



春日马尾生机盎然

○江祥财

春回大地,万物复苏。在春日的暖阳下,马尾展现出别样的生机与美丽。漫步马尾的大街小巷,公园景区,目之所及,皆是春的画卷,处处洋溢着生命的活力与希望。

马尾街道两旁的芒果树,已然换上了春的新装。随着气温的逐渐升高,芒果树的花朵悄然绽放。那花朵虽小,却密密麻麻地簇拥在一起,形成了一串串淡黄色的花穗,远远望去,犹如点点繁星,点缀在绿叶之间。微风拂过,花香弥漫在空气中,清新而淡雅,让过往的行人不禁驻足深吸一口气,沉醉在这春日的芬芳之中。



跑马

○杨力

因为喜欢跑马拉松,便有了下面的故事。

我有一好友,多年前考回故乡小镇工作。小镇很小,40分钟可以绕两条主街走上一圈。这40分钟把好友困住了,他看不到前程,失去了方向,未来的世界就和眼前的小镇一样让人局促。

这一年,好友开始跑步。黄昏时分,放下工作,放下烦闷,跑进人烟稀少的小镇街巷,跑完后身体特别轻松。跑过一段时间,他已经不局限在小街小巷里跑了,他开始跑向通往外面的大道。大道似乎没有尽头,他每天尽力往前多跑几步,感觉有些难受。

有一天,他猛然发觉身边多了跑步的同伴,不是一个,而是两个、三个……从此以后,他不再孤独了,不管早上还是傍晚,只要跑步,就会有越来越多的人加入。有时跑累了,刚想放弃,身边的跑友看出来,就会挥挥手或招呼他跟上。有了陪跑,有了鼓励,跑步似乎也有了动力,这样坚持下来,不但精神劲足了,心胸也一下打开了。身边的这些跑友,很多都是有知识有文化的年轻人,他们离开城市,来到小镇,就是要建设好乡村,这儿一样可以施展抱负,让人生像每天跑步那样充满挑战,最终奔向胜利的目标。

多年后,小镇举行的坡地马拉松赛已经是一项非常知名的赛事,每年都会吸引超万名爱好者参与其中。好友每次报名参加,而且跑在小镇通往外面的大道上都十分感慨,过去40分钟走完的小镇,现在却在举办一场超40公里的国内顶尖赛事。小镇在飞速发展,知名度越来越高,小镇促进了赛事品质的提升,赛事又打开了小镇通往外界的窗口,一场马拉松奔跑体验,打造出了一个新时代乡村文旅融合的新场景。

在《阿甘正传》中,有记者追问他奔跑的意义时,他说:“我就是想跑。”跑起来,成为一种对生活的回答;跑起

来,就是战胜了过去的自己。这段话,也适合每个跑友。

新年刚过,我身边一位跑友就坐上了去异地的飞机,不为观光,只为参加一场马拉松赛。他虽然只获得了一个完赛证,但却特别自豪,因为在他眼里,跑马实现了他对一个城市的光临,相比起出差或旅游,更有一份充满成就感的链接。

打开他的链接,回到多年前他的状态,他就是一个每天坐在电脑前,经常熬夜很少运动的工作狂。20多岁就作息规律紊乱、体重超过200斤,坐公交地铁都不敢抬头。后来他开始接触跑步,从每天跑一段距离到跑四分马、半马,直到跑全程马拉松。

村上春树在《当我谈跑步时,我谈些什么》里说,在个人的局限中,可以让自己有效地燃烧——哪怕是一丁点儿,这便是跑步一事的本质,也是活着一事的隐喻。

跑友对此深有感触,跑步可以让自律性不知不觉渗透到生活中,比如坚持既定目标,注重饮食和作息管理,这让马拉松不再是一种单纯的身体锻炼,而是在精神上心理上的加持。现在的他不但身形保持很好,人也特别自信,工作事半功倍,状态特别的棒。

今天,有越来越多的人爱上马拉松,在很多眼里,马拉松的意义和精神已经超越了一场比赛的范畴,它是一种对自我的挑战,是对坚持不懈精神的追求,是团队合作的典范,是跨越年龄的大众运动,更是一种弘扬体育精神、促进身心健康的生活方式。有跑者坦言:“我能想到最浪漫的事,就是白发苍苍时仍能奔跑。”这种对生命的热爱与超越,正是马拉松最动人的意义。

