这样便宜卖掉了，地也租给了别人。

在被生活挤到一边，失去很多不敢奢望永远地拥有的东西时，我们会情不自禁地怀念我们家坐落在城市边缘的那一个农家院子。

（田龙华摘自《一片叶子下生活》人民文学出版社）

【素材运用】乡土不仅是人生开始的地方，也是我们心灵成长的家园。无论相距多远，无论身处何地，我们心中总会充满那桑梓记忆。在父亲眼中，留在元兴宫的那个宅院里的一事一物承载着太多太多的乡土气息，那旧锨把儿见证过往昔的贫瘠和劳动的丰收，那几百棵杨树昭示着生命的渴盼和生活的幸福，而那被杨树环绕的农家院子不仅是一个遮风挡雨的处所，更是全家人的精神纽带和情感寄托。如今，在钢筋水泥的城市森林中，有多少人还保存着这份乡土情结，又有多少人还惦记着这些乡土故事？请在远离乡土的路上回头望望我们曾走过的路，因为那里有我们最美好的回忆和最难忘的念想。

【适用话题】故乡；感动；精神世界；城乡差异

（特约教师 刘飞）

【话题速递】【以前被世界保护的人现在守护世界了】2007年，13岁的王冰因青霉素过敏导致肺炎休克危在旦夕，医生刘清岳救了他。13年后，王冰成了重症医学科护士，他主动报名支援湖北。抗疫一线，王冰遇到了当年的救命恩人刘清岳。他说：“以前是被世界保护的人，现在轮到我们来保护世界了。”

丁香尺

□冯骥才



我书桌上有一对镇尺，长八寸，原木本色，不着漆，亦无任何雕饰，这是好友张宗泽先生送给我的。他偶得一块丁香木，质好色正，径粗且直，这么好的材料很少遇到，便特意为我做了一对镇尺。他知道我性喜自然，不爱刻意雕琢，故只把木头裁成两根尺余木条，没有任何雕工，线条却极规整。此木有香气，香味殊异，清新沁人，故不上漆，以使香气散发。每每拿它压在笺纸上，伏案写字，香气悠然入鼻，感觉有点神奇，似有仙人飘然而至。因写了两句话，请宗泽分别刻在这一双镇尺上。曰：

水墨画案丁香尺，茅草书斋月光心。

宗泽为津东芦台镇人。芦台自古为画乡，人颖悟，多才艺。宗泽是当地工艺公司一员小干部。“文革”后期，我工作的书画社恢复了仿古绘画，一时找不到手艺好的装裱师傅。后来打听到芦台有一位裱画高手，曾在北京荣宝斋干活，便跑到芦台，结识到这位管理手工艺行业的张宗泽。他人朴实厚道，腼腆缄口，喜欢书画，尤好木雕。常在一块木疙瘩上随形雕出许多奇山秀水、怪石异卉、鬼魅神灵，形象灵动又浪漫。我问他出于何种构思，他说信手拈来，一切听凭自然。他还擅长木雕书法，能将书法笔画的神韵刻出来。我喜欢这位天生有禀赋的乡间才士，因与他交往数十年，其中自有许多真情实意的小故事。比方我当时出差到芦台，夜宿一家小店，他来看我，闲话间忽跑去给我打来一盆热乎乎的洗脚水，给我解乏。这叫我至今想起心中还会再生感动。于是，这对镇尺一直放在书桌上。更多的不是应用，乃是个中的情味。

应用的东西，没有了可以再找。若是上边附着了一些故旧的情意，虽然普通，却不会丢掉。

（摘自《书房一世界》作家出版社）

【素材运用】偶得一块好木，便想到可为朋友所用，依其秉性为他做了一对镇尺；察觉出朋友出差疲乏，便去给他打来一盆洗脚水。这些事似乎微不足道，但将朋友装在心里的那份真情意，实在珍贵难得。同样，“我”一直铭记着友人之好，并以文字感怀，何尝不是一份真情意？真情意如丁香木一般总是散发着馨香，自然且无时无刻不氤氲于我们的身边。

【适用话题】友情；物品与人；情意；珍藏

（特约教师 张金枝）

美诗 · 原创 ·

老父

□宋协栋

一阵风吹起
冬紧抱住了厚厚的土地

温暖的阳光下
父亲和村头的老树站在一起
头顶，
是几片泛黄的枯叶
坚强地迎着呼啸的北风

父亲把寒冷揣在怀里
温起一片春意

父亲的身影和树影重叠
一起诉说的岁月的回忆

【话题速递】【八旬奶奶病愈出院下跪致谢，这一幕让人泪目】2020年3月6日，武汉协和医院一位白发阿婆出院时跪谢医护人员的视频感动了无数人。四川医疗队的医护人员送阿婆出院，想给她拍照留念，老人家不知道该怎么表达感谢，竟然直接跪下了。大家赶紧将老人扶起来，阿婆说：“我要回来看你们的。”



疲惫是因为姿势错了

□沈嘉柯

大学时上游泳课，体育老师教了我们几个动作，就让大家下水，只要能够浮起来，游到对面的岸边，就算及格过关。就这样，我自己摸索着学会了游泳。毕业之后的十几年，我常去游泳。每次都全身疲倦，但我又想坚持，因为游泳的好处太多了。

去年年底，我家附近开了一家全新的游泳馆。我在这家新开的游泳馆里面，游了1000米，一身疲惫地爬上岸。旁边那个年轻的救生员男孩终于忍不住了，他跟我说：“我看你常常游泳，是办了卡的吧！”我说：“是啊！”他接着说：“但是我看你每次都游得好辛苦，是刚刚学的吗？”我有点不高兴：“怎么会呢？我游了十几年了。”他说：“那你是不是感觉游得很吃力？”我吃了一惊，点头说：“是啊！”他告诉我：“那是因为你用的动作姿势错了啊！”我心里在想，这家伙该不会是要推销他自己的教练课程吧！

这个救生员又接着说，你可以找教练上游泳课，学一下正确的姿势。我笑了，果然如此。我正打算拒绝他，他已经直接趴在地上，一边演练动作，一边解释应该怎样划水。“动作不要太匆忙，换气的时候等待3秒钟，自己利用水的浮力，浮上来换气。划水的时候，大腿要收拢，小腿要打开画圈圈。这样才能保证重心一直在下半身，反推力往前。”

我照着他教我的游起来。第一次觉得别扭，还有点手忙脚乱。第二次纠正换气，但是没有纠正小腿，更加费力。第三次都纠正过来了，但还是没能找到那种感觉。

我休息了10分钟，他下水又示范了一下。第五次的时候我找到了感觉。就这样，不知不觉，我居然游了二三十个来回。最后上岸的时候，全身很舒服，并且觉得精神抖擞，一扫过往的疲惫不堪。

直到这次经历，我才真正喜欢上了游泳。原来，我可以专注地游泳，得到锻炼，并且精力充沛，身体还不累。以专业的办法去做一件事情，从中得到快乐和良好的回报，下一次再去，根本就不必强逼自己，而是巴不得一有时间就去。

要想学习到正确的东西，太需要克服偏见和心理僵化。哪怕掌握了认知方法，我仍然是不完美的，充满不足还会犯错，但我的纠正能力超过了从前的自己，也超过了很多固执的人。这令我有机会成为更好的自己，这才是真正的成长。

（余娟摘自《你值得拥有这世界的美好》九州出版社）

【素材运用】作者一开始用自己摸索的姿势游泳，即使游得很累，他还是一直坚持，盲目地相信坚持锻炼有益身体健康，直到有一天，一位年轻的游泳教练指出了他的错误，并且教会他更专业的游泳方法，他才真正体会到游泳的乐趣。勇于更新自己，虚心学习，学会用专业的方法做事，才能“从中得到快乐和良好的回报”。

【速用名言】

1.培育能力的事必须继续不断地去做，又必须随时改善学习方法，提高学习效率，才会成功。——教育家 叶圣陶

2.最有价值的知识是关于方法的知识。——英国生物学家 达尔文

【适用话题】固执与偏见；相信专业；掌握正确的方法

（特约教师 李辉）

【话题速递】【湖北医生父母一线抗疫，15岁女儿照顾奶奶和弟弟撑起一个家】湖北黄冈市15岁王楚妍的父母都是医生，疫情发生后父母都奔赴一线，她十分理解爸妈的举动，除了完成学业和帮助奶奶做家务外，还要辅导弟弟功课，还安慰父母让他们安心工作。王楚妍说，现在最期待的就是疫情早点过去。

普京：挨打悟出的道理

□［俄］普　京

我1952年10月出生，开始上学时已经快8岁了。我不大愿意上学，更喜欢跟小朋友们整天在我们大院里玩，但又不得不走进校门。学校是有组织的集体，它有明确的行为准则和严密的纪律。然而，当一个从小长在深山老林里的人乍一到了这种有组织、有纪律的环境里，他一定还会按原先的规则生活。而学校就像是在他周围拉起的一道护栏，圈在护栏里受约束，很不舒服。于是，我就开始想要“挪开”这道“墙”。

这样“爱自由”、不安分，理所当然地要引起老师们的干预，调皮的学生不喜欢老师们这么做，便常常要做点什么反抗的表示；这样“爱自由”、不安分，调皮的学生之间也不免要发生冲突，于是，打架的事便接连不断。

小时第一次挨人打，我感到很委屈。打我的那小子看上去像个瘦猴。不过，我很快便明白了，他年龄比我大，力气也比我大得多。对我来说，这街头“大学校”给我上的很重要的一课，由此使我得到一次获益匪浅的教训。我从中得出以下结论：

第一，是我做得不对。当时，那孩子只是对我说了句什么，而我却很粗鲁地把他给顶了回去，那话简直能把人噎死。实际上，我这样欺负人家是毫无道理的。因此，我当场就受到了应得的惩罚。

第二，如果当时站在我面前的是个人高马大的壮汉，也许我就不会对他这样粗暴了。因为这孩子一眼看上去瘦骨伶仃，我才觉得可以对他撒野。但等我吃了苦头后，我才明白，不论对谁都不能这样做，对人都应当尊重。

第三，我明白了在任何情况下，不管我对错与否，只要能进行还击，就都应当是强者。可那孩子根本就没给我任何还击的希望。根本就没有希望！



第四，我应该时刻做好准备，一旦遭人欺负，瞬间就应当进行回击。瞬间！

总的来说，我打架，并没有什么鲁莽和过火的举动。不过，我从中悟出一个道理：如果你想要成为胜者，那么在任何一次对打中，都要咬牙坚持到底。

此外，我明确意识到，不到万不得已，不能轻易卷入冲突。但一旦有什么情况发生，就应假定无路可退，因而必须斗争到底。原则上说，这一公认的准则是此后克格勃教给我的，但早在孩提时代多次打架中我对此就已经烂熟于心了。

此后，克格勃教我的还有另外一条准则：如果你不准备动武，你就不要拿起武器，不应该随意恫吓别人。一旦你下决心打这一架，那你就要坚持到最后。换句话说，不打则已，打则必赢！

小时候，打架是常事。我们不过是大杂院里一帮调皮的孩子。我们中间没有一个是从大杂院的孩子沦为罪犯的。

（林冬冬摘自《中国青年报》）

【素材运用】人与人之间本应互相尊重，和谐相处，但有时也难免存在不和谐因素。作者面对冲突时，“不打则已，打则必赢”的霸气态度告诉我们，要想取得胜利，就要假定无路可退，全力以赴，斗争到底。

【速用名言】

1.不打无准备之仗，不打无把握之仗。——毛泽东

2.两强相遇，勇者胜。——西汉史学家 司马迁

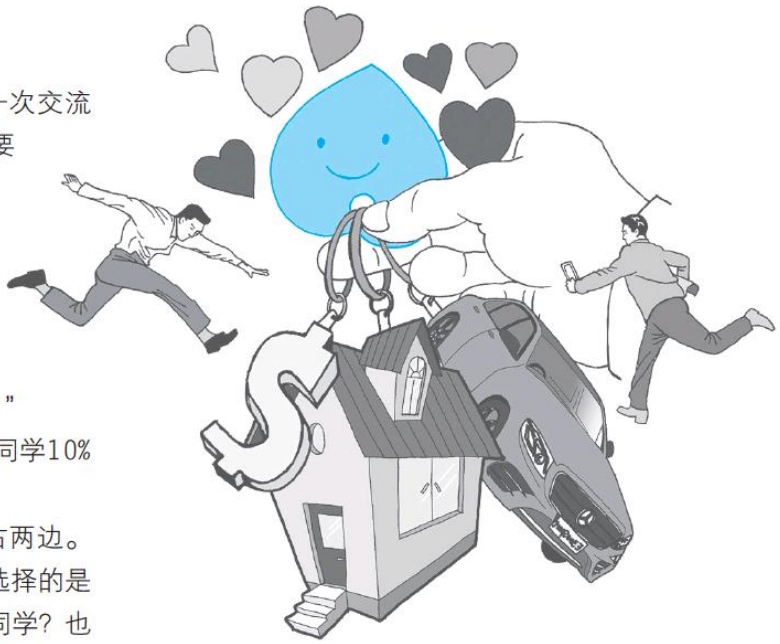
【适用话题】尊重；坚持；勇往直前

（特约教师 康学岚）

【人物意趣】【八旬老人担任双语播音员】80岁的张阿婆是苏州彩香一村南社区居民，她住的小区近一半居民是老年人，老人视力不好，防疫宣传单上的字看不清。于是，张阿婆主动请缨担任小区广播站的战“疫”播音员。普通话、苏州话“双语”播报，她甚至还自编了快板，普及防疫知识。点赞！

让人放心，是一个人最了不起的才华

□ Fine



巴菲特每年都会在大学开座谈会，一次交流中，有位大学生问他：您认为一个人最重要的品质是什么？

巴菲特没有正面回答这个问题，而是让大家做了个小游戏：拿出一张纸，思考两个问题。

第一个问题是：“假如你有一个买进你某位同学10%股份的权利，你会选择谁？”

第二个问题是：“假如让你卖出某位同学10%的股份，你会选择谁？”

将两个问题的答案分别写在纸的左右两边。然后，巴菲特说：“买进10%的股份，你选择的是那个最聪明的同学吗？不一定。最有钱的同学？也不一定。你一定会选择你最认同的那个人，那个诚实、踏实、值得托付的人。卖掉10%的股份，你选择的是成绩最差的同学吗？不一定。最穷的同学？也不一定。你选择的，肯定是那个你最讨厌的人，不诚实、爱吃独食、耍阴谋诡计、背后说坏话、过河拆桥的人。当你仔细观察这张纸的两边，你会发现，能力强不强并不重要，是否美若天仙也无所谓，成绩好不好根本没人在乎，只有靠谱、让人放心，别人才会为你买单。”

的确，这个时代，聪明易见，靠谱难得，太多人用套路敷衍，太少人用真心付出。但其实，你每一次让人放心的表现，都是在人生银行中存下的一笔储蓄。待到关键时刻，这就是你最值钱的名片。

（林冬冬摘自《传奇故事·破茧成蝶》2020年第1期）

【素材运用】靠谱是一个人最可贵的品质。巴菲特用买卖股份的例子告诉我们，一个人是否靠谱，无关能力、美貌、财富，真正重要的是让人放心的表现。懂得将心比心、换位思考的人，能够坚守原则，诚以待人，做人做事踏实有度，让人放心。相反，为一己之私欲而损害他人利益的人，表里不一，纵使才华横溢、腰缠万贯，也得不到大家的信任和拥护。由此可见，好的人品如金子般闪光，如明镜般光照世间万物和社会百态。学会做一个靠谱的人，让好的人品成就自我。

【速用名言】

1.己欲立而立人，己欲达而达人。——《论语》

2.美德犹如名贵的香料，在烈火焚烧中散发出最浓郁的芳香。——英国哲学家 培根

【适用话题】美德；真心与套路；人生的名片；靠谱

（特约教师 陈丽敏）

【话题速递】【世界野生动植物日】2020年3月3日是联合国第七个世界野生动植物日。全球主题是“维护地球上所有的生命”，我国主题是“维护全球生命共同体”。通过系统实施濒危物种拯救工程，我国大熊猫、朱鹮等濒危野生动物已扭转了持续下降的态势，华盖木、百山祖冷杉等野生植物居群稳定增长。



28年悬案告破，南京刑警：曾难以释怀

□叶　宁

作文君：2月23日，南京发生于28年前的一桩悬案告破。1992年3月24日，南京医科大学（原南京医学院）在校女生林某被害，28年来警方不断在用新的技术进行突破，终于抓获了犯罪嫌疑人。8年前，南京市公安局民警叶宁曾写了一篇文章，让我们看到了南京民警的责任和担当，也看到了案件背后，一个家庭破碎的悲凉。

我曾经在南京市公安局刑侦支队做了七年的侦查员，参与过很多案件的侦破，对于非正常的死亡、对于死者给生者留下的种种伤痛，我很难有更为深刻的印象，毕竟见太多了。

可是每年的3月24日，我都难以释怀。基于保密的要求，我不能对20年前的3月24日，一个不幸的女孩被害这件事透露什么信息。案发后，料理完死去女大学生的后事，死者那人到中年的父母带着巨大的伤痛回家去了。第二年的3月24日，不幸女孩的父母千里迢迢地赶来，到女儿曾经的校园里祭奠他们的爱女，然后到刑侦支队，找领导打听案件侦破的进展情况。从此开始，以后每年的3月24日，老两口都要到女儿人生走到尽头的伤心地，默默凭吊他们的女儿，然后转到我们这里，打听一下这一年中案件的进展。我们大案队的兄弟谈到这事，谁都不愿意再谈下去。

也许是不经意的一瞥，让我无法觉得自己是个局外人。那就是在第四或第五年后的3月24日，我无意间见到了这对伤心的父母。

那天下着清明前常有的雨，我看到这两个已显老的中年人互相搀扶着踯躅而来，轻车熟路地进了支队长的办公室。有认识的人和我说“这是3·24死者的父母”。我的心一下子揪紧了。

走的时候他们依然比较平静，尽管难以掩饰脸上写满的悲伤和失望。一把伞遮不住落在两人身上的雨，也许他们已经不在乎雨了，那么大的女儿没有了，他们的悲伤还怕雨淋吗？我和另外几个兄弟站在窗口，目送着他们消失在雨中。他们没有拷问我们这一年都在干什么，但是他们的行动，始终在提醒我们。就算你做了99%，但是对于1%的人来说，你所做的归根结底还是零。

大约是第八个或第九个3月24日，支队长幽幽地说了句：“今天老两口打电话来的，今年他们身体不好，来不了了”，谁都没有说话。虽然案件有其客观条件，虽然一有类似案件我们就往上面努力，但是我始终无法为“3·24”没有解决而释怀。

后来我因为工作调动，离开了刑侦部门。刑侦支队已升格为刑侦局，更加兵强马壮了。女大学生的父母，已经从两个中年人变为两个老人。他们的身体时好时坏，有的年份来，有的年份来不了就打电话来。这样一晃，二十年过去了，今年两个老人来了没有？我想知道，又怕知道。也许直到真相水落石出的那一天，对于像我和我大案队的兄弟们，这些曾经把案子与个人生涯联系起来的人，才能真正释怀。

（风歌摘自《现代快报》）

【素材运用】20多年的追踪，20多年的遗憾，20多年的难以释怀，只因一份沉甸甸的责任，还有干警们难舍的为民情怀。天理昭昭、悬案终结的背后，是多年的坚持，是对每一个生命的敬畏和对良知的坚守。

【速用名言】

1.热爱生命是幸福之本，同情生命是道德之本，敬畏生命是信仰之本。——当代学者 周国平

2.一种未完成的使命会使整个人生黯然失色。——法国作家 巴尔扎克

【适用话题】情怀与使命；岗位与责任；真相；敬畏良知

（特约教师 王蓉）

【话题速递】【歌唱家克里木去世，曾演唱《掀起你的盖头来》】原总政歌舞团著名艺术家克里木同志，因心衰竭于2020年3月3日去世。克里木1940年6月12日出生于新疆吐鲁番，著名男高音歌唱家、舞蹈家，演唱过《掀起你的盖头来》《库尔班大叔你上哪儿》《阿凡提之歌》《达坂城的姑娘》等脍炙人口的歌曲。

2019诺贝尔文学奖

热门人选残雪：我的表演

□残　雪

我从三岁起就热衷于表演。但在我小的时候，那种表演是很特别的——我在脑海里进行表演，因此没有任何人知道我所上演的戏剧。

有时候，一个人待在房间里，我就开始表演了。我家里起火了，到处是烟，而我外婆生病了，行动不便，我搀扶着她，同她一起跑出房间。我们俩多么快活啊！

有时候，在半夜，一只老虎在后面追我。我跑啊，跑啊，跑得喘不过气来。然后我闭上眼睛，对自己说：“跳！”我从悬崖上跳了下去。但我知道我不会死。当我醒来时（我总是在关键时刻醒来），我发现我活着。

上小学时，我的老师是一位很穷的年轻男老师。他的相貌不好看，似乎没有女人乐意嫁给他。我坐在教室里听他的课，但我在走神。我想帮助他，使他快乐。有一天，我写了一篇很精彩的作文。作文写得如此之好，以至于在学校里引起了轰动。人们相互询问：“她是谁的学生？”“文老师的学生！”文老师和我多么快乐。我们在操场上散步，我们说呀，说呀……当然，这些事在现实生活中并没有发生。

长大后，我的表演就持续更久，情节也更复杂了。

到了十三四岁，我就开始读小说了。读了小说后，我很想爱上某个人，但哪里有人可以让我爱？我家很穷，父亲去劳动教养了。平时，当我外出遇见别人时，大部分人都给我以白眼。此外，我已经失去上学的机会！

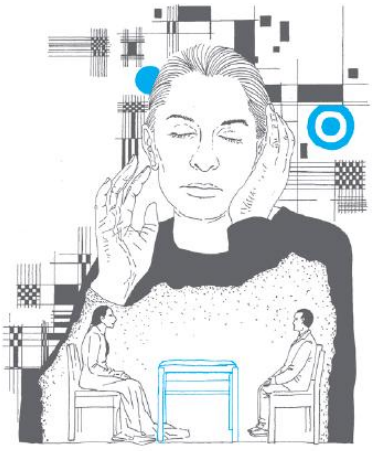
所有这些意味着我只能同周围的两三个女孩来往。于是，大部分时间我都待在家里。我每天去一个小食堂买饭回家吃，一天两次。一个阳光灿烂的日子，我从食堂回来时，看见一个男孩在操场上打篮球，他看上去比我年龄大一点，我觉得他很好看。我的脸因为害羞而变红了。当然，他根本没注意到我——男孩们总是这样的。到了夜里，躺在黑暗中，我开始表演我和他的邂逅。我是如此的兴奋，我们相处的情景反反复复地出现。我设计出种种情节，在这些情节里，我和男孩总是面对面地交谈着。

我的“天堂生活”持续了整整一个夏天。我每天都要经过操场，我仔细地倾听跳动的篮球发出的响声。当我倾听时，我不敢朝那个方向看，我必须装作一点儿都不在意他。他是多么敏捷而有活力啊！昨夜我还同他一块儿在公园里散步呢。我们坐在草地上，看鸽子从天上飞过。

时间飞逝，某一天起，他不再出现在操场上，他永远地消失了。但我的表演又延续了一年。

我直到30岁才开始写作。那之前我做过“赤脚医生”、小工厂的工人，我成为作家之前的最后一份工作是个体裁缝。

（一米阳光摘自《残雪文学回忆录》广东人民出版社）



【素材运用】幻想让生活变得美妙。残雪热衷于自我世界中的“表演”，丰富了她的精神世界，为她今后成为作家积累了可贵的写作素材。年轻的我们，有思想就尽情放飞，有梦就大胆去追吧，现实的目标也是从之前的想象中落地的。

