

■图片故事

“娜娜们”的日常

□何雅君 文/图

同学娜娜是一名社区护士，年初以来经常看到她们化身“大白”的工作照，有踏雪去小区居民家中入户采样的情景，有武汉解禁后为返京人员登记采样的场面，有白衣加身复课前去校园做疾控督导检查的风采。间或有同学在家宅赋了在群里喊烦，听了娜娜同学发言“大年初三我就开始上班，每天都恨不得长四只手，羡慕死你们宅家的了”，瞬间就乖乖地消停下来。

6月13日疫情反弹的那个周末，同学群里七嘴八舌，大家都说：“娜娜，这下又有你们忙的了。可要照顾好自己呀！”娜娜回说，周一、周二是我的班，我感觉自己现在就开始紧张了。

一直不下雨的京城6月，太阳热辣辣的晃眼。果不其然，天热带来了不同一般的挑战。周一中午，娜娜悠悠地在群里冒了一句：“天太热，中暑了。胃里吐个干净。”一时间，同学群里安

静了那么几分钟。我想，很多同学和我一样，那一瞬间都在想象娜娜隔离衣外防护服、护目镜外防护屏的闷热感受吧？隔着屏幕，送上的只能是几句暖心的慰问。待疫情过去，专门为娜娜开个大“爬梯”的约定倒是哄得她一高兴暂时丢掉了头晕不适。

投入新的“战役”两周了，娜娜发来的语音透着沙哑，问她，身体还吃的消？从业二十多年的她保持着职业性的快节奏语速秒回：“没事！真别小看我们这些护士姐妹，这时候还真没有讲这个困难那个困难的，都挺主动的。我们总共6个人，每天得

抽2人去核酸采样，留4个在社区。一般上午核酸采样去半天儿，下午回来还得盯门诊呢。”心里默默地掂量了一下她们的工作强度，直赞她们是“铁姑娘”。

说到嗓子哑，娜娜说，喝水也一时半会儿缓不过来，这一天需要说的话太多了，哪句也不能不说。在社区出门诊，现在多了一道预检分诊，你想，来社区的很多都是大爷大妈，眼花的耳背的都有，预检就相当于疾控的流调，我得大着声一条条问吧，“您去过新发地吗”“您接触过新冠患者吗”“您居住的小区有确诊患者吗”“您发烧咳嗽吗”……一个分诊做下来怎么也得几分钟，还得让患者签字确认。喝水？只能等摘了口罩再说。

娜娜这周美美地发来消息，说现在的协调和流程越来越顺畅，三甲医院抽调人手支援采样，她们的压力减轻不少，核酸取样工作能做到2小时一换班，不用像最初那几天忙活到凌晨收



摊儿了。想想之前全套防护下她们要连续采样几个小时才能下台子，到最后站都站不住了，真的替她们稍微松口气。

同学们关切着一线的娜娜，问她穿防护服热吗？不料这次娜娜略微沉吟地回道：“还真没觉得热。”同学疑惑，怎么会？这三十多摄氏度的天儿，我们在空

调房都出汗呐。听完娜娜的解释，才明白，哪儿是不热呀，不过是精神高度集中于手里的采样棒，把每一口真气都用于突破那层N95口罩，穿过面屏，为了面对待检人员清晰地说出三句话“请您坐直身体”“请您张大嘴头向后仰”“请您持续大声说‘啊’”。“咱北京市民还是素质挺高的，很多人为我们竖起大拇指，还别说，就一句简简单单的‘谢谢’‘辛苦了’，听了这话心里真觉得顿时凉快了不少！”将心比心，看到下了台子衣服拧出水、一口气喝掉一瓶水的护士们，谁不对她们的付出心生敬佩呢？

整个学期，娜娜的儿子都在姥姥家，娜娜坦言自己下班到家两腿灌了铅似的，直接放倒自己做“地主婆”等着老公伺候吃喝，根本不想再讲话，哪儿有精力管孩子。疫情严重的那段，回家给父母孩子送点东西也只敢放在楼下，彼此楼上楼下地望一望喊两句就走。同学群里大家打打闹闹的，娜娜说这是个让自己放松神经的好地方，有时候明明很累，可就是睡不着，看看大家的调侃，慢慢大脑里那根紧绷的弦儿就松弛了。

