

《国务院关于实施健康中国行动的意见》

各省、自治区、直辖市人民政府,国务院各部委、各直属机构:

人民健康是民族昌盛和国家富强的标志,预防是最经济最有效的健康策略。党中央、国务院发布《“健康中国2030”规划纲要》,提出了健康中国建设的目标和任务。党的十九大作出实施健康中国战略的重大决策部署,强调坚持预防为主,倡导健康文明生活方式,预防控制重大疾病。为加快推动从以治病为中心转变为以人民健康为中心,动员全社会落实预防为主方针,实施健康中国行动,提高全民健康水平,现提出以下意见。

一、行动背景

新中国成立后特别是改革开放以来,我国卫生健康事业获得了长足发展,居民主要健康指标总体优于中高收入国家平均水平。随着工业化、城镇化、人口老龄化进程加快,我国居民生产生活方式和疾病谱不断发生变化。心脑血管疾病、癌症、慢性呼吸系统疾病、糖尿病等慢性非传染性疾病导致的死亡人数占总死亡人数的88%,导致的疾病负担占疾病总负担的70%以上。居民健康知识知晓率偏低,吸烟、过量饮酒、缺乏锻炼、不合理膳食等不健康生活方式比较普遍,由此引起的疾病问题日益突出。肝炎、结核病、艾滋病等重大传染病防控形势仍然严峻,精神卫生、职业健康、地方病等方面问题不容忽视。

为坚持预防为主,把预防摆在更加突出的位置,积极应对当前突出健康问题,必须关口前移,采取有效干预措施,细化落实《“健康中国2030”规划纲要》对普及健康生活、优化健康服务、建设健康环境等部署,聚焦当前和今后一段时期内影响人民健康的重大疾病和突出问题,实施疾病预防和健康促进的中长期行动,健全全社会落实预防为主制度的体系,持之以恒加以推进,努力使群众不生大病、少生病,提高生活质量。

二、总体要求

(一)指导思想。

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的十九大和十九届二中、三中全会精神,坚持以人民为中心的发展思想,坚持改革创新,贯彻新时代卫生与健康工作方针,强化政府、社会、个人责任,加快推动卫生健康工作理念、服务方式从以治病为中心转变为以人民健康为中心,建立健全健康教育体系,普及健康知识,引导群众建立正确健康观,加强早期干预,形成有利于健康的生活方式、生态环境和社会环境,延长健康寿命,为全方位全周期保障人民健康、建设健康中国奠定坚实基础。

(二)基本原则。

普及知识、提升素养。把提升健康素养作为增进全民健康的前提,根据不同人群特点有针对性地加强健康教育与促进,让健康知识、行为和技能成为全民普遍具备的素质和能力,实现健康素养人人有。

自律自律、健康理念。倡导每个人是自己健康第一责任人的理念,激发居民热爱健康、追求健康的热情,养成符合自身和家庭特点的健康生活方式,合理膳食、科学运动、戒烟限酒、心理平衡,实现健康生活少生病。

早期干预、完善服务。对主要健康问题及影响因素尽早采取有效干预措施,完善防治策略,推动健康服务供给侧结构性改革,提供系统连续的预防、治疗、康复、健康促进一体化服务,加强医疗保障政策与健康服务的衔接,实现早诊早治早康复。

全民参与、共建共享。强化跨部门协作,鼓励和引导单位、社区(村)、家庭和个人行动起来,形成政府积极主导、社会广泛动员、人人尽责尽力的良好局面,实现健康中国行动齐参与。

(三)总体目标。

到2022年,健康促进政策体系基本建立,全民健康素养水平稳步提高,健康生活方式加快推广,重大慢性病发病率上升趋势得到遏制,重点传染病、严重精神障碍、地方病、职业病得到有效防控,致残和死亡风险逐步降低,重点人群健康状况显著改善。

到2030年,全民健康素养水平大幅提升,健康生活方式基本普及,居民主要健康影响因素得到有效控制,因重大慢性病导致的过早死亡率明显降低,人均健康预期寿命得到较大提高,居民主要健康指标水平进入高收入国家行列,健康公平基本实现。