【速用名言】

1.现实的世界是有限度的，想象的世界是无涯际的。——法国思想家 卢梭

2.年轻是我们唯一拥有权利去编织梦想的时光。——实业家、慈善家 李嘉诚

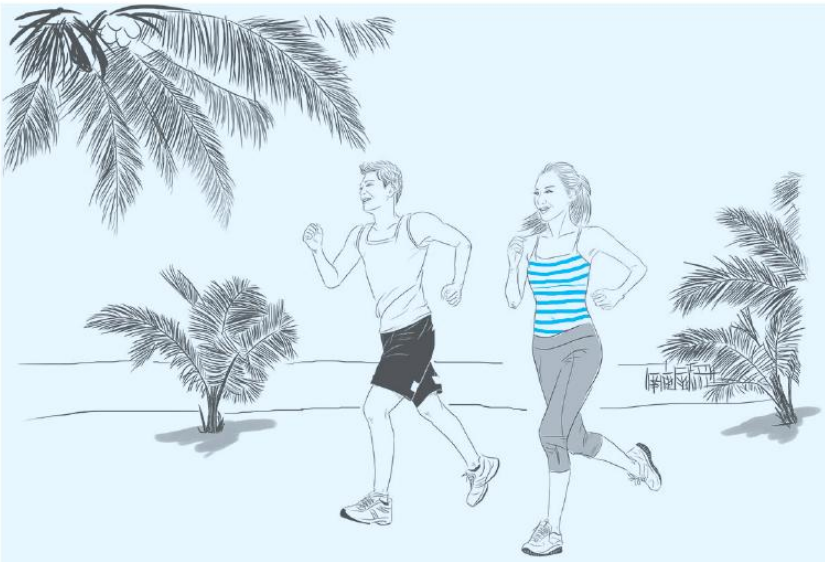
【适用话题】梦想与现实；想象的作用；目标

（特约教师 康学岚）

【人物意趣】【牧民全家迁徙为女儿找网上课：家里有9800亩草场】内蒙古呼伦贝尔，牧民希都古日世代生活在草原上，有9800亩草场。因为女儿要上网课，他们一家收拾好蒙古包等家当，在草原上迁徙找网，但迁徙后网速仍不是很好。不过他在新巴尔虎右旗还有房子，决定让女儿回旗里学习。

当比赛输了时该怎样保持斗志

口凯利·霍姆斯女爵士（英国女子中长跑运动员，获两枚奥运会金牌）



首先，重要的是要知道：每个人都会失利，输掉一场比赛没什么大不了的。在运动生涯里，我也不能赢下所有的比赛。上小学时，我并不是总赢，但我热爱参加比赛，总努力在下次比赛中做得更好。

12岁那年我首次参加大赛，得了亚军。我感到失望，下决心要更加出色，因为我想拿冠军。感到失望没什么不好，它会令你真的渴望做得更好。

记住，没赢下比赛并不一定意味着失败，至为重要的是，要给自己设定目标。在比赛或训练前，我会同教练一起坐下来，写下一个目标：或者是我要用多少时间跑完比赛，或者是我将怎样进行比赛。无论多少人超过我都不是问题，只要我完成了同教练预先设定的目标就够了。

如果你能专注于自己的目标，那么每一次你都会得到提高。同样重要的是，如果你参加一项明知会轻松取胜的比赛，你应该挑战自我，把这次比赛作为一次测试，以便下次遇到激烈的竞争时能够更加出色地发挥。

获胜不是一蹴而就的，你必须非常刻苦地练习，还要记住练习那些你并不喜欢的部分。比如，当我跑步时要做许多非常枯燥的身体训练，但我知道它们能帮助我跑得更快。只有在没有尽全力训练和比赛时，你才是真的输了，因为这会让你对自己感到特别失望。

当然，最主要的是不要忘记享受比赛，因为这才是你参与的初衷。

（清荷夕梦摘自《孩子提问题，大师来回答》上海社会科学院出版社）

【素材运用】人的一生会遇到无数次的比赛。赢得比赛固然欢喜，但输掉比赛也并非坏事。文中主人公比赛失利时从不逃避和懊悔，而是正向面对，设定目标，从失望中获取前进的动力，不断挑战自我，超越自我。更重要的是，让自己牢记参与比赛的初衷，享受比赛的过程。要知道，不断战胜自己比战胜他人更有意义，更有价值！

【速用名言】

1.失败也是我需要的，它与成功对我一样有价值。——美国发明家 爱迪生

2.一经打击就灰心泄气的人，永远是个失败者。——英国作家 毛姆

【适用话题】输赢之间；挑战自我；享受过程

（特约教师 康学岚）

【人物意趣】【9岁男孩山坡搭棚上网课：家在山脚没信号，冷了跳绳取暖】9岁的李始峰是青岛市崂山区的一名小学生，过年全家回老家沂南县，因发生疫情未能回青岛。老家在山脚下，平时手机信号不好无法上网。为了上网课，家人在山坡上为他搭一个棚子，用来遮风挡雨，冷了就跳绳、做做运动。

为了环保，新西兰有多拼

口编辑部汇编

新西兰，是全世界最早看见日出的国家，环境至纯，景色至美，被誉为“上帝的后花园”，“世界最后一块净土”。新西兰的一尘不染有上天的恩赐，更有人为的努力。

舌尖上的新西兰，充满海洋的味道。龙虾、黑金鲍、贻贝都肥美诱人，这些自然馈赠在南北两岛海岸都能找到。不过，新西兰对居民下海“觅食”有明确规定：只有本人亲自捕捞的海产才能享用，与他人私自交易捕捞海产则违反法律。此外，针对不同物种，新西兰对可捕捞海产的数量和尺寸都有明确而详细的规定。

以黑金鲍为例，捕捞者在多数地区每天限捞 5 只，每只黑金鲍的最长直径必须超过 125 毫米。如果捕捞的鲍鱼尺寸不够，那捕捞者只能擦干口水，把它重新放归大海。

龙虾也一样，在大多数捕捞地域，每条船限捞龙虾 6 只。如果使用龙虾笼，笼子形状、开口数量及大小都有限制。新西兰明令禁捕尾部卷起的雌性龙虾，因为这些龙虾往往即将产卵。捕捞者还必须测量龙虾尾部尺寸，个头不够的龙虾只能“忍痛割爱”。另外，放龙虾笼的时间不能超过 24 小时，以防止章鱼潜入杀死无法逃脱的龙虾。

多数海岸都有明确标注，说明此地能捕捞何种海洋物产，各种物产捕捞限制是多少。采集不足标准的鱼类、贝类，以及过量采集海菜都是违法行为，情节严重者会被起诉，受到法律制裁。

对新西兰人而言，如果不避免大规模恶性捕捞海产的行为，也许未来的某一年，这个物种就会彻底消失在眼前。

新西兰不仅有着静态的颜值，又有着“户外运动天堂”的美誉。新西兰人喜欢驾车穿山涉溪，或在大河中开船划桨。对于这些爱好，新西兰环保部门立下三项规定：检查、清洗、吹干。

新西兰规定，如果几天之内连续到两处以上的不同河流流域活动，驾车者必须在前往另一水系之前检查车身和轮胎是否有植物残留；徒步或游泳者必须检查衣物和登山鞋；漂流的游客要检查皮划艇，在清洗所有植物残留后，必须将皮划艇吹干并放置 48 小时之后才能前往下一处流域。如果同一天或一个周末的活动涉及几个水域，那么在不同地点切换之前也需要彻底清理干净所有植物残留。

在南岛通往北岛的渡轮码头，初级产业部和渡轮公司的工作人员不厌其烦地挨个询问自驾游客是否在河边开车或下水游泳、是否清洗了拖拽船只……

不少外国游客抱怨新西兰入境检查过于严格，禁止入境物品清单冗长。

按照新西兰监管机构的说法：现在细微之处不随便，未来一代就有大不同。

【素材运用】《吕氏春秋》中说：“竭泽而渔，岂不获得？而来年无鱼；焚薮而田，岂不获得？而明年无兽。”新西兰对于居民下海“觅食”的严格规定，与我国古人的观点可谓不谋而合。不仅如此，新西兰还为环保制定了种种规定。新西兰这片净土，是自然的恩赐，更是新西兰人自己精心维护的结果。

【速用名言】

1.地球所提供的足以满足每个人的需要，但不足以填满每个人的欲望。——甘地

2.人们常常将自己周围的环境当作一种免费的商品，任意地糟蹋而不知加以珍惜。——美国学者 甘哈曼

【适用话题】环境保护；把握细节；地球家园；环保立法

（特约教师 倪丽彬）

【话题速递】【武汉封城减少近80％的国际传播】据2020年3月6日发表于《科学》的论文，中国复旦大学、华盛顿大学等多机构合作，使用全球流行和流动模型GLEAM，模拟了武汉出行禁令和国际旅行限制对新冠病毒传播的影响。研究发现，武汉出行禁令，减少了近80％国际传播。

官方揭秘！外交部发言人如何做到“百问不倒”

□外交部发言人办公室

发言人面对媒体的“长枪短炮”，关键在于要全面熟悉情况、准确把握政策。但完成一场记者会仅仅靠发言人一个人的力量是远远不够的。站在幕后的是“外交部发言人办公室”团队。发言人每天都要和这个团队共同讨论研究当天的热点舆情，设想记者可能的提问角度并且认真准备好每一条答问口径。此外，外交部其他各司局以及其他部委也是强大后盾。团队和整体机制的高效运转，才能确保发言人在前台“百问不倒”。

记者会上难免会出现意料不到的问题。但中国外交的政策、立场和原则是一以贯之的。把握住这一点，就能随机应变。当然，对于一些确实不了解的具体情况，发言人也会坦率承认，并且在记者会后第一时间进行了解核实、及时答复记者。

会前，发言人会做最充分的准备。上台后，就努力回答好每一个问题。当然，应对紧张的最大“法宝”是自信。坚信中国的道路是正确的，事业是正义的，主张是正当的。对中国特色社会主义制度充满信心，对中国外交方针政策充满信心，对广大人民群众的支持理解充满信心。做到这些，发言人面对记者就能进退有据。而且，发言人的讲台上只有一支笔、一杯水和几张纸。发言人上台时会带上自己的“大本”，根据记者的具体问题查阅资料，以便需要时可以查阅必要的资料，保证回答准确、权威。外交部例行记者会没有任何时间或问题限制，发言人会一一回答在场记者提出的所有问题，直到记者们没有任何问题为止。

为确保在场的外国记者能够及时、准确了解答问内容，每场例行记者会都会有一位高翻小姐姐进行同声传译。颇受网友喜爱的例行记者会英语实录也是翻译小姐姐们根据现场答问情况整理的。

成为一名外交官需要哪些素质？外交官首先必须忠诚、拥有使命感、奉献。这也是发言人最基本的素质。当然，发言人还需要会外语，善沟通。另外，也需要一颗强大的心脏。

外交部有一句口号：“爱外交、会生活。”“爱外交”体现的是工作态度，表现为外交人对中国特色大国外交事业的热爱和执着。“会生活”则是一种人生智慧，要求在工作和生活中寻求平衡，不断丰满和陶冶自己的情操。

外交人既要读万卷书，也要行万里路。外交人的足迹越远，视野就越开阔；思考得越多，人生就越丰富。经常进行体育锻炼也是必不可少的，“为祖国健康工作50年”是外交人的共同目标。

（摘自新浪微博“外交部发言人办公室”，有删减）

【素材运用】台上的中国外交发言人是睿智而光艳的，台下则是忠诚而勤奋的。要成为优秀的外交人，需智慧又忠诚，智慧让你通达广博，忠诚确保用力方向不偏差。更重要的，这个代表祖国的答复不是一人之言、一己之力，有外交部这一强大的后盾，才能呈现最优合力。

【速用名言】

1.一个真正的爱国主义者，用不着等待什么特殊机会，他完全可以在自己的岗位上表现自己对祖国的热爱。——数学家 苏步青

2.单个的人是软弱无力的，就像漂流的鲁滨孙一样，只有同别人在一起，他才能完成许多事业。——德国哲学家 叔本华

【适用话题】忠诚；大国智慧；合作；担当；积累

（特约教师 张亚凌）

【话题速递】【安排上了！无人机为武当山村民空投防疫物资】2020年3月4日，湖北十堰一架消防无人机来到武当山八仙观村，为村民空投口罩、体温计、消毒液等防疫物资。武当山景区内的八仙观村有13户居民住在大山深处，交通不便，外出要步行一个多小时，防疫物资难以到达。

作文君：新冠病毒肆虐全球，不同国家的战“疫”策略已成为全球话题焦点：有些国家寄希望于“群体免疫”，有些国家不确诊疑似病例……各种报道让我们眼花缭乱、大跌眼镜！今天小编特地整理了两篇身份地点互换的文章，让我们一起来看看在中国的外籍友人以及在国外的中国同胞的所见所闻，希望能借此开阔素粉们的视野！

欧洲“战疫观”：并不是表面上的乐观

□张　弓

一个月前安排去西班牙出差，进了西班牙公司，问了几个同事，得知本地早就哪儿也买不到口罩了。还没到中午，大家已经开始讨论去哪儿吃晚饭。我看着他们争论了好一会儿。接着有人告诉我，一周前，本地的足球队爆冷击败了皇家马德里，今晚要和某某队进行半决赛。这是圣塞巴斯蒂安三十年来头一遭，所以，能看球的餐厅早都被预订满了。在这些人眼里，人命是绝对没有足球重要的。

趁着同事看球，我一个人消灭了一小半的海鲜饭。直到他们的主队胜出，街上都隐约能听到阵阵喧哗，我也终于找到机会和他们聊聊新冠肺炎疫情的事。和网上说的当真不差，这里作为西班牙医疗最好的地区，政府也建议大家别戴口罩，轻症也得自己在家隔离。要是传染全家怎么办呢？那刚好一块儿隔离起来。反正本地二十万人口，医院也就七百多张床位，都进去肯定不够。

我当时喝了两杯啤酒心正大，直接开口问：“要是身边真有人死了，你们不闹吗？”同事老吴喝了一口酒：“闹？当年猪瘟和禽流感，哪个不比这次严重？禽流感不光死人还死鸡，猪瘟搞得好些猪场三年都没法恢复生产，要知道西班牙有些地方全靠卖火腿活着，那一波倒闭了多少公司！当年都没闹，现在有啥好闹的？”旁边几个纷纷表示赞同，一个最年轻的同事还说，我们也没资格闹啊，去年大选，我们刚把那个要砍政府支出的谁谁谁选上台，而且他削减了每年上缴西班牙中央政府的财政收入，现在真暴发了也只能我们自己抗咯。万一扛不住……话说到这儿，大家都静了静，没人真敢往下想。

几天前，我和老板一对一汇报的时候，曾经问他意大利死亡眼看过百了，有人上街声讨政府抗疫不力吗？答曰没听说过。我当时没忍住，继续问意大利不是经常有人因为加税之类的罢工吗？怎么死人了大家还这么平静？老头哼哼了两下，然后说，政府就是个大保险公司，你交了税，生病以后政府就给你贴补。只要政府没有把税款贪污，那就是尽责了，和死不死没关系。至于加税，这就好比买完保险以后公司隔年就提了保费，哪怕一并提升理赔上限，那也不是个事儿啊！

我的这位新老板之前中国疫情暴发的时候就公开支持过中国人。某天他楼下的中国老夫妻戴口罩刚出门就被几个小混混威胁，他直接一句“我小时候意大利就没有你们这种渣滓”，把混混喷得无地自容。疫情期间，他还坚持去拐角处福建人开的寿司店，曾经跟我感叹这店怕是要开不下去了。现在他也和女儿一起被隔离在艾米利亚大区的家中。名义上，欧洲许多国家都是大政府，管天管地管生管死，可他们和中国的无限责任制政府还是有着本质的区别——欧洲人心里，是没有父母官和青天大老爷的。

考虑到这一点，欧洲的疫情前景的确堪忧。这里的人们没有那么强力的政府，甚至都没指望过大难面前会有什么更高的组织形式前来施救。他们未必看不清眼前的形势，只是到了这种死亡在前方若隐若现的时刻，与其心烦意乱，倒不如糊涂一点儿，可能对抵抗力还有一定帮助。他们嘴里的“不过是一次大流感”，更像是无可奈何下的自我麻痹。只是这种麻痹过头了，就成了千

【话题速递】【金银潭1500多名女医护收到云南花农的鲜花，“没有她们就没有春天”】2020年3月8日，拼多多上面的花农，从距离武汉1500多公里的云南，将1600捧康乃馨送到金银潭医护人员手中。花农表示，没有办法替她们上前线，但在节日之际，可以把春天送给她们。“没有她们就没有春天。”

人集会，万人祈福——理性在感性面前总是特别脆弱的。所以，欧洲人看起来自信静好，其实内心深处没有我们那种对无条件拯救的期待，要么求诸自身，要么求诸神佛。

晚上走过旧城，灯光昏黄，不知这次，会有谁来保佑这片历经沧桑的土地。

（摘自知乎2020年3月9日）

在上海：“我看到城市的坚持和人民的坚定”

口［西班牙］洛拉·贝卡里亚

上海是一座繁华、喧嚣、美丽、充满魅力和热情好客的城市，新型冠状病毒疫情的暴发给这个城市带来了很大的损失。就感染人数而言，上海不是武汉，但防控措施对我们的影响越来越大。大街上的人很少，很多地方都封闭了，电影院和博物馆不开门，公交线路缩短，学校延迟开学，城市现在正慢速运转，作为中国发展与繁荣象征的东方明珠正在默默地遭受疾病的威胁。

我们是居住在上海的许多西班牙家庭之一。很多西班牙人在航空公司关闭中国航班之前搭乘飞机离开了中国，但并非所有人都能离开。许多人在这里有自己的家和工作，不能说走就走。此外也有很多人不想离开，我们了解情况的严重性，但是生活本身就是危险的，在当前的严峻形势之下更是如此。生活所需的一切都不缺，但是铺天盖地的各种消息让人紧张，在这种情况下，微信群聊成为我们的安慰，“上海的西班牙人”群现在异常活跃，成员将近400人。现在我们这些组织有序的西班牙女性又建立一个新群，名叫“坚持”。

这个群面向所有留在上海的西班牙女性，建群的目的是分享基本信息、翻译、提供帮助和建议。这里有孕妇、年幼的孩子、单身姑娘，但最重要的是，我们都是勇敢和慷慨的女性，随时愿意伸出援手。晨起看看小伙伴们的聊天记录，就会感到放松和快乐，群里也可以分享关于超市库存、在线购物和口罩购买等信息。

中国人很有趣、活泼、友好，疫情当下，他们没有变。外国人在很多方面都依赖他们，而且总会有中国人来帮助我们。即使是现在，当面对面接触让人害怕之时，他们也没有拒人于千里之外，而是努力提供帮助。突然之间，我发现戴着口罩交谈挺让人兴奋的，口罩不再是使我们失去人性的小工具，我们可以用眼神、手势传递微笑和信心。这些小细节让人感觉到中国的美好，我知道现在不是来中国旅游的最佳时机，但是我建议大家把这件事提上日程。

中国人民曾经遭受过很多苦难，但是只要来现在的中国看看，就会改变固有的看法。这是我这些年在上海生活得到的感受。我看到城市的坚持，人民的坚定、镇定、有序，我意识到这里没有阴谋，也没有欲望，这不是作秀，一切都是为了战胜疫情。

现在，我们必须适应形势，全力以赴，冷静下来并贡献自己的力量。虽然我们是西班牙人，但此刻我们就是中国的一分子。

（摘自参考消息网2020年2月8日）

【素材运用】面对疫情，同样身处他乡的西班牙作家洛拉·贝卡里亚和知乎作者张弓发出了不同的感慨。两相对比，我们在感受到祖国的实力与强大的同时，也为其他国家的人民捏一把汗。如今是人类命运共同体的时代，希望抗击疫情的世界之战早日取得胜利，希望一切都明媚如初。

（特约教师 高延青）

【话题速递】【学习火神山，半月建座厂】2020年3月，中国石化决定投资约2亿元，“学习火神山，半月建座口罩厂”，经过十二昼夜的奋战，中国石化和国机恒天集团合作建设的燕山石化熔喷无纺布生产线一次开车成功，产出合格产品。“为了口罩，我们拼了！”

作文君 ZWJ ·原创·

作文君深知老师们平日对文字的喜爱，特开辟了这一小块园地，邀请老师们来自由耕种。老师们平时的练笔、创作、生活感悟，或教学生活中发生的趣事，都可以记录下来，交给我们（来稿请发送到邮箱1300990915@qq.com，主题中标明“园丁花园”，一经刊用即奉寄稿费、样刊和刊用证明哦）。这期，因老师们来稿踊跃，作文君特设擂台battle，究竟二月徽州和三月蓟州的“春”会擦出怎样的火花呢？一起来读！



二月徽州，小城静寂春常在

□安徽省歙县第二中学　江红波

喧嚣热闹的徽州古城，夜深人静，是一个怎样的场景？总想，挑一个时间，空寂无人的时候，独自去徘徊、触摸千年古城的灵魂。

这熙熙攘攘的古城，突然间就空了！无形的影子弥漫过来，整个时空就那样静止了。猝不及防的一种感觉，不自禁地涌上来。这不是人们想看到的古城，它当是人头攒动、人声鼎沸、川流不息。

年内，古城开展“古城门口挂春联”的活动，征集楹联，各类媒体一片火红。大红春联、丰盈的灯笼很快在古城各个门口，悬挂成扑面而来的年味与喜庆。精心准备，焕然一新，笑靥如花，带着欢乐带着爱，可谁知道，会遇上意外？

古城的店铺大都闭门，行人寥寥。城墙上的红旗，在凛冽寒风中婆娑起舞。小城显得寂寞而空落。备好了一切，人却不能来了。淡妆梳洗好，晨起画蛾眉，可是，心里想念的人呢？唉！

白天少人走，夜晚更寂寞。灯火辉映下的古城，暖意的光，融融的，带着春意盎然。那凌空俯拍的无人机，一如天空飘着的精灵，在高高的天上凝视小城。高大的牌坊和古城楼，被灯光包围着，乍一看，以为是紫禁城，气宇轩昂。细瞧，是身边的小城，每一片瓦每一块石头每一棵树，都让人感到熟悉和亲切的。

日日行走的街巷，天天看见的许国牌坊，还有那巍峨挺拔的谯楼，古旧的瓮城。目光缓慢地抚摸着古城，心里涌动的是莫名的情绪。立春，一个美好的节气，然而今年却没能带来愉悦的心情。为着一个春暖花开的期许，必须心平气和地宅在家里。

热闹是曾经的，龚自珍跟随来徽州做知府的父亲龚丽正，在这儿走过，一定仰望过许国的牌坊，游览过斗山街中山巷；桐城派的散文家姚鼐来歙县做县令，远眺过披云长青山；近人陶行知，在街上跑过，跟在勤劳的母亲身后……还有许多，我们认识不认识的人走过，数不清的古人，拖着长辫子的，梳着发髻的，穿着汉服的，一袭马褂的，着中山装的。他们，或是她们，在这街上，大步向前、稳重大方，或纤纤细步、婀娜多姿。他们不知道今人的生活，今人却可想象曾经的他们，在照片里，在影视、报刊上，过去的东西可以回望，未来的事情，只有遐想，只能等待。但我们相信等待的结果必然是美好。

