

暗夜里的提灯者

曾经我看到过朋友的空间里这样写着:当护士真可怜,不能养指甲,不能涂指甲油,不能穿漂亮衣服,不能穿高跟鞋,不能让一个完美的发型保留一整天……看过后我不禁会心一笑,谁说不是呢?喜欢打扮爱漂亮是人的天性,但作为护士的我们选择了“舍弃”这份美丽,归于平凡,只为更好地服务于患者。

一身粉红的护士服与燕尾帽就是护士的象征,一袭粉衣,护人间多彩;一盏提灯,照亮长夜,也点亮希望。福能(龙岩)医院新院区六楼、八楼随处可见她们忙碌的身影,而这里面半数都是30岁以下的年轻人,大家用或稳重或青涩的脸庞,日夜不停地守护着患者。

曾经我也是一名青涩的小护士,叹时光飞逝,从晨曦到日暮,从青丝到白

发,日复一日,年复一年地做着输液、鼻导管给氧、执行医嘱……这些事可能让人感到不胜其烦,但我只愿时时刻刻坚守自己的使命担当,让病房成为一个盛满着人间的情意、生命的温柔的地方。

我体验过患者面对病痛的无奈,目睹过无数悲欢离合的场景,感受过患者信任的目光,也遭遇过医闹的尴尬场面……但我无悔!

若有人问我:“世界上谁的手最美?”我会自豪地回答:“是我们护士的手。”

有人说,在这个世界上,有多少不同的职业,就有多少不同的手:建筑工人的手,托举着家庭与社会的大厦巍峨矗立,是垒砌梦想的“钢铁手”;纺织女工的手是轻巧翩跹,穿梭五色的“蝴蝶手”;而护士

的双手是“左手是技术、右手是温度”,二者缺一不可,共同构成护理专业的灵魂。

还记得我们病区曾经收治过一位右股骨颈骨折的83岁老奶奶。在入院第九天因绝对卧床、进食不多和运动减少,3天未解大便,口服通便药及开塞露塞肛处理仍然无效,情绪异常烦躁,家属焦虑万分。护士长欧雪琼晚查房时发现了这一情况,根据多年的临床护理经验,病人因大便干结而致排便不畅,她二话没说,马上戴上手套,用手一点一点,为病人抠出了干结的大便。面对老人及家属的感谢,她只是挥挥手,说是应该做的。这双手是辛苦的、忙碌的,甚至有时还会留下伤痕,但这双手却体现着人间最美好的真情。

詹丽清,中共党员,19年党龄,是医

院外科护士长,自1994年投身护理事业,一干就是32年。她以过硬的专业素养、无私奉献精神,成为护理战线的标杆典范,以专业传承守护护理初心。

若有人问我:“世界上谁最美?”我会自信地回答:“护士。”护理工作没有轰轰烈烈的辉煌,却写满了简单而又平凡的爱。她们在劳碌中呵护着生命,在坚守中把握着生命的轮回,在病患家属或期待或埋怨的目光中,守候着一个又一个身患疾苦的病人……她们是捍卫健康的忠诚卫士,为病人减轻痛苦,驱除病魔,重拾自信。南丁格尔在克里米亚战争中的功绩,白衣战士在抗击新冠疫情中的贡献,面对人们用“白衣天使”来表达对护士形象美和内在美的深情赞誉,她们无愧!
(元静)

在绿意中重启身心

城市的喧嚣如一层浑浊的壳,裹挟着疲惫的身心。心渐钝、气渐闷,仿佛困于无形玻璃罩中,看得见光影,却触不到一丝清风。终于,在一个午后,我带着倦意走向城郊的湖畔,步入那片肆意蔓延的新绿——那里有水、有草、有风,更有久违的宁静,等待唤醒沉睡的感官。