三、主要任务

(一)全方位干预健康影响因素。

1.实施健康知识普及行动。维护健康需要掌握健康知识。面向家庭和个人普及预防疾病、早期发现、紧急救援、及时就医、合理用药等维护健康的知识与技能。建立并完善健康科普专家库和资源库,构建健康科普知识发布和传播机制。强化医疗卫生机构和医务人员开展健康促进与教育的激励约束。鼓励各级电台电视台和其他媒体开办优质健康科普节目。到2022年和2030年,全国居民健康素养水平分别不低于22%和30%。

2.实施合理膳食行动。合理膳食是健康的基础。针对一般人群、特定人群和家庭,聚焦食堂、餐厅等场所,加强营养和膳食指导。鼓励全社会参与减盐、减油、减糖,研究完善盐、油、糖包装标准。修订预包装食品营养标签通则,推进食品营养标准体系建设。实施贫困地区重点人群营养干预。到2022年和2030年,成人肥胖增长持续减缓,5岁以下儿童生长迟缓率分别低于7%和5%。

3.实施全民健身行动。生命在于运动,运动需要科学。为不同人群提供针对性的运动健身方案或运动指导服务。努力打造百姓身边健身组织和“15分钟健身圈”。推进公共体育设施免费或低收费开放。推动形成体医结合的疾病预防和健康服务模式。把高校学生体质健康状况纳入对高校的考核评价。到2022年和2030年,城乡居民达到《国民体质测定标准》合格以上的人数比例分别不少于90.86%和92.17%,经常参加体育锻炼人数比例达到37%及以上和40%及以上。

4.实施控烟行动。吸烟严重危害人民健康。推动个人和家庭充分了解吸烟和二手烟暴露的严重危害。鼓励领导干部、医务人员和教师发挥控烟引领作用。把各级党政机关建设成无烟机关。研究利用税收、价格调节等综合手段,提高控烟成效。完善卷烟包装烟草危害警示内容和形式。到2022年和2030年,全面无烟法规保护的人口比例分别达到30%及以上和80%及以上。

5.实施心理健康促进行动。心理健康是健康的重要组成部分。通过心理健康教育、咨询、治疗、危机干预等方式,引导公众科学缓解压力,正确认识和应对常见精神障碍及心理行为问题。健全社会心理服务网络,加强心理健康人才培养。建立精神卫生综合管理机制,完善精神障碍社区康复服务。到2022年和2030年,居民心理健康素养水平提升到20%和30%,心理相关疾病发生的上升趋势减缓。

6.实施健康环境促进行动。良好的环境是健康的保障。向公众、家庭、单位(企业)普及环境与健康相关的防护和应对知识。推进大气、水、土壤污染防治。推进健康城市、健康村镇建设。建立环境与健康的调查、监测和风险评估制度。采取有效措施预防控制环境污染相关疾病、道路交通伤害、消费品质量安全事故等。到2022年和2030年,居民饮用水水质达标情况明显改善,并持续改善。

(二)维护全生命周期健康。

7.实施妇幼健康促进行动。孕产期和婴幼儿时期是生命的起点。针对婚前、孕前、孕期、儿童等阶段特点,积极引导家庭科学孕育和养育健康新生命,健全出生缺陷防治体系。加强儿童早期发展服务,完善婴幼儿照护服务和残疾儿童康复救助制度。促进生殖健康,推进农村妇女宫颈癌和乳腺癌检查。到2022年和2030年,婴儿死亡率分别控制在7.5‰及以下和5‰及以下,孕产妇死亡率分别下降到18/10万及以下和12/10万及以下。

8.实施中小学健康促进行动。中小學生处于成长发育的关键阶段。动员家庭、学校和社会共同维护中小學生身心健康。引导学生从小养成健康生活习惯,锻炼健康体魄,预防近视、肥胖等疾病。中小學校按规定开齐开足体育与健康课程。把学生体质健康状况纳入对学校的绩效考核,结合学生年龄特点,以多种方式对学生健康知识进行考试考查,将体育纳入高中学业水平测试。到2022年和2030年,国家学生体质健康标准达标优良率分别达到50%及以上和60%及以上,全国儿童青少年总体近视率力争每年降低0.5个百分点以上,新发近视率明显下降。

9.实施职业健康保护行动。劳动者依法享有职业健康保护的权益。针对不同职业人群,倡导健康工作方式,落实用人单位主体责任和政府监管责任,预防和控制职业病危害。完善职业病防治法规标准体系。鼓励用人单位开展职工健康管理。加强尘肺病等职业病救治保障。到2022年和2030年,接尘工龄不足5年的劳动者新发尘肺病报告例数占年度报告总例数的比例实现明显下降,并持续下降。