二月的徽州，春到古城。群鸟聚集山林，山花开始烂漫，红梅白梅，争艳迎春。

练水东流绕徽州，小城寂静春常在。古墙高挂红灯笼，笑问客从何处来？

【话题速递】【太空垃圾将对太空发射造成威胁】2020年2月16日美国消费者新闻与商业频道报道，1950年以来已有近9000枚卫星送入绕地轨道，目前能正常工作的只有不到2000枚。目前人类能跟踪到的太空垃圾有2.23万块，太空垃圾彼此碰撞后会产生更多垃圾，对未来执行太空任务造成阻碍。

三月蓟州春

□天津市蓟州区教育局　刘红斌

蓟北三月，空宇清寒，积于山后的冰雪还没有些许融化的痕迹，但垂于檐间的冰凌已在初春的暖阳中莹莹有光，滴水成韵。

翠屏湖畔，融冰成半月形，怀抱着新融的一湾绿水，柳枝婆娑，隔冰垂水，水中游鱼以为有饵可啄不时跃出水面，漾起的碧波舒缓着涟漪荡向围冰。

枝柳间，嫩芽轻鼓，若不细观还当休眠如故。不过，莺鸟已脱去了冬日的臃羽，鲜亮的羽毛在暖阳下闪光，轻捷的身形在枝间纵横跳跃。那冬日里瑟瑟颤音的歌喉也温暖起来，流泉般的声响传递着清幽与幸福，它定是在讨好自己的恋人，不信，你瞧，那高高的枝头一位衣着朴素的灰姑娘傲慢地注视着远方。

春阴慢扫，如灰色的布幔将当空笼罩，细密的雨筛将下来，柔柔的，酥酥的，痒痒的。洒在枯叶上沙沙作响，洒在河面上縠纹频现，洒在人脸上嬉笑连连。

那一望无际、光秃秃、黄褐色的大平原贪婪地吮吸着春的甘露。三月花未发，但早有准备的山桃已将红色的小朵努上枝头，单等春光璀璨，山鸟联鸣，便在黝黑的峭崖上惠气轻吐，粉彩如颜。不过，也别遗憾，虽然此刻土地寂寂，但坡上，坎



上，早出的小草已扭出了鹅黄的小脑袋，沐着微雨，衔着蜜露，撩拨着诗人的情怀。

近看无迹，遥观有色，那份朦胧，那份舒坦，勾人遐想，令人神往。若此时把酒临风，那寂寥冬日的烦慵定会一扫而逝，随之而来的是一种新生的蓬勃，一种想出发的冲动。

远山在召唤，绿水在召唤，事业同样在召唤。那就选择在早春出发吧，与柳芽一起长大，与花苞一起绽放，让春雨濡润，让春风伴行，不负韶华，不待无花空折枝。

战“疫”即将胜利，古老的渔阳城又迎来崭新的春天！

简书

金雀花

□尤　今

春天，到新西兰去，金雀花灿灿烂烂地开得满天满地。簇簇蓬蓬艳丽已极的黄花，兴高采烈地聚拢于树梢，那种瑰丽呵，让人心旌动荡。

金雀花不爱“孤芳自赏”，它喜欢“群居生涯”。每每出现时，总是一株连一株、旖旖旋旋地沿着一望无际的马路或是迤迤逦逦地挨着高低起伏的丘陵高山绵延而去。那种比太阳还要热烈的黄色，近乎野性地燃烧着，在空旷无人的山路里，尽情任性而又快活无边地烧出了一种无声的热闹。

一路行去，一路惊艳。

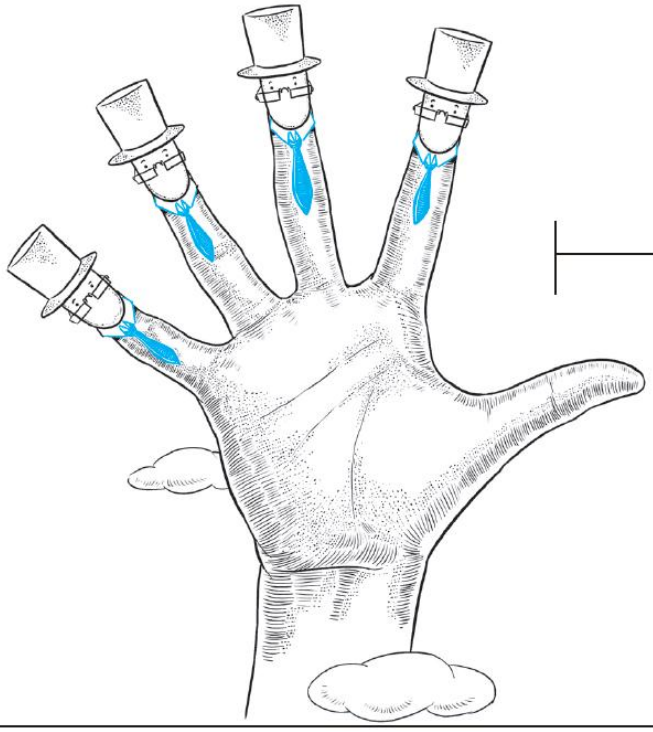
啊，是这金雀花，让那幽深寂寞的山谷森林在寒冬过后重新宽心舒怀地活过来；也是这金雀花，使新西兰春意澎湃的景致成为旅人记忆里的永恒。

下榻于占地八百亩的大牧场，山前山后，又是一片连一片璀璨的黄色，那蓬勃跃动的生命力呵，像是一丛一丛永不熄灭的火，把春季点得很亮很亮。

（田龙华摘自《辽沈晚报》2020年3月22日）

【适用话题】感受春天；发现美；热爱

【微言大义】过去的让它过去，已浪掷那么多时间，糟蹋那许多眼泪，理应忘记。——亦舒《船屋》



疫情背后，中华民族这五大力量被激发

口叶　闻 水木然

中华民族自古以来就是一个多灾多难的民族，却也是一个越战越勇的民族，它敢抗争、不怕输、有顽强的韧性。

每次灾难过后，我们不仅没有被打趴，反而会变得更加强大。这次疫情，让中华民族很多被压抑的力量都爆发了出来！

1 团结的力量

这次疫情是人类历史上一场史无前例的大动员，截止到2月15日，参与支援湖北前线的医护人员已经达到29000人，而且仍有大批人员在赶往的路上，除了医护人员之外还有战士、民警、交警、快递员、送餐员、志愿者、便利店店员等无数个体奋战在一线，这种高效全面的大动员，在人类文明史上是罕见的第一次。

在这场举国大营救里，有人呐喊，有人祈祷，有人捐献，有人成为战士，就是这种凝聚的力量，让我们生生不息！

中国人自古以来只相信团结奋斗才能改变命运，每次到了关键时刻，大家都会凝成一股绳，你以命相殉，我以命抵上，倒下一个，还有千千万万个……

2 平凡的力量

毛主席说：“只有人民，才是创造世界历史的动力。”的确，从来没有从天而降的英雄，只有挺身而出的凡人。80后快递小哥汪勇，想着自己每接送一个医护人员可以帮其节省出4小时的时间，接送100个就是400小时。400小时，医护人员能救多少人？为了救更多人，他发起了志愿者团队接送医护人员，又联系摩拜解决短途出行，联系滴滴解决长途出行，目前已经对接1000名医护人员。他说“我没有任何资源，但是一呼百应”，这就是平凡的力量。

我们的英雄是千千万万个平凡的小人物。他们是医生、护士、农民、小商贩、快递员、司机，上到八十多岁的老人，下到十几岁的孩子。他们尽其心、出其力，他们没有功名之心，也不要任何回报，是发自内心的选择。

勿以善小而不为，勿以平凡而小视。这种善行常常蕴含伟大的力量，无形当中影响很多人的行为，甚至可以化腐朽为神奇。

3 柔韧的力量

浙大二院消化科的1997年的小护士主动请

【话题速递】【深圳教师湖北牛棚直播上课】2020年2月，深圳一位高中数学老师付明滞留在湖北农村，开学他要远程直播上课。因为处处封路，家人翻山跨省才买到粉笔，他在一处废弃20年、已用作牛棚的小学里找到黑板，已经上了4节课，“课堂来之不易，学生也都很珍惜”。

缨，去武汉参战，她的护士长含泪写下一首诗《我把最小的“娃”送上了战场》。她是科室年龄最小的护士，也是浙二最小的护士，却又如此英勇大气，战必应，召必回。

这次战“疫”中很多女护士在出征前一起剪短了自己的长发，原本娇气的女孩子，到了战场就英姿飒爽！这就是“女本柔弱，遇事则刚”。

中华民族自古以来就推崇与世无争的生活，但是当我们遭遇外敌入侵时，就会从至柔到至刚，无所畏惧。

中国文化的柔软，是刚柔相济，择对手而变，顺势而为。老子说：“天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜。”水性至柔，却无坚不摧，正所谓“天下至柔驰至坚，江流浩荡万山穿”，又如民间谚语所云“滴水石穿”。

中华民族有时看似一盘散沙，但是一旦遇到危急，可以瞬间形成爆发力，绝地反击。所以它是世界上唯一能够传承五千年文明的民族，因为每当遭遇困境，民族精神从不会缺席。



自强的力量

《周易》中说：“天行健，君子以自强不息。”武汉封城，有900万人的生活需要维持正常的物资供应，大部分人在小区隔离中自保，但亦有很多人站出来支撑这座空城的运行。他们不怕吗？人传人已经是事实，随时随地都会有风险，而且要远离家人才能够投入非常时期的工作，他们选择了战斗。

武汉光谷的Wakanda轻咖啡，从1月26日至今一直在营业，免费送给一线医护人员7850杯咖啡，7位90后咖啡师在每一个咖啡杯上写下：“武汉加油、向您致敬、有您真好！”这世上本来没有超人，自强的人凝聚在一起就成了超人。

《道德经》说：“胜人者有力，自胜者强。”自强可以迸发强大的力量，就像我们身体的免疫系统一样，在同病毒作战中，完全是靠自己的努力，一边修复自己，一边同病毒鏖战。

一切战斗胜利的关键，靠的都是自信心。



侠义的力量

中国人自古以来就崇拜侠义精神，侠义精神的本质是情义、正义、大义。

2月11日夜里九点多，一直奋战在抗疫一线的武汉市中心医院疼痛科主任蔡毅在自己微博中写下一篇长文，悼念因感染新冠肺炎去世的院区门口小卖部的老板林军。他写道：“很多这样的小人物，在我们身边，不那么起眼。突然，没了，我们才发现，他在我们生命中，是那么重要。”那天，蔡毅本来可以轮岗休息，但他选择了继续战斗。他说：“我觉得，我还可以，我能扛住压力，尽快尽多地救治更多的人、更多的普通人、更多的武汉市民！”

侠客精神不仅体现在英雄身上，也体现在普通平民身上，一介儒生，一个弱女子，一个孩童，都可以有侠义精神。

《剑客》有诗写道：“十年磨一剑，霜刃未曾试。今日把示君，谁有不平事？”疫情让中华大地侠客辈出，就像他们一直都在那里，只要天下需要他们，随时都准备投入战斗，而且越是战斗，侠客越来越多，人人都身怀绝技。

民族复兴，文化先行，而传统价值观的复苏是极为重要的一步，相信经历这次疫情，中国的免疫力又会上升一个台阶，这对于中国乃至全球的未来都意义深远！

我坚信，这次疫情也将是中国发展的机会。中国梦的起点在中国，终点在世界！

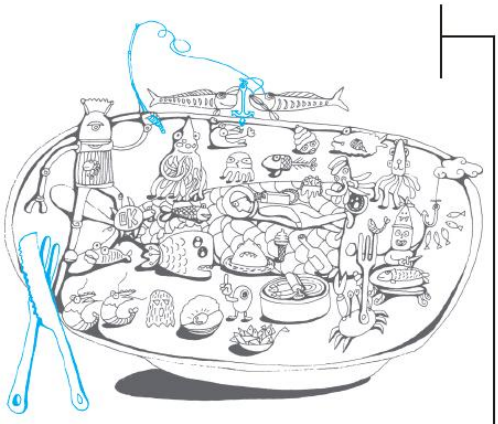
一切希望都在拐点，只要迈过这个拐点，就是更加辉煌的明天！

（摘自微信公众号“水木然学社”，ID：smr8700）

【适用话题】希望；拐点；祸福相依；力量；传统文化

【话题速递】【水彩画家刘寿祥因新冠肺炎去世】据湖北美术学院消息，该校教授、著名水彩画艺术家刘寿祥，于2020年2月13日在武汉市金银潭医院因新冠肺炎辞世，享年62岁。刘寿祥作为著名水彩画家，被称为湖北水彩领军人物。

被疫情影响5000亿元的餐饮业，能被吃货们拯救回来吗



口乌鸦校尉

2019年，中国餐饮业有将近1／6（15.5%）的收入是春节7天里创造的。而2020年除夕到初六，中国餐饮业损失估计达5000亿元人民币，超过海南省的GDP总额（2018年），或者说相当于1／6个北京市的GDP没了。

老乡鸡、木屋烧烤等餐企员工写联名信递给老板，主动提出愿意减薪、拿最低工资，跟公司一起渡过难关。老乡鸡的老板束从轩深受感动，他录了一段视频，亲手撕掉了联名信：“感谢你们的大爱，但哪怕是卖房子卖车子，我们也要确保你们有饭吃、有班上！”

就在很多餐饮企业“泥菩萨过河”自身难保的时候，他们依然不忘用自己的力量支援湖北，给一线的医护人员免费做便当、送饭。

“让一线医护人员能吃上一口热饭”就是这些餐饮人心底最朴实的愿望。巴奴火锅不仅捐款捐物，还把自己的全国冷库向政府开放，用作物资存储。武汉街上大部分餐馆都关了门，而一对90后夫妇的店还开着，他们决定要“24小时为一线医护人员送餐”。有人问老板娘邱贝文为什么这么做，她说：“我想做这个事儿。”“只要医院医护人员需要吃饭，提前半小时打电话，我24小时在线——我们不发国难财，就想出点力。”每一份饭两荤一素卖15元，全城送，不要运费，每份饭亏5块钱，一天要送700多份。有很多人要给他们夫妻店捐款捐物，夫妻俩坚决拒绝，说：“我们不能接受这些东西，碰都不能碰，我们有多大能力做多大事。”她饭馆的墙上用红笔写着一行字：“人总要仰望点什么，向着高远支撑起生命和灵魂。”

总有人说，中国人应该学学洋快餐，在“吃饱”的生意上多下功夫，中国人就是太把吃饭当“社交”了，年夜饭损失才会这么惨重。的确，提高外卖品质，深度开发“中餐半成品”，让更多人在家“吃饱”，是中餐应对这次疫情最该反思、最该做好的事。

但对我们中国人来说，吃饭从来都不只是吃饭这么简单。我们在年夜饭里感受亲情的温暖，在聚餐中感受友情的珍贵，在大灾大难面前，也用一盒热气腾腾的饭菜来传递我们守望相助的大爱。中国餐饮人在明知有风险的时候，依然选择做了他们认为自己该做的事。

最近有一句话，常常被人提起：“没有一个冬天不可逾越，没有一个春天不会到来。”对于中国的餐饮人来说，尤其如此；对于“民以食为天”的中国餐饮业来说，尤其如此。

改革开放以来，中国餐饮业用了28年突破万亿元，用了5年突破2万亿元，用了4年突破3万亿元，用了3年突破4万亿，我们期待着它突破5万亿元，成为世界第一的那天。

迈过这个冬天，中国餐饮，步履不停。

（摘自微信公众号“乌鸦校尉”，ID：CaptainWuya，有删节）

【适用话题】饮食文化；中国精神；大爱；奉献

【话题速递】【“地平说”支持者乘自制火箭升空坠亡】64岁老人迈克·休斯坚信地球是平的，他希望自制一枚火箭飞到100公里的太空，以验证地球究竟是不是平坦的。2020年2月22日，迈克·休斯在一次火箭发射中走完了自己疯狂的一生——他自制的蒸汽火箭发射18秒后坠毁，留下未能验证“地平说”的遗憾。

名家简介：



米·普里什文(1873—1954),俄罗斯作家,被誉为“伟大的牧神”“完整的大艺术家”“世界生态文学和大自然文学的先驱”“俄罗斯语言百草”，是20世纪苏联文学史上极具特色的人物。他作为怀有强烈宇宙感的诗人，具有倾听鸟兽之语、与树木对话、闻草虫之音的异能者，被俄罗斯文坛称为大自然的诗人与文人。在长达半个世纪的文学创作中，虽历经俄罗斯文学发展历程中批判现实主义的衰落、现代主义的崛起和社会主义现实主义的繁盛，却始终保持了个性化的艺术追求。他的创作不仅拓宽了俄罗斯现代散文的主题范围，而且为其奠定了一种原初意义上的风貌，其作品中充满纯净的阳光、水流和蓬勃生长的树木，因此他也被看作世界文学史上最具代表性的大自然诗人与文人。

苍头燕雀飞来了

□[俄]米·普里什文 译/潘安荣

从苍头燕雀到杜鹃飞来之间，是我们的春天气象万千、美不胜收的一段时光，景象既是那样细腻，又是那样复杂，犹如尚未披上春装的白桦树枝，奇形怪状缠绕在一起。在这段时光里，白雪消融，春水东流，大地返绿，盛开出第一批令人销魂的繁花；杨树上水灵灵的幼芽绽裂，香馥馥、黏糊糊、绿茸茸的细叶子张开来，接着，杜鹃就飞来了。到这时候，有了这一片美景，大家才说：“春天来了！多美啊！”

可是在我们猎人眼里，杜鹃一来，春天便算完结了。既然百鸟都孵起蛋来，到了它们最忙碌的时期，还算什么春天啊！

杜鹃飞来后，森林里满是陌生人，他们对于整个大自然创造万紫千红的温暖季节的甘苦一无所知，你只需听见哪个捣蛋鬼的陌生的枪声，思路就会立刻被打断，只好远远地躲开，免得再听到第二声。一清早踏着露珠盈盈的草地到某处去，猛然发现草地上有脚印，想到有人在你前头走，这时候你也准会断然掉转方向，改变全盘计划。有时来到一个僻静地方，坐在树桩上休息，暗自想：“森林毕竟大得很，或许总有一块地方没有让人的脚踩过，这个树桩就很可能从来没有人坐过……”心里想着，眼睛瞄来瞄去，却发现树桩旁边有个小蛋壳。

我常听人说，蘑菇若被人眼看到，似乎就不再生长；我做过多次考察，蘑菇还是会继续生长的。我竟还听说，鸟蛋若被人眼看到，鸟就会另搬地方；我又做了考察，鸟儿天真得很，根本不会疑神疑鬼……但是有一次，一个小孩以一种成人的目光看了看我，我就似乎觉得那是罪恶本身在看我。倘若让这目光一看，蘑菇倒是会不再生长，鸟儿会搬走鸟蛋了。大概也就是这个缘故，当杜鹃飞来，那些对创造万紫千红的温暖季节的艰辛一窍不通的陌生人，拥到林中来的时候，我心中是多么不自在。在林中积雪还没有遭到践踏，苍头燕雀飞来时，我喜欢到山岭上去，期待着什么。风和日丽的天气是难得有的，总是欠缺些什么，不是透骨奇寒，就是细雨蒙蒙，再不就是像秋天一样，没有披上春装的树木间朔风怒号。但是终于有一天晚上，早春柳树初舒嫩绿，碧草吐出清馨，报春花也开了。那时候回顾一下，就会想起，为了一个良宵的创造，我等待了几多昼夜，经历了几多风雨。那时，你仿佛就同太阳、风、云一起参加了创造的过程，为此今晚你就得到了它们的回答：

“你没有白等啊！”

（清荷夕梦摘自《大自然的日历》新星出版社）

【适用话题】人与自然；爱护环境；返璞归真；善与恶

【话题速递】【全球首个不呼吸氧气动物被证实】有氧呼吸被认为在动物中是普遍存在的现象，但以色列特拉维夫大学科学家2020年2月24日发表在《美国国家科学院院刊》的研究认为，鲑居尾孢虫基因中缺乏线粒体基因组，而线粒体基因组中包含有负责呼吸作用的基因。

苏轼的店铺

口陆春祥

苏轼是北宋苏氏文章店铺的CEO，他的店铺里，货物琳琅，创意迭出，拳头词产品《念奴娇·赤壁怀古》《水调歌头·明月几时有》，名牌诗产品《惠崇春江晚景》《题西林壁》，拳头名牌系列组合两千多件，还有精致的笔记《东坡志林》《仇池笔记》，当然，他独特的书法、绘画，也让人应接不暇。

苏轼的店铺，还兼营其他文创副业，比如帮人取名改名。高俅做过苏老板的秘书，“俅”原来是毛边“毬”，苏轼认为没文化，帮他改了下，“俅”通“逑”，那不是和《诗经》对上了嘛，“窈窕淑女，君子好逑”，你小子以后找对象不成问题。

苏轼的店铺，资金运营虽然紧张，可苏老板文章生意照做，且越来越红火。苏轼被贬海南儋耳。他常和葛延之一起游玩。店铺的掌柜嘛，经营意识强，销售产品自然见缝插针，他曾经这样教葛写作：

比如集市上的店铺，各种东西无所不有，却只有一样东西可以去换它，那就是钱。容易得到的是物，较难得到的是钱。就文章来说，那些辞藻、事实，就是店铺里的货物，文章的立意，就是金钱。做文章，如能有立意，那么古今所有东西都能一并收纳，都能为我所用。你如果知道这个道理，就会做文章啦。

苏轼以钱来喻文章立意，可看作是他文章店铺的经营总原则，这个原则，也贯穿他的整个人生。他初到儋耳，一时心情坏透，与客人饮酒微醉，随手将感受写在一张纸上。这段著名的感受，内容大致是这样的：

我刚到海南时，环顾四面大海，无边无际，凄然悲伤：什么时候才能够离开这个岛呢？一会儿又停下来想到，这天和地，都在这积水中，九州也在这大海中，整个中国也在这大海中，难道还有谁生下来不在岛上的吗？

他随即做了一个小实验：弄来一盆水，水里放些浮草，再捉来一只蚂蚁。然后将水迅速倒在地上，小草叶浮在水上，那只蚂蚁趴在草叶上，茫茫然不知道漂往哪里去，过了一会，水干了，蚂蚁直接跳下草叶就跑掉了。蚂蚁见到同胞，哭着说：我差点再也见不到你们了！哪里知道，一会儿工夫，情况就突然变化，我的眼前就出现了四通八达的大道了。

哈，是这只蚂蚁救了苏东坡，让他卸下了沉重的思想负担。做完实验，苏轼笑了，我也笑了。文章的立意，和人的境界，居然有着这么密切的关系，苏轼从蚂蚁身上得到的启示，使他的文章更上层楼。

古今名家，常告诉我们，写文章没有方法可言，只有自己体悟。但没有方法就是方法，这个方法就是，方法无边，什么都是方法。历练苦难，读万卷书，行万里路，半部论语治天下，熟读唐诗三百首，统统是方法。

（林冬冬摘自《跟着国学大师学经典》
吉林摄影出版社）

【素材运用】苏轼这位文坛大家，不仅留下丰厚的文学作品，为人处世也给人深切启迪。他的文章深得立意真谛，故高出众人；他的一生颇经波折，却在风雨中悟透人生，故启迪人心。天意高难问，烟雨任平生，自有气度潇洒从容；佳文难偶得，立意乃真经，且看识见珠圆玉润。境界在何处，高度在何处。

