

杂谈苦难

文传学院◆王瑞聪

我知道，它来过，我也知道，它也许把我塑造，让我变得更坚强。

人的一生总有这样或那样的苦楚来述说。如若苦难是门“坎”，那跨过去的是门，见得春风吹又生，见得芊蔚何青青，迎轩豁之境，跨不过去是“坎”，让人痛心疾首，在游戏人生中捶胸顿足。

可见，世界上的事情永远不是绝对的，遗忘的苦难，许是另一种意义上的救赎，留下所以动心忍性，



曾益其所不能。但另有一说，即便消逝，也会以另一种形式来过：钉子钉于木板，留下的不是钉子，而是千疮百孔。让你磨顿敏感的心灵，丢下对梦的追逐，成为人群中的荒芜。

论及人生中最大悖论，就是苦难的作用。可是，它不值得歌颂，更值得歌颂的是一步步走到今天的自己。尼采曾言：杀不死你的，使你更强大。苦难就是苦难啊，我们无法躲开，于是有了历练，有了经验，一路走来，只有自己才解其中的滋味。

在信息平台检索后，苦难也许并不是牵绊。余秀华的这段话给予了我颇高的感悟：她说，生活的难处对一个人心灵的影响形成了苦难。苦难于人而言，源于认知。她认为自己经受的是苦和难，这个难无非是困难或者艰难，还可以选择接受，没什么大不了的。

“能够克服的困难才是困难，凡是无法克服的困难就不是困难了。”我见过人一夜之间长大，是那种让人最不希望的方式——家庭变故，这场磨难，使朋友蜕变，朋友说无所谓了，这是心境的变化，是这场难，让朋友得到塑造。但这个，永远也列不上是被遗忘的名单，只有痛过，才懂得。



我见过跪地乞讨的老者，见过在摊位前卖鞋垫的奶奶，见过腿脚不便，乃至双目失明的残疾人。我心中不忍，总是快速从他们面前走过，见不得这些场景，但又会下意识地想，人这一辈子，各有各的苦，各有各的难，如果选择了活着而不是逃避，那么，再苦，再难，总有希望在前面。有希望，就要呐喊。

我见过苦难使人沉沦，那是文学意义上的悲哀，祥子的三起三落，祥林嫂的悲哀……对悲观者而言，苦难是遗忘不了的。苦难不可怕，可怕的是逃避，是软弱的灵魂。

于我来说，我更希望在苦难的鞭笞中，逆风而上，在痛苦的洗涤中，踽踽独行。

《大学印象》

编辑委员会

主 任：王 松
副 主 任：贾 蓓
主 编：王 凯
副 主 编：王荟会
梁菲珂
黄文静

编辑：

宣传部：刘亚菲
朱君会
采访部：牛嘉梦
曹亚琳
原创部：王瑞聪
闫怡萌
惠晓焱
办公室：柴光灿
贺诗华

专业指导：

文传学院文学教研室

封面设计：王荟会

邮箱：2978105102@qq.com

象宝 Q Q：2978105102

微信：印象郑商

微博：郑州商院校刊大学印象

校园内刊，文章由学生自行投稿，
《大学印象》负责收集与发表。

《大学印象》第 115 期

目录

卷首语

杂谈苦难 文传学院/王瑞聪 1

学院资讯

女性力量，巾帼风采 采访部/赵妍 3

撕掉“她标签”，看见她力量 采访部/腊婷 4

原创天地

冬纪时 金贸学院/卢品贤 5

年轮 外语学院/王瑞宁 7

苦难是颗“朱砂痣” 金贸学院/陈姿彤 10

文明征程中的苦与难 管理学院/赵紫燕 12

那些不能遗忘的苦难 文传学院/王梦晴 14

离别——我曾经的苦难 文传学院/李小雨 16

遗忘的苦难 文传学院/黎晶 18

为了忘却的苦难 文传学院/张淑慧 21

母亲啊母亲 管理学院/赵凡 23

象导推荐

经典电影推荐 25

经典歌曲推荐 26

经典书籍推荐 27

女性力量，巾帼风采

采访部◆赵妍

鲜花盛开，芬芳自来。女性作为世界上最伟大的群体之一，在纷繁复杂的新时代，以一往无前的勇气，展现出了独属于她们的巾帼风采。中国俗语有言：女人能顶半边天。时值三八妇女节来临之际，我们深入校园，进行了“你认为女性在社会中扮演着怎样的角色？你认为现代社会中，女性面临的挑战有哪些？作为年轻女性，你认为我们应该如何展现自我风采？”的采访。

妇女节即将来临，你对妇女节有什么特别的感受吗？



据采访发现，大多数人认为妇女节是对女性的一种肯定和尊重。它提醒我们女性在社会中的重要性，有利于我们更加深刻地展现自我价值，也让我们有机会反思女性权益的现状。女性是社会的进步的推动者，她们用自己的行动改变了世界。女性的自我价值不应只拘泥于家庭之内，更应绽放在大众视野之中。

你认为现代社会中，女性面临的挑战有哪些？

大部分人认为，性别歧视的现象依旧存在，在推动性别平等方面，我们要在各个领域展现自己的能力和影响力，打破大众对性别的刻板印象，推动社会对性别平等的认同。另外，如何平衡家庭和工作也成了大势所趋，利用“女性力量”的坚韧与智慧，寻找支持系统，以克服挑战。我们应更加自信和敢于表达自我，注重个人发展和自我实现。

作为年轻女性，你认为我们应该如何展现自我风采？

由采访可知，绝大多数人认为无论年龄大小，都要相信自己的力量。作为年轻女性，我们应该保持自信和独立，勇敢追梦，不要害怕失败。我们是社会的未来，我们的行动将塑造一个更加平等和美好的世界。女性的力量是无穷的，我们可以通过自己的努力，创造出美好的生活。



发挥女性力量，展现巾帼风采。温柔不代表软弱，它是一种不可小觑的力量。邓颖超说过，女人必须坚强，不论在哪个时代。作为新时代女性，让我们携手书写时代华章，共创美好未来。

撕掉“她标签”，看见她力量

采访部◆腊婷

在充满活力与梦想的大学校园中，妇女节有着独特的意义，它不仅是对女性社会地位的肯定，更是对女性在各个领域所做贡献的认可。我们穿梭其中，与不同专业，年纪的女大学生交流，倾听她们的心声。对性别平等有何见解？如何看待女性在家庭中的角色以及女性权益保护？如何看待女性的力量？



对性别平等有何见解？

据采访发现，大多数同学认为性别平等在一些领域取得了一定的进展，但仍然存在差距。性别不应成为获取教育资源的阻碍，求职企业也应该摒弃性别歧视，给予男女平等的就业与晋升机会。特别是教育方面，小孩子接受最多的教育就是老师，老师在课堂互动时，要平等对待男女学生，给予同样多的发言和展示机会，不因性别差异而有别。