10.实施老年健康促进行动。老年人健康快乐是社会文明进步的重要标志。面向老年人普及膳食营养、体育锻炼、定期体检、健康管理、心理健康以及合理用药等知识。健全老年健康服务体系,完善居家和社区养老政策,推进医养结合,探索长期护理保险制度,打造老年宜居环境,实现健康老龄化。到2022年和2030年,65至74岁老年人失能发生率有所下降,65岁及以上人群老年期痴呆患病率增速下降。

(三)防控重大疾病。

11.实施心脑血管疾病防治行动。心脑血管疾病是我国居民第一位死亡原因。引导居民学习掌握心肺复苏等自救互救知识技能。对高危人群和患者开展生活方式指导。全面落实35岁以上人群首诊测血压制度,加强高血压、高血糖、血脂异常的规范管理。提高院前急救、静脉溶栓、动脉取栓等应急处置能力。到2022年和2030年,心脑血管疾病死亡率分别下降到209.7/10万及以下和190.7/10万及以下。

12.实施癌症防治行动。癌症严重影响人民健康。倡导积极预防癌症,推进早筛查、早诊断、早治疗,降低癌症发病率和死亡率,提高患者生存质量。有序扩大癌症筛查范围。推广应用常见癌症诊疗规范。提升中西部地区及基层癌症诊疗能力。加强癌症防治科技攻关。加快临床急需药物审评审批。到2022年和2030年,总体癌症5年生存率分别不低于43.3%和46.6%。

13.实施慢性呼吸系统疾病防治行动。慢性呼吸系统疾病严重影响患者生活质量。引导重点人群早期发现疾病,控制危险因素,预防疾病发生发展。探索高危人群首诊测量肺功能,40岁及以上人群体检检测肺功能。加强慢阻肺患者健康管理,提高基层医疗卫生机构肺功能检查能力。到2022年和2030年,70岁及以下人群慢性呼吸系统疾病死亡率下降到9/10万及以下和8.1/10万

及以下。

14.实施糖尿病防治行动。我国是糖尿病患病率增长最快的国家之一。提示居民关注血糖水平,引导糖尿病患者加强健康管理,延迟或预防糖尿病的发生发展。加强对糖尿病患者和高危人群的健康管理,促进基层糖尿病及并发症筛查标准化和诊疗规范化。到2022年和2030年,糖尿病患者规范管理率分别达到60%及以上和70%及以上。

15.实施传染病及地方病防控行动。传染病和地方病是重大公共卫生问题。引导居民提高自我防范意识,讲究个人卫生,预防疾病。充分认识疫苗对预防疾病的重要作用。倡导高危人群在流感流行季节前接种流感疫苗。加强艾滋病、病毒性肝炎、结核病等重大传染病防控,努力控制和降低传染病流行水平。强化寄生虫病、饮水型燃煤型氟中毒、大骨节病、氟骨症等地方病防治,控制和消除重点地方病。到2022年和2030年,以乡(镇、街道)为单位,适龄儿童免疫规划疫苗接种率保持在90%以上。

四、组织实施

(一)加强组织领导。国家层面成立健康中国行动推进委员会,制定印发《健康中国行动(2019—2030年)》,细化上述15个专项行动的目标、指标、任务和职责分工,统筹协调各地区各相关部门加强协作,研究疾病的综合防治策略,做好监测考核。要根据医学进步和相关技术发展等情况,适时组织修订完善《健康中国行动(2019—2030年)》内容。各地区要结合实际健全领导推进工作机制,研究制定实施方案,逐项抓好任务落实。各相关部门要按照职责分工,将预防为主、防病在先融入各项政策举措中,研究具体政策措施,推动落实重点任务。

(二)动员各方广泛参与。凝聚全社会力量,形成健康促进的强大合力。鼓励个人和家庭积极参与健康中国行动,落实个人健康责任,养成健康生活方式。各单位特别是各学校、各社区(村)要充分挖掘和利用自身资源,积极开展健康细胞工程建设,创造健康支持性环境。鼓励企业研发生产符合健康需求的产品,增加健康产品供给,国有企业特别是中央企业要作出表率。鼓励社会捐资,依托社会力量依法成立健康中国行动基金会,形成资金来源多元化的保障机制。鼓励金融机构创新健康类产品和服务。卫生健康相关行业学会、协会和群团组织以及其他社会组织要充分发挥作用,指导、组织健康促进和健康科普工作。