【速用名言】

1.词以境界为最上，有境界则自成高格，自有名句。——近代学者　王国维

2.文采是来自思想而不是来自辞藻。——法国作家　巴尔扎克

【适用话题】习得精髓；文贵在意；境界与见识

（特约教师　王蓉）

【话题速递】【援鄂医生写了又划去的担忧，医院马上安排】《人民日报》2020年3月16日报道，苏州大学附属儿童医院医生郭宏卿奔赴战“疫”一线，同为医生的丈夫孔令军工作也很繁忙。在调查问卷中郭宏卿写下“担心孩子学习无人监督”，却又默默划去。医院得知后组织专人辅导孩子功课。

宋朝的羊肉不是简单的肉



口黄亚明

宋江去江州，在浔阳楼吃酒，喝多了，热血上涌，写反诗，被告发，被逼上梁山。宋老大在浔阳楼吃的喝的是啥？“一樽蓝桥风月美酒”“菜蔬、时新果品、按酒”，朱红盘碟装的“肥羊、嫩鸡、酿鹅、精肉”。

宋江好吃肉不稀奇，羊肉在宋朝却是稀罕物。宋代的御厨，一般只用羊肉。宰相吕大防曾对哲宗赵煦说，咱大宋一百多年天下承平，因为祖宗家法立得好，家法里要求：“饮食不贵异味，御厨止用羊肉……”（宋周·《清波杂志》卷一）老吕的意思貌似是，皇帝吃羊，性格就会变得像羊，仁慈，温和，会施仁政。假如吕氏理论成立，宋朝除了太祖和太宗，其他皇帝都得吃虎肉，起码吃狼，打仗凶猛，什么辽、夏、金的铁骑，都待一边去。

宋仁宗就好羊肉，该吃货曾别出心裁地将羊肉充作官俸。某天早上，他对近臣叹息，昨晚失眠，饿啊，想吃烧羊。宋时的烧羊就是烤羊。近臣问，您昨晚咋不说？仁宗说，俺怕吃了这次，以后御厨每晚都杀只羊，等我饿了吃。看来羊吃多了，吃羊像羊，还真有这回事。

羊是战略物资。黄仁宇说，辽、宋边境贸易时，辽国规定羊不许出境。因为羊皮可制营帐、军服。西夏人好茶，茶极贵，《西夏书事》里说宋人用几斤茶换一只羊，可见羊比茶叶更贵。《夷坚丁志》里，录有官员高公泗的打油诗：“平江九百一斤羊，俸薄如何敢买尝。”九百文一斤羊肉，太黑心了，算你狠。

南宋时，张俊请高宗吃饭，豪华宴席计有山珍海味、时令小吃二百多道。菜谱里的羊舌签，就是羊舌羹，又韧又脆，只是费材料，老百姓吃不起。

杭州有位女厨师，一顶一的烹羊术，架子特大。某知府请她，得用轿子接，难伺候。她做五份羊头签，要十个羊头，刮下羊脸肉，就把羊头扔了。仆人看不过眼，要捡她扔掉的羊，她摆大谱，嘲笑：“真狗子也。”好吃是好吃，知府却吃得心下惴惴——钱袋子受不了。

宋代官员吃羊肉，既有“武吃”，也有“文吃”。武吃就是像蛮子，胡吃海塞。比如大臣蒲宗孟，“每旦剔羊十”，一年要吃掉四千只羊。文吃，就是细嚼慢咽，还弄点诗词佐酒。陆游夸苏东坡文章好：“苏文熟，吃羊肉。苏文生，吃菜羹。”意思是，您若把老苏的文章弄通了，就可以当官吃羊肉；否则，您乖乖喝菜汤去。

《金瓶梅》里老百姓爱吃猪肉，《水浒传》里好汉爱吃牛肉，宋朝皇族和官僚爱吃羊肉，各得其所。宋江，一个小押司，胆肥，居然吃肥羊。宋朝的羊肉不是简单的肉，里面蕴含着优越感哪！

（夕梦若林摘自《市井水浒》河南文艺出版社）



素材任意门

宋朝人大多都是羊肉的铁杆粉丝，对猪肉的歧视比春秋战国时期更甚。开国之君，赵匡胤更是觉得猪肉配不上皇家的高贵气质。事实上，由于猪肉价格便宜，还是很受一些经济拮据的官员欢迎。美食家苏东坡就曾将猪肉当作餐桌美味，发明了人见人爱的“东坡肉”。值得一提的是，苏东坡原本也是羊肉的爱好者，还曾发明了美食“烤羊脊”。若不是实在太穷，想来东坡先生不会垂青猪肉。

（特约教师 康学岚）

【话题速递】【河南小伙用2000个魔方拼出钟南山头像】2020年3月4日，河南新乡魔方爱好者王俊鹏用2000个魔方，拼出一面墙的钟南山头像。“魔方墙”是他花费12个小时，转上万次魔方拼出，“前期是需要设计好一个图，然后利用魔方的5种颜色拼出”。他想以这种方式表达对钟南山院士的敬佩之情。

01 改变生活，先从调整身体开始

□[日]枡野俊明

形直则影端，“形”指身体，姿势正而美，其“影”自然而然地就会“端正”。正直的心出自端正的姿势。

人们认为，保持正直的姿势，不仅有益于健康，也非常有益于精神。不要弓背低头走路，走路一定要昂首挺胸。仅仅这样，你的心情也能变得积极起来。

如果你觉得姿势如何无所谓，那你就大错特错了。平时保持姿势端正，你的内心也会端正起来。姿势给精神带来的影响是非常大的。

有个词叫作“行住坐卧”，指的是人们日常举止的四个基本动作。日常的一举一动美了，心灵也就美了。

请你务必注意自己日常生活中的一举一动。那样做了，周围人对你的印象会大为改观，你看自己的眼光也会发生变化。

绝不要忘记，形端则心变。

（王世全摘自《你想得简单，一切就变得简单》文化发展出版社）

【适用话题】姿势；内心；精神

02 被人关注，我们会发生什么变化

□罗振宇

这两天很多公司都启动了远程连线、在家上班的工作方法。这让我想起了大概一百年前发生的一件事。

话说在20世纪20年代，美国有一家工厂进行了一项研究，想看看车间里的照明情况改变，对于工人的工作效率有没有影响。实验结果出来了，非常棒，车间越亮工人效率就越高。那你想，多装几盏灯，大家就玩命干活，老板当然高兴。

但是这个结论很快就被发现有问题，等研究一结束，无论装多少灯也没用，工人原来该怎么干活，现在还怎么干活。后来大家才明白，工人效率提高的根本原因不是照明，而是他们知道有人在研究他们。

当一个人意识到自己被他人关注的时候，他就会主动打起精神。

最近在家办公的人，其实咱们现成就有了一个自我观察的机会：被人关注和独自在家，我们的表现真的有所不同吗？

（丁丁摘自微信公众号“罗辑思维”）

【适用话题】自我观察；效率；动力

【新词潮品】【满勤体育老师】自从有了钉钉直播课，体育老师不忙了也不生病了，兴奋地带着学生热身拉伸做操，一周上完了过去一学期的课。

03

短暂的光辉期

□[美]盖尔·珀塞尔·艾略特　译 / 班　超

我小时候最喜欢做的一件事，便是早早起床，在太阳升起前，手捧一杯果汁，蜷缩在窗座的一角，看天空的变化。

在黑夜和黎明之间有一个短暂的光辉期。在树枝的黑暗轮廓身后，是令人难以置信的光彩。玫瑰粉、宝石蓝、深红条纹、深靛蓝，夺目的光彩从头顶一直延伸到北方天际。随着太阳升起，它们都会在日光中渐渐褪去。这超现实的日光秀没能持续太久，却足以让我每天有一个情绪饱满的积极开端。尽管在一天的事务和活动里，我忘了它，但寂静的美、和洽安宁、对那短暂时间的期待召唤着我，每天早晨都再回到窗前。不是所有人都有机会坐着看日出，对有些人来说它没有意义，我们得找到一些有意义、个人的和提气振奋的事情开始一天。

我们在睡眠和完全醒来之间、在黑夜和白昼之间那短短的片时做了什么，我们可以把它变成一个与真实自我重新连接的短暂光辉期，然后就更容易把每一天看成一个新的机会，充满了实现伟大事业的可能。

（余娟摘自《讽刺与幽默》2020年2月28日）

【适用话题】观察；一日之计在于晨；诗意与美好；心态

04

眼光迟钝

□梁凤仪

你有没有试过，和朋友相处，突然间发觉他变了，无论是变得坏还是变得好，总之，与从前的他完全不一样了。那天与两位朋友聊天，其中一位问：“是否觉得我们的一位朋友变了？”我立即举手，大声附和：“对、对、对，是变了，从前绝不是这个样子的。”

余下来的一位没有发表意见。静候片刻，她才慢条斯理地说：“让我告诉你们一句电影文化界女前辈在20年前说过的至理名言。那年头，我们年纪轻轻的一群小姑娘，吵吵嚷嚷，批评某明星变了。前辈立即正色说道：‘不是人家变，是你们以前的眼光差，道行浅，没有把人家的真性情看出来。时间的推移，你们也炼得较为眉精眼利的时候，就立即说人家变。怎么会变？三岁定八十能变到哪儿去！’”

我们哑然。三岁定八十未必完全准确，成长后若有严重事件影响人生也有可能导致一个人的思想、言行、价值观有所变化。但如果身边的朋友是成年之后相处下来的，一直没有什么大事件发生，突然地发觉对方变了，先要自我检讨，变的不会是人家的慧根和劣质，变的其实是自己的阅历和经验所带来的触觉而已。事必先罪己，学艺不精，怨不得天，尤不得人。

（一米阳光摘自《今日文摘》2020年第3期）

【适用话题】变与不变；眼光；本质；真相与假象

【新词潮品】【仓鼠型人格】求生欲很强的人格，平时就擅长囤货，当需要长期宅在家里时，囤货欲更强。别人两天出门买一次菜，仓鼠型人格买一次可以在家待两个月。这种人格较常见于吃货中。

春是一只花鹿，踩到我额上，世界多么好

·原创·

茜茜小编： 天地俱生，万物以荣，又到了人间最美的季节——四月天。此时抗击新冠病毒的中国战“疫”，已经取得了阶段性的胜利，一切已经开始变得明媚起来。是啊，人生遭逢的所有困难都只是阵痛，绝不会阻挡我们对美好的向往。在这花开的季节，让我们从歌声里，感受生机与希望，一起倾听花开的声音！



（没看够？扫描来公众号边听边看吧！）

春

词：何星仪（小学三年级）
曲：肖炯　演唱：华晨宇

树枝上
长着一片嫩叶
如一个舞台
上面站着春天

【随听随想】《春》这首歌，就如同它的歌名，清新悠扬的和弦配合质朴的呐喊，让听众仿佛置身于春日当中充满希望！它的词曲创作者分别出自一位三年级女孩和一个农民创作人之手，整首歌虽然只有这四句歌词，但短短20个字堪称美妙，因为你能从中感受到童真、浪漫与灵气，以及满满的生机与希望。

春三月

词：十二兄
曲：米茶　演唱：司南

三月来暖阳复 相携去 踏青处
陌上花开满路 香入土
三月来有归人 马踏浅草声催促
春有期归有日 今归途
三月来生情愫 春刚复 情入骨
借缕东风互诉 相爱慕

【随听随想】鸟鸣水流的意境，轻快跳跃的旋律，清新可人的嗓音，仿佛邻家小妹在耳边唱歌，然后仿佛花开的季节就跳跃着来到了眼前。《春三月》，歌声里有春天，单曲循环下来，所感所想都是希望和生机，满园芳香弥漫开来，大好春光暗自流淌。听完这首歌，你会情不自禁地想走到田野中，走到春天里，大口呼吸，放肆奔跑。

【新词潮品】【复工蒙】形容复工后坐在电脑前，开始发蒙：我是谁？我在哪儿？我要干什么来着？我的电脑密码是啥？

春暖花开

词：梁芒
曲：洪兵　演唱：那英

每次怒放
都是心中喷发的爱
风儿吹来
是我和天空的对白
其实幸福
一直与我们同在

【随听随想】这首歌其实是写给最美女教师张丽莉的，她为了救助学生导致自己被车轮碾轧，造成双腿高位截肢。歌里抒发了人们对“爱、奉献、给予”的向往与呼唤，赞美了至真、至善、至纯、至美的人性光辉，传递了温暖、阳光、和谐、美好的社会正能量。如今再来听这首歌，让人不自觉联想到那些最美逆行者，更觉得意义非凡。

城南花已开

曲：三亩地

这首曲子没有歌词，只有一句介绍：一切都会好，城南的花都开了。

【随听随想】三亩地对自己的介绍是：我想有三亩地，在春天的时候，一亩地播种希望，一亩地播种快乐，一亩地播种理想。而《城南花已开》就是对希望的播种，这首歌其实是写给一个重病的少年——他喜欢繁花，喜欢音乐，喜欢在喧嚣的网上看这个热闹的世界，还给自己起了个网络账号名，叫城南花已开。也是在一个花开的季节，这个少年鼓起勇气，给喜欢的音乐人三亩地发了封私信，希望三亩地可以用“城南花已开”写首曲子，因为这个少年是真的很喜欢这个名字，于是，后来就有了这首曲子。虽然没有歌词，但听过的人都说很好听，带着春天的热闹和希望。

笑忘歌

词：阿信　曲：怪兽
演唱：五月天

屋顶的天空是我们的
放学后夕阳也都会是我们的
不会再仰慕更多了
唱一首属于我们的歌
让我们的伤都慢慢慢的愈合
明天我又会是全新的 OH~HO
青春是手牵手坐上了
永不回头的火车
总有一天我们都老了
不会遗憾就 OK 了
伤心的都忘记了
只记得这首笑忘歌
那一年天空很高风很清澈
从头到脚趾都快乐
我和你都约好了
要再唱这首笑忘歌
这一生只愿只要平凡快乐
谁说这样不伟大呢

【随听随想】青春是闹腾的，《笑忘歌》就是青春写照。在我的印象里，它可以从春天开始唱，一直唱到挥汗如雨的盛夏。在它明亮高亢的旋律里，我们似乎看尽了悲欢离合，再大的苦痛都能化成嘴边的一抹微笑。此时此刻，不论你是受疫情影响心情有些焦灼的初三、高三党，还是对未来有些茫然的下一拨初三、高三党，都可以听一听这首《笑忘歌》，无论怎样，都希望你从头到脚趾都快乐！

【话题速递】【穿睡衣出行被曝光，城市管理局致歉】2020年1月20日，安徽宿州城市管理局公众号发布关于“曝光不文明行为”文章，7位市民因穿睡衣出行“上榜”。除了高清照片，一同曝光的还有他们打码后的个人身份信息，网友质疑矫枉过正。城管局回应，文章内容和方式欠妥，已撤稿。

·原创·

名师押题：
你的样子，就是中国的样子

口江苏省仪征中学　纪　燕

【名师押题】

阅读下面材料，根据要求作文。（60分）

2020年央视元宵晚会中，白岩松等主持人朗诵的诗歌《你的样子，就是中国的样子》发人深省："爱是不会忘记的，就像抗击疫情的经验和教训，不会忘记一样，还有永不会忘记的就是你的样子。你的样子就是中国的样子，明天我也是你，你什么样中国就什么样，加油，中国。加油，每一个中国人。"



上述材料引起了你怎样的联想和思考？请给全国的同龄人写一封倡议书，倡导当代青年确立主人翁意识，以奋发有为的姿态，为中国乃至世界树立社会主义中国的青年应有的"样子"。

要求：选好角度，确定立意，自拟标题，不要套作，不得抄袭，不得泄露个人信息；署名统一用"王强"，不少于800字。

【写作指导】

本则作文命题包含了两个核心内容：主人翁意识，奋发有为的姿态。内容的价值指向是作文中表现出的健康的、积极的价值观与人生观。审题立意时，考生应围绕中国青年"应有的样子"这个主题，通过具体的陈述或阐释，表达出"我"心目中的中国青年应该具有的精神风貌。其中，写作的重点需落在"应有的样子是什么""为什么要成为这个样子"以及"如何成为这个样子"这三大视角之上，力求用具有可读性和感染力的语言，呈现出富有个性才情的主张与思考。

围绕该考题写作考场作文时，需要注意以下四点：

第一，要思考清楚心目中中国青年的样子到底是什么。具体体现为什么样的精神风貌，什么样的思想品质，什么样的语言行为。需要注意作品中的精神风貌等内容应该具有大气象，是积极向上的。不能停留在个人感伤的自怨自艾的小天地中。

第二，需思考"我的样子"和"祖国的样子"的关系，要用辩证的眼光和多向思维的角度审视这一关系，既要看到"我"是祖国中的"我"，离不开祖国的呵护与帮助；也要看到无数的"我"对祖国的作用和影响。文章需写清楚两者间相依相存，互不分离的紧密关系。任何忽视两者关系，单方面侧重对

【话题速递】【95岁清华教授直播授课】2020年2月20日，95岁高龄的清华大学物理系教授张礼，熟练使用网络直播进行《量子力学前沿选题》线上教学。张礼教授：这种教学方式能够很好地联系学生，学生也更愿意提问了，这也太好了。网友：上学时缺个这样的物理老师！

祖国的歌颂或者对“我”相关情况的论述，均为不切题。

第三，在选材上，可以以疫情为素材，也可以用其他素材，“疫情”可以认为是国家的一次重要的艰难、磨难和坎坷，重点凸显在任何时候“我”与“祖国”不分离以及“我”对祖国的责任担当。

第四，注意文体和语言特征。这是倡议书。倡议书与书信的最大区别是，它不是写给某一个人的，它的受众很广泛，是一种广而告之的书信，语言应富有鼓动性，以期引起共鸣和响应。还要注意倡议书的格式特点。

【范文示例】

让我们都成为“这种样子”

全国各地各中学的青年朋友们：

一场疫情不仅改变了我们的生活，也改变了我们看待生活、思考人生的方式。在这场抗击病魔的行动中，无数平凡的人，以不屈的姿态和奋发的精神守护着生命，守护着中国，帮助我们把冬日的严寒挡在门外。

湖北省中西医结合医院张继先医生，第一个向组织报告了疫情；武汉市中心医院李文亮医生，第一个向民众吹响了疫情的哨声。他们是一群追光的人。84岁的钟南山院士，放弃了“采菊东篱下，悠然见南山”的退休生活，带领我们行走在抗击疫情的正确路径上；数以百万计的白衣天使、公安民警、社区干部、广大志愿者，守护着别人的生命，维护着社会的安全，他们是一群逆行的人……无数人用自己的方式为社会做贡献，他们会聚到一起，构成了中国脊梁与中国精神，构成了当今中国人特有的样子。

这就是中国面貌，也是我们每一个人应该成为的样子。这种样子叫“同舟共济”，一方有难，八方支援，我们永远在一起；这种样子叫“迎难而上”，为了同一个目标，我们绝不畏惧，绝不退缩；这种样子叫“坚定守护”，靠着一份责任心，坚守岗位，成为一座城市的疗愈者；这种样子叫“大爱无疆”，牺牲个人利益，传递大爱……

大道不孤，在此，我向全国的同龄人发出倡议，让我们都成为“这种样子”，拥有这样的面孔。

2003年，全中国守护着幼小的“90后”；2020年，“90后”也能守护全中国。身为“00后”的我们，部分人也冲到了战“疫”第一线，我们也会和“90后”一样，在祖国有伤痛和脆弱的时候，紧密相连，守望相助，永不放弃。因为这是中华民族的精神命脉，把“他们”和“我们”联系在一起，把我们所有人同祖国联系在一起。

祖国好，我们才能好。中华民族几千年的发展史早已经告诉了我们这一点。我们生活在同一片蓝天下，“天下兴亡，匹夫有责”，因为我们与祖国血肉相连、心灵相通、命运相系，只有我们增强主人翁意识，中国的脊梁才能傲然挺立，中国的未来才能充满希望和曙光，中国才能始终以年轻而充满活力的样子挺立在世界文化之林。

祖国明天的画卷需要我们去勾勒与描摹，今天，让我们静下心来，脚踏实地，奋勇向前。在孜孜以求个人价值的同时，不畏艰难，勇于担当，以国家的荣辱为己任，不负时代的重托。

为了艰难过后更加生机勃发、繁荣富强的祖国，让我们携起手来，共同努力吧。用我们的行动，打造我们的应有模样，打造中国的应有样子。

倡议人：王强

2020年6月7日

【名师点评】文本立足倡议书文体特点和语言特点而展开。开篇处先点明中心，以疫情中无数人的奉献甚至牺牲，确立起“中国样子”的典范。接着通过具体例子阐述心目中中国未来青年的具体样子“是什么”，并发出号召倡议。随后阐述要成为“这种样子”的原因，把“他们”“我们”“祖国”三条线交织在一起。最后，讲明成为“这种样子”的具体做法，并再次发出号召与倡议。

【话题速递】【湖南高速交警护送物资进入湖北，17辆大货车鸣笛致谢】2020年2月18日凌晨，由贵州开往湖北鄂州的17辆满载300吨生活物资的运输车途经湖南。为保障物资车辆夜间行车安全，湖南高速警察启动接力护送，四地高速交警全程护航，司机们纷纷鸣笛致谢。当天15时许，车队顺利抵达湖北。

被漫画作文考蒙了？热考作家来支招

·原创· ——附中考看图作文新题预测

□安徽省明光市张八岭中学　阮华君

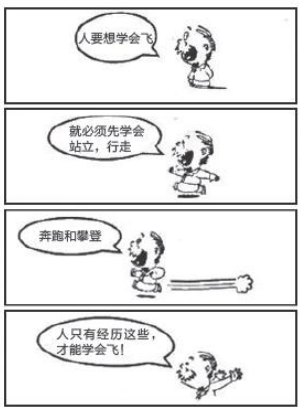
看图画写作文一直都是中考作文考试的重要方面，请看下面中考真题：

（2019年浙江金华、丽水中考）写作。（55分）

19.鼎湖中学802班的同学们在学习课文《庄子与惠子游于濠梁之上》时，围绕插图中“谁是庄子”这个问题展开了讨论，大家意见不一，于是张欣怡同学给人民教育出版社编辑写了一封信。请你读完信后给张欣怡写一封信，发表你对这个问题的看法。要求观点明确，论据有效。论证合理。（不超过150字）（5分）



20.阅读下面的材料，按要求作文。（50分）



这组漫画，唤起了你的什么回忆，或者引发了你怎样的联想与思考？

请自选角度，自拟题目，自选文体（诗歌除外），写一篇文章。可以记叙故事，可以抒发情感，可以发表见解。

要求：①不少于500字；②不得套写、抄袭；③不得出现含有考生信息的人名、校名、地名等。

除了上述典型例子，其他地方的中考作文也多有考到看图写作，比如2019年山东枣庄、浙江杭州、浙江嘉兴、湖南益阳、广东广州……看图作文首要前提是看懂图画。如何看图，也有章可循。

首先要分清两种“图”，一种是“图表”，一种是“图画”。图表就是数学课上学过的统计图表，相对比较简单，稍微有点数学常识一般都是能看懂的。“图画”则往往是漫画或者简易的风景画、图片之类。这类“图”，对大部分学生来说也不是多难。

其次要分清两种“文”，“小作文”和“大作文”——差别是非常大的。

对于小作文，一定要看清楚题干要求，按照答题要求作答。同一个图表，答题要求不一样，做出的答案可能完全不一样。比如2019年山东枣庄中考题：

学校组织“课堂远离手机，促进身心健康”主题教育活动，邀请你参与其中。

材料一：欣赏漫画《孔夫子讲学》



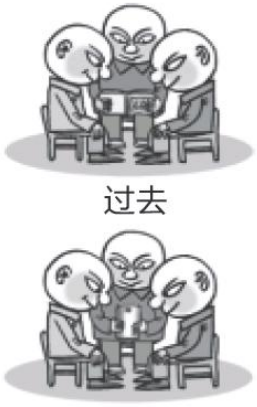
“材料一”的这幅漫画是第二十八届中国新闻奖的获奖作品，请你简要指出该作品获奖的原因（不超过70字）。