如何看待女性在家庭中的角色以及女性权益保护？

据采访发现，大部分同学认为，女性在家庭中是与男性平等的参与者，既要承担家务育儿，也能追求事业、参与家庭决策。在权益保护上，我们呼吁法律保障女性婚姻财产、生育等权益，抵制家庭中的性别歧视，借助教育与宣传扭转传统观念，营造尊重女性、保障权益的家庭和社会环境。我国在女性权益保护方面取得了一些成果，如《中华人民共和国妇女权益保障法》等法律法规的出台，然而，仍有一些问题需要解决，如家庭暴力，性别歧视。



如何看待女性的力量？

据采访发现，相当一部分同学认为女性的力量是一种温暖而坚韧的力量，在社会各个领域中都发挥着不可或缺的作用。它以温柔，细腻和关怀著称，让女性的角色变得无可替代。我们需要继续为女性创造更加公平、包容的环境，让每一位女性都能在自己的领域中发光发热。

“女性是世界的灵魂，她们的智慧与勇气是人类文明的基石。”在这个妇女节，让我们共同为女性喝彩，为她们的成就骄傲，也为她们的未来加油！

|大学印象|2025 * 3

谦虚使人的心缩小，像一个小石卵，虽然小，而极结实。结实才能诚实。

冬纪时

金贸学院◆卢品贤

二零二一年冬的风似乎比往年更加凛冽，在从不下雪的南方，我的心头铺上了厚厚的积雪。我的整个世界都被包裹在一片银装素裹之中。那个冬天不仅仅是季节的更迭，更是生命中一段难以磨灭的沉重记忆。在平凡的冬季中，我失去了唯一的水仙花。

命运弄人，当我还沉浸在高三紧张而忙碌的学习生活中时，奶奶却因病突然离世，如同一场突如其来的风暴，瞬间击碎了我内心的平静。

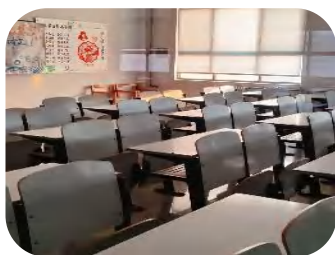
奶奶糖尿病的困扰，她的身体状况每况愈下。尽管家人悉心照料，但病魔还是无情地侵蚀着她的身体。那天，我像往常一样早起默写英语单词，却突然被老师叫到走廊告知这个噩耗，让我赶紧回家。那一刻，我仿佛被雷击中，整个人呆立在原地，无法相信这个残酷的事实。前几天，我还握着奶奶的手，感受着从她掌心传来的温度，我们还一起聊天，一起笑谈对于我的未来。转眼间，那双曾经给予我无限温暖的手，我再也握不到了。



根据当地的习俗操办了葬礼，简单而庄重。从教室到火葬场，麻木而又着急地看着大人将所有的手续办完，我伫立于这天地方寸之中，看着不远处的青烟，巨大的悲痛才有了实感。其实已经流过了很多泪水，当我望向旁边的父亲，他问我“想不想奶奶”。我没有回答，我看着他守灵一夜未眠那布满红血丝的双眸，我明白，其实是父亲想奶奶了，但中国式教育下的大人，对于爱和思念的诉说总是闭口不言，习惯性将所有情感都藏匿于心头。返程的路上，我机械地跟随着队伍前行，脑海中一片空白。坐在车里，忽然，一个念头闪过，长辈们说，人去世后，灵魂会飘向远方，如果能在路上放一根线，就能指引着逝去的亲人找到回家的路。我抬头望向车窗外，想象着奶奶正沿着这条白线，缓缓向我们告别。然而，当我回过神来，看着疾驰而过的风景，心中却涌起一股难以言喻的悲伤。她腿脚不好，这些年因为疾病，她的行动已经越来越

越不便。如今，车开得这样快，她真的能跟得上吗？

那一刻，泪水如决堤的洪水，汹涌而出。我并不想让旁人看到我的脆弱，但内心的伤痛却如潮水般汹涌澎湃，无法抑制。想起奶奶生前对我的种种关爱，那些点点滴滴的记忆如同电影画面般在脑海中不断回放。



葬礼结束后，我同家人跪在灵堂里守孝，望着桌台上燃烧滴落的蜡液，我想着，或许，或许，我也如同桌台上的烛，生命向上，泪流向下。那一夜，众多的亲朋好友都前来悼念，我的膝盖早已疼痛不已，无论我跪拜了多少下，也求不回生命再续。在此后的每一个深夜，当万籁俱寂之时，便是我心中雨季最为肆虐的时刻。我躺在床上，望着天花板，脑海中回荡着那些慈祥的笑容和温柔的话语，回忆像走马灯一般在眼前放映。那曾经以为永远不会失去的东西，如今却成了我生命中永远的遗憾。我开始痛恨，是不是自己在成长的路上走得太慢了，才没能让她看到我以后的成长。

年复一年，日复一日。我依然没有从失去奶奶的悲痛中走出，但我还是要重新审视自己的生活。高三的生活依然紧张而忙碌，在调整自己的心态去备考之时，还是会莫名地掉眼泪。但我知道，她一定希望看到我能够坚强地面对未来，实现自己的梦想。或许，她还是会在身旁，安慰我，不哭。

在这个过程中，我深刻体会到了生命的脆弱和珍贵。成长抽丝剥茧，痛彻心扉，生命就像一场旅行，无法预知终点在哪里，但我们可以选择如何珍惜沿途的风景和陪伴的人。我开始更加关注身边的人和事，开始学会大声地表达爱和思念，学会感恩和珍惜每一份来之不易的羁绊。

直至今日，当我再次回想起那个寒冷的冬天和那段刻骨铭心的经历时，即使心中依然难掩悲痛和遗憾。我明白，她的爱将永远伴随着我，成为我人生旅途中最宝贵的财富。而对于这样的离别，我同样也明白，是人之常情，生死离别事常有，但我依然逃不出这雨季，我开始抗拒离别，而关于我与她的回忆，也很少再谈起。但我总不能忘，我也不会忘。电话簿里永远拨不通的电话，仿佛变成了一把利剑。而幼儿时期我送给她的礼物，也落了灰。

年轮

外语学院◆王瑞宁

我们自身所经历的坎坷和时命乖张，随着时间的流逝，都化作难以磨灭的永恒。

——题记

一棵树，从细嫩渺小再到葱葱郁郁，都被自身的印记所或多或少地记录着。他们每长一年，心中就会多一道圈，从小到大，从内向外……当看向这层层叠叠的圈，成长的路径赫然显现。无论是春茂夏绿抑或秋黄冬寒，在辗转的流年中，他们所经历的严寒酷暑、风雨摧残，从不用言语所展现。从遥远的年代走来，他们从不语苦难。人世间，万物争荣辱，那一代经历苦难的人或物，正像一棵无言的大树一样，在庸常琐碎的日子里，不染尘嚣度静谧，自谓风流过丰年，他们枯槁的双手和黧黑的布满皱纹的脸庞，他们斑驳的痕迹，正像一道道年轮一样，道出岁月的沧桑，也语出生命的不凡。

