



妮妮道来

年少轻狂，夸夸其谈是年轻易犯的毛病。巧了，我年轻时也爱犯这类毛病，现在回忆起来，真是羞愧万分。

记得刚当兵下连队时，连里给新兵放了三天假，洗洗涮涮，熟悉一下连队情况。我可逮着机会了，成天在班里吹嘘着大上海的所见所闻，从城隍庙吹到外滩，从小笼包子吹到排骨年糕。说老实话，小笼包和排骨年糕我也只是耳闻并没有尝过，反正农村人又不懂，尽往自己想象中的吹，直吹得老兵们眼神一愣一愣的，我心里别提那个得意了。

不想第四天凌晨六点半，集合的哨声骤然响起，全连例行五公里越野跑开始了。这种越野跑是沿着盘山公路一路向上。我这身子骨哪受得了这份折磨，跟着大部队跑了不到200米，便趴在路边大汗淋漓，几近喘不上气来……连长大声对我吼道：“跑不动给我走到终点！”

我强撑起身子，颤抖的双腿向遥不可及的终点一步一步捱去……

心里这叫个窝囊：真是自找，好好的当什么兵呀，早知这么苦，还不如扛锄头修地球呢。想想这种日子要熬上三年，心情跌落至谷底。我正懊丧着，班

人生五公里

长和一个老兵从山道上下来，架起我去完成五公里的“漫步。”

别人用了不到27分钟跑完全程，我花了整整一个小时才回到连队。刚进营门，就见连长、指导员背着手注视着狼狈不堪的我，指导员放开嗓门大声道：“军队就是大熔炉，你要么百炼成钢，要么百炼成灰，路怎么走，你自己掂量。”连长倒是客气：“今天跑了200米，明天跑250米，就这要求，你小子敢不敢？”

我知道，连队每星期要跑五个徒手五公里，星期六更要全副武装跑一个五公里越野。我了个天，这可要了卿的性命了。看看班里的老同志，一个个可没了前两天和蔼可亲的面容了，一丝丝讥讽、轻视的表情挂在嘴角，这可比打我脸更难堪了：吹吧，再吹，看把你能耐的，有本事去训练场遛遛。

我骨子里争口气的劲头被激发了，在班长和老兵的陪同下，每天晚上我加练一个五公里。有好事的老兵在我耳边吹风：“咳！别太认真了，你们上海兵不行，混上三年就得

了。”我一听这话就火了：“混、混、混！再混下去就成灰了。”

三个月后，我能跟上大部队了，不到八个月，五公里越野我一举跑进25分钟的优秀标准。第二年在基地举行的大比武考核中，我又以全程23分钟的成绩荣获五公里武装越野第三名。回到连队，指导员高兴地拉着我的手道：“成钢了，成材了。”

原先讥讽我的几个老兵笑着向我致歉，我心知肚明地回答：“别说了，我是上海人，这点聪明还是有的，你们这是用的‘激将法’呀！”

战友们爆发出一阵哄笑声。

如果说我曾取得一些进步，那么五年艰苦的从军生涯是我世界观改造的基础，可以毫不夸张地说，我的人生就是从五公里越野开始的。

（金星 蓝翔）



就停不下来。

2017年以来，玛纳斯县检察院在微信和微博平台推出原创作品300多个，累计阅读量近300万次。2019年玛纳斯县检察院先后推出《宠物狗咬人谁负责》《遭遇价格欺诈如何维权》等漫画作品，以诙谐幽默的方式讲述生活中的法律常识，解答法律问题，受到广大群众的充分肯定和喜爱。