(三)健全支撑体系。加强公共卫生体系建设和人才培养,提高疾病防治和应急处置能力。加强财政支持,强化资金统筹,优化资源配置,提高基本公共卫生服务项目、重大公共卫生服务项目资金使用的针对性和有效性。加强科技支撑,开展一批影响健康因素和疑难重症诊疗攻关重大课题研究,国家科技重大专项、重点研发计划要给予支持。完善相关法律法规体系,开展健康政策审查,保障各项任务落实和目标实现。强化信息支撑,推动部门和区域间共享健康相关信息。

(四)注重宣传引导。采取多种形式,强化舆论宣传,及时发布政策解读,回应社会关切。设立健康中国行动专题网站,大力宣传实施健康中国行动、促进全民健康的重大意义、目标任务和重大举措。编制群众喜闻乐见的解读材料和文艺作品,以有效方式引导群众了解和掌握必备健康知识,践行健康生活方式。加强科学引导和典型报道,增强社会的普遍认知,营造良好的社会氛围。

国务院

2019年6月24日

绛县中学,我的出发港

◇朱卫东

十八年的成长足够漫长,爬了十年的课桌早已如同炙铁一般灼烧难耐。感谢绛中!因为那年的我终于从那里跨出了再也无法安放我的焦躁的课堂,我踏着绛中的门槛心潮澎湃地启航了。

“书山有路勤为径,学海无涯苦作舟”。古人韩愈的这句诗词激励了多少莘莘学子攀上了知识的巅峰,而一个苦字又吓散了更多如我一般心猿意马的厌学少年。生活海洋的浪涛声早已让我们等不及毕业考试的终了,毕业合影里已经走丢了,相比之下我还算是够老成稳重的类型了,因为几十年后我从老同学珍藏的高中毕业合影里发现我竟然也在其中,这时才隐约记起有那么一个注视照相机镜头的瞬间。

转眼三十六年日月又被踩在脚下,居然又怀念起那种教室里的时光,每当想起多少次结伴逃课的狂欢,似乎更是有点悔不当初情愫。

我的班主任叫徐德富,他是我们的语文老师。徐老师语文课讲的很有味道,与他讲课水平齐名的还有他的严厉,两种原因促使我从来不想也不敢逃他的课。

那时的徐老师应该已经近六十岁了,黝黑的皮肤和微驼的背影使得我们所有同学很远就能一眼认出是他来了。每次上课走进教室徐老师总要用他那锐利的目光把教室里来回扫描两遍,每个同学都能感受到他是在找自己。虽然徐老师左眼失明而且瘪着,我们也从不敢认为他没注意到

自己。

徐老师讲课用的书本习惯夹在腋下,走上讲台后才抽出来打开要讲的页面,不知道是他眼睛视力不好的原因还是一种习惯,他总是把课本横过来放在讲桌上,然后用黑板擦压住一角侧着身子看。但所有的这些都影响不到他生动的讲解把我的思维带进每一篇课文的情节之中,他用他的声音和写在黑板上词语,把荷塘月色的皎洁和清凉翻录入我的记忆里,几十年来都不曾模糊过。

我不知道现在的老师们是否逐本逐页地阅读批学生的作业,当年徐老师批改作业非常细致,每个学生的作业本上都有他用红色墨水批改过的符号和字迹,我的作文本上有很多批语,有批评也有表扬,好多年后我还在家里房子阁楼上翻看徐老师的笔迹,遗憾的是零二年拆旧房子重建小院时把一小木箱的高中课本和作业本都弄丢了,要不然还真能拿出来在朋友圈里晒晒呢。

说到徐老师的严厉是同学们的共同印象,他主要是用在课堂纪律和早晨按时起床跑早操的时候。凡是在课堂上不听他讲课搞小动作的调皮学生基本上都领教过他的忘年拳,情节严重的更是揪上讲台边打边示众,有时却有种很搞笑的感觉,因此被他打过的同学有些自己叙说起来也都是津津乐道,丝毫没有委屈的怨气。