居安思俭苦

岁月渐渐被生活磨平了棱角，然而留下的印记却不曾被冲刷。经历过饥寒交迫岁月的老一辈人——我的奶奶似乎总把那段艰苦岁月挂在嘴边，从不舍得浪费一丁点儿的粮食，“唉哟，多好的东西啊，竟没人吃了，”奶奶常说的便是这句话了，蹒跚的步伐限制了老人家的出行，她去过最远的距离也不过是街市。于是在出去时，奶奶总是像小孩似的好奇地左顾右盼，在那一时刻，平日里沉默少言的她话匣子终于被打开了，“东边以前是荒地，现在可盖成一幢幢的楼了，……”见惯不怪的高楼大厦，在奶奶看来，却是那么的宏伟，一如既往的高大与繁华……她的眼神中有期望，也充满了失落。时代将他们抛却在浩浩汤汤的浪潮之中，他们这一代人啊，付出了太多太多。在教育尚未普及的年代，在食不果腹的日子里，在“重男轻女”和“女子无才便是德”的观念之下，他们别无选择，在本该上学的年纪选择劳动与养育，让生命一次又一次陷入无限的循环，灵魂始终剥离不出平庸与贫穷的怪圈。迫于时代的局限，奶奶大字不认识一个，甚至写不出自己的名字，勤劳与能干是唯一能够使那一代人骄傲的，他们能将高粱种子缝成密实的锅箅，



| 大学印象 | 2025 * 3

人总是在接近幸福时倍感幸福，在幸福进行时却患得患失。——张爱玲

也能将坚韧的柳条编成精美的柳篮，更能将一切树上的槐花，榆钱或地上的野菜蒸成美味的佳肴……村子里像她这样的老人不胜数。

模糊的孩提记忆在脑海里涌动着，偶尔片刻，围着奶奶唠着家长里短，听她诉说着过去的土城墙，蹉跎，车马稼穡和婚丧嫁娶之俗，听她讲着灵验的黑龙潭祈雨……偶有几时，也忆苦思甜，尝过去吃的粗粮



出种种的可能。那些朴实的老一辈人呢，用自己的双手创造出实用的锅碗瓢盆，又用自己的双脚丈量着土地，为后辈们开创来时路。在他们生命中，那段被时光轻轻掩藏的过往，如今已被他们轻描淡写地掠过。苦难已远去，前辈们的坚韧不拔，诉说着曾经的沧桑与坚强。他们历经苦难，却创造辉煌。

在苦难中涅槃

人们在手执科技的利剑开辟未来时，也要在前进的帆船上回眸，追溯源头。若说追根溯源，那些老旧的物件便是，看到老旧的土房，便不由自主地引起我无数的遐想；看到碑字早已模糊不清的石碑，人们制成拓片，让湮灭的往事重新浮现；看那颓圯的黄泥寨墙，在风刮日晒、风雨淋洗下，终是与大地化为一体，让村与村之间的隔膜不复存在，无数个这样或那样我们俗称的老物件，在岁月的洗礼下，布满沧桑的“泪痕”……

我也曾探访过稍显冷清的石窟寺，洞窟中的流传千年的佛像依旧栩栩如生，帝后礼佛图的壁画依稀能看得到鲜艳的色彩，虽然黑烟和油污将壁画熏染得斑驳，但残存的华彩仍能照见盛世的倒影，历经过烧，劫，掠，夺后，少有佛像的面部完整存留，我在那些未曾遭受破坏的佛像面前驻足，抬头仰望去：厖厖笑意普度着众生，慰藉着心灵，却又震撼着历史……听着向导讲着三武一宗的灭佛运动，讲着石窟历朝历代的渊源，转念间，又想到那些被盗的佛像大卸八块的场面，支离破碎的佛首，残缺的断臂，深深叹息着，苦难往往以悖论的形式推动文明前行——它摧毁，却也孕育；它掠夺，却也唤醒。

自然亮光从洞窟外淡淡映入，在柔和的日光映射下，壁画上的人群和壁画前的雕塑融成了一体，在一片朦胧中似乎都动了起来，也有了声音：佛号、磬钹、诵经声、木鱼声、旌旗飘荡声，还有石窟外微弱的山风声、嘀嗒的风铃，人群的细语。

时光的陶轮永不停歇，将苦难与辉煌共同烧制成文明的釉彩。那些刻在年轮深处的裂痕、凝结在奶奶掌纹里的粗糙、拓印在石碑上的喑哑往事，以及佛像断臂处新生的青苔，都在诉说着同一种真相：每一道裂痕都将由时光淬炼，每一处残缺都在等待与未来的某个碎片重新磨合。当我们仔细端详着石壁画上被掠夺者剝去的空白，或许该听一听余秋雨在《莫高窟》中的箴言：“看敦煌，要看它伤痕累累却依然昂首的模样。”苦难未曾被遗忘，它只是，以另一种方式存在。

苦难是颗“朱砂痣”

金贸学院◆陈姿彤

当我初次看到“遗忘的苦难”这个题目时，瞬间便被其深深吸引，同时，那段陈旧的回忆也被悄然勾起，内心泛起层层涟漪。

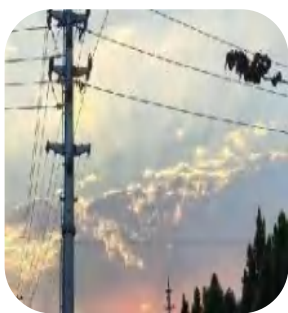
于我而言，苦难便是我的高中时光。

高一开学那年，我甚是幸运地赶上了疫情，开学当日家长无法进入校园帮学生搬运物品。这对于首次住校且毫无独立生活经验的我而言，犹如晴天霹雳。所幸，有老师骑着三轮车帮我们把行李运至宿舍楼下。然而，当我抵达宿舍楼下时，



满地的包裹和行李箱令我震惊不已，最终，我在一个角落里找到了自己的物件，它那般安静又违和地倒在地上，仿佛被无情遗弃，恰如彼时迷茫、低沉、破碎的我。那一刻，我感觉自己被整个世界抛弃……随后，我拎着沉重的行李，一次次吃力地爬上五楼。但我发现周围的同学也是独自忙碌着，她们却处理得游刃有余，床铺叠得整整齐齐，柜子整理得井井有条。那一刻，我觉得自己犹如襁褓中的婴儿，顿时心中油然而生一股羞愧之感。这让我领悟到了与时变化、与境转化的重要性，渐渐地，我也学会了照顾自己，在生活上变得独立。我曾一直以为人是慢慢长大的，实则不然，人往往是在一瞬间长大的。

高二时，我遇到了一位独特之人——我的班主任。他是我所见过最为独特的班主任，为何如此说呢？



首先令我意外的是，他竟是名体育老师。其次，他极具魅力，往往会用最为直白、粗俗的语言阐释生活中最为真实的道理，他的“名言警句”也被我们记录并珍藏。他传授给我们很多书本上没有、在课本上学不到的东西。在他的引领下，我们班的学生比其他班的同学更加朴实、真诚、洒脱、独特。我们班也从倒数第一跃升至第一，其他班一直模仿，我们却从未被超越。至今，“生活过得太安逸了，就会被工