如果题干要求改成“请用简洁的语言向别人介绍一下这幅漫画”，答案与原来中考卷中的题目就大相径庭了。所以，在解答“看图写作”的小作文题目时，一定要看清要求，按要求解答。

对于大作文，没有小作文那些“细枝末节”要求，比小作文简单明了一些。前提依然是看懂画，注意以下几点：

一看画面，注意细节。比如下面这幅漫画：

【话题速递】【华中农大倡议学生就地下田】深蓝财经2020年2月27日报道，武汉华中农业大学给全校师生发倡议：开学还早，就地下田！希望返乡师生亮明身份，科学帮扶春耕。校长李召虎介绍，投身春耕，于教师是把论文写在大地，于学生是一次实践教育。



随机应变　鲁楠 画

乍看上下两个画面都一样，仔细看会发现三个人手里的东西不一样了。“过去”拿的是书，三人一起看书；“现在”拿的是手机或者iPad，三人在看手机……看到了这个“细节”，你才能真正领悟画面的含义，才能写得切题。

二看题目，揭示含义。题目对画面的含义往往有指示作用，可以帮我们更好地理解画面内涵。有时候画面没有题目，但是画面中可能会有极少量的文字，这些文字信息也是我们领悟画面内容必不可少的要素。比如，上述这幅漫画题目是“随机应变”，画面中还有“过去”“现在”这样的文字，把这些文字信息结合画面，就能看出画面的含义：揭示生活的变化，比如科技的进步、阅读方式的改变……

当然，做到以上这些还不够。要想让“看图作文”写得独树一帜，还需要“透过现象看本质”——就是要跳出画面，看出与众不同的东西，这样写出来的作文才能出类拔萃、独树一帜。比如下面这幅漫画：

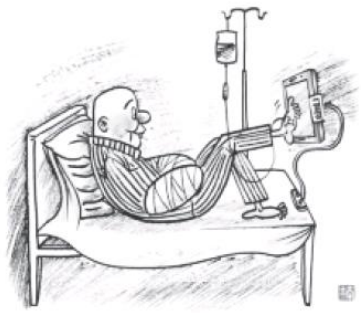


机不可失　鲁楠 画

一看就是讽刺一些人沉迷手机，人人都顺着这个思路写，必然千篇一律。如果能跳出画面看，沉迷手机的人只是一部分，大多数人使用手机并没有沉迷。这样写，可能就比较有新意。或者，这个人正用手机处理一项重要业务，所以虽然身临险境，也坚持把事情做完了，于是他打出“V”字手势……这样写也比一般讽刺手机控有新意。

新题预测

观察下面的漫画，按要求完成下列两道写作题目。



随机应变　鲁楠 画

题目一：写一则200字左右的说明性文字，让那些从没有看过这幅漫画的人也能通过你的文字，了解这幅漫画。（10分）

题目二：自拟题目，写一篇作文。（50分）

写作指导

题目一：最好是在头脑中琢磨一下，我的说明方法是什么，说明顺序条理是怎样的，详略处理是怎样的……先在草稿纸上写，别一不留神写多了。

题目二：对于这幅漫画，多数人可能都会想到这是讽刺一些人沉迷手机，想“看出”与众不同的东西，就要仔细研读画面，多做联想。比如，这个人是做什么的？为什么会伤成这样？伤成这样为什么还放不下手机？他用手机在干啥？是闲聊还是处理事务？

除了以上这些方面，我们还要注意看漫画的题目。此漫画题为“随机应变”，为什么我们一定要想到是讽刺？为什么不能想到是赞扬？赞扬这个人聪明机智会随机应变？如果我们再想多一点，这个人在工地上出了工伤事故，为了安抚远方的家人，故意这样视频聊天，勉强做出满意的微笑……

【话题速递】【2月招聘报告：IT行业招聘缺口大】2020年2月26日，某招聘网站发布的招聘大数据报告称，2月份，IT行业招聘缺口最大，企业平均支付月薪达6921元。交通运输、仓储和邮政业，文化、体育和娱乐业，居民服务、修理和其他服务业紧随其后。

佳作示例

点评

采用空间顺序：床上—墙壁上，“从上到下”——先写画面，再写“下面”题目；由主到次——先写人物受伤，再写打点滴。使用列数字、打比方、摹状貌三种说明方法。

教师点评

本文是一篇小小说，细节真实，画面生动，情节合理，叙述波澜回环，故事曲折且张弛有度，详略处理得当，读来让人咀嚼回味，也耐人寻味。人物设计巧妙，张小明和护士，一主一次，都对手机着魔。护士两处“手机”的细节，画龙点睛，有力地突出了文章题目“魔”的含义。

作者简介

从教近30年，省作家协会会员。在《人民日报》《中国教育报》《南方周末》等发表文章约三百篇，作品入选2013年福建莆田、2014年广西柳州和甘肃庆阳中考语文试卷阅读题。

题目一：这是一幅漫画，画面中一个光头肥佬半靠半躺在病床上，身上穿着病号服；双手交叠放在小腹上，双手直到手肘部都裹上了厚厚的绷带，只能看到两条手臂如同白冬瓜一般，根本看不到手。在他对面床头的墙上，固定着一只手机，他正抬起光光的脚丫，在手机屏幕上划着。他的眼睛死盯着手机屏幕，抬起的那只脚上正打着点滴。他表情放松，似乎很享受的样子。画面下方是漫画题目，叫作“随机应变”。

题目二：

魔

□浙江省新昌县七星中学诗路文学社　董　麟

某医院。

一位护士正对着她的病人讲话，反复叮嘱着注意事项，末了，她划拉着手机，头也不抬出了病房——换班去了。

徒留病人张小明两眼无神地瞪着天花板，心心念念着那场未竟的游戏。

昨天，他苦苦等待的新游戏刚刚发售，他立刻购买，骄傲地成了公测服务第一批玩家。当然，乐极生悲是有道理的，当张小明慢吞吞过着马路时，眼里心里都被他的游戏占满了，无视了对街人行道的绿灯慢慢流逝，变红。只是那辆超速的车慢一点就好了，他马上就击杀对手，完成任务了。

“唉……”张小明长叹一声，立刻牵动了伤口，疼得他龇牙咧嘴。

一想到今天的开服任务还没做，没做任务就拿不到奖励，拿不到奖励就显示不出他开服玩家的身份，如果显示不出他开服玩家的身份……那四舍五入不就是白被撞了？他一下子就躺不住了，只可惜双手缠满绷带，打着点滴，根本玩不了手机。张小明顿感人间不值得，难过地动了动脚趾。脚趾……对了！还有脚趾！

虽然腿上也有伤，但还是能动的，凭借着他灵活的脚趾，他张小明，一定可以杀进榜单前百位！

趁换班的护士来查房时，张小明成功求到了她，用胶布把自己的手机固定在了对面的墙上——刚刚好，眼能看清，“触脚可及”。一开始，开机登录还是比较生疏的，但当张小明开始进入游戏界面时，他的大脚趾已成功胜任了这项本不属于它的工作，并以不符合它笨拙姿态的灵敏选到了张小明最喜欢的角色。

随着一阵熟悉的背景音乐，张小明迅速查看任务，开始操作……

不知过了多久，张小明脚下的手机没电了，任务也做完了，他紧绷的神经突然一松，却一下子感受到了剧烈的疼痛。他惨叫一声，定睛看去，点滴针头早已大大“鼓包”了。护士闻声，赶紧把手机往兜里一塞，匆匆赶过来。

……

第二天，张小明小心地动着大脚趾，拨弄着连上充电器的手机，狂热的瞳孔倒映着花花绿绿的屏幕。

（指导教师　姜见知）

【话题速递】【我国科学家首次揭示月背地下浅层结构】2020年2月27日，中国科学院国家天文台科研团队在国际科学期刊《科学·进展》发表文章称，该团队发现地下物质由低损耗的月壤物质和大小不同的大量石块组成。这一研究成果对于了解撞击过程对月表的改造、火山活动规模与历史等具有重大意义。

·原创·

武汉考生怎样写疫情作文？站位高 视野广 论述深

——《民族凝聚 同心同圆》升格示例

口湖北省武穴中学　陈保侯

文题展示

阅读下面材料，根据要求写作。

1998年，抗洪救险，我们众志成城，齐退海洋；

2003年，抗击“非典”，我们众志成城，同抗疫潮；

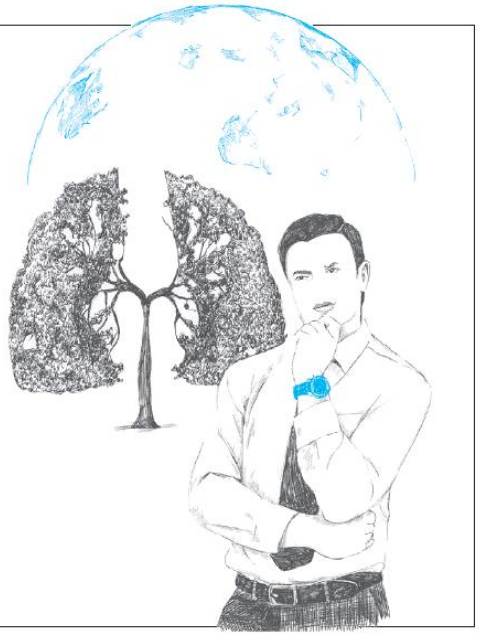
2008年，汶川地震，我们众志成城，并赴国难；

2020年，新冠肺炎，我们众志成城，共克时艰。

“众志成城”，简单的一个词，却包含着多么丰富的内涵，蕴藏着多少磅礴的力量。

请你根据上面的材料，设想你是电视、电台节目主持人，面对广大听众和观众朋友，宣讲对“众志成城”的思考和认识。要求：自拟题目，自选角度；不要套作，不得抄袭；不得泄露个人信息；不少于800字。

（武汉市2020届高中毕业生3月份学习质量检测）



思路点拨

新冠肺炎疫情突发，身处疫情中心的武汉学子，对此有怎样的思考呢？他们的作文无疑具有重要的参考意义。题目提出情境化任务要求，所给出的话题“众志成城”切合时代热点，贴近学生核心素养，有现实意义。写作时要特别注意以下四点：

1.审清题目内容和形式。题目由三部分组成，“材料+提示语+情境化写作要求”。材料：以编年体形式排列发生在我国的四次重大灾难，展现的共同话题是“众志成城”。提示语：对众志成城解读为“包含丰富的内涵，蕴藏磅礴的力量”，提示我们写作时要紧扣“众志成城”中心话题，写出其内涵，突出其力量。情境化要求：以主持人身份讲“众志成城”。

2.分析话题的内涵和外延。对“众志成城”的内涵理解：①“志”是什么？国难当头，团结一致，家国情怀，也就是从抗洪、“非典”、地震、肺炎这些事件中看出中国人的一种精神。②“众”是什么？就是全国上下同心同圆，团结一致。③“城”是什么？就是团结的力量“筑成新的长城”。对“众志成城”的外延理解：要跳出事件本身，用世界视野讲中国故事，以深沉、雄壮和豪迈姿态向世界展示中国力量、中国信心和中国精神。

3.构思文章的广度和深度。广度：列举不同事件中，我们是怎样众志成城的，可从不同层面的人物来讲。深度：紧扣“志”“众”“城”三个字，对众志成城的内涵进行深入解读。高度：要讲出众志成城的重要时代意义。多难兴邦，我们为什么要众志成城？它展现了当代一种什么样的中国精神？这种精神对中国社会和经济发展有什么重要的推进作用？会产生怎样的世界影响？

【话题速递】【网球名将莎拉波娃退役】2020年2月26日俄罗斯卫星网报道，全满贯得主32岁的俄罗斯网球运动员玛丽亚·莎拉波娃宣布结束职业生涯。莎娃透露，促成自己退役的一个原因是科比的离世，她表示：“他的意外离世让我重新审视我的未来和生命的意义。”

原文呈现

民族凝聚 同心同圆

□湖北省武汉市第23中学高三（8）班 谭今傲

听众朋友们，大家好！

此时此刻，全国上下的抗疫攻坚战正如火如荼地进行着。而每当国难来临，我们便会提到一个词，并用火一般的行动去践行它，这个词就是“众志成城”。（1）这简单的一个词却包含着伟大的集体主义与英勇的斗争精神，正是这股磅礴伟力支撑着中国披荆斩棘，绵延不绝，多难兴邦，走向复兴。（2）众志成城需要“众”的人和“志”的精神方可成城。

人道亲亲，同舟共济，这是“众”的人和力量。集体主义属于我国的人文传统，在典籍中亦有体现。在此基础上不仅形成了“我为人人，人人为我”的良好社会风气，还创造了坚固凝实的家国体系，更缔造了打不倒、断不绝的中华文明。古时有满门英烈，举国皆兵，近来有抗日民族统一战线。（3）更近，有1998年的齐退浩洋，2003年的同抗“非典”，2008年的并赴国难，2020年的共克时艰。（4）举国上下，社会各界，通力协作，是每一次渡过难关的基础。（5）

人定胜天，有志者事竟成，这是“志”的精神力量。如果说人心凝聚成一面铁壁，那么意志便是火焰，将铁炼成钢，又将钢铸成城墙。（6）当难以抵挡的大灾难袭来，意志力便是最后的防御，在危急存亡之时，钢铁般的意志是奇迹背后的力量源泉。无论是抵御外敌时的那一场场硬仗，还是面对天灾时义无反顾的逆行，都令人心神往之。（7）与国外的疫情阻击战相比，我们没有恐慌，没有畏惧，有的是“捐躯赴国难，视死忽如归”的毅然决然，有的是“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的坚定豪迈。这种精神与意志得以代代传承，我们就没有过不去的坎。

民族凝聚，同心同圆，这是“城”的防御力量。（8）以众为基础，以志为建筑，构建出城的体系，这便是众志成城，而属于我们的城，便是“民族凝聚，同心同圆”。这座城，挺过无数战火，挺过暴风、洪水、地震、瘟疫，而在灾难的一次次洗礼下变得更加紧密，坚实。（9）家是最小国，国是最大家。各民族人民，尽志尽力，便能铸就一座屹立不倒的长城。

正所谓多难兴邦。有了众志成城，我们不但不会被国难击垮，相反会在磨难中升华，这便是众志成城的力量，它是中国的长城，更是构建人类命运共同体的灯塔。（10）

谢谢大家！

（1）这里可以把材料中的四次国难列举出来，再引出话题“众志成城”。（2）这一句可以移到文尾，做总结升华。

（3）可以多列举一些例子。（4）移到文章开头部分。（5）对“众”的优势要做总结论述。

（6）这一句可以移到下文关于“城”的论述。（7）要有事例，不能空谈，可以引用当下的疫情素材。

（8）移入前面（6）的内容。（9）要列举人们面对灾难众志成城的事例。

（10）结尾要对“众志成城”的内涵和力量总结升华，以回扣全篇。

【原文点评】

1.开头部分没有引用材料引出话题，且急于对“众志成城”内涵进行深刻解读，不符合议论文步步深入的论证思路；2.在“众”“志”“城”三个主体部分，缺少事例，都没有鲜活的时代素材为议论做支撑；3.总结性论述深度不够。

【升格建议】

1.正文三个主体段、结尾处要加入相关论述，体现对众志成城的认识与思考；2.补充鲜活的写作素材来充实文章内容；3.局部文句用语不精准，需要打磨。

【话题速递】【中国413名维和官兵被联合国授予勋章】当地时间2020年2月25日，中国第7批赴马里维和部队413名官兵全部被授予联合国“和平荣誉勋章”！官兵们自2019年5月部署到位后，出色地完成了安全防卫、工程保障、医疗救援等任务。中国军人为国争光！

升格作文

民族凝聚 同心同圆

□湖北省武汉市第23中学高三（8）班 谭今傲

听众朋友们，大家好！（开篇问候，符合本次习作情境要求。）

此时此刻，全国上下，共克时艰，抗“疫”攻坚战正如火如荼地进行着。这让我想起了1998年抗洪的齐退浩洋，2003年“非典”的同抗疫潮，2008年地震的并赴国难。（引用材料，提出话题。）每当国难来临，我们中华儿女便会万众一心，众志成城，用火一样的赤子之心去战斗，用海一样的宽广胸怀去奉献，用山一样的坚实力量去抗击。（排比句增添文采和气势。）众志成城这个看似普通的词汇，但在我眼里具有丰富的内涵和磅礴的力量。

人道亲亲，同舟共济，这是“众”的人和力量。泱泱大中华，浩浩荡荡五千年文明史教会了我们团结一致，众志成城。（从中华文明高度认识“众”的内涵。）有“将相和”，才有了赵国的乱世之稳；有杨家将的满门英烈，才有了抗金的慷慨悲歌。在中华民族到了最危急的时刻，国共合作成立抗日民族统一战线，一寸山河一寸血，我们众志成城取得了抗日战争的胜利。（补充了典型例子。）今天，我们全国人民驰援武汉，对口支援模式再次启动，19省包16市共同抗击新冠肺炎。这万众一心的人和优势，才使中华民族一次次渡过劫难，获得重生。（总结论述“众”的人和优势。）

人定胜天，有志者事竟成，这是“志”的精神力量。当难以抵挡的大灾难袭来，意志力便是最后的防御，在危急存亡之时，钢铁般的意志无坚不摧，是奇迹背后的力量源泉。这次疫情，武汉1000万人口的大城市封城，国家以坚定的意志抗击疫情；全国29个省市自治区和解放军共有344支医疗队、42322名医护人员冲至湖北一线，他们的勇敢让人泪目；“不计报酬，无论生死！”“若有战，召必回，战必胜！”医疗队队员们的铮铮誓言，令人钦敬！（素材鲜活。）他们“捐躯赴国难，视死忽如归”的毅然决然，他们“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的坚定豪迈。这就是中国人的意志力量，它是中国精神的写照，更是中国信心的展示！（对“志”的内涵和力量做升华论述。）

民族凝聚，同心同圆，这是“城”的防御力量。如果说人心凝聚成一面铁壁，那么意志便是火焰，将铁炼成钢，又将钢铸为城墙。（比喻论证，形象生动。）武汉各大医院全力以赴抗击冠状病毒，10万医护人员超负荷工作，他们以血肉之躯，筑成守护家园、保卫武汉的长城堡垒。就像钟南山院士含泪所说：“武汉，是一座英雄的城市。”（素材鲜活，形象化解读了“城”的防御力量。）在这场战斗中，各民族人民，海内外华夏儿女，人人尽志尽力，铸就一座屹立不倒的长城。这座城，高扬着五星红旗，高悬着家国情怀，并向全世界高调展示了中国无比强大的民族向心力和凝聚力。（这里对“城”的精神内涵解读非常精彩。）

正所谓多难兴邦。众志成城，成为中华民族面对灾难时凝聚力的象征性语言口号和统一精神。众志成城，包含着伟大的集体主义与英勇的斗争精神，正是这股磅礴伟力支撑着中国披荆斩棘，绵延不绝，走向复兴。（总结论述，对“众志成城”的内涵和力量做升华论述。）有了这种精神，我们不但不会被国难击垮，相反会在磨难中升华。众志成城，它是中国新时代的新长城，更是构建人类命运共同体的灯塔。（延伸拓展，由中国到世界，立意更高远。）

谢谢大家！

【升格总评】

1. 有高度。紧扣题目要求，在讲述众志成城这一话题时，能追溯到五千年中华文明史，全局性综合分析材料内容，拔高到构建人类命运共同体。

2. 有广度。正文三个段落，从“众”“志”“城”三个方面对众志成城的内涵和力量进行论述，三者相互关联，互为补充。

3. 有深度。对众志成城的内涵论述深刻，深度解读了众志成城的历史传承、精神内涵和时代发展，事例典型，素材鲜活，论述深入，催人奋进。

【话题速递】【景区重开游客不再摸霍去病雕像：容易引起传染，相信科学的方法防疫】2020年2月26日，甘肃兰州五泉山在疫情之后首次对游客开放。此前，该公园每天都有人为祛病排队摸霍去病雕像。本次开园，尽管游客不少，却没有人去摸霍去病雕像上的字。市民称，容易引起传染，还是要相信科学。



复旦学霸覃畅宇：语文考144分的秘诀是什么

□覃畅宇

学霸小档案

姓名：覃畅宇

高中学校：湖北省宜昌市夷陵中学

高考语文分数：144分

所考大学：复旦大学



我的语文学习是一条平凡之路。

我不是天资聪颖的学生，也不是被学习反推向前的苦行僧。一直信奉着“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”的我，如果说对语文学习有一点小小的成绩，除了因为骨子里的上进心和勤奋努力之外，更是因为有一种对文字学习本身的热爱。这份热爱，来自文学书籍的吸引力、以往成绩的自信心，和对语言表达体悟之后油然而生的成就感。

1.人生来就有文学天赋吗

从小，我的语文成绩就不错，小学的班主任是语文老师，语调温柔亲切，行事作风却严格。

印象很深的是，她要求我们背成语词典，每天5个；我也是她的课代表，她给予了我很多信任和支持，我不禁把好好学语文和老师的鼓励联系在一起，喜欢一个老师，由此喜欢一门学科。这一切构成了良性循环。

课外，父亲给我订阅的《儿童文学》开启了我的文学之旅，这本文学月刊陪伴了我整个童年，书中充斥着梦幻的童话、美好的童年回忆、温馨的亲情和纯真的梦想，它无疑培养了我的想象力、感性思维和审美能力，最早地塑造了我的世界观。

中学后，班主任仍是语文老师，我仍然是他的课代表，儿时的阅读在脑海中涵养发酵，时常会有灵感迸发，老师总喜欢给我的作文打高分，他对我的评价是“记叙事件生动精彩，散文化抒情饱满真实感人”。所以，我的作文常作为年级的范文展示，给了我极大的创作信心；课外我也有写日记、随笔的习惯，多年未变。

由此看来，谁都不是生来就有文学天赋，语文学习就是一个点滴积累的过程。其中，打牢基础——如记背成语、古诗，以及广博的阅读很重要，可以培养语感，积累语素，激发想象力，提高鉴赏能力。

2.考场作文需要锦上添花

高中语文学习更注重应试水平的考查，一般分为背诵、阅读理解、语言应用三个板块。

我认为试题作答需要感性和理性兼备，比如实用类文本阅读，需要严谨分析，理性思考；诗歌鉴赏、小说、作文等文学性更高的题目，需要情感体悟，感性抒发，不能机械化套用答题套

【话题速递】【农村没网怎么上“网课”】2020年2月，中国教育电视台4频道空中课堂以《同上一堂课》形式，播出小学各年级课程，兼顾初三和高三学生学习内容，同时还播出人文历史、国学经典、艺术欣赏等通识教育内容，覆盖各省（区、市）特别是偏远农村网络信号弱或有线电视未通达地区。

版，背范文。

第一，背诵。看个人的重视度，不存在记忆力差脑袋笨记不下来的情况，这都是懒惰的借口，如果你足够重视，早自习的大声朗读时间完全可以背诵高考要求的篇目。

进阶阶段，就是多背，作家都是饱览群书有积累有沉淀后起笔创作的。作为学生，我们多积累好词好句、古诗词、成语，肚里有墨水，为日后的学习打好基础。

第二，阅读理解。高中阅读时间有限，除了老师教授的阅读题的答题技巧之外，主要看我们的内功，内功靠平时的积累练就，是否从小养成阅读的习惯，阅读是否有选择，是否有自己的思考。