今年春天,“健康中国”成为热词,国家卫生健康委也宣布持续推进“体重管理年”3年行动。当我们穿上跑鞋,跑的不仅是心情愉快,更成为一种社会担当。

花瓣如雨般飘落,铺就了一地的金黄地毯,漫步其中,仿佛置身于童话世界。黄花风铃木的盛开,不仅吸引了众多游客前来观赏,更成为了马尾春天的标志性景观之一。

中国船政文化城内的古榕树群,承载着马尾深厚的历史记忆。这些榕树大多历经百年风雨,它们的树干粗壮,枝叶繁茂,仿佛是一位位历经沧桑却依然坚韧不拔的长者,守护着这片土地。春天的到来,让这些老榕树重新焕发出勃勃生机。嫩绿的新叶在老枝上悄然生长,与那苍翠的老叶相互交织,形成了一幅新旧交替的画卷。

罗星塔公园的桃树也不甘示弱,在春日里展现着自己的风采。经过春风的吹拂与春雨的滋润,桃花逐渐凋谢,取而代之的是青涩的果实。这些小桃子初挂枝头,圆润可爱,虽尚未成熟,却已让人满心期待。它们在绿叶的掩映下,似隐似现,仿佛是大自然精心布置的惊喜。

天马山公园更是植物的天堂。这里的植被丰富多样,从高大的乔木到低矮的灌木,从绚丽的花卉到翠绿的草丛,应有尽有。春天里,天马山公园的植物们竞相生长,争奇斗艳。山间的野花在草丛中悄然绽放,红的、黄的、紫的,五彩缤纷,如同一块

色彩斑斓的地毯铺满了山坡。树木们也纷纷抽出新芽,嫩绿的叶子在阳光下闪闪发光。沿着蜿蜒的小路漫步,不时还能听到鸟儿的欢歌,看到蝴蝶在花丛中翩翩起舞。

马尾的春光,是如此的绚烂多彩,这绝非仅仅是大自然慷慨的馈赠,更是深厚船政文化在时光长河中传承与延续的生动见证。从街道两旁的芒果树到公园内的黄花风铃木、榕树、桃树,再到天马山公园的丰富植被,它们共同勾勒出一幅美轮美奂的春日风景线,让每一位到访者都沉醉其中,流连忘返。



春 晴

○青芝山人

新霁长空净,晴云远岫生。
朝晖含野色,宿雨涨溪声。
林荫莺吮滑,花丛蝶翅轻。
春光无限好,白首不胜情。

春日漫笔

○林涌

平明春日暖轩窗,烟柳莺声兴满腔。
信步登台观槛外,东风一路向清江。

春 草

○樵童

蓄势随春发,花前厌斗妍。
微躯矜寸碧,不屑乞秋怜。

闽都三月天

○镜江

三月闽都黄叶飞,羽翎短袖乱穿衣。
花红柳绿莺声脆,年复一年看燕归。

卧 游

○高成东

荧屏帧帧倍牵情,如画风林听鸟鸣。
静坐书堂游世界,古稀安卧享人生。

乙巳清明谒马江海战纪念馆有感

○迪思

鼓角虽消恨尚存,当年鏖战海天昏。
于今潮水犹澎湃,昼夜龙吟护国门。

春日福州

○林玉琰

闽都春日景无双,百里丹青映碧江。
我辈尤欢拾诗料,趁晴诚邀老同窗。

清明日有雨,遥祭马尾革命烈士陵园

○窦葆因

清明有雨洗尘昏,遥想陵园泪痕。
一炷心香凭寄往,化将短句与招魂。

黄花风铃木

○一少

春花竞放游心逐,一片金黄悦目。
若问群芳孰独骖,无人不赞风铃木!

春日漫笔

○颂农

柳丝几缕拂清江,戏水白鹅三五双。
阶下桃花红灼灼,一枝何事探芸窗。

螺江春晴漫步

○陈同

檐听春鸟又鸣窗,晓日薰风步傍江。
面对虎山生妙意,为何总忆世无双。

春日漫笔

○飞哥

未觉芳春来悄悄,柳垂绿线约清江。
莺声婉转惊花梦,淑气和融入我窗。



扯 笋 子

○卢兆盛

时序进入暮春后,气温升高,天气和暖,万物欣欣向荣,正是春笋萌发破土、蓬勃生长的时节。

老家山多,野生的竹子也多。但凡生长竹子的地方,一到春天,都会长出竹笋。这些竹子,都是清一色的小竹子,粗细跟成人大拇指差不多。别看它们个头细小,用处却极大。竹杆是扎篱笆、搭豆角架的好材料;竹篾可编织竹箩、竹篮、竹篓等用具;而它们的笋子呢,味道鲜美甜脆,是餐桌上不可多得的山珍佳肴。

每年清明前后,山上的竹笋开始进入盛产期。那一片片、一丛丛竹林下,一根根小笋子,在某一个日子,似乎约好了一样,突然冒出地面,密密麻麻的,到处都是。那毛茸茸的笋尖,水灵灵的,煞是可爱。