作所累”这句话，我始终铭记于心，它在我心中的分量也在不断攀升。世人常言：一生得一知己足矣。但于我而言：一生中能邂逅一位好老师，难矣，足矣。

高三，试卷从未缺席，它是我们最为得力的伙伴，是我们每个高中生最为亲密的伴侣。高三的试卷犹如那滔滔海水，源源不断地向我们涌来，我们也如饮水一般，每天来个七八杯。尽管如此，那分数也不曾见长。它如同那海水，时而起伏不定，时而风平浪静。我宛如海上的拾荒者，曾绝望过、迷茫过、无措过、焦虑过、痛苦过、质疑过……思绪纷繁，心智历经一次又一次的洗礼。自己仿若修复师，将破碎的地方小心翼翼地拼凑起来。修复的次数愈多，那块地方便愈发坚固，不再轻易瓦解。

高三不仅充斥着紧张，亦有快乐和欢愉。清晨的教室里，有我们迎着微风背书的身影；中午的餐厅中，有我们唠着嗑结伴用餐的笑影；夜晚的操场上，有我们肆意奔跑的背影。成绩下滑时，我们相互慰藉，彼此鼓励，是对方的精神依靠；迷茫时，我们会对着落日余晖谈天说地，暂且将低迷的情绪抛诸脑后，畅谈高考后的生活，规划未来几个月的行程；疲惫时，和同桌来几盘五子棋，听一首流行音乐，或者饶有兴致地听着后桌聊的八卦……时间就这样一点点地、悄无声息地流逝，我的少年时代也缓缓落下帷幕。



时光荏苒，白驹过隙，高中三年转瞬即逝，就连高考于我而言也显得那般遥远。我总是懊悔没有用相机记录这三年的时光，担忧自己会遗忘这三年的人与事。可当我刷到相关短视频时，那段记忆又被重新开启，在我的脑海中流转。后来我也明白，真正幸福的瞬间往往是来不及记录的。

三年时光，让我知晓：路虽远行则将至，风雨兼程，莫问前程；简单的事重复做，复杂的事坚持做；当我们感到痛苦之时，往往也是成长最为迅速的时候，莫道桑榆晚，为霞尚满天……如今回想曾经令我痛苦的事情，回首望去轻舟已过万重山，曾经认为那些难以走出的困境如今已变得风轻云淡。高中有苦有难，但并非真正意义上的苦难，它不过是重塑了一个全新的我。

这段珍贵的记忆宛如我心头的朱砂痣，熠熠生辉，它承载着那个勇敢、永不言弃、充满着蓬勃鲜活生命力的自己。它如同璀璨的明灯，闪耀着温暖而坚定的光芒，激励着我勇敢无畏地做自己，去追寻内心深处真正的渴望，去拥抱那充满无限可能的未来。

文明征程中的苦与难

管理学院◆赵紫燕

冰雪消融的清晨，人们总会被枝头新绽的嫩芽吸引目光。那些在寒风中摇曳的枯枝仿佛从未来过，唯有枝干上隐约可见的裂痕，像褪色的墨迹般记载着过往。人们的记忆如同这早春的溪流，总是不由自主地滤去砂砾，只留下粼粼波光。但那些被遗忘的苦难，像河床深处的鹅卵石，在岁月冲刷中悄然改变着生命的方向。

根固绽幽香

文明的韧性往往诞生于破碎的裂痕之间。都江堰的鱼嘴分水堤在春日暖阳下宛如玉带，但李冰父子凿山时的青铜刻痕仍嵌在岩壁崖边。两千年前工匠们用竹箴编筐运石的场景早已模糊，但那些磨破手掌渗入竹箴的血迹，早已化作滋养沃野的养分。敦煌莫高窟的壁画历经千年风霜，那些被风沙剥落的金箔下，藏着古代画匠用草木灰修补的痕迹。考古学家在残破的经卷背面发现了密密麻麻的账目记录，记载着供养人变卖家产筹措画材的艰辛。这些被金色佛光遮蔽的细节，像梅树深埋地下的根系——人们赞叹花开时的幽香，却常忘记地底那些与冻土抗争的岁月。



遗苦催人进

遗忘如同流沙，正在吞噬文明的地基。南京城被日军的炮火轰击时，守城的将士们正用明城墙的砖石修筑防御工事；圆明园的十二兽首流落四方，拍卖槌声却盖过了历史的呜咽。敦煌文物流散于世界各大博物馆，数字化工程让我们得以在屏幕前轻松浏览，但那些被斯坦因剪碎的经卷、被伯希和剥离的壁画背后，是一个古老文明在现代化转型中的阵痛与迷茫。真正的文明传承需要将苦难熔铸成精神的琥珀。苏轼在赤



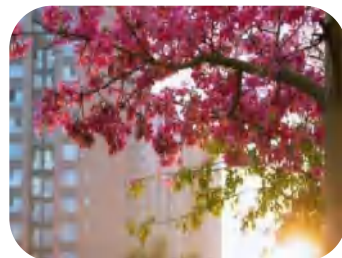
壁江心看见“大江东去”的历史长河，王阳明在龙场驿的瘴疠中悟出“心即理”的哲学真谛。敦煌研究院的学者们在黄沙漫天的洞窟中临摹壁画，数十年如一日地修复千年时

东指羲和能走马，海尘新生石山下。——李贺《天上谣》

光的裂痕。这让人想起希腊神话中的普罗米修斯，被锁在高加索山崖忍受秃鹫啄食，却为人类盗来文明的火种。那些被遗忘的苦难从未真正消失，它们化作文明长河中的暗涌，始终推动着人类向着星辰大海的方向奔流。

铭史铸强魂

历史总在遗忘与铭记的撕扯中前行。唐山大地震的废墟中埋葬着无数人的残肢断臂，救援人员却在断壁残垣中找到写满对生存渴望的讴歌。这些物品与钢筋水泥共同构成了苦难的两面：一面映照出人在自然灾害下的渺小，另一面却折射出生命的坚韧与伟大。当地震的颠簸席卷整座城市时，那些正为生活奔波的普通人，用最后的力量为其所珍视的一切提供保护。正如老子所言“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏。”唐山大地震的现场最终成为了人类理解灾难的活体标本，那些被废墟封存的苦难反而让中国人对生命产生了更深刻的敬畏。灾难过后，唐山人们以顽强的毅力与强健的精神重建家园，展现出中国人民在逆境中的坚韧与团结。苦难在时光中褪色，却将文明的基因刻入民族记忆的深层。