我的建议是阅读适合各年龄段的书籍，比如儿时就应该读童话、科普启蒙读物；中学读中外经典名著（最好能精读，适当旁批做笔记，有自己的心得）；高中课业紧张，可抽时间看看《南方周末》等报刊，寒暑假期间读名著。阅读时多感悟体会，理解作者的表达用意，最好能边看边自己在心里总结复盘或通过简单笔记写下来。

我重视文言文较晚，文言文翻译很薄弱，高中下了很大功夫。高中老师建议我读《史记》，背重点的文言实词，于是我周末读古文，平时在学校做题时积累实词、查词典，把意思都抄下来，整理在笔记本上。早自习完成基本的背诵任务后就背古文，一年下来，进步不小，语文成绩从120分刚出头到班上第一的水平。

第三，语言表达。我们每天的语言交流就是表达，语文本就无处不在。这一项是输入后的输出工作，第一步背诵或阅读是吸收外来，表达需要先理解消化，逐步形成自己独特的想法，有了想法还不够，还要组织语言把心中所想表达出来，这一表达是否准确？这一项是语文学习最难的部分，需要有意识地训练。

作文有几个标准：主题鲜明，内容准确，表达流畅，有文采。作文基础不太好的同学可以先列出大纲，把写作内容分成板块，再逐一击破，这样至少可以做到脉络清晰，有条理。每个人的表达风格不同，但高中的作文不需要我们返璞归真，适当锦上添花的语句同学们可以多积累多运用，但要恰到好处，顺遂自然。

3.领略语文学习的真正乐趣

正常的学习语文的阶段应是：阅读积累，吸收转化为自己的想法，再有感而发，输出表达。但往往应试的高中生没有经历从阅读到吸收理解的过程，直接记背作文范式，快餐式填充到自己的作文里，千篇一律，自己的灵魂没有参与，没有感受文字结合汇聚成的情感，从而没有领略到语文学习的真正乐趣。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。语文学习从来不是一蹴而就的，高中学习更多的是思考和方法，体悟和总结。如果硬要说方法的话：点滴积累、广博吸收、勤于反思、整理归纳、迁移表达——这便是我所掌握的语文学习的方法。

希望大家能在自己的平凡之路上，克服万难，收获不平凡的精彩！

（指导教师 刘圆）

学霸书单推荐

《傲慢与偏见》	《包法利夫人》	《少年维特之烦恼》	《追忆似水年华》
《战争与和平》	《悲惨世界》	《罪与罚》	《卡拉马佐夫兄弟》
《了不起的盖茨比》	《审判》	《麦田里的守望者》	《生活在别处》
《霍乱时期的爱情》	《荷马史诗》	《雪国》	《莎士比亚戏剧集》
《挪威的森林》	《庄子》	《世说新语》	《人间词话》
《呼兰河传》	《边城》	《我与地坛》	《穆斯林的葬礼》
《倾城之恋》	《围城》	《茶馆》	《骆驼祥子》
《许三观卖血记》	《红高粱家族》	《三体》	鲁迅小说集及部分杂文

毕淑敏、张晓风散文

（摘自湖北夷陵中学官网）

【话题速递】【2019年我国共享经济交易额超3万亿】2020年3月4日，国家信息中心发布《中国共享经济发展报告2020》显示，2019年我国共享经济市场交易规模达32828亿元。虽然受到疫情冲击，但人们在线消费习惯得到进一步培养，产业互联网发展亦面临新契机，客观现实也会倒逼新业态领域制度创新加速。



·原创·

拾起平凡的美好

□清华附中西安学校C1710班　宋嘉皓

小区刚刚解除封锁。我戴好口罩，一早沿着被晨露打湿的马路直走，在街角的小小面包店买到心心念念一整晚的牛角包，把找零的硬币揣进口袋，心满意足地推门而去。这家店我来了有十几次，就像小王子用心浇灌的玫瑰花一样，逐渐变成了“我的”面包店。

走出香气弥漫的面包店，冷气毫不客气地朝身上涌来，我赶紧把手缩进衣袖，快步朝前走去。

一路上，看到在地上啄面包渣的肥硕鸽子，穿着宽松工服边挪运垃圾边哼唱歌曲的环卫工人，嬉笑追逐的小孩子。看到他们细碎而平凡的快乐，我的心情也受到感染，脚步禁不住轻快起来，嘴角也禁不住偷偷上扬。就连手里的面包袋，也随着我的步子颠簸得自由而任性。我真实地感受到一种放飞自我般的快乐。

身体和心性被束缚久了，就总想去游人如织的广场游荡，去看肆意流动的小河，吃浓油赤酱的食物，总之酣畅淋漓顺遂心意就好。但现实是，疫情仍在持续，不能任性，平时毫不在意的情景，竟成了一种奢侈。

平时，太多声音在我们耳边轰隆而过，琳琅的选择经常挑花眼，我们不断拿时间去试错，想把生命变得美好而辽阔，却往往忽略了内心真正的渴求。

人生有很多开心潇洒的高潮，也会有很多痛苦难挨的低潮，但生活的本质是返璞归真，是有能力享受最平凡的快乐。

学校尚未开课，但我从未像现在一样渴望返校。虽然在学校里我几乎每天都遭受打击，老师也是各种指责批评，我不得不收起快乐的触角。但是离开了学校，我却感到万分孤独寂寞。这样想来，坐在教室的椅子上奋笔疾书充实自我，在校园的操场上挥汗如雨彰显青春，在平常的生活中享受平凡，何尝不是我们最大的快乐？

想想，在这突如其来的疫情面前，我们待够的家，却是医护人员、一线民警等“最美逆行者”最希望抵达的地方；我们上到厌烦的网课，却是边远山区孩子好不容易才能实现的“小愿望”。每一份不起眼的平凡的幸福都是有人替我们负重前行，我们有什么理由忽视？

不要等到山穷水尽时，才懂得生命中那些平凡而细碎的美好是多么难能可贵。我们要学会在老师父母精心打造的环境里享受非常平凡的快乐。从现在开始，珍惜当前的一切，用心呵护，让平凡的生活也能焕发出耀眼的光彩。

珍惜眼下的美好，不贪婪，不奢望，就是最好的生活方式。

（指导教师　寇雅静）

点评

1.着眼当下，紧贴实际。作者紧密结合疫情防控的新形势，将自己置身于社会大环境下，观察社会，写出了当代中学生的独特思考，使得作文具有很强的现实意义。2.深入思考，主题突出。作者借助一次疫情下的出行，反思自己平时对熟视无睹的平凡生活的忽视，结合自己对学习、生活的深入思考，提出珍惜当下美好的观点，使得主题十分突出。3.善用修辞，语言优美。作者综合运用了对比、比喻、拟人、反问等修辞，使得文章具有很强的表现力和感染力，可读性很强。

（点评教师　王文炎）

【话题速递】【2020年开展100万人次线上职业技能培训】2020年2月17日，人社部、财政部印发关于“实施互联网＋职业技能培训计划”的通知，鼓励广大劳动者参加线上职业技能培训。《通知》明确，2020年全年开展100万人次以上的线上职业技能培训。2021年，进一步扩大线上培训规模，提高线上培训质量。

0202

□中央民族大学附属中学高一（10）班　刘　澈



·原创·

今天是人类重新纪元的0202年元旦，作为“学习者”，我来到人类历史纪念馆寻找写作灵感。今时不同往日，纪念馆里冷冷清清的，并没什么人，唯独接待我的人工智能机器人很热情，他告诉我今年是人类特别有纪念意义的一年，对此我有点不解，因为今年可是“冬眠管理者”说的最没有意义的一年——科学家们没有新的突破，EARTH INTERNET上也没有值得开启全民讨论的议题，因此地球上百分之八十的人口都早早地进入了冬眠。

然而人工智能机器人仍一脸真诚，仿佛对他自己的说辞深信不疑，他邀请我来到2020的展厅。“你看，0202倒过来读不刚好就是2020了嘛！”他指着厅牌说。我接过他递来的虚拟嵌入式VR头盔，接入脑机接口，再睁眼，已跟随他来到2020年的世界——

“这叫手机，一种电子设备，在这个时代被用于移动通信和数据接送……”他递给我一个黑色金属长方体，上面播放着各种博人眼球的视频，一些所谓“主播”（一看就没有任何执照）的人信口开河，说一些极其没有常识的话，但是居然有人相信，这简直让我大跌眼镜，唉，2020给我的初印象真是不美好。

“这就是你说的‘有纪念意义’吗？”我有点不耐烦地询问身旁的人工智能机器人。

“别急，这个时代的网络环境确实有点糟糕，你跟我来。”他拉着我跨越了这一段数据链，我们来到一家医院。

医院里，医生护士们全部穿着厚重的防护服，他们闷在衣服里的皮肤已被汗水浸透了，脸上可以清楚地看到勒得深深的血痕，但是他们的眼神十分坚定。“发生什么了？”我急切地问，“我的印象中人类近古代历史上好像没有发生过如此严重的问题吧？”

“是疫情暴发。”他给我传输来一个生物样本——新型冠状病毒。

“病毒？”我疑惑道，“这些东西不是只存在于博物馆中吗？”

“那是现在，在2020年这是个大麻烦。”

“那怎么办？有解决办法吗？科学家们没有出面吗？”

“别急，这次疫情在全体医护人员、科学家，以及众多可爱的人的努力下，最后成功解决了。”

“我就说嘛，科学家不会坐视不管。”

“那我再问你一个问题，在我们的时代，科学家通常被视为什么？”

“他们是普罗米修斯，为人类从神那里盗来文明之火，他们是人类的代言人……”我回答道，“这不是三岁孩子都知道的嘛，有什么好问的？”

“我想告诉你的是，在这个时代，不少人只在意那些赚得盆满钵满的网红，就是前面你在手机里看到的那些主播，而科学家、医护人员，是经历了这次疫情之后，才被大众认识到他们的伟大……”

我突然间明白了人工智能想要跟我说的“意义”，这一遭真的不虚此行，走出展厅的时候，我确定了自己的写作方向。

（指导教师　龚书钰）

点评

本文以“回看历史”的方式构思，写法富有新意。在与智能机器人的对话过程中，评议了当下社会上存在的一些现象——网络主播的信口开河、医护人员的艰辛战“疫”，评议中立场鲜明，正能量满满。收束部分以“伟大”来评价科学家，点明主旨，升华了主题。

（点评教师　李凤成）

【话题速递】【河北一中学将做家务纳入学分考核，高中生必须要会四道菜】人民网2020年2月26日报道，河北石家庄市第一中学规定学生们寒假需做家务，并纳入综合实践学分考核，从2018年起开始逐步实施。老师介绍，做家务需在家长的指导下进行，家长反馈说家庭更和谐了。

·原创·

央视点名表扬！一场疫情炸出了多少“霸道总裁”

——战“疫”企业素材分析与运用

作文君：2020年，为了阻止疫情传播，中国人民在原本最热闹的春节期间居家隔离。我们说“面对疫情，分开的是距离，拉近的是我们的心；隔离的是病毒，并没有隔离爱；不动的是身体，心却在以各种方式集结”。是的，“中国人”这个集体因为病毒变得更凝聚了。医护人员请战逆行，武警部队闻令出征，党员干部冲锋在前，老百姓们也是有一分力就出一分力……那么，面对这次突如其来的大考，企业家们又交出了怎样的答卷呢？一起来看霸道总裁们的战“疫”素材！





缺口罩？我们造！实业企业的跨界 battle

一、跨界生产我们是认真的

全国缺口罩？五菱立马把空余厂房改成生产车间，成为全球第一家做口罩的汽车企业，更泪目的是那句：“人民需要什么，五菱就造什么！”从想法提出到成功下线20万只医用口罩，仅仅用时3天。听说还缺口罩机？放着我来。仅用76小时，五菱就造出了第一台五菱牌口罩机。听说防疫人员还缺别的设备？不要紧，我也可以。没几天，五菱就正式向柳州市捐赠了首批智能移动测温车。在它的带动下，一场看不见硝烟的battle拉开了帷幕：格力扔出2000万成立了医疗科技公司；华南最大规模的纸尿裤和卫生巾生产线设备制造企业索性改造设备，人力物力轮番耗费，让世界最高速口罩生产机落地；吉利汽车决定“出奇制胜”，在20天内研发出N95标准的空调滤芯，30天内达成量产并应用在捐赠疫区的汽车上；小电车比亚迪窝在车间里就干一件事：口罩产量每天500万只，消毒液日供5万瓶；红豆股份西服直接改产防护服，运动服直接改产隔离衣。要知道，大车企跨界做这些，中间会涉及和供货商的沟通，车间的改造，设备的调试，还要拿下口罩的研发、生产、销售资质等流程，并非是说生产就生产的易事。

二、只会跨界产口罩？那不是合格的企业

这样子多才多艺又深藏不露的神仙企业，还有很多。海尔冰箱、彩电、洗衣机都很小巧，在制药、生物研究所、细胞库这些地方关键时刻就能派上大用场。比如，这次疫情中，新获取的几十份病毒样本

【话题速递】【日企24小时生产口罩，还将从中国进口】2020年2月21日，日本内阁官房长官菅义伟在例行记者会上回应口罩不足时表示，日本国内的口罩企业目前24小时作业生产确保供给，还将逐步恢复从中国的进口，预计口罩周产量将超过1亿。

通过中科院病毒所国家病毒资源库海尔生物医疗样本库检测，开展存储应用研究。这还是我们认识的那个穿着裤衩的兄弟吗？这简直是换上一身西装，将头发梳成大人模样的霸道总裁啊！还有我们爱吃的那家生产旺旺雪饼的企业，2月19日下午，他们派出了湖南旺旺医院的16名骨干医护人员，紧急驰援武汉！

【素材妙用】从停工到改产造口罩，究竟是什么让这些企业暂时转型？是什么成就了战疫的中国速度？除了企业本身的优势外，应该就是一颗又一颗试图焐热寒冬的心罢了。面对突如其来的疫情，他们不计得失，不管盈亏，跨界转产，迅速出击，大显神通，造口罩、消毒液、防护服，让我们看到了这些企业在国家危难时刻勇于担当的精神。不是总裁如何“霸道”，而是企业有使命感。希望按下暂停键的城市和生活快些重启，让这些企业可以不必再硬核造口罩，而是能继续操持本行，在各自领域继续引领行业的发展。

【适用话题】企业担当；社会责任；转型；齐心战“疫”





战“疫”！互联网企业也在争分夺秒

一、不能造口罩，也阻挡不了我们捐

在这次疫情中，互联网企业也是“明争暗斗”。虽然不能生产口罩，但是他们有他们的办法：京东物流第一时间开通救援武汉物资的特别通道，把捐赠的100万只口罩及6万件医疗物资送到了武汉，是最早到达前线的互联网支援物资之一；阿里巴巴国际站也立即展开了“全球寻源”，从几十个国家采购口罩、防护服、护目镜等重点物资，很短时间里，就搞定650万件医疗物资，直接送达武汉；腾讯同样优秀：全球采购物资，第一时间包机抢运，并且准确送到最需要的一线人员手中，包括335万只口罩、12万套防护服、2.25万片成人纸尿裤，以及大批防护手套、护目镜、消毒液、呼吸机、耳温枪、酒精、检测试剂盒等防疫物资；拼多多向湖北地区捐赠了100万只医疗专用口罩、2万套防护服、20万只医用手套、30吨德国进口医用消毒液，以及一批价值近1000万元的新冠肺炎检测设备。

二、不经营种植业，也必须让你们吃饱

吃饱了才有精力去战斗，面对封城的武汉，我们经常看到：中国大粮仓黑龙江一列列载满大米的列车奔向湖北各地；青海捐出320万元冬虫夏草；云南省一辆载有22吨香蕉的货车驶向湖北；新疆人民献出10吨洋葱支援武汉人民；甘肃运往武汉18吨苹果……其实除了地区支援，电商企业也没闲着：拼多多

【话题速递】【云春游】2020年3月，博物馆、动物园等春游胜地纷纷登上淘宝直播，让网友足不出户也能感受历史和自然。但是当一本正经的讲解遇上网友的神评论时，直播间画风突变。不管是国宝文物还是国家保护动物，粉丝看直播之后都问上一连串问题：多少钱？怎么下单？

“抗疫工作组”接令后，立刻行动，紧急从全国各产区筹措新鲜蔬菜水果，短短两天后，拼多多的100吨蔬果就陆续抵达四家医院的食堂，白菜、西蓝花、土豆、青椒、2万多个苹果……够5000名一线医务工作者吃一个月；另一边，阿里巴巴盒马鲜生也不甘落后，弄了3万斤车厘子，捐给了武汉72家医院，当然不是送点车厘子就完了，盒马鲜生随后没完没了地给医护人员送东西：价值20万元的宁夏盐池滩羊、100吨库尔勒香梨、1400箱烟台红富士、1000箱柑橘、3000箱方便面……此外，疫情期间，他们还给几家武汉医院免费提供一日三餐。

三、软件不在话下，国家要啥我有啥

防疫工作烦琐驳杂，非常耗费人力。2020年2月10日，国务院新闻发布会民政部陈司长提到：“哪个企业能开发一个服务社区战疫的软件？这比捐十亿还管用。”话音刚落，腾讯和阿里的新产品就出来了。阿里云公众号当天就推送了一篇文章：《听说国家有需要？我们已经准备好了》，宣告阿里云联合支付宝、钉钉推出免费的智能社区疫情防控小程序，可以帮助社区一线工作人员完成出入登记、健康打卡、疫情通知等。另一边，腾讯几乎也是同时发文：《报告陈司长，这样的工具，腾讯云已经准备好了！》，说的就是腾讯电子出入证，可以通过线上远程办理，线下无接触核验，判断人员通行权限，记录体温，判别高危人群，并促进全体居民申报健康信息。除了这些，百度还推出免费医疗咨询平台，让用户可以在线看病，咨询肺炎等相关问题，节约医院资源，而百度健康“问医生”单日咨询量超过85万；饿了么联手“万吨通”推出“万吨买菜”，让武汉市民足不出户逛菜场；好未来、作业帮、掌门1对1、猿辅导、小盒科技、VIPKID、学而思、新东方等机构也都开放了免费线上课程资源，为全国中小学生的线上网课提供极大便利。

四、钱更不是问题，早就捐了

疫情之初，情况不太明朗，企业大佬们一时间不知道一线需要啥，自己能干啥。所以第一反应都是：先拿钱！数目的话基本上起步价就是1亿。网易1亿；拼多多1亿；快手1亿；美团2亿；百度3亿；字节跳动（今日头条、抖音）先拿出2亿，后来又追加1.91亿，总额增至3.91亿元。这些钱主要是给一线的医务人员，不幸感染者每人10万，不幸殉职者每位100万。腾讯先是捐款3亿，之后又追加了2亿，2月8日，继续追加10亿，一共15亿。阿里巴巴第一时间设立了10亿元医疗物资基金，之后又设立10亿爱心助农基金，还为钟南山院士团队捐赠了2000万，同时，马云个人捐出1亿，算算已经是21.2亿。这还只是互联网巨头们的部分捐款。截至1月30日，全国800家企业的捐款就已经达到130亿。（说明：以上数字来源网络相关报道）

【素材妙用】互联网企业对战“疫”也是功不可没，他们有钱，有技术，有想法，有创意，有速度，更有一腔家国情怀，都表现出了铮铮铁骨。在国家最需要的时候，他们一个接着一个，毫不犹豫地站了出来。艰难时刻，社会需要英雄人物，更需要英雄企业，因为一个大企业的力量，是普通人的千万倍。老百姓常说“事儿上见”，平时说得怎么天花乱坠都不算，关键时刻见真章。而这次中国企业优等生们的集体亮相，堪称完美。这些我们平时一直支持和信任的企业，在关键时刻没有辜负我们。此刻，我们终于可以骄傲地说：谢谢！为每一个优秀的中国企业点赞！

【适用话题】风范；担当；家国情怀

（特约教师 李显涛　高延青）

【话题速递】【防疫贡献突出教师职称评审予以倾斜】《人民日报》2020年2月14日报道，教育部要求各地各校大力宣传和表彰奖励做出突出贡献的优秀教师特别是高校医学院和附属医院中的优秀教师典型，在职称评审等方面予以政策倾斜。尊师重道，传递教师的力量！

回望人类历史上曾被瘟疫支配的恐惧

——震颤灵魂的人类与传染病互动史奇书《瘟疫与人》赏读

·原创·



在我们所熟知的唐代诗人中，许多都有被贬到南方的经历，比如白居易、韩愈、柳宗元、刘禹锡……相对北方，南方气候温暖，环境宜人，为何在空间政治中地位却如此低下，被用作“贬谪之地”呢？美国历史学家威廉·麦克尼尔在其1976年完成的著作《瘟疫与人》中告诉了我们答案：11世纪以前的中国长江流域及以南地区，瘟疫肆行，北方人向南方行进，就相当于攀爬疫病阶梯并接受微生物的挑战。直到11世纪，人们与该地区的生态环境、寄生物才达到了相互适应的状态，因而实现了人口的快速增长，进而更深层次地参与了中国古代的历史进程。威廉·麦克尼尔的这一观点为我们提供了一个特殊的历史视角，借助这一视角，你会突然发现许多我们所熟知的历史重大事件都与原本被我们忽略的传染病有关：康熙之所以能够登极并开创康乾盛世，很大程度上是因为他很小便感染过天花并幸免于难，不再受到天花的致命威胁；如果说昏君无道和宦官专权是让明朝灭亡的根源，那么明末的那场“大头瘟”便是击垮大明帝国的最后一根稻草；让我们把历史时间线再向前推一些，来到赤壁之战，如果曹军军营中没有传染病的侵扰，曹军很可能不会是铩羽而归，“铜雀春深锁二乔”也可能成为现实。而当我们纵观世界历史，又会惊奇地发现香水的发明、文艺复兴、工业革命、一战落幕、人们开始喝热水……都与传染病有关，在威廉·麦克尼尔的解读下，人类文明史上的许多重大事件的背后，原来都闪烁着病毒与细菌的黑影。现在，你准备好来详细了解这部可能震撼到让你怀疑人生的人类与传染病互动史的奇书了吗？



NO.01 简介·作者和他的传染病史学奇作

威廉·麦克尼尔（William H.McNeill）（1917—2016），1917年生于加拿大温哥华。全球史研究奠基人、世界历史学科的“现代开创者”，被誉为“20世纪对历史进行世界性解释的巨人”。1996年，威廉·麦克尼尔成为首位非欧洲人士伊

【话题速递】【中国铁路首趟复工人员定制专列开行】2020年2月16日，为满足企业复工的用工需求，降低返程运输的疫情传播风险，60余家杭州企业的近300名贵州员工乘坐G4138次列车到达杭州东站，这是中国铁路部门节后开行的服务企业外地员工返程的首趟复工人员定制专列。

拉斯谟奖获奖者（该奖奖励那些在欧洲文化传统之下为欧洲的文化、社会或社会科学做出杰出贡献的个人）。重要著作有《世界通史》《西洋文明史大纲》《人类社群史》《权力的追逐》《瘟疫与人》等。

在《瘟疫与人》中，威廉·麦克尼尔站在传染病发展史的角度，重新解释人类历史、人类行为，并以编年的手法、流畅的笔调、敏锐的推理和高超的技艺，娓娓道出从史前至20世纪上半叶传染病如何在欧洲、亚洲、非洲等文明发源地传播，以及这些传染病对人类历史进程所产生的影响。这本书是最早将病理学与历史学结合起来的著作之一，后续以疾病、细菌等主体作为研究历史视角的巨作，比如《鼠疫》《枪炮、病菌与钢铁》等均延续了本书中的历史研究方法。