笋子的生长速度极快,只需三五天时间,便可长至尺许,若不起紧扯去,就会错过最佳采收期,那就只能让它长成竹子了。

笋子一长出,我们就开始上山扯,一直扯到大半个多月后才罢手。笋子一茬一茬地生长,怎么扯也扯不完。头几天刚扯过的地方,过两天又会长出一批新笋子。而那些没有被扯掉的笋子,十天半月之后,笋壳自动脱去,便会长成一根亭亭玉立的新竹子。

每天下午一放学,我们便相约结

伴,到村后山上扯笋子。只需个把时辰的工夫,便可满载而归。待扎好装满笋子的袋口,再砍一根手臂粗的小灌木,当作扛担,一路走走歇歇地将一担沉甸甸的笋子挑回家。

扯回来的笋子,不宜久放,最好是尽快将笋壳剥掉。而剥笋壳这活计颇费时间。若沿着根部往上逐张去剥,那费时更多。很快,我们也学会了大人们教给的一个好办法——从笋尖往下剥,速度就快多了。先撕开笋尖壳叶,再用食指卷着壳叶往下卷,几卷下来,便将整根笋壳剥得一千二净。有时剥累了,我们便选一些粗大的笋壳,将其铺展开,在根部处反折三道,再撕成梳子状,然后松手,张开的笋壳便又卷缩起来,于是,一把可爱的“小伞”就做出来了。

剥去了壳的笋子,黄绿葱翠,煞是养眼,掰成半指长一截,拌入酸菜焖煮,特别开胃爽口;用来炒新鲜猪肉,则是上佳的天然食材;而那些嫩笋子,切碎后炒蛋饼,味道更是一绝。吃不完笋子,开水焯过后,再晾晒干或用火烘干,制成风味别具的笋干,储存好,随时可以享用。

来自山间的小笋子,清秀挺拔,土色土香,是春天馈赠给人间的一件珍贵礼物。夹一筷春笋,味蕾狂欢的同时,更感受到春天的美好与可爱……

AI焦虑下的生成式突围

○希文

窗外的梧桐叶簌簌作响,我在凌晨三点的台灯下反复修改着策划案。电脑右下角突然弹出的新闻推送:“某大厂裁员30%,AI模型接管基础岗位”。光标在屏幕上明灭不定,仿佛某种隐喻。这个场景,或许正是当代职场人的集体镜像,当机器学习的浪潮裹挟着代码与算法汹涌而来,我们既惊叹于它重塑世界的伟力,又惶恐于被拍碎在数字沙滩的宿命。

去年深秋,公司引入智能办公系统的那天,部门里最资深的平面设计师李姐对着自动生成的百张海报沉默良久。那些精准匹配用户偏好的设计稿,每一帧都像在嘲笑人类设计师的迟缓。午休时我听见她在茶水间低声叹息:“学了二十年美术,最后要给AI当校对员。”玻璃幕墙外,城市的天际线在数据流中明暗交错,恰如我们这一代人正在经历的技术裂变。

这种焦虑源于认知的断层。当深圳福田区的数字员工能在秒级生成执法文书,当医疗AI的阅片准确率超越三甲医师,传统经验构筑的职业壁垒正在数字化浪潮中分崩离析。就像十九世纪的纺织工人面对蒸汽机的轰鸣,我们站在智能时代的门槛前,突然发现那些引以为傲的手艺,不过是机器眼中可复制的代码片段。

但焦虑的深层肌理,实则是人类

对自身价值的终极追问。某夜翻阅《人类简史》,赫拉利关于“无用阶级”的预言令我脊背发凉。当AI不仅能模仿梵高的笔触谱写新作,甚至开始理解《蒙娜丽莎》微笑里的哲学沉思时,我们是否终将沦为技术附庸?这种恐惧在社交媒体的推波助澜下,发酵成铺天盖地的“AI速成班”广告,那些承诺“三个月转型AI工程师”的课程,像极了溺水者抓住的浮木。

然而在杭州某创意园,我见证了另一种可能。90后插画师小唐将AI生成的数百张草稿比作“创意的种子库”,她像园丁般从中挑选灵感的胚芽,再嫁接上人类独有的情感脉络。她的最新作品《机械蝴蝶停在敦煌壁画》,正是让AI模拟千年风沙侵蚀的肌理,再亲手绘出飞天体与齿轮共舞的荒诞诗意。这让我想起苏东坡“八面受敌读书法”,不是被动接受知识,而是主动拆解重组,在旧学与新知的碰撞中迸发创造的火光。

这种“生成式学习”思维,恰是破解焦虑的密钥。就像古登堡印刷术并未消灭思想者,反而催生了文艺复兴的群星璀璨。在清华大学的智能实验室,我看到博士生教AI识别《诗经》的比兴手法,训练后的模型不仅能续写合乎韵律的诗句,更会标注出哪些意象承载着人类特有的情感密