“惟愿疫情早点过去。”这是护士娜娜们的心愿，也是我们所有人的心愿。

勋章英雄的榜样光芒

——《品格的力量》书评

□宫佳

收到《品格的力量》一书，我怀着对获得共和国勋章的八位英雄们崇敬的心情，挑灯夜读。

这本书是一本爱国主义教育读物，向小读者们介绍了于敏、申纪兰、孙家栋、李延年、张富清、袁隆平、黄旭华和屠呦呦这8位共和国勋章获得者的故事。全书共分8章，每章介绍一位共和国勋章获得者的事迹，每一章又分为4个小板块，分别为人物简介、人物事迹、品格关键词和中华传统美德故事。作品从敬业、勤劳、拼搏、勇敢、谦虚、执着、忠诚、奉献等8种中华传统美德的角度切入，致力于展现中华传统美德在功勋人物人生历程中所发挥的作用。

这些共和国的英雄们，他们也有过青春年少的时光，他们每一个人的心中都有一个辉煌的梦想，为了实现这个梦想，穷尽一生，默默努力，用实际行动成就了英雄的传奇人生，他们是当之无愧的时代楷模。

被誉为“人造太阳之父”之称的于敏，是一个“土专家”，在国家面临美国、前苏联两个超级大国的安全威胁时，临危受命，研制出“护国倚天长剑——氢弹”，他的功勋，让中华民族傲立在世界民族之林。正是因为有核武器来保障国家安全，才换来了中国的和平和安宁。

被誉为“中国核潜艇之父”的黄旭华，把自己的人生志向与国家命运结合在一起。他在求学时期，从日军的空袭轰炸中，看到国土的满目疮痍，同胞们的流离失所，终于悟出一个道理：没有强大的国防科技，国将不国，何以成家？他改变了自己学医的志向，投身于核潜艇的研制，第一艘“长征一号”核潜艇的交付使用，标志着中国成为第五个拥有核潜艇的国家。正是由于核潜艇的存在，侵略者才不敢用核武器威胁中国。

被誉为“青蒿素女神”的屠呦呦，亲眼目睹了日军的731细菌部队空投细菌炸弹，看到了疫区的同胞家园被毁、鼠疫的猖狂、生命的脆弱，从此，她立志成为一名科研人员。为了治疗疟疾，在第191次试验中，她终于提取了青蒿素，为了能让青蒿素发挥作用，她不惜用自己的身体做药物安全试验。在医学的祭坛上，她无私无畏、勇于奉献，她就像一株挺立的青蒿，一直向高处生长，为万民造福。

被誉为“杂交水稻之父”的袁隆平，有两个梦想：第一个是禾下乘凉梦，第二个是杂交水稻能够走向世界，覆盖全球梦。

民以食为天，这是天下百姓最朴素的追求。

为了寻找天然不育株，他在烈日下与时间赛跑；为了杂交水稻试验成功，他夜不能寐，如今，他依然走在攀登科学高峰的路上。

此外，还有战斗英雄张富清，闪耀全球的“中国星”孙家栋等。从这些勋章获得者的故事中，展现的是他们高贵的品格。

在这个信息爆炸的时代，社会文化是多元化的，时代需要英雄引导主流价值观。构建精神信仰，让英雄精神成为新时代的核心价值观念，榜样就是最直接、最生动的载体。英雄的榜样光芒是一面精神旗帜，能引领一个时代的社会风气和价值追求。

这本书语言精确，饱含诚挚，处处弘扬爱国主义情怀，这些英雄们种种高尚的品格折射出的是耀眼的明星光芒，令人肃然起敬。

青少年是祖国的未来，尊崇英雄，才能英雄辈出。如今岁月静好的幸福，是数不清的英雄们负重前行换来的，青少年要树立“崇尚英雄，学习英雄”的良好风尚，为实现中国梦贡献自己的力量。