NO.02 精彩选段

1.疫病妨碍了中国早期南方文明的发展

到汉武帝（公元前140—前87年在位）时，在中国社会内部达到了相当稳定而长期的平衡，然而，直到汉代终结，南方的巨大拓展并没有发生。换言之，从北方农民开始“驯化”黄河流域冲积平原时起，差不多过了1000年才在长江流域出现了类似的进展。

乍看起来，中国人在移居南方方面的迟缓，可能令人不解。因为这里并不存在难以克服的政治和军事障碍；其农业生态又有利于定居：温热的气候意味着更长的生长期，丰沛的降水消除了经常威胁北方旱地作物的旱灾之虞；而且，长江在流出西部群山以后即在湖区穿行，没有沉积物淤塞下游河道导致像黄河那样高悬河床的棘手问题。这里的堤坝和人工渠网也不必承受北方那样的压力，构成黄河流域历史特点的可怕的、经常性的和不可避免的技术难题在此处也并不存在。

然而，中国北方地区农村和城市生活，因为另一个因素的存在，而无法迅速拓展到中国长江流域以南的地区：拓荒的中国北方人在向南移入更肥沃的农业地区的同时，也正在攀爬异常陡峻的疫病阶梯！

（中国）南下所遭遇的气候变化相当于从新英格兰到佛罗里达（注：从美国东北部到东南部），但（中国）地理状况和盛行的风向使这种变化远超



北美东海岸这一段。群山的阻隔使长江流域在冬季免受从蒙古高原吹过黄河流域的寒冷而干燥的西北风的影响。而在夏天，当季风反方向吹来时，来自南海的湿热气流则保证了长江地区的充沛降水。同时，由于夏季季风在穿越山岭到达黄河流域之前已降下了大部分雨水，黄河流域的降水经常不足以抵抗非灌溉区的破坏性干旱。

结果，中国北方与南方呈现出截然不同的气候类型，南方湿热的环境中比北方滋生出了更多的寄生物。在整个黄河流域，严冬杀死了那些无法借助冬眠抵御漫长严寒的寄生物；携带有疾病的南来寄生物更难以幸免，它们根本不能适应北方寒冷而干燥的气候条件。秦岭以南的长江流域则不然。习惯

【新知小识】【新英格兰】新英格兰是指美国东北的一个地区，由缅因、佛蒙特、新罕布什尔、马萨诸塞、康涅狄格和罗得岛六个州组成。是英国殖民主义者最早开发的美洲地区，所以叫新英格兰，是相对于英国的英格兰而言的。

于北方疾病环境的人们在适应南方迥异的疾病方式时不得不面临着可怕的问题。

令人遗憾的是，所有这些说法都是抽象的推断。几乎没有指望从古代文献中发现这些危害人类的病原体究竟是哪些。不过，古人在书中还是多少显露了他们对南方患病危险的意识，大约生活在公元前145年到前87年的中国“史学之父”司马迁就曾写道：“江南地卑湿，人早夭。”他还提到这一地区“地广人稀”。这是权威性证据，因为司马迁为写史曾亲身游历这个地区。在后出的文献中，南方之有害健康被视为当然，供南方游历者阅读的小册子为这里的恶疾开列了一些新奇的药方，但作用非常有限。据史载，被派往南方做官的人任期短、死亡率奇高。

现代疾病的分布，今就能够在中国地图上加以标识的而言，也证明了这一预期，即在湿热的南方会罹患更多的传染病。许多现代病的地域界限正好位于黄河与长江之间，气候模式的差异表明这样的疾病梯度乃自古已然。然而流传至今的中国医学通常掩盖了地域的差异性，因为中国医家习惯于将他们所认识的一系列疾病都围绕着流行的节气来组织。他们所记载的某些疾病，像疟疾，今天或许还可以辨认得出；但对于许多别的疾病，想把它们同现代的疾病对应起来，则如同要把盖伦（Claudius Galton，古希腊名医）的用词翻译成20世纪的医学术语那样困难。

疟疾，尽管偶尔也出没于北方，但只是在南方才成为现代的健康问题，事实上它可能构成早期中国北方居民南下的主要障碍。另一种蚊子携带的疫病——登革热（与黄热病有关，尽管致命性在现代变低）也影响着中国南部。像疟疾一样，登革热可能早就存在了，静等着北来的没有免疫力的人自投罗网。

大约在公元前600年后，中国人在应对黄河流域冲积平原的严酷环境上取得了极大成功，无论在物质技术上、政治上，还是在传染病的适应上。他们在大约公元前200年以后，又同样成功地在食物生产者和寄生其上的统治者之间形成了可持续的相当稳定的巨寄生平衡。然而，在微寄生层次上，出现于公元元年前后的意义深远的调整尚在广大南部地区进行着。从公元前211年（或更早）即处于中国政治覆盖下的长江流域和其他地区，直到汉朝消亡（211年）以后，因疾病造成的障碍还没有完全融入中国社会的有机整体。

读后小记

“据史载，被派往南方做官的人任期短、死亡率奇高。”书中的这句描述让大家迅速理解了白居易、韩愈、柳宗元们的被贬谪之地为何都是南方了。疫病导致了中国古代南北发展不平衡，而宿主与微寄生物在某种程度上逐渐达到适应与平衡的过程，也深刻地影响了中国古代南方地区的发展史。从这个角度来看，传染病史与人类发展史，的确存在着神奇的互动关系。

2.当中国暴发了鼠疫

1900年后，在北美、阿根廷和南非，人类鼠疫继续零星出现，患者的死亡率大约稳定在60%。直到20世纪40年代出现了抗生素，只要及时确诊治疗就变得既容易又保险。而生活在美国和南非半干燥平原的牧场工人和其他居民，不同的生活习性使他们远离杆菌流行的啮齿——跳蚤群落，所以在新感染的地区，人类鼠疫的发作次数不多，且尚未引起社会注意，特别是地方当局面对辖区内流行如此可怕的疫病，第一反应往往是遮掩事实。

然而，1911年（实际应该是1910年，编者注），一场大规模的人类鼠疫暴发于中国东北地区，又复发于1921年。新的国际行动被迅速组织起来以遏制疫情。随后的调查表明，人类鼠疫源自土拨鼠。土拨鼠体形硕大，其皮毛可在国际市场上获得高价，与新近感染的地鼠和北美其他啮齿动物一样，它们的洞穴也往往是鼠疫杆菌的幸福家园。

在土拨鼠出没的大草原上，游牧部落自有一套习俗以应对感染鼠疫的危险。这套习俗从流行病学上看相当合理，只是在解释上带有神秘色彩。根据这套习俗，土拨鼠只能射杀，设陷阱则是禁忌；活动懒散的要避免接触。如果看出哪个土拨鼠群落显出生病的迹象，人们就要拆掉帐篷远走他乡以躲避厄运。很可能就是靠了这些习俗，草原上的人们才降低了感染鼠疫的概率。

【话题速递】【谷爱凌世界杯夺冠】当地时间2020年2月14日，国际雪联自由式滑雪U型场地世界杯加拿大卡尔加里站比赛落下帷幕。中国运动员谷爱凌凭借着优异发挥，以94.00分夺冠。另外两名中国女子运动员李方慧、张可欣分获第4名和第8名。

但到1911年，随着清王朝的土崩瓦解，长期禁止关内人移民中国东北地区的官方规定不再被遵守，毫无经验的大批关内移民追随土拨鼠的皮毛而去。由于对当地习俗一无所知，移民对土拨鼠一律设陷阱捕杀，结果鼠疫最先在他们中间暴发，并使哈尔滨市迅速成为鼠疫中心区，然后从这里出发，沿新建的铁路向外扩散。

1894—1921年的一连串事件，都发生在具有职业敏感的医学小组的眼皮底下，他们的工作是研究如何有效控制鼠疫，也的确成功地弄清了鼠疫的传染途径和传播路线。没有这些研究和随后的预防性措施，20世纪的地球就可能任由鼠疫蹂躏，由此造成的死亡将令那些查士丁尼时代留下的记录相形见绌，甚至14世纪肆虐欧洲和旧大陆的黑死病，也无法与之相比。

读后小记

事实证明，人类一次又一次地为自己的那些理所当然的想法买单。文中刚移居到中国东北地区的一些人，捕杀土拨鼠，取其皮毛换取金钱，收获了极大的物质满足，最终引来了鼠疫大暴发，恰好应和了莎士比亚那句被引用多次的名言“狂暴的快乐，往往预示着狂暴的结局”。

NO.03 书评 · 重拾对生活的热爱

“人”在瘟疫面前真的就是尘埃

□fateface

在现代医学和实验科学兴起之前，一场瘟疫就是团灭。

看了这本书我才意识到，前现代影响人口规模的主要因素不是饥荒，也不是战争，而是瘟疫。大城市基本上要达到40万以上的规模，病原体才会有足够的寄主，在死绝之前蔓延出去。一场瘟疫过去，往往是四分之一、五分之一，甚至一半的人口损失。

许多影响人类历史进程的事情都与瘟疫有关。比如文艺复兴早期意大利城邦自治的兴起，与市政机构需要快速有效采取行动控制疫病有关。至于黑死病几乎杀死欧洲一半人口，对欧洲中世纪历史产生了巨大的影响；西班牙人带去的天花让新大陆大部分印第安人遭到灭顶之灾，美洲大陆因此受到重创，客观上便利了欧洲人的殖民，更是我们已经熟知的故事。

这本书里提到“微寄生”和“巨寄生”的关系，非常有意思。引起瘟疫的病原体对人体的寄生，是微寄生，它不仅杀死人类，在很多情况下，也和人类共存，使人类失去健康，寿命缩短，生产力打折。而巨寄生则是统治阶层的剥削、征兵，等等。作者有个很有趣的观察，“微寄生”往往会使“巨寄生”的效能减小，统治阶层获得的剩余价值更小，更难招募到有战斗力的士兵，因此也就更难扩张地盘形成大的政治体。小小的病原体可以击垮一个帝国，这在古代是常见的事情。

要对自然抱有敬畏，要了解人力的局限，是我读这本书的体会。最近一百年科学的发展使瘟疫几乎不在我们的日常体验里了，现在看起来，乐观得为时过早。但如果战胜疫情还有什么希望的话，我还是相信科学。

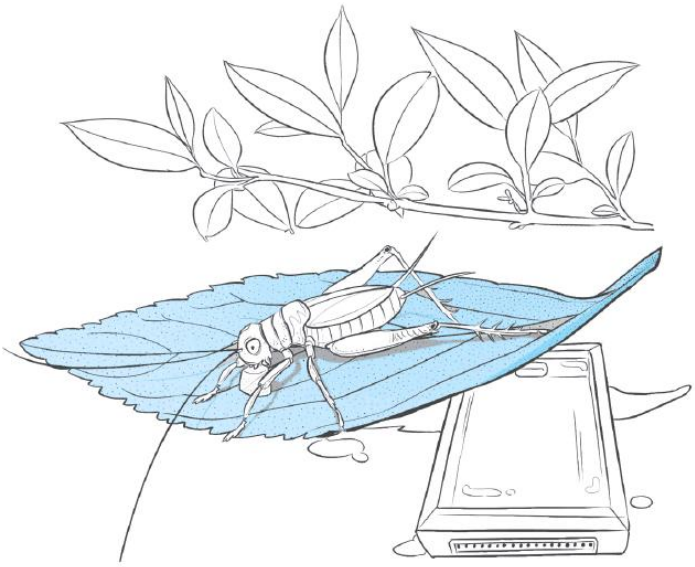
（摘自豆瓣网）

同类书链接：病毒导致的流行性传染病一直是人类的天敌。历史上曾经多次暴发传染病，每次都给人类带来巨大的灾难。特别是1918—1919年的流感，当时全球死亡人数达到5000万～1亿。这个数字不仅高于历年来命丧艾滋病的人数总和，更远超中世纪黑死病所造成的死亡人数。美国史学家约翰·M.巴里在《大流感:历史上最致命瘟疫的史诗》一书中根据大量的历史资料和数据，通过多条线索纵横交错地讲述了这次流感大流行，重绘1918年的惨状，为我们再现了那场致命瘟疫发生、发展及其肆虐全球的过程。

【话题速递】【抗疫女性医务人员占三分之二】2020年3月8日，国家卫生健康委医政医管局监察专员郭燕红表示，在抗疫的4.26万名医护人员中，女性医务人员2.8万名，占三分之二，在患者救治当中发挥非常重要的作用。特别是以李兰娟等为代表的一批女性优秀工作者，巾帼不让须眉，是这个时代最可爱的人！

·原创·

治蝗专家马世骏：他让中国大规模蝗灾变成历史



>>小燕子编辑

2020年2月，除新冠病毒之外，非洲沙漠蝗在东非、西南亚罕见暴发，成为东非、印度等地区农民的噩梦，也引起了国内的关注。网友一边担忧非洲蝗灾进入中国，一边也好奇：为什么我国很少听说闹蝗灾呢？其实，1949年左右，蝗灾是阻碍中国农业发展的一个心腹之患，幸好有马世骏院士提出的以生态系统为基础的改治结合、根除蝗害的综合防治技术。这套方案成为灭蝗的主要手段后，我国灭蝗的速度大大加快，从此，为害几千年的蝗灾，在中华大地上再也没有大范围出现。

我有国士，天下无双。马世骏不仅是中国科学界的著名科学家，也是深受国际生态学界尊崇的知名学者。他不仅有根治东亚飞蝗的光辉业绩，还有对驰名全球的联合国环境与发展报告《我们共同的未来》的卓越贡献；他培养了一支生态学队伍，开创了生机盎然的中国城乡可持续发展的生态事业……马世骏的一生，如同他的名字一样，是一匹不知疲倦的骏马，一生都在赶路、开路和引路。

大师小传



马世骏是山东兖州人，生于1915年12月5日。1937年毕业于北平大学农学院生物系，1948年赴美留学，先后获犹他州立大学理学硕士和明尼苏达大学哲学博士学位。1951年12月，他怀着炽热的报国之心，放弃了国外优厚的生活待遇和优越的工作环境回到了祖国，投入了科学建国的历史洪流。1980年，他当选为中国科学院院士。

飞蝗是有数千年历史的世界性大害虫，多少代昆虫学家为之绞尽脑汁未能得以根除。马世骏与其同事、学生一起，决心攻克这个关系到国计民生的难题。他以生态学原理为指导，综合昆虫种群生态学、昆虫地理学、社会学、农学、地理学、土壤学、气候学以及数理统计等知识，研究飞蝗发生地的形成与演变，提出“改治结合、根除蝗害”的战略，打开了飞蝗综合防治的大门，使大面积的蝗灾在中国大地上得到控制。

1991年5月30日下午，马世骏在开会返京途中不幸发生车祸遇难。他走得如此仓促，带着满身的征尘，带着未竟的生态学事业。然而，他给我们留下了为实现绿色理想的执着追求，留下了坎坷攀登中不气馁、巨大成就前不停步的情操。

【话题速递】【2020年1月成史上最热1月】2020年2月，据美国国家海洋和大气管理局报告显示，2020年1月全球平均气温破纪录，成自1880年有气象记录以来最热1月。巴西科学家表示，在南极测得20.75℃的新高温纪录，这是有记录以来南极首次超过20℃。

大师风采

1. 出国深造与曲折回国

马世骏又名马宜亭，中学时代就积极参加学生抗日救亡运动。1933年，马世骏考入北平大学农学院生物系。1937年6月，马世骏毕业了。他放弃了安逸的城市生活，奔向了农村，目睹了中国农村的贫穷和落后，以及中国农民的悲惨生活境遇。他逐渐意识到，自己应该想办法出国深造，以学到更多的知识报效祖国。

1948年春，马世骏来到美国犹他州立大学攻读昆虫生态学，通常需要两年时间攻读的硕士学位，他仅用一年时间便拿了下来。1949年冬，马世骏转入明尼苏达大学攻读博士学位。1951年，获得博士学位后不久，马世骏向美国移民局递交了回国申请。然而，美国当局却不准马世骏回国。怎么办？马世骏在移民局碰了钉子以后，为寻找机会回国，接受了明尼苏达大学的聘任，仿佛他已听从了美国政府的“规劝”。

1951年秋天，马世骏前往荷兰参加国际昆虫学大会，参加完会议后，他提出要去比利时等地访问。他的理由十分正当，他的行李等物又留在美国，因此，美国方面也就没有催促他。马世骏从荷兰到比利时，又从比利时到了法国，接着又到达英国。他与中国驻英机构取得了联系，接着，他悄悄地登上了一艘客轮，1951年12月底，马世骏终于抵达香港，穿过了罗湖桥。为迷惑美国政府，以便能够安全地返回祖国，马世骏毫不犹豫地抛弃了自己的行李和全部家当。

【适用话题】爱国；报国之心；学习；优秀；努力；坚韧

2. 根除蝗害

中国的灭蝗治蝗有两千年的历史。古代中国是世界上遭受蝗灾最严重的国家，根据邓云特《中国救荒史》统计：秦汉蝗灾平均8.8年一次，两宋为3.5年，元代为1.6年，明、清两代均为2.8年，受灾范围、受灾程度堪称世界之最。商代甲骨文中，就有商人防蝗的记载。1846—1857年，中国连续12年发生了18次蝗灾，波及全国多个地区，重者庄稼颗粒无收，青稞麦子荡然无存，草场寸草不生。1929年，鲁苏皖十一省飞蝗大灾难损失达银元一亿一千万，让彼时动荡中的中国雪上加霜。

早在春秋战国时期，中国的学者就把蝗灾列为农业的五大自然灾害之一，提出“善为国者必先除其五害”的方略，将治虫提到治国的高度。但古人的治蝗之术比较粗糙，只是用火烧或用工具捕，治标不治本。1949年以后，为消灭蝗害，我国采取了一系列有力措施和手段。1953年起，药剂防治虫害的比例逐年增加，却造成了农业生态环境的明显变化，蝗虫产生抗药性导致使用杀虫剂灭蝗的效果明显下降。

中国人治蝗治了几千年，为什么始终治不住？面对这一严酷现实，马世骏开始了科学的思考。20世纪50年代，为寻找治理蝗灾的新路，马世骏要到几乎所有的蝗区进行调查。那时的农村，不要说汽车和柏油路，能够有马拉的胶皮轮子车就算不错了，大多数牲口车，是牛拉的铁瓦车，为了解情况，马世骏常常需要骑着自行车在农村凹凸不平的土路上长途往返，有时车子坏了，他还得扛着走。蝗虫喜欢在水草丰茂的地方繁衍后代，所以，遇水划船也是常事。

当他顺藤摸瓜，最后确认洪泽湖和微山湖一带为我国两大蝗虫繁殖衍生地后，划船考察就更是家常便饭了。在一次深入湖区的实地考察中，一行三人迷了路，后来，带的粮食也吃光了。他们只好以湖草充饥，说不清到底走了几天，马世骏和同伴们才终于遇上了一家农户。那里是蝗害的重灾区，农民们很穷，只有菜粥和爬有蛆虫的咸菜招待他们。

艰苦的实地考察，为马世骏完成从生态统角度实现“综合治理蝗灾”方案提供了有力的依据，50年代后期，马世骏向党和政府提出了《根治洪泽湖蝗害建议（草案）》及《根治微山湖蝗害建议（草案）》，受到高度重视，并很快被采纳。

马世骏的治蝗方案，是从生态地理学的角度提

【话题速递】【国务院：扩大硕士生招生和专升本规模】2020年2月25日召开的国务院常务会议指出，扩大硕士研究生招生和专升本规模，增加基层医疗、社会服务等岗位招募。对延迟离校毕业生推迟报到、落户等时限。对离校未就业毕业生提供2年户口和档案托管，按应届毕业生办理就业手续。

出的，他发现蝗虫喜欢在水旱相间的土壤环境下繁衍安家，于是提出了从根本上治理蝗虫的方法——不给它们营造适合生存的环境，改造洪泽湖和微山湖一带的生态结构，使其向不利于蝗虫生殖和繁衍的条件转化。于是在当地修筑堤坝，兴修水利，耕垦湖滩荒地，大大提升了土壤的含水量。这样一来，喜爱水旱的蝗虫就无法生长成灾了。这一方案最后成为灭蝗的主要手段，从而使我国灭蝗的速度大大加快。据统计，东亚飞蝗滋生地由几十年前的近8000万亩下降到目前的2200万亩，这其中减少的大部分都是我国的成果。在马世骏和他的同事的努力下，为害几千年的蝗灾，在中华大地上再也没有大范围出现。

【适用话题】实事求是；艰苦奋斗；科学的力量

3. 呼吁保护环境

伴随着社会生产的不断发展，空气污染、环境污染日益加剧，人类在创造社会财富的同时，也正在不知不觉地毁坏自己赖以生存的自然条件。在中国，最先看到这一危险前景的正是马世骏。

我国以世界7%的耕地养活着世界上25%的人口。因此，保护好自然环境条件显得尤为重要。马世骏十分重视全民生态意识的提高。他认为，中国的生态及环境问题，不仅是个科学技术问题，也是个全民意识问题。因此，向社会普及生态学知识，是生态学家义不容辞的责任。从中南海怀仁堂到许多省、地、县的生态学培训班，都留下了他的足迹和声音。今天，生态意识已深入人心，“生物圈”“生态平衡”“持续发展”等已成为人们常用的语言，这里面蕴含着马世骏的辛勤劳动和贡献。

【适用话题】远见；环境意识；科普；从群众中来

4. 鞠躬尽瘁

马世骏在科学工作岗位上为祖国、为人民鞠躬尽瘁。几十年来，他天天7：15上班，晚上七八点钟才回家。即使回到家里，也常为接待来访者和辅导研究生忙个不休。晚年，青光眼和白内障使他的



视力下降，但他依然在不停地工作，上、下楼梯他看不清台阶，便双手扶着楼梯摸索着上下楼，过马路更是格外困难。即便是这样，他依然风雨无阻去上班。

1991年5月，马世骏参加了中国科协四大会议。22—27日连续六天的会议开完后，马世骏还回到所里，参加了“八五”攻关问题的讨论会。27日下午1时，马世骏乘车去河北省迁安县，参加当地的一个生态农业会议。他的学生们劝他先休息一下，派别人去算了。可是他说：“我要亲自去，讲一讲生态农业的标准。”这一去竟成永别：回来的路上不幸发生车祸，马世骏永远地离开了。

【适用话题】勤奋；鞠躬尽瘁；珍惜时间

5. 提携后辈

马世骏也是一位要求严格、循循善诱的导师。一次，他的研究生盛承发从他那里借了本有关农业生态系统的论文，看完后，盛承发还书时，马世骏问盛承发：“你能用一两句话说说这本书的内容吗？”盛承发一时没有回答上来。经过反复思考，盛承发终于悟出来了，原来，这是一本从社会经济角度研究生态学的论文集。当他把自己的所悟告诉导师的时候，马世骏笑了，并说：“看书一定要看懂，要能抓住精髓，否则不如不看。”自那以后，马世骏的这一教诲已成为盛承发读书的习惯和座右铭。

【适用话题】为人师表；桃李满天下；点拨

【话题速递】【世界最高龄男性去世】2020年2月25日，日媒报道称“世界最长寿男性”日本老人渡边智哲去世，享年112岁。他生前喜欢吃甜食和糖果，老年时期仍坚持锻炼身体、练习书法和做折纸。他曾介绍自己的长寿秘诀是“不要生气，保持微笑”。