站在莫高窟九层楼前仰望星空，月光依旧照着乐僔和尚开凿第一个洞窟时的山崖。那些被遗忘的苦难如同沙粒，正在时光的蚌壳中孕育文明的珍珠。站在故宫修缮工地的脚手架下，老师傅正在为脱漆的梁柱补上金箔。他说：“这些木头记得所有的地震与战火，新漆要跟着旧木纹走。”记忆何尝不是这样精妙的修复艺术？我们不必刻意展览伤疤，但要让苦难沉淀为滋养生命的腐殖质。就像普鲁斯特在《追忆似水年华》中写到的玛德琳蛋糕，最深刻的记忆往往藏在感官的褶皱里，某个雨夜敲打窗棂的声音，就可能唤醒整个严冬的记忆。当春风再次吹绿枯枝时，请记得低头看看树根处——那里有冬天写给春天的信，正被新生的苔藓温柔地诵读。

那些不能遗忘的苦难

文传学院◆王梦晴

暴风雨来临，枝丫上的鸟巢被无情地摧毁在地。

掉落的树枝又被吹散在空中。

这对觅食归来的鸟儿来说，无疑是一场苦难。

鸟有感情吗？

也许会有吧，我想。

它们会感受到痛苦与心碎：好不容易寻来的满意的枝丫，突然间化为乌有。

暴风雨走了，我再也没有看见过那只鸟。

也许它去一个新的地方安家了吧。

望着窗外，我不禁想起，在生命不同的阶段所理解的苦难。

读小学时，总觉得数学是座难以翻越的高山，那些弯弯绕绕的方程式常让我在草稿纸上磨磨蹭蹭半天——橡皮擦在演算纸上洇开的泪痕，铅笔芯在犹豫中折断的脆响，彼时卡住的每个解题步骤，于我而言，都像是天塌地陷的苦难；可现在回想，这不过是成长路上被蒲公英轻轻拂过的微末坎坷。



长大后，经历的事情越多，越发理解了苦难的含义：苦难是人在生活中经历的不幸遭遇。

也许，对许多人和事来说，苦难值得被牢记。毕竟经历过战争，让我们铭记历史，更加珍惜和平；经历过万千失败，才更能感受到成功的喜悦。

可，这太大了。大到我不清楚自己在哪，意识不到苦难对自我有何作用。

小时候，我被烫伤过，从这次“苦难”中，带给我的只有痛和泪，还有一处处丑陋的疤痕。它并没有

让我成长，没有让我不再害怕热水，相反，我依旧会害怕烫伤。

甚至到现在，我每次烧水或者接开水的时候，那种本能的战栗就会涌上心头，不自觉地屏住呼吸，在心里默念：不要洒出来。又或者，在完成接热水之后，不会感到丝毫欣喜，因为这是再平常不过的日常琐事。

它的存在，对我来说没有任何益处。而我，对于这件事，不会遗忘，因为看到疤痕的时候，我就会想起，想忘却忘不掉。

有时候，记忆会出现偏差，疤痕却不会。

或许这就是苦难的真实面目——它是命运强加于个体的绊脚石，让人躲不过，逃不掉。而作为渺小的个人来说，苦难，只能承受，我们能做的不过是咬咬牙，一而再再而三地坚持。



正如余华在《活着》中写道“永远不要相信苦难是值得的，苦难就是苦难，苦难不会带来成功，苦难不值得追求，磨练意志是因为苦难无法躲开。”

苦难本身是没有价值的，人们经受苦难只是因为无法逃避，而那些经历过苦难创造的奇迹，是人在苦难面前展现的韧性和对生的渴望。

人的一生很短，我们能牢记刹那间的幸福与痛苦；一生又很长，那些平平淡淡的日子那么多那么难以记得。



对于我们人生中遭遇的苦难来说，铭记是痛苦的，遗忘是艰难的。苦难好比我们人生中的一个结，在那里永远停留。而苦难过后，我们还有很长的路要走，还有怀揣的诗和远方。如果紧紧握住结不放，久久不能忘怀，这对于人的心灵来说，是残忍的。

苦难带给我们的痛苦会留下疤痕，那么我们对未来的期待就像从疤痕处开出的花朵。在往后的日子里，我们都会朝着心中的花朵向前走。

走在小路上，偶然间发现远处的几棵大树上零散分布着几个鸟巢。这我不禁想起，那只失去“家”的鸟儿，现在它还会记起那场暴风雨吗？

如果不记得，那它也许没有那么多牵绊，一直快乐地飞，就像什么都未发生过一样。如果记得，它每次觅食是否会惦记着它的巢，是否太过担心，无法躲避掉苦难。

有时候，人也一样，被苦难创伤以后，总会心有余悸，即使过了好久也会叹息不止。

我想，无论怎样面对苦难，或坚持不懈，或黯然神伤，或举手投降，无论结果如何，只要苦难之后，你依然重燃对生活的信心，那你就是英雄。

离别——我曾经的苦难

文传学院◆李小雨

西风猎猎，残枝相互拍打，发出清脆的声音——树叶饱受寒冷侵蚀，尽数脱落，只留下光秃秃的枝干。树梢偶尔停留几只喜鹊，啼鸣几声，又倏地振翅腾空，一会儿就消失在蔚蓝之中。

归途里，车的周围大都是回家过年的人，车潮奔涌，窗外的景色愈来愈熟悉。温暖的阳光照耀在一排排杨树上，摇曳的枝条描绘出风的形状。我的灵魂仿佛置身车外，融化在故土的怀抱。

长途跋涉的旅程让人身心俱疲，整日躺在床上超长待机，转眼间几天已过，期间陆陆续续收到亲朋好友归家的信息，心潮澎湃。

购买年货，打扫卫生，收拾房间，一切都在有条不紊地进行。超市里每年必放的《恭喜发财》按时响起，幼童稚子放炮更添热闹，空气里硝烟弥漫，地上的空炮壳子随处可见，每个人的脸上都洋溢着幸福的笑容。卖年画、瓜子、坚果的摊位上挤满了人，物美价廉的沙糖桔几乎是家家必买，长条的甘蔗还有包削的服务，百块一箱的草莓车厘子也时不时有人驻足。



卖烧饼的店铺前更是大排长龙，一个人能买几炉的炒饼——一大家子都爱吃，来得晚又不想排长队的只能闻着味儿败兴而归。薄脆焦香的外壳，鲜猪肉与香葱相得益彰，一口下去鲜香充满口腔，还是一样的配方，还是从前的味道，阔别已久，不禁让人热泪盈眶。平时空荡荡的街头过年时车水马龙，车堵人，人堵车，堵着堵着还能放空思绪：家里缺点什么一会儿再去买，遇到熟人还能唠几句——大家都是沾亲带故的。

大年初一大早，就有人开始拖家带口在村里挨家挨户地拜年，大人在前面走，小孩子则成群结队在后面跟，每个小孩拿着一个袋子，花生瓜子巧克力，橘子饼干方便面，喜欢什么，想要什么都往里面装。哪怕是平时最吝啬的人，在这一天都变得无比大方。

阳光明媚，微风不燥，在外地上学的，打工的，都在廊檐下坐着，舒舒服服地晒着阳光，聊着一年来发生的趣事，而我时不时添水加茶，抓点葵花橘子，服务常年不在家的姐姐哥哥们。吃完午饭，“好事者”吆喝几声，桌子一摆，扑克一到，人凑齐了就坐上，不打牌的就围着火炉，烤烤红薯，聊聊天，相聚一刻值千金，每年都是聚少离多，我万分珍惜这短暂的光阴。