人们的法律知识有所提高，法律意识有所增强，普通的公民也感受到了法治的无穷力量。社会主义司法改革已经给了我们一双翅膀，穿过黑暗，克服困难，光明已在脚下。

祖国的幸福，是常开不败的法治之花用它的魔力庇佑中国这片神奇的土地。姹紫嫣红的法治之花正在华夏大地瑰丽绽放，我们一起勤奋努力描绘更美的法治画卷！

（六里二 凌宏）

初秋诗赋

参观“国歌馆”有感

如东去的大江
一泻千里汹涌澎湃
如九霄的雷霆
震天动地滚滚而来
我亲亲的国歌哟
深深地深深地
激荡在华夏儿女的心怀

当祖国倍遭蹂躏
当中华民族到了
最危险的年代
有一颗鲜红的赤子之心
在那血与火的交织中
迸发出钢铁般的旋律
呼啸着呐喊着
召唤不愿意做奴隶的人们
起来！起来！
她席卷了黄河长江
她震撼了高山大海
人们为之振奋

为之怒吼
为之义无反顾
那怕洒尽满腔热血
也要浇灌得胜利花开
我久久地佇立在
字字千钧的乐谱前
任由激情横溢
咀嚼着铿锵的音符
苦思着悲壮的词句
啊！一束灵感穿过心扉
——缅怀先烈
勿忘国耻
居安思危
继往开来
面对着鲜红的党旗
自信的发出誓言
我，将无愧于这个伟大的时代

（临沂六村 徐怀信）

“和合聚”——老年人之家

我是东盛居民区的居民，也是一名社区党员。每当我走过东盛居委会的“和合聚”屋门口，不时会听到老人们的朗朗笑声。此屋原是一间闲置房，为解决老年人就餐和日间生活问题，居委会将此屋装修成多功能的老年人之家，取名“和合聚”。建成后，首先解决了老年人特别是孤独老人的每天就餐烦恼。其次，减少老人们的孤独感，除双休日外，白天向老人们开放，也是个微型老年日托所，老人们可到这里喝喝茶（免费）、聊聊天、叙叙家事、谈谈国事、读读报纸、下下棋子，开开心心过一天。为了更人性化服务，老人们可带耳机看各自爱看的电视节目，互不干扰。

在“和合聚”里还定期开展老年人活动，如雷打不动的半月一次银发族读报组活动，端午节的包粽子、缝香袋活动、春节的剪纸、打红节活动等等。

要把好事办好，就要管理好，我们“和合聚”自治金项目负责人是已退休的前任居民区书记，她组织了一个20人组成的“铁杆”志愿者队伍，他们每天轮流值班，做好每天的房屋家

具的清洁卫生、饮食器具的消毒洗涤、茶水的准备、房屋的温度调节、设施的安全检查，让大家感到来此犹如来到温馨的家。其中有位独居老人，以前白天独自在家思这虑那，晚上翻来覆去彻夜难眠，生活孤独，心灵孤独，现在来到“和合聚”后，和大家聊天说笑，精神状态犹如换了一个人。小区内有二位老伯是下象棋的爱好者，现通过志愿者的介绍，他俩常常在此进行象棋博弈。如今要问来此休闲的老人感觉如何，每个人都为此点赞，希望这个家越来越兴旺，越办越火红。

老年社会的来临已然不争，关爱老年人乃至更多弱势群体，全国各地都想尽办法为银发一族创造更多安居生活条件。这既象征着社会文明的进步，更有利于社会的和谐。在人民群众最关心、最直接、最现实的利益问题上出实招、求实效，持之以恒。努力使人民获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。我们坚信得到人民拥护和支持的国家，得到人民信赖的党，一定能实现中华民族伟大复兴的中国梦。（东盛 叶绍成）

法治之花常开不败

习近平总书记提出的社会主义核心价值观的基本内容之一——法治，像春风拂过心田，像春雨滋润心间，像春笋茁壮生长。每一个炎黄子孙心中都有对法治社会的向往，这是一份对自己对家人对社会的承诺，一份对爱对公平对正义的执著。沿着法治的方向，我们触摸幸福；随

着法治的引领，我们脚踏实地。

“玛检服务”可预约办理检察业务，“微直播”检察官出境生动演绎普法课堂，“凤城检查”可以随时提供线上线下贴心法律服务……近日，一聊起“自家”的新媒体平台，新疆维吾尔自治区玛纳斯县检察院检察长马维斯一说



■锦羽国色(中国画)

万廷良 作