



散文

# 一秒钟

□宫佳

我整理抽屉的时候，发现里面有一个钟的秒针。

以前房子的客厅有一个石英钟，搬家的时候，钟面的玻璃被碰碎了，钟的挂鼻也断了，我只好把它放在桌子上面。儿子调皮，爬上桌子找东西玩，就把石英钟拿走，后来把秒针给摘下来了，可是这个钟的时针和分针依旧照跑不误，完全没有把秒针放在眼里。我几次把秒针装上去，不知道什么时候儿子又把他摘下来了。

秒针，是一个多么不起眼的东西呀，后来我干脆不装它了，秒针成了一个可有可无的东西。

我也见过有的钟，或者手表，干脆就没有秒针。

现在手机可以用来看时间，手表或者挂钟，不再是生活的必需品，戴

的手表多数是一个装饰品，连钟表都处于一个可有可无的地位，一个小小的秒针，就更不用提了。

我有时候想，这每天嘀答嘀答不停的秒针，渐渐淡出人们的视野，可是生活呢，还不是一秒一秒地不停度过吗？

当我们为过去的事情耿耿于怀，懊恼悔恨于过去的时候；当我们为将来的事情忧心忡忡，对未来的不确定充满不安的时候，眼前那一秒也在不知不觉中度过去了，我们的心，就无法安住于当下。事实上，生命只有一次，时间才是最公平最大的财富，每个人生命中每一秒的长度都是相同的，而当下这一念，也是最真实的，只有抓住眼前的这一秒，过好眼前的这一秒，让现在的一秒成为没有遗憾的过去一秒，让未来

的一秒成为当下快乐一秒，充实的一秒，这样不断积累下去，就会获得快乐的一生，丰足而有意义的一生。这样的人生，不正是我们每个人所期待的吗？

儿子把这个钟和秒针当作玩具的时候，我想他一定没有明白一秒钟的时光飞逝对于人生的意义。

滴水藏海，一滴水的力量不是很大，但是合理利用，也可以让一滴水折射出大海的博大。一粒沙可以看出一个世界，一朵花里有一座天堂，那么紧紧地握住当下的一秒钟，假以时日，就能握住理想的人生。一秒钟，一刹那，渺小的一秒钟因珍惜，因紧握而成就美满的人生。

我想，我还是把这个秒针装回去吧，这嘀答嘀答有节奏的响声，对自己也是一个警示，一个鞭策。

## 将改革开放进行到底

□贾彦平

将改革开放进行到底  
这是新时代的呼唤  
人民的意愿  
这是强国之所使  
发展之必然  
这是过去的告诫  
今天的经验  
这是历史的昭示  
实践的凝练  
这是实现复兴路上  
最经典的语言

## 将改革开放进行到底

这是自信者的忠心  
勇敢者的赤胆  
这是坚强者的气魄  
带路人的信念

这是开放者博学后的卓识  
改革者熟虑后的远见  
这是担当者自添的重量  
理想者追求的非凡  
这是中国共产党人  
最庄重的诺言

将改革开放进行到底  
决不能有丁点的天真  
丝毫的弱软  
决不能有须臾的懈怠  
片刻的涣散  
将改革开放进行到底  
这是中国共产党  
最深刻的反省  
最深沉的呼喊

(作者系天安门地区管理委员会副巡视员)

# 劳动者周末

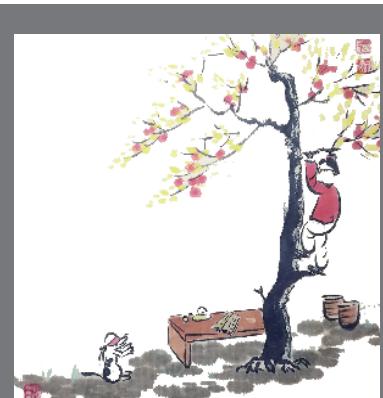
## 文苑

版式设计  
责任编辑  
刘芳 刘红颖



### 尽兴游

城外过村店  
爬坡又转弯  
山中看风景  
尽兴始回还



### 露怯

潇洒往来去  
人间亦不藏  
闲时倾一笑  
偶尔露仓惶



### 尝鲜

野菜香而嫩  
新鲜营养人  
锅中汤水沸  
翻滚闹青春



### 赠花香

秋日游郊外  
晚归一篮樱  
儿童争相问  
笑答野花名

□张文泽/画 冷冰/文

## 红袄漫话



## 2019年，幸福将成为一枚糖果

□吴婷

崭新未知的2019年悄然而至。无论未来将会怎样，我只想告诉自己：2019年我要活出自己，活出精彩。

活出精彩，身体首要。身体是革命的本钱，如果没有了健康的体魄，那尘世里的一切都是浮云。首先要学会珍爱自己，因为只有懂得爱自己的人，才能知道怎样去爱护别人。健康的三大要素：饮食、运动和心态。合理的饮食、适量的运动，加上一颗平常心，健康定会常伴左右。

事业其次。一份自己喜欢的工作会让人身心愉悦；而一份能体现人生价值的工作，则能使人生活充满激情。2019年，我要步伐稳健地昂首向前冲。

爱情不可或缺。生活里充满爱，

我们才有美好的憧憬。新的一年，我们要学会珍惜彼此，好好相爱。一心一意相守，让生活惬意盎然。

快乐必不可少。能快乐度过每一天的人，是生活的智者。快乐好比一杯温开水，不论小口慢啜还是大口畅饮，都会让人全身暖意洋洋。快乐是忙碌生活里的一张休憩沙发，是枯燥工作里的一朵鲜花。快乐是一剂生活良药，不管富贵贫贱，快乐一定不要丢下。

平安至关重要。平安是福。拥挤不堪的都市交通，让多少人失去了鲜活的生命。我们可以慢一点，你退我让，还文明一片广阔天空，给自己留条平安之路。我们的平安，是对父母妻儿最好的关爱。2019年，平安度过

比什么都强。

拥有一个好身体，一份喜欢的工作，一个相爱的人，快乐平安相伴相随，这就是幸福。常抱怨自己不幸福的人，十之八九贪得无厌。幸福是一种心境，身体健全的人是幸福的，有关爱的人也是幸福的，其实活着就是幸福。

2019年，幸福将成为一枚糖果，装在我随身的口袋里。我不但自己吃，还要与亲朋好友一同分享。

“轻轻敲醒沉睡的心灵，慢慢张开你的眼睛……日出唤醒清晨，大地光彩重生……唱出你的热情，伸出你的双手，让我们期待明天会更好。”伴随着歌声，我要让2019年的每一天都活出精彩，活出潇洒。

## 将进酒·改革赞

□谢天娇

君不见改革开放四十载，  
苍茫大地换新颜。  
君不见京郊明珠涵养区，  
绿水青山金不换。  
雁栖湖畔水明莹，  
蓝天保卫雁轻灵。  
国际交往新会都，  
怀山柔水展风尚。  
科教兴邦百年计，  
聚焦怀柔科学城。  
渔阳郡，钟灵地，  
将进酒，宝树人。  
与君歌一曲，  
请君为我倾耳听。  
百年不足四万日，  
少小须知早立志。  
朝新暮异世界殊，  
正是儿女效力时。  
主席闹市读书乐，  
家国天下心中怀。  
神州竟毕太平世，  
梦之中国君须记。  
中国梦，梦中国。  
雄关漫道阻且长，  
吾辈更当中宵舞。  
(作者系怀柔工商分局干部)