当年的绛县中学位于县城东北约四五

里路的里村西侧,学校大门坐北朝南,校内一条宽约二十米的大道贯穿南北,大道两侧有两排两个学生才能合抱住的泡桐树把整条大道都遮在树荫下,犹如隧道一般,夏日里很是凉爽。学校的办公和教学机构都集中在大院的南端,往北是教室宿舍和食堂沿大道东西两侧依次排开,东侧院墙外是一个足球场大的土跑道操场。大道东侧北段是男生宿舍,几排东西长约三十米的砖木瓦房,每排都分成四个大宿舍,两边各有一间是住校老师的宿舍,徐老师的宿舍就在东边上与我们的宿舍是隔壁。

徐老师每晚批改作业睡的都很晚,学生熄灯时间他还要察看宿舍,把一些在外嬉闹的夜猫赶进各自的房间。那时的我们大多骨瘦如柴,但旺盛的青春之火却总是能把自己熏烤出大力水手的感觉,每当下不了晚自习,宿舍门外的夜幕里都能聚集一群张牙舞爪的晃动身影,哼哈之声不绝于耳,时常把我们的徐老师从他的宿舍里逼出来,他随手拎起一个什物件做打人状,“我让你们在这里哼哈乱蹦,将来外国人一按电钮人家的炸弹就能把你们炸飞了!”顿时鸟兽尽散。

徐老师虽然睡的晚但却起的很早,总能在我们听到起床喇叭还没穿上衣服的时候把宿舍门敲的很响,列队开始跑步后还要回到学生宿舍逐屋检查,时常能抓出来几个把自己埋在铺盖堆里偷睡懒觉的瞌睡虫,其中我就被逮到过几次,鲜有漏网

之虫。

两年的高中时光说到就到了,课余的嬉闹和逃课撒欢的兴致冲淡了每天嚼咸菜吃开水泡馍的乏味,忽略了与成群的老鼠和蚊虫共舞的杂乱寝室,追逐和喧闹驱散了三九的严寒,泡桐树下的阴凉让我不知道三伏天还需要空调的冷风。对英语一窍不通的我压根就没想过考上大学,那苦苦作舟的事情任由别人去完成,我就算是抱了根木头也要与一大帮志趣相投的急性子结束学业欢天喜地地投身生活的海洋了,那时的喜悦丝毫不亚于收到大学录取通知书的娇子。

虽然没有登上大学里造就的远洋轮渡,但在人生旅程里的风吹浪打也从来也没有削弱我对生活的热情。烈日炎炎下挥汗如雨的劳动,激情四射的军营历练,油污满身的汽修车间,日夜兼程的驾车远行,恬静舒适的机关工作都把我的人生阅历充填的坚实而多彩。这一切都得益于那两年在绛中课堂里雕凿的那半截木筏,它虽然不能送我远渡重洋,却给了我在风浪中不断前行的源源动力。

如今,连儿女们都大学毕业好多年了,我却越来越怀念起自己学生的时代,怀念那时的绛中,更加怀念已经去世好多年的徐德富老师,还有那时的经历,那时的我们……



◇李鹏

匆匆夏至已过数日,若说现在正值盛夏是一点也不为过的。

夏天本就是蓬勃向上的,更别说盛夏时节了。正如朴树的歌,泰戈尔的诗,一切在经历了春的萌发和复苏之后,整个夏天的热烈都是在为挥洒出生命的绚烂而认真地做着铺垫……

倘若真正要细究夏花是什么花,却没有单单指的是那一种。而是广义的泛指开在夏季的鲜花。这不免让我想起自己久久依恋的莲花了。说它是夏花的代表应该恰如其分吧,因它占尽了整个夏季。

“我从远方赶来,恰巧你们也在……”彼时,朴树的歌早已唱响了大江南北。忧郁王子漠然的表情,只见那眼神深邃不可见底。因了夏花,无论在何处我都竭力去寻找有水的地方,因为有水的地方基本都能够找到莲藕的影子。

春末夏初,温柔的湖面碧波荡漾,蜻蜓点水为时尚早,但也有鸟儿的点波、鱼儿的吐泡,依然散出层层涟漪一圈圈地追逐开来……性急的藕叶早就一簇簇窜出了水面,尖尖角就是它们在细心地打着卷儿,尚未舒展的样子。那些努力伸开的也是柔柔的淡绿,没有太大的面积只静静地铺在水面,有几粒晶莹的露珠在上面悠然晃动。即将呈现的应该是田田的模样吧。