沿着湖岸徐行,湖水是静的,深邃的绿意沉淀其中,宛如一块尚未经人打磨、蕴藏着天地灵气的璞玉。岸边水草一丛丛、一簇簇,在水波的轻抚下微微晃动,摇曳生姿。风自湖心而来,裹挟着清冽的水汽,凉丝丝地掠过脸颊,轻柔得如同一只无形的手,带着无尽的耐心,缓缓拍抚;又仿佛在低语,哄着整个喧嚣的世界,慢慢沉入一个安宁的梦境。

我在湖边寻得一片开阔的草地,草不高,堪堪没过脚踝,铺展得密而匀称,绿得纯粹而沉静,像一张巨大的、生机勃勃的绒毯。于是我索性脱了鞋袜,赤足踏上这片柔软的绿。草尖带着晨露的微凉,细细密密地扎着脚心,凉凉的、痒痒的……凉

意如清泉般,自脚底汨汨上涌,漫过小腿,浸润膝盖,直至将整个人都温柔地包裹、浸透。初时微觉清冷,片刻适应后,竟生出一种难以言喻的舒畅,仿佛淤积心中的浊气正被这纯粹的绿意丝丝缕缕地抽离。

草地边缘,几株老柳临水而立。柳条早已绿透,柔软如丝线,长长地垂落,末端轻点着如镜的水面。风起时,它们便慵懒地摆动起来,慢悠悠,懒洋洋,仿佛带着千般不情愿,却又不得不随风起舞。柳叶细长,嫩得几乎透明,阳光穿透叶脉,将其染成一种耀眼的、近乎脆弱的翠绿。几只不知名的鸟儿在柳枝间轻盈跳跃,啾啾鸣唱,声音清脆悦耳,一颗颗,一粒粒,如同晶莹的珠子洒落在温润的玉盘上。

仰面躺在草地上,目光投向天空。天是澄澈的淡蓝,几片薄云如絮,白得耀眼,凝固般悬停不动。云的影子缓缓滑过草地,所过之处明暗交替,光影流转,宛如一只无形的大手,执一支饱蘸光影的巨笔,在这片无垠的绿毯上,从容不迫地涂抹着深浅不一的色调。此刻,尘世的喧嚣

与烦恼被彻底屏蔽。那些曾令人辗转反侧的城中琐事,此刻都变得遥远而模糊,如同隔着一层氤氲的水汽,轮廓尽失,分量全无。

阖上双眼,听觉的世界瞬间被放大。风穿过柳梢的簌簌声;湖水轻吻岸石的汨汨声;鸟儿此起彼伏的欢鸣;草叶相互摩擦的沙沙细响;甚至,是自己胸腔内沉稳的心跳声……“咚,咚,咚”一下又一下,像远古的鼓点,又像恒定的钟摆。原来身体内部一直存在着这样清晰而坚定的节奏,只是平日里被无尽的嘈杂与匆忙淹没,所以无从感知。此刻,当一切归于宁静,这份内在的生命律动便清晰浮现,一呼一吸之间,节奏自然而然地放缓、加深,仿佛重新与大地同频。

不知时光流淌了多久,再睁眼时,日影已然西斜。金色的余晖温柔地泼洒下来,将草地染成一片醉人的金绿。柳树的影子被拉得瘦长,直至延伸到湖心深处。坐起身,穿上鞋袜,轻轻拍落衣襟沾染的草屑。周身暖意融融,筋骨松弛,仿佛刚

从一场深沉甜美的酣梦中苏醒,又似被这无边无际的、充满生机的绿意,由内而外,彻彻底底地濯洗了一遍。

踏上归途,脚步不自觉地放慢,心湖一片澄明宁静。城市依旧是钢筋水泥的丛林,道路仍是那些熟悉的轨迹,然而行走其上的人,早已不复来时模样。来时背负的沉重,已被那湖光、草色、风声悄然卸下,留在那片盎然的绿意之中。

这或许便是“踏青”二字最本真的意义吧——无需奔赴千里之外的奇山异水,不必追寻惊心动魄的壮丽景观。只需寻得一片蓬勃的绿意,感受一阵不疾不徐的风,拥有一段无人惊扰的、完全属于自己的静谧时光。那颗被俗世尘埃与无尽琐事磋磨得日渐粗糙、迟钝的心,便能在这自然的怀抱里,如同蛰伏的种子遇见春雨,重新焕发活力,有力地搏动起来。鲜活的,温热的,如同这春天里每一片舒展的新叶,每一声清脆的鸟鸣,每一个充满无限可能的黎明。
(余丽芹)