初二，初三，初四……每天都在走亲戚，吃着大同小异的饭菜，重复着初一的惯例。我的心情早不如

刚回家那般轻松，离别的惶恐像压不住的洪水猛兽，又像悬在头上的达摩克利斯之剑，让我惶惶不安，我不知道到底是哪一天，我只希望它能晚一点，再晚一点。日月既往，不可复追，年味儿如同烟火，来时绚烂无比，转眼间又熄灭于天际。我极力想抓住喧嚣的尾巴，可撑开双手，一无所有，流水在指缝中溜走，感受到了，但无能为力。人总是这样，在接近幸福时倍感幸福，在幸福进行时患得患失。

年年如此，年年重复，可事在变，人在老，逝者如斯夫，不舍昼夜，明天永远会是新的一天，可也永远不会是昨天！有些人还在，而有的人已经永远停留在记忆里。我的快乐是真的，我的寂寞也是真的，我



常常感慨人的情绪是多么复杂。我一直认为过年的底色是悲伤，我们短暂地相聚，又很快分离。曾经的我，常常沉溺其中不能自拔，很多人是不到正月十五便离开家乡，热闹的一切都成过眼云烟，而我只能怀揣着那点团圆的记忆撑过漫漫长夜，曾几何时，我的泪浸透枕巾，此事唯有天上明月知。由爱故生忧，由爱故生怖，年幼的我开始害怕过年，害怕欢声笑语热闹过后的一片死寂，为了避免结束，我宁愿避免一切开始……

如今，我也成了离开家乡的一员。也曾感受过五点被白炽灯刺痛双眼，而窗外黑漆漆一片的寒冷。冰冷的衣服套在身上，拎着沉重的行李箱，在几声鸡鸣中，步履匆匆离开尚在酣睡的家乡。我悄悄地离开，正如我悄悄地来，我挥一挥衣袖，不带走一片云彩。

面对苦难，最好的方法是直面它。离别是一曲悲伤的旋律，只有留下来的人终日困在其中，难以排解。走出去，走到外面的世界里去，装过大海的心胸不会因为失去一条河而长久痛苦。当我走向光明未来时，我不会为告别家乡而哭泣。下一次，我会随飘雪而至，当然是以更优雅的姿态。离别是为了更好地重逢，过去的一切我将永远珍藏

遗忘的苦难

文传学院◆黎晶

1840 年的一个夏日午后，我正躺在拔步床上休憩，迷迷糊糊间看到了海上漂来一群金发碧眼的人，正在沉睡的我没有听到巨大的炮响声和我的孩子们绝望的叫喊，我的钱被他们抢了去，鸦片燃烧的蓝烟让我飘飘欲仙，殊不知我的身体正被它所侵蚀，此时我正在沉睡，对这突如其来的变化浑然不知。

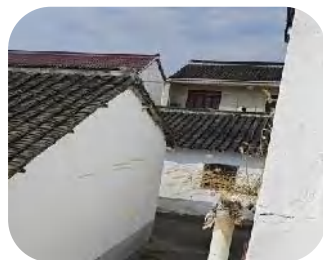


1894 年，又来了一群人，他们身材矮小，炮声与我的孩子们的哭声混在一起嘶吼着，使我不得不清醒了，等一切再次平息后，身体上的伤口正在腐烂，腹部的两块肉被他们剝去，我明白了！他们要吃了我！我无数的孩子被他们杀害，头颅变成领赏的工具，肉体变成欲望的载体，再转头，我的金银财宝被他们抢走。此刻，我低下头，不敢再直视那些欺负我的人，我蜷缩在角落里不敢动弹。

1901 年，这次来欺负我的人更多了，他们沆瀣一气，衣冠楚楚地向我走来，透过他们的眼睛我看到了更深的欲望和势在必得的决心，只一瞥，我便扭过头，我想，这次他们恐怕要将我彻底吃掉，战斗机的爆鸣声与舰船的撞击声此起彼伏，腐烂的伤口再次被撕裂开来，完整的皮肤也被割裂开，他们剝去我的肉，剪断我的筋，肉体上的痛苦顾不得管，孩子们的哀号更让我痛心，他们走到我引以为豪的殿宇——圆明园前，将里面的珍贵物品全部抢走，然后拆毁门窗，砸毁建筑，最后放一把火烧了三天三夜，我亲眼看见这些，巨大的悲痛压得我喘不过气。

回想当初的我，金银珠宝数不胜数，我开放门户与他人一同进步，我操练军队击败祸乱之人，我的孩子们互敬互爱。而今却任人欺辱，我心有不甘，从临近死亡的齿缝中发出最后一声嘶吼，他们似乎看到了我的不屈，最终我活了下来。

我开始向他们学习“师夷长技以制夷”。1912 年，我脱下了长袍马褂，穿上了中山装，可这新衣总是不合身。那些军阀与敌人勾结，军阀割据将我的肉体一片一片剝开，即便没有外敌入侵，我的孩子们仍然吃不饱饭，饿殍遍野，骨肉相食，鸦片的黑烟进一步的侵蚀我的身体，军阀困住我的手脚，外敌在我这里肆意横行。



黑暗的天空仍然有星星，1919年，学生和工人们用他们的旗帜帮我包扎伤口，我的血不再流。1921年，我的手脚被中国共产党解放，我的心灵被马克思主义洗涤。但这还没结束，1931年，日本发动侵华战争，他再一次控制了手脚，这一次他妄图彻底控制我，他切断了我的经脉不让我生长，不仅如此，他闯入金陵古城，烧杀抢掠无恶不作，三十万的骨肉被残害，他们的哀鸣声仿佛近在眼前，我不再蜷缩起来，刺刀可以折断骨骼，却无法摧毁一个文明五千年积淀的精神脊梁，我以置之死地而后生的意志保卫自己，最终在1945年，抗日战争胜利。

1949年秋分的那一天，我割去腐烂的肉，新的皮肉在此处生长，割断的经脉重新连接，我换上新衣，穿上新鞋，我扔掉了古老的拔步床，站在新起点。

如今我偶尔看到身上的疤痕，那是险些被遗忘的苦难，我带着这些疤痕在新时代的路上走得更加勇敢，更加辉煌！

为了忘却的苦难

文传学院◆张淑慧

史铁生曾写过：“困难既然把我推到了悬崖的边缘，那么就让我在这悬崖边坐下来，顺便看看悬崖下的流岚雾霭，唱支歌给你听。”史铁生为了忘却一生的苦难，不断在痛苦的边缘挣扎，在痛苦中选择寻找乐趣。