家庭相册



慢点·爱

□丁迎新 文/图

母亲是个急性子的人，做事风风火火，泼辣能干。父亲常年在外工作，十天半月回来一趟，家里家外的大小事务全靠母亲一双手承担。

每天早上，当母亲叫我们起床时，她已经在菜园里忙活了一早上，挑水浇菜、摘菜、除草，还洗好了衣服，烧好了早饭。等我们吃好早饭背着书包上学，她也该上工干活了。晚上，我们写完作业，洗过澡睡觉，母亲则鸡鸭回笼、猪舍安顿、刷锅洗碗，忙个屁股不沾板凳。每每梦中醒来，母亲还在煤油灯下做针线活。

与母亲的忙碌不同，我们姐弟几人是悠闲的。背上书包是学生，放下书包，还是被母亲按在手书里。有时候，我们想插上一手帮忙，可总被母亲一声断喝：学习去！这不是你们干的事。有时，见我们盯着书本，抓着头，皱着眉头的样儿，一字不识的母亲说话了。动脑子的话，急不得，慢慢想。真想不出来，先出去玩玩，再回来想。父亲曾为此责骂过母亲，说她什么都不懂，就知道胡说八道。一向低眉顺眼的母亲反驳：饭要一口一口吃，

学知识也得一点一点地来，一下子让你吃一锅，不撑死了？

再大了些，母亲也要求我们帮着做一些事了。和母亲抬粪水，慢慢地走，母亲还把粪桶往自己身前挪；我们扛树或竹子，总想展示一下自己的威风，要扛大的，还要比速度，母亲毫不犹豫地拦下；如果是爬高上低的活儿，母亲肯定会在下面牢牢扶着梯子，瞪大眼睛，直到我们平安落地为止。母亲千叮万嘱：“慢点儿！身子骨不是一天两天能长结实的，长大不是急的事，等腰杆子硬朗了、翅膀硬了，再逞英雄不迟。”

渐渐地，我才领会到，母亲的“慢点儿”，其实是用心良苦的关爱呀，就像培育小树苗一样，少少的水，滋润和浇灌；微微的阳光，暖暖地照耀；再加上稍稍的肥，慢慢地成长。

仿佛眨眼之间，我们长大了，各自成家立业，可母亲却老了。

因为长大，能在父母身边的时间非常有限。在他们渴望的目光里，好不容易踏进久违的家门，母亲却不让我们动手，非要我们歇歇，坐享其成。母亲的厨

艺确实很好，她烧的每一道菜，哪怕是腌制的小菜，都让我胃口大开。可母亲毕竟老了，她应该安享我们的孝意和伺候了。

倔强的母亲是听不进人言的。因为我们喜欢吃她做的小菜，隔三差五，非到山里老家拾掇菜地；因为怕浪费钱，家里有自来水不用，非要下河洗衣服；因为勤劳，啥事都要亲力亲为，不把事做了睡不着觉。

母亲跌跤了，一次又一次。在菜地、在河里、在家中的院子里，严重的一次是盆骨裂伤，在床上躺了几个月。轮到我们对母亲说“慢点儿”了，一遍又一遍，一次又一次。

当母亲又因跌跤受伤住院，我甚至发火了：妈，我们虽说成家立业了，但还没本事让您享福。您就不能什么都慢点儿，保重好身体，等等我们的努力吗？

面对母亲，我真的是心有余而力不足。下岗失业，孩子幼小，四处闯荡求生存，我连自己的小日子都没过好，又拿什么来让母亲安享晚年？所以，我衷心希望母亲慢点儿，慢点儿走路、慢点儿老、慢点儿离开我们，给儿女一个尽孝的机会。

相对于母亲当年叮嘱我们的“慢点儿”，我对母亲的要求没有丝毫的意义和作用。几次跌跤之后，母亲衰退到了极点，遍身疼痛，步不能移、身不能动，连穿衣翻身都需要帮忙。当我握住母亲颤抖的手，我终于知道，儿女对于父母的“慢点儿”，只能是一种无法实现的美好愿望。

有这样的時候吗？凡是痛苦的，一闪即逝；凡是美好的，都慢慢流逝。岁月和时光是不可能答应的。能够做到的，是让“慢点儿”成为人生的警醒，固然要实现人生的价值，但慢慢地享受人生更为关键呀。

书海掠影