风的方向

谢炳煌

清晨的风翻过山岗,
带着露水的微凉;
草叶轻轻点头,
像在回应远方。
云在天空慢慢漂泊,
没有谁规定方向;
一只飞鸟划过光线,
把沉默写在天上。
人也像路上的旅人,
背着看不见的行囊;
有时迷失,有时坚定,
却始终向着希望。
若世界偶尔昏暗,
就让心做一束光;
哪怕微小而短暂,
也能照亮一段时光。

闽超刷屏： 一场足球盛宴里的家乡情

最近我的朋友圈里,一半是好友们踏遍山河的大好风光,另一半则被“闽超”彻底刷屏。带有八闽地方历史文化特色的加油梗刷屏全网,面线糊、沙茶面、鱼丸等福建人刻在骨子里的美食,化作俏皮的拟人化形象,既接地气又让人印象深刻。谁也不曾想到,足球并非福建传统体育强项,却在这段时间点燃了整个八闽大地的热情——这份热度的背后,是深埋心底的家乡情结被悄然唤醒,是地方荣誉感与本土文化碰撞出的璀璨火花,共同酿成了这场属于福建人的体育盛宴。

作为一名90后,我对足球的印象,始终停留在四年一度世界杯上——那些顶级球星们绽放光芒的舞台。我从未想过,那些承载着地方荣誉感的体育赛事,会如此真切地来到自己身边。今年“五一”,我们家几乎全家老小齐上阵,嘴里念叨的都是“要为家乡球队加油”。就连不善使用电子产品的外婆,也拉着我的手念叨,问我能不能帮她报名抽签,去现场为家乡球

队呐喊助威。体育的魔力大抵就是这样,它跨越了年龄的鸿沟,打破了身份的界限,把不同年龄段、不同生活背景的人们紧紧攒在一起,汇聚成了拼搏向上的力量,而在赛场上为家乡奋力奔跑的健儿们,此刻也承载着每一位家乡父老最殷切的期望。

闽超带给家乡的,远不止重新被点燃的凝聚力与团结,更有看得见、摸得着的变化。为了更好地服务赛事,也为了给远道而来的各地球迷们提供更舒适的观赛体验,家乡的体育场也进行了一番改造:平整的球场、整洁的看台……全都焕然一新,暖意十足。我想,每一个福建人,大概都和我一样,满心热忱地想握住每一双外地来客的手,带着他们走进家乡的好山好水,细数八闽大地的烟火与风光。

这场赛事能成功出圈,除了球员们的奋力拼搏,那些将气氛推向高潮的解说,更是功不可没。一句“爱拼不一定会赢,但不拼一定会输”瞬间将剑拔弩张的赛场

氛围,化作了鼓舞人心的力量共鸣。那一刻,赛场上的胜负仿佛不再是唯一焦点,球迷们放下了对立的立场,一同为每一次奔跑、每一次传球、每一次射门欢呼,尽情感受体育与生俱来的热血与力量。是啊,“爱拼会赢”从来都不是一句口号,而是流淌在福建人血脉中的精神底色,是一代又一代人攻坚克难、奋勇前行的底气。体育就是这样,让人们放下成见与隔阂,让无数平凡人在拼搏中找到共鸣,也让我们拥有了足够的勇气,去面对推开门后,那些平凡又充满挑战的真实生活。

作为一名曾经的体育人,更作为一名骄傲的福建人,我由衷自豪家乡能拥有这样一场牵动人心的赛事。我也期待着,能跟着闽超的脚步,走遍八闽大地的每一个角落,将这份赛场上的热血与烟火里的温情持续传递,让更多人看见八闽大地的风采,读懂福建人藏在骨子里的热爱与担当。
(游子云)