那些我们忘却的苦难，都是我们向前走的垫脚石。人的一生无法避免的就是苦难，苦难陪伴着我们，既是我们最忠诚的朋友，又是我们最不想看到的朋友。

人初生，首先将要学会的第一句就是：“爸爸，妈妈”，这对于婴幼儿来说是一个挑战，从不会说话到说话，他们也将付出巨大的努力，然后开始牙牙学语，说些日常话。再到后来，你将会听到蹩脚的话语在拼命模仿：“野火烧不尽，春风吹又生”，一遍一遍的记忆，一遍一遍地出错。“一加一等于二”，婴儿们重复几遍，家长继续问“一加一等于几啊”，他们可怜地砸吧砸吧眼睛，头脑飞速想着刚才的答案，回答道“我知道啦，一加一等于三”。不停地重复，孩子也是感到了厌倦，爸爸在一旁监督，他也只能把厌倦烂到肚子里，只希望苦难快点过去。

指数之年，已经上到了小学时代。他对于周围的一切都充满好奇心，想要尝试新鲜的事情。每次去上学之前，他奶奶都会给他烤一个香喷喷的红薯，在严寒的冬天吃上一个烤红薯那才是绝配。他站在火炉一旁对奶奶说：“奶奶，你在干什么”奶奶慈祥地说：“孩子，我在烤红薯，甜甜的红薯，你不是喜欢吃吗”他没有回答奶奶，眼睛瞪得溜圆，目不转睛地看着火堆，这团火在内心燃烧，驱使他决定了一会儿去自己烤红薯。他不断地往里面添柴火，火花向外冒，手指头被烫出来泡，疼痛感顿时蔓延全身，他把红薯放进去，第一次火候太大，红薯都烧焦了。



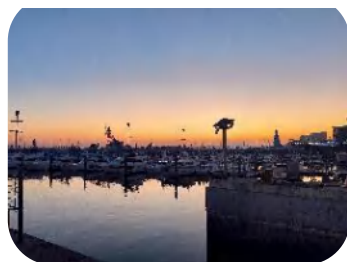
史铁生在《我与地坛》对苦难有过描述：“假如世界上没有了苦难，世界还能够存在吗？要是没有愚钝，机智还有什么光荣呢？我常梦想着在人间彻底消除残疾，但可以相信，那时将有患病者代替残疾人去承担同样的苦难”

为了忘却那些苦难，我们会选择逃避，去寻找内心的那一份宁静，在内心的港湾中选择一份安逸。就像史铁生在《我与地坛》中那样以强烈的宿命感来描述地坛与他的关联：“仿佛这故园就是为了等我，而

历尽沧桑在那儿等待了四百多年。”让史铁生因苦难而躁动的心变得沉静，并重新看到了生活的希望。对于我们来说或许就是在公园里漫步，看着附近的景色内心获得了安慰，从而忘却所经历的苦难。在严寒的天气里，沉浸在樱花当中，一切苦难好像都会烟消云散，心情都会好了很多。

“如果你觉得很累，就去凌晨四点的菜市场看看”“觉得累就应该休息，而不是去看谁更累”人的一生都会遇到苦难，苦难没有尽头，你所遇到的苦难都是世间在驱使你前进，让你成为一个更好的人。从你出生的那一刻起，这一生所遇到的苦难都是注定的，你不接受他只能停留在自己的小天地里，那么就永远也不会成长。“为了忘却的苦难”这句话听起来很有深意呢。它似乎在提醒我们，虽然经历了一些困难和痛苦的事情，但有时候我们需要学会放下，让这些记忆逐渐淡去，以便更好地前行。

“为了忘却的苦难”这句话似乎在提醒我们，虽然经历了一些困难和痛苦的事情，但有时候我们需要学会放下，让这些记忆逐渐淡去，以便更好地前行。苦难的滋味是苦涩的，我们要学会忘记，去体会苦难后的甜味。适当的时候也要学会放松，就像俗语中说的：“吃得苦中苦方为人上人。”



母亲啊母亲

管理学院◆赵凡

似乎从记忆起，母亲就是这个样子了，我从未想过她年轻时的模样；似乎她一直都是这个样子，似乎当她被称为“母亲”，她就不再是她自己，她就有了对抗世界的权力。而我们，只需要静静地依偎在她的怀里，而她们，没有苦难。但，她们真的没有苦难吗？

可是，母亲，生来就是“母亲”吗？不是的，在那段没有我们的岁月里，在那段她依偎在她的母亲的怀抱里的岁月里，在那段年少懵懂，世间一切美好都于她唾手可得的日子里，她也和如今的我一样。所以，成为一个母亲，她，都经历了哪些苦难呢？是产后抑郁症？是不复苗条的身材？是孩子日复一日地哭闹？还是什么未知的、只有身为母亲才知道的苦难。她是否，想念过曾经的自己呢？还是说，看着小小的，和她骨肉相连的我们，她就拥有了勇气。

好像现在的年轻人都很不愿意成为母亲了，是他们不负责任吗？我想未必的。曾经的母亲们，告诉我们的母亲，“生孩子嘛，搁床上躺两天，就能下地干活了，别那么娇气，哪个女人不这样，传宗接代，是咱们女子的任务。”好像，这样的事情，在那些人眼里是正常的，是不足畏惧的，是每个女子生来便就该承受的，女子，本就应成为母亲。世俗，向来如此，这好像，真的是正常的。而年轻人，似乎太懦弱了，她们不想承担起母亲应该承受的一切，不想成为世俗中屹立不倒的母亲。

很多的母亲都有着各种各样的疾病，或腰疼，或肩膀疼，她们说，这是“月子病”，是太娇气了，不足为奇，哪一个女人不是这样过来的。所以，她们所经历的，一切的苦难，就这样被隐没在岁月的长河里，这也是正常的。她们一边要求着“母亲”能够快速地下地干活，一边又指责她没坐好月子，以至于弄出了一身的毛病，可没人问她们，她们，愿意这样吗？而她们，曾经，并没有反驳的权力。



而我的母亲，我们的母亲，你们是否为生下我们而后悔呢？可是，显而易见的，她们都不后悔，她们沉浸在初为人母的喜悦中，她们疼爱地看着我们——这个与她骨肉相连的婴儿。在未成为母亲前，我们对此感到恐怖，我们不理解，母爱，真的能让一个人心甘情愿地放弃自己姣好的身材，曾经健康的身体吗……并非所有母亲都无法拥有一个健康的身体，但这样的事情，我好像又见过了太多，太多……而我们，在如今急速发展的时代，

在信息无处遁形的时代，我们想要去逃避，我们希望我们永远是孩童，永远可以依偎在母亲怀里。

|大学印象| 2025 * 3

虽叹行路难，亦作逍遥游。——余秋雨

所以，母亲的苦难是什么呢？真的，仅仅是生育的苦难吗？不是的，她们的苦难，在于她们明明经历了这样伟大的苦难，但却没人记得；在于这明明是让人难以忍受的苦难，却在她们成为母亲的那一刻起，都烟消云散，尽数湮灭在岁月长河里。这样的一切，对于我们而言，似乎太难以去接受了。可是她们这样伟大的苦难，难道不值得被铭记吗？