朋友圈



你的专业能为战“疫”做点啥？我倒要看看谁能比医学生更生猛

作文君：在全民战疫的特殊时期，每个人都在为战胜病毒而努力，虽说咱们普通老百姓宅在家尽量不出门就是做贡献了，但作为接受过高等教育的年轻人，怎么能满足于此呢？今天，作文君就带大家一起来看看，当代青年为了抗击疫情，都在自己的专业边缘做了哪些疯狂的试探吧！

1.技术支持大佬：满足需求我们是认真的！

@要走的路还很长：学生物的，希望可以多研发出检测新冠病毒的试剂盒，有效准确，并且把假阴性率降到最低。

@婉婉婉婉婉婉安啦：纺织工程！做口罩！做防护服！研发病毒过滤更好的材料！

@是陈鹿鹿啊：暖通专业，真的非常非常重要，医院的通风空调系统是我们设计的，负压实验室是我们设计的，没我们专业，没办法保证医院正常运行。（第一次为本专业感到骄傲）

@斯卡布罗集市来的商：软件工程，用大数据和人工智能技术分析疫情拐点，控制公共场所人流量。

所以，我们的口号就是，医护人员放心飞，技术大佬永相随。



2.后勤保障师：今天吃啥？

@ABP二：物流管理，送货存储我可以！争取把病毒也送上西天！

但光是把物资送到并不够，还要避开各种人造的“物资黑洞”。

@普朗克12138：学化学的，可以配置84消毒液啥的，合成乙醇。

别以为在开玩笑，真的可以应急。

@小小：在营养师行业20年，专门做了一套提高免疫力的食谱。整理好之后发了很多群，算是尽了自己的一份力。

就连朋友圈里那些原本晒自拍的群体，也都纷纷改晒自制凉皮，集体过上了食品专业的日常。

3.情报工作者：哪个憨批又在胡说八道？

@：一只Daisy何：学传播学的，每天忙着辟谣，举报无良公众号。

@糊涂公子：学历史专业的，可以把历史上的疫情情况反馈给大家，做个参考。

@：Sinlie：法律专业，我可以告诉“你”确诊逃跑将面临什么法律风险。

@-ZZore：身为一个班主任也是不容易，在群里发各种作业，就为了控住家长、孩子，不让出门。

作为非医学相关专业，我们虽然“不够格”上战场，但这并不妨碍我们支援前线。



4.心情舒缓员：建议亲直接笑呢。

@瑜儿耶i：啦啦操专业，或许我可以跳一段为大家加油鼓气？

@L uuuuuqi：旅管专业，可以……帮你们策划在家旅游路线……

@万能的雪碧：学心理学的，可以给在家待得“精神失常”的人做做心理恢复。

与此同时，还要时刻保持着一颗积极勇敢乐观的心，绝不被空虚打倒。



作文君结语：其实学什么专业并不重要，只要有心，我们总能在这场没有硝烟的战争中找到可以“大显身手”的地方！不管是身体层面还是精神层面，每位同胞都走心了，给大家点赞！

（整理自微信公众号“字媒体”，ID：zimeiti-sogou）

【新词潮品】【专业秀】指在这场抗击疫情的战役中，各专业发挥出的特殊作用。以前总抱怨学到的知识啥用没有，如今应用到实际，才体验到“真香”。

· 原创 ·

寒食伴清明：跨越近3000年的坚守

□章雪峰

寒食

唐 · 韩翃

春城无处不飞花，寒食东风御柳斜。
日暮汉宫传蜡烛，轻烟散入五侯家。

看得不过瘾？可以扫码到公众号来听啦！

在《全唐诗》中，与寒食节相关的诗有四百多首，而韩翃的这首《寒食》独占鳌头。之前我们提到过，凭借这首诗，韩翃被唐德宗钦点为“知制诰”，由此飞黄腾达。

春城无处不飞花，寒食东风御柳斜：在寒食节这天的东风吹拂下，皇宫御柳的柳絮纷飞，飘洒在长安城的每一个角落。

此处的“花”，指的是柳絮。寒食节所在的阴历二月中下旬，长安城是无论如何也不可能处处开满鲜花的。类似的寒食节柳絮飞的情景，诗人武元衡在《寒食下第》里也写过：“柳挂九衢丝，花飘万家雪。”看看，也是一句“柳”、一句“花”，所描写的，也是柳絮。

日暮汉宫传蜡烛，轻烟散入五侯家：到了日暮时分，皇宫里正在挨门挨户传递蜡烛以便照明；在皇帝特旨的恩典之下，蜡烛缭绕的轻烟，也破例散入了京城权贵豪门之家。

这里的“汉宫”，与白居易所作《长恨歌》中的“汉皇重色思倾国”中“汉皇”实指“唐明皇”一样，就是实指“唐宫”。至于“五侯”，则并非实指，而是泛指唐德宗李适之时，居住于京城长安的权贵豪门之家。

那么，这首诗里的寒食节到底是个什么样的节日呢？

寒食节，是指冬至后的第一百零五日，一般是在清明节前的一两天。所以，寒食节又称为“百五节”“一百五”“禁烟节”“冷节”“熟食节”。

寒食节起源于我国先秦时期的“改火”习俗。所谓“改火”，就是因为古人相信：如果不灭掉长时间使用的旧火，重新生新火，仍然用旧火来烹煮食物，可能会引发瘟疫等恶疾。因此，“《周书 · 月令》有更火之文。春取榆柳之火，夏取枣杏之火，季夏取桑柘之火，秋取柞楢之火，冬取槐檀之火。一年之中，钻火各异木，故曰改火也”。

唐代李涪在《刊误》的“火”条中谈道：“《论语》曰：‘钻燧改火。’春榆夏枣秋柞冬槐，则是四时皆改其火。自秦以降，渐至简易，唯以春是一岁之首，止一钻燧。而适当改火之时，是为寒食节之后。既曰就新，即去其旧。今人持新火曰‘勿与旧火相见’，即其事也。”

从以上文字可以看出，我国的先民们，在每一年的四季，都要按照“春榆、夏枣、秋柞、冬槐”的原则，选用不同的木材，钻木取火。在改旧火为新火时，还要举行隆重的仪式，并用冷食代替日常饮食充饥，由此产生了寒食节冷食的习俗。

到了韩翃所在的时期，“改火”就没有那么复杂了，规定一年只在寒食清明之时“改火”一次即可。唐朝一年一度的改火、赐火，一般在清明节进行。但有时为了显示皇权和皇恩，也破例于寒食节赐火。皇帝将从“榆柳”之上钻木取火而得到的新火赐给大臣们，谓之“赐新火”，也就是“轻烟散入五侯家”的浩荡皇恩了。

（摘编自《藏在节日里的古诗词》）

【人物意趣】【疫情期间独腿女孩直播教网友在家健身】辽宁沈阳姑娘苏奕铭9岁时因车祸失去右腿。2013年她到北京开始专业运动员训练，2年后退役，现在她仍旧每天坚持锻炼。疫情期间，她把在家运动的视频传上网，收获大批粉丝，开始直播教人在家如何健身，锻炼心肺功能。坚强而善良！

马上找回状态！
意林新书助你开学即巅峰

（扫码赢好书）

连连小编：2020年3月中旬起，全国各地陆续开学。这时，很多同学发愁了：落下的功课怎么办？开学没状态怎么办？备考时间越来越短怎么办？别担心！作文君已速递一批新书，助同学们迅速把握重点知识，及时进入学习状态，让大家开学即巅峰！

读者来信

小编们好！我是内蒙古的学生，我们学校3月底开学。我虽然一直在家上网课，但是在线学习和在校学习毕竟不一样，所以我对这段时间的学习效果心里没底，小编有什么好办法吗？

——网友 磨砺小石头

回　复

与能面对面听老师讲课相比，很多同学的确还不适应在家里上网课。但是大家先别慌，到校以后要及时主动找到老师询问自己不懂的问题，当然，大家也可以向班干部反映情况，争取把同学们不懂的问题集中起来，请老师统一讲解。此外，大家要迅速进入状态，抓紧时间学习，这样一来，我们也算是为“全民战疫”贡献了力量，并在战“疫”中磨炼了自己的能力！

——连连小编

意林名师江红波倾情推荐

《意林·作文素材（战“疫”特刊）》



推荐语：这场突如其来的疫情打乱了我给学生做的各种作文训练计划，虽然可以远程上课、批改作业，但是心里还是替他们没底。意素也是急我们之所急，在这本特刊里不仅有各种战疫相关的素材，也有感人的文章，以及各地名师根据战“疫”热点的押题。我觉得学生能有这样一份总结、启发的杂志来系统了解这场疫情，是非常不错的。

图书简介：《意林·作文素材（战“疫”特刊）》包含全面新鲜的战“疫”时事热点、经典的写作素材以及运用范文、专业的老师评点、实用的写作技法、新鲜的时代名词语录，是由意林编辑团队联合各地中高考名师，结合战“疫”时事热点，为中考、高考生量身定做的融热点话题、时新素材、名家美文、深度时评于一体的直击满分作文手册。

连连编辑新春书单



《意林·作文素材（高考版）》

推荐语：为高考而生，为高考而战，不只会提分！

图书简介：意素编辑部联合各地高考名师，以教育部命题中心命制的新高考模考试题为依据，提供及时的高考政策信息、新鲜的时事热点、经典的素材以及范文、专业的名师点评、实用的写作技法，易记好用的名人语录，简单、易学、提分快！尤其可以帮助高考生在短短半年中，迅速提分！

【话题速递】【美国前助理国务卿：我们浪费了中国争取来的时间】2020年3月3日，美国前助理国务卿坎贝尔表示，中国在抗击新冠肺炎时采取的“让人难以置信的严苛措施”为美国争取了时间，但美国并没有有效利用。他担心，新冠疫情可能成为继“9·11”和金融危机之后，美国面临的第三次重大危机。

《意林感动卷》+《意林励志卷》+《意林智慧卷》



推荐语：与《意林》一年一会，看万千学霸都在追的正能量课外读物！

图书简介：意林年度精选优质好文，走心励志的正能量读本，汇集意林旗下多本杂志中令人心怀暖意、励志启迪的故事。篇篇精彩，情系真情，字字入心，句句暖意。这些“意林体”小故事，还能为你 2020 年中、高考作文拿高分助力！

出版社：吉林摄影出版社



《怪奇问题事件簿》

推荐语：一本让人欲罢不能的知识悬疑志：用一个好问题，让大脑升升级！

图书简介：两个人为什么会有“夫妻相”？“恶人”天生，还是后成？人类能不能长生不老？每个人是否都有潜在的天赋？如何激发它们？本书通过脑洞大开的科学传奇，让读者在知识日新月异的时代，探索新知，超越惯常思维，具备国际视野和跨学科思考力。

出版社：未来出版社

《甜心格格之精灵来了》



推荐语：同名电影由一手打造《人在囧途》《古惑仔》《风云》系列的著名电影人文隽监制，当红童星张籽沐、张凯琳（Cayla）主演，著名演员秦岚、郭涛、杨恭如等参演。

图书简介：《甜心格格之精灵来了》是由中宣部重点剧集《岁岁年年柿柿红》的编剧、热销百万册的《意林·山海经》的作者周飞携妻子李萍倾心打造的一部宫廷少儿科幻作品。故事讲述一个外星小孩降落圆明园后和四位小格格共同经历的一段奇妙冒险旅程。超能力格格与神秘外星人组成“威风八面小联盟”在圆明园里屡屡挫败各种坏人的阴谋诡计，在清朝内忧外患的关键时期挺身而出，保卫家园！虽然，他们的办法总是令人啼笑皆非，却也总能歪打正着，咸丰帝甚至称赞四位小格格是大清朝的“猛将”！

出版社：北京工业大学出版社

【新词潮品】【论文树懒】每次想写论文时打开电脑都得用一个月的时间，题目也不着急定，半个月勉强憋出一千来字。表面看着不着急，其实内心早就慌得不行。

致树洞先生

From：河北省保定市　136****1708

我是一名高三生，没想到会放这么长时间的假期，更没想到有一天要在家上课。刚刚接触网课这种形式的时候，真的让我有些无所适从，不知不觉就走神了，一堂课下来，完全不知道老师讲了什么……好想念课堂的时光，想念老师的“喋喋不休”，这时才发现原来的一切都那么美好。期待开学的那天，我一定珍惜。

Mr.树洞：隔空给你个拥抱，这次疫情虽然给大家带来了很多伤痛与辛酸，但也给我们带来了很多思考与成长。人生就是这样，需要不停地适应，我们不知道下一刻会发生什么，可是我们有强大的内心，有积极的信念，随时可以应对一切。相信再次走进教室的那一天，我们一定比原来更加努力，更加珍惜，对未来更加充满向往。

From：山东省青岛市　132****1032

亲爱的树洞先生，你好，我有个大大的疑问，不知道你能不能帮我解答，那就是这么多年来，我过年收的压岁钱都去哪里了？

Mr.树洞：同学，握个手，我一直也有这个疑虑，父母总是说帮我们存着，究竟存到哪里，我也没有看到……年少的时候，每当家里新添一件物件的时候，我都会瞪着大大的眼睛盯着老妈，怀疑老妈私自挪用了我的压岁钱。直到现在，树洞都不知道这失踪已久的压岁钱究竟去了哪里，亲可以试着帮我们找出答案，比如衣柜、床下、书房……不过，树洞觉得，藏在屋里实在是太容易翻到了，有没有可能就夹在你最不喜欢看的一本书里呢？期待你的回复，哈哈。

许愿池

春天带着一丝寒风迫不及待地和大家见了面，还为每个人带来了礼物：是柳树刚抽出的嫩芽，是大地刚探出头的小草，是武汉大学美丽的樱花……一切都透着新的期望与美好。亲爱的素粉们在新的学期有什么想要实现的梦想吗？也分享给小编吧，希望每一个人的愿望都能实现……

From：河南省郑州市　132****2088

每次看到战疫一线的医务人员都倍感心酸，希望他们照顾好自己。武汉加油，中国加油！

From：吉林省长春市　185****1758

距离考试的时间越来越近，希望疫情早日结束，希望学校早日开学，更希望自己考场上能超常发挥，加油！

少年说

少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由……意素愿倾听你的诉求、你的告白、你的“吐槽”，与你们一同成长。为此，编辑部特意在意素微信公众号（ID：zuowensucai）每周六为亲们设置了一个“少年说”栏目，亲们可以告白自己喜欢的明星，也可以分享自己喜欢的书籍影视剧，校园里的成长趣事，还可以讨论当下热点话题……留言被选中的还有惊喜礼物，而且有可能刊登在杂志上哦！

From：微信　红草莓

十年之后，砥砺前行，人生很长，未来可期，以梦为马，不负青春！2020加油！

From：微信　SMU620α

我的梦想是成为一名医生，虽说很多人并不看好这个专业，甚至说“劝人学医，天打雷劈”，但照这个说法，学医本来就算是“逆天而行”，又何惧“天打雷劈”？总有人要走在这条路上的，希望以后的医患矛盾可以少些吧。

From：微信　QIE

在广州读书，想着疫情结束后与舍友们乘上广州的地铁，兜兜转转，去喝早茶，去上下九逛街。吃吃喝喝，没有一个人戴口罩，我们一人一杯奶茶，从早上一直逛到晚上，最后提着大包小包随着人群挤上摇摇晃晃的公交车。很普通的事，现在想起来觉得挺美好的。

From：微信　显宝贝

我最想去武汉，吃碗热干面。去那种小街小巷里，闻起来就很香的店里，香喷喷地吃上一碗。

From：微信　yan

我想回学校，和大家一起奋斗最后一百天。

【话题速递】【蒙古在华读书10岁女孩捐999元零花钱】2020年3月5日，外交部副部长马朝旭在发布会上讲述了这样一则故事：蒙古一位在华读书的10岁小姑娘拿出自己的999元零花钱，分别捐给中国三个地方，每个地方333元。她表达这样一个愿望：希望病毒能够快快散去！这个良好的祝愿使人们非常感动。

“免费杂志漂流”活动火热进行中

每天都能收到素粉们给编辑部发来的感谢信，小编们真是超级开心啊，每个素粉都表示意素命中率这么高，素粉的阵营肯定会越来越大的！为了让更多的同学看到《意林·作文素材》，编辑部特意开办了“免费杂志漂流”活动。活动须由老师进行申请，只需填好下面的表格寄给编辑部，小编们就会提供50～100本《意林·作文素材》样刊给你们学校，让学生免费阅读，1班看完之后，再漂流到2班，以此类推……漂流结束后，杂志由学校或班级自行处理，不用归还。请发送一两张班级漂流活动举办时的照片到本刊QQ邮箱：1300990915@qq.com，或本刊微信公众号：意林作文（ID：zuowensucai）。

（由于样刊有限，本编辑部采取先到先得的发放原则，小伙伴们快快通知你们的老师，赶紧联系我们吧！）

学校名称*	详细地址、邮编*
联系人*	联系人职务*
联系QQ*	联系电话（2个）*
可以漂流几个班级*	班级平均人数*
小学/初中/高中*	文学社名称

注：标*号的为必填项，手抄有效！申请人必须为老师！申请信息请发送到邮箱：1300990915@qq.com

真爱小“贴”示

啦啦啦，素粉们期待的真爱小贴士时间到！亲，不要羡慕上墙的素粉，如果你也有想要对意素说的“爱恨情仇”，可以写信或者发送到“意林作文”的微信公众号（zuowensucai）上，形式不限（文字、漫画、图文结合等均可，只要你能想到），很有可能下一个刊登在杂志上的就是你哦！



From：江西省宜春市　程守用

“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书。”

静小编回复：天哪！小编竟然在2020年收到了亲寄来的2016年、2017年、2018年的调查表，而且每个问题都有很认真地回答，谢谢亲对意素的喜爱，也祝愿你的付出能收到完美的答卷。爱你，么么哒。

编辑部大咖秀

当你妈知道你要复工后

◆茜　茜

复工第一天，说实话小编有点忐（激）忑（动）。（回京被隔离了整整14天，终于也是自由身啦）

然而，远在老家的妈妈可不这样想——“你口罩一定要把鼻子那块捏一下……手套，手套你必须得戴上啊！我跟你说……还有那个我给你买的眼罩，不要嫌难看，你看看人家都还穿雨衣出去呢……脚上最好再买个脚套……不让你去你非得去，唉，你就是网上说的武松，明知山有虎，偏向虎山行……唉，你那什么出门前给我拍个照发给我，我看看合不合格！”

然后我乖乖发丑照过去打卡。本以为能得到夸奖，没想到↓↓↓↓



微信的功能太不强大，不能把我妈标准的方言翻译出来。

我妈说的是：“那帽子往下拽拽，把那眼镜往上戴戴（语气极其不满）。”

亲爱的素粉们，我妈这意思是嫌弃我丑吗？！



更正声明

本刊2020年第1期第56页左栏倒数第10行：“杨绛先生曾言：‘走好选择的路，别走选择好的路。’”应为“杨绛先生曾言：‘走好选择的路，别只选择好走的路。’”特此更正。感谢意粉纠错！

【话题速递】【敦煌莫高窟等甘肃128家景区免全国医护门票】2020年3月4日，甘肃省集中推出面向全国医务工作者的旅游优惠政策，敦煌莫高窟、麦积山石窟、张掖七彩丹霞等在内的128个甘肃省景区将在恢复运营后，对全国所有医护人员实行免费开放，时间为景区自恢复运营之日起一年内。网友：他们值得！



特别感谢本刊编委及特约教师

韩宝江　北京教育科学研究院
周景萍　中国人民大学附属中学
谢政满　北京教育学院丰台分院中学教研室
窦银强　四川省简阳市阳安中学
饶礼喜　江西省临川一中高中
陈　军　湖南省澧县第一中学
李仁甫　江苏省盐城中学
张悦群　江苏省宿迁中学
方　华　山东省宁津县教育局教研室
崔广胜　山东省临沂市罗庄区教育局
罗小军　湖南省益阳市第二中学
陈淑芬　北京市第十中学
苏宝元　北京市大兴区旧宫中学
王　涛　北京市朝阳外国语学校
金芳芳　上海市闵行区鹤北中学
刘春平　天津市杨柳青第一中学
王淦生　江苏省盐城市景山中学高中部
李春梅　江苏省徐州市西苑中学
刘　祥　江苏省仪征中学
陈以军　江苏省盐城市亭湖新区实验学校
程国斌　江苏省盐城市城南区伍佑初级中学
徐　飞　江苏省苏州工业园区教师发展中心
卓立子　江苏省常州市三河口高级中学
张　锐　北师大盐城附中
时鹏寿　江苏省如皋市第一中学
姜有荣　江苏省盐城市阜宁县第一高级中学
张　锐　江苏盐城市明达高级中学
王爱国　山东省安丘市第一中学
黄庆峰　山东省临清市民族实验中学
马顺峰　山东省济南市历城第一中学
夏子杰　山东省淄博市临淄区高阳中学
张衍凯　山东省济宁市嘉祥县第一中学
裴年忠　湖北省实验中学
杨卫民　湖北省荆州市沙市第一中学
江　煜　湖北省黄冈市黄梅县实验中学
徐　飞　湖北省黄冈市浠水县团陂镇华桂中学
周立雄　湖北省秭归县杨林中学
王章材　湖北省襄阳市枣阳市吴店镇第一中学
严　君　湖北省监利县新沟镇新兴中学
伍福常　湖南省新化县教育局
刘建华　浙江省温州市温州中学
陈百胜　浙江省嘉兴市海盐县通元中学
陈爱娟　浙江省绍兴市鲁迅高级中学
庄荣生　浙江省杭州市启正中学
张国学　吉林省松原市第二中学
李　辉　吉林省磐石市明城中学
高维斌　辽宁省实验中学东戴河校区
刘泳美　福建省龙岩北大附属实验学校
陈永睿　安徽省六安市叶集中学
方春生　安徽省舒城县晓天中学
王胜强　安徽省马鞍山市新市初级中学
胡西奎　安徽省淮南市第一中学
江红波　安徽省歙县第二中学
陈　琼　安徽省太湖县牛镇高中
杨和平　安徽省宣城市第十二中学
张峪铭　安徽省东至县三中
鄢世洪　重庆市綦江区东溪中学
范吕超　四川省绵阳中学实验学校
许必华　四川省德阳市第八中学
杜秋平　河北省武安市第一中学
康哲峰　河北省元氏县第一中学
燕金城　河北省献县一中
史芸华　河北省沧州渤海新区中捷第一中学
赵福海　河北省唐山市开滦二中
刘志新　河北省邢台市沙河二十冶三中
黄听松　河南省洛阳市东方高中
任爱华　河南省周口市商水县第一高级中学
吴晓军　河南省固始县慈济高级中学
郭成杰　河南省南阳市二中
秦海涛　河南省商丘市虞城一高
陈波霞　河南省三门峡市实验高中
黄富忠　江西省新余市第一中学
赖　华　江西省赣州市第一中学
阮传贵　江西省吉水县丁江中学
董选辉　江西省万年县第一中学
郭建华　福建省厦门外国语学校石狮分校
李　鹰　甘肃省民勤一中
杨岁虎　甘肃省天水市第三中学
蒋晓辉　广东省中山市第二中学
朱耀成　广东省深圳市实验学校
魏晓晖　广东省韶关市第一中学
张海元　广东省广州市执信中学

【话题速递】【白鹿原民俗村将被拆除】2020年3月7日，陕西蓝田管理方发出公告，白鹿原民俗文化村将被拆除，拆除期限为3月12日至31日。白鹿原民俗文化村投资3.5亿元，占地1200亩，于2016年5月1日开园，后来游客渐少，曾于2019年9月开始提升改造，暂停营业。