有人说，苦难，是不值得被歌颂的。可是，难道我们不应该记住她们的苦难吗？难道身为人子、人女的我们，不应该了解自己的母亲经历了什么样的苦难吗？儿时看百姓调解，那些子女总是为谁来赡养母亲而闹得面红耳赤，给予他们生命，抚养他们长大的母亲，在那一刻，成为了一个物件，一个被扔来扔去，却又无人拾取的物件。母亲啊，你又可曾思考过，你将会遭遇这样的事情呢？你只是一味地，将无私的爱奉给我们。

为人子女，我们不该在母亲年华老去时指责，不该和世俗一样背弃她们。我们应比旁人更心疼他们，毕竟，所谓的月子病，归根结底，是因我们而来。世俗总是对母亲太过苛刻，它既要求母亲成为母亲，又要求母亲样样完美。而我们，更应为母亲争取来权力，争取来她们应有的权利，是否生育，不应是世俗的枷锁，而应是她们随心所欲的自由。



《三纲五常》有言，“夫为妻纲，夫不正，妻可改嫁”，可俗人们一味拿前半句来要求我们的母亲，于是我们的母亲，古往今来的母亲们，便于这样的图圈里困顿一生，再难自拔，便一生死守着那一个“贞节牌坊”。可如今盛世，是妇女能顶半边天的时代，是女儿也自强的时代，是母亲可以说“不”的时代，我们的母亲，理应被世人记住她们的苦难；我们的母亲，理应放射出属于他们的光彩。

所以母亲啊，为人子女，我们愿你享有生育的自由，愿你不被世俗所困，愿你如年少般明媚，愿你一生无忧，愿你的苦难，都不会被遗忘，愿人人记得，你们是伟大的母亲！

没有比脚更长的路，没有比人更高的山

推荐电影：《奇迹，笨小孩》 主演：易烊千玺 推荐指数：☆☆☆☆

笨小孩，能够创造出什么奇迹？《奇迹·笨小孩》中没有“奇迹”，有的只是负重前行的辛酸。有的不是一夜暴富的神话，而是屡战屡败，百折不挠的人生态度。导演文牧野曾这样点评这部作品：“奇迹不是成功，而是幸福，每一个在时代中奋斗，努力追求幸福的人，都该有一束属于他们的光。”



推荐电影：《何以为家》 导演：娜丁·拉巴基 推荐指数：☆☆☆☆



《何以为家》影片采用现实主义手法，通过细腻的画面和真实的场景，将观众带入赞恩的世界。通过精心设计的镜头语言，展现了贫困的残酷与人性的复杂。《何以为家》不仅是一部优秀的电影作品，更是一片镜子，映照出社会的阴暗面与人性的光辉。它提醒我们关注社会底层人民的命运，反思家庭责任与社会制度的缺陷。影片最后，赞恩的微笑象征着希望与新生，也让我们看到了改变的可能。

推荐电影：《隐入尘烟》 主演：武仁林、海清 推荐指数：☆☆☆☆

该片以一对生活在西北贫困山坳里的夫妇为叙事对象，讲述了他们平凡又悲惨的一生。大概是命运将所有的苦难都留给了正在受苦的人们，以至于哪怕是一点微弱的光，在他们眼里都是希望。“对镰刀，麦子能说个啥？对啄它的麻雀，麦子它能说个啥？”人间有冷热，皆隐入烟尘。贵英和有铁短暂的一生里，苦尽却没有甘来，他们来自尘土，最终归于尘土，隐入烟尘。



热爱生活的人，生活也爱他。

推荐歌曲：《无名的人》 演唱人：毛不易 推荐指数：☆☆☆☆



歌词中描绘的那些无名的人，他们默默无闻地在生活的每一个角落努力着，或许不被看见，或许不被理解，但他们从未放弃对美好生活的向往和追求。旋律悠扬而略带忧伤，仿佛是在为这些无名英雄轻声吟唱，让人在聆听中感受到一种温暖而坚定的力量。这首歌不仅是对那些默默付出者的致敬，也是对每一个在平凡生活中坚持梦想的我们的鼓励。

推荐歌曲：《海阔天空》 演唱人：Beyond 推荐指数：☆☆☆

心怀理想，便有清风自来；义无反顾，便再无苦难可击溃理想。愿你把所有的慵慵沉迷与停滞不前归还给过去的自己。永远记得海阔天空，不羁放纵，奔向理想。



推荐歌曲：《明天，你好》 演唱人：牛奶咖啡 推荐指数：☆☆☆☆



长大以后，我只能奔跑，我多害怕，黑暗中跌倒。明天你好，含着泪微笑。路通向何方，大部分人是迷茫的。但是勇敢的人先享受世界，朝前走，可能美好就在下一站。

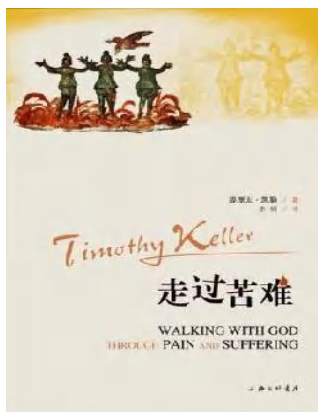
对于我们来说，明天，也许荆棘满地，也许绚烂多姿，但是它也让我们充满梦想。为了梦想，我们勇敢奔跑，我们砥砺前行。

推荐书籍：《在细雨中呼喊》 作者：余华 推荐指数：☆☆☆☆

在《在细雨中呼喊》中，我们看到了爱的严重缺失、伦理的崩落、道德的沉沦……当“我”以孩子的目光凝视着周遭的一切，才明白孤独与苦难并非血雨腥风、大悲大痛。而是一场绵绵细雨，沁入人心，落入每个人的心中。希望我们都能拥有一份勇气，大胆地“呼喊”，也能理解“呼喊”，之后的无人回应，在风雨之中永远向前，走出属于自己的人生之路。



推荐书籍：《走过苦难》 作者：凯勒 推荐指数：☆☆☆



为何世间充满苦难，无人可以幸免？我们应当如何面对苦难？凯勒在本书中探讨了苦难在人类生活中普遍存在的深层原因，阐述了圣经关于苦难的丰富教导，并结合个人经验为读者提供了如何胜过苦难的实际指引。本书充满敏锐的观察、深刻的洞见、深切的同情及实用的智慧，带给人安慰、盼望和力量。无论你是自己正在经历患难，或是想要陪伴受苦之人走过苦难，本书都可以成为你的良伴。

推荐书籍：《微尘》 作者：陈年喜 推荐指数：☆☆☆

陈年喜在《微尘》写过这样一段话：“日子像流水一样，偶尔波澜壮阔，更多的是无声无息，仿佛没有来过一样。”他笔下的人物，渺小如微尘，悄无声息地来，毫无踪迹地走，在无尽绵长的风中，努力奔跑，努力站稳。这又何尝不是被生活裹挟的我们，一边伤痕累累，一边艰难前行。但要相信，希望终会点亮无尽黑暗，热爱终会消解万般酸楚，未来的日子里，你我终会繁花似锦。