每次途径,在不同的时间段我都会迫不及待地来到湖边,静静地面向这一片宏大的碧绿,也时有几株娇艳的粉红破绿而出,那是一种别样的惊心动魄!但只远观

不可近赏。我俯身掬水一洗征尘,也不忘留下文字,毕竟这样的相遇不可多得。也许是因了种种的缘故会轻易地路过它的身旁,将来也会有种种的借口再也不会它的身边有片刻的停留。正如朴树的歌:这是一个不能停留太久的世界,我从远方赶来,赴你一面之约……

“我是耀眼的瞬间,是划过天边的刹那火焰”当这歌声刺破了清晨的朦胧,我努力寻找声音的方向。原来路上行色匆匆的打工者正奔向工地。就有这么一对小夫妻骑着电动车,他们紧紧环抱十指紧扣,女的把半边脸紧紧贴在小伙儿结实的背上。而这歌声就来自于捆绑在车上的音箱里。这声音是惊人的洪亮,瞬间点亮了黎明的晦暗!这对小夫妻可想而知生活也并非多么富足,就像那野外流水边的莲藕,没有温室花圃的悉心照管同样也在努力让自己绽放出光彩。

生如夏花般绚烂,哪怕是片刻的燃烧……因为生活并非仅仅是为了生命的存在和延续,因生而存在的价值和情怀也太多了,当你真的为绚烂而生时,会不经意地发现,原来自己是多么的幸福!正如现在这对小夫妻竟然也是如此地拉风。哪怕很快他们奔向的是又脏又苦又累的建筑工地。

在盛夏还有一种花儿不可不说,若说它也是夏花,的确当之无愧。它的学名叫作蜀葵,通俗的称谓就是盘盘花或者万丈红等等。

这种花儿最皮实,它从来不择土地的贫瘠肥沃与否,只需落籽入土,它就倔强地生长,顽强地铺展,尽情地开放。所以从村边地头到路旁野外都能看到它的影子。在这个热闹的夏季,盘盘花的绚烂的确功不可没。

这种花儿颜色各异,从白的、紫的、蓝的、大红、粉红一直到黛青,各种颜色都集中在它这儿了。它的形状也各不相同,大体是从单瓣单层和多瓣复层。各种娇媚的姿态足以跟任何一种花卉比肩,丝毫不会逊色一点。

更加难能可贵的是,当它们燃烧了整个夏季之后仍然不遗余力地向秋季延伸。只要能生出一片绿叶来,你瞧,在叶子的基部定然会长出一朵或者几朵花儿,在渐冷的秋风里摇曳着坚强的身姿,也吐露出依旧的芳华。生亦绚烂,爱也绚烂,尽管最后都将一切如烟……

特别有幸在这个夏天近距离接触到了来自于山东的苗木嫁接队。她们都是清一色的妇女,年纪最轻的也已为人母了吧。她们朴素的身姿平静的面容一直在感动着我,瞬间觉得她们亦如夏花一般绚烂!

初见时,她们已经战斗在田间了。远看一个个身影匍匐于大地,为了抵御夏天的烈日,她们都戴着仿若海上渔民的帽子。一周都镶嵌着宽阔的布沿,能够把头脸整个儿围个严实,起到防晒的作用。清早四点下地,中午的饭食基本在地头解

决。下午直到看不见干活为止。这样长达十五个小时的辛苦劳作也给她们带来了比较丰厚的收益,情况好时也该五百元左右。无论工钱的多少抑或价值是否相当,但事实上她们确实是太辛苦了。我无不动容地告诫她们,缓着干,别用自己的身体作为生活的赌注!

幸好这个季节是爱下雨的,话说有钱难买五月旱,六月连阴吃顿饭。下雨就可以休息了,但是这样的天气她们却不待见。因为她们就一个目的,干活赚钱!

看着她们也只有在下雨天才露出略带怨气的脸庞,我从内心深处劝告她们,下雨了就休息,这是天意,你们家人盼望你好好出来还要好好回去,赚多少钱是放在第二位的。想家了就蒙头大睡,梦中可以回家,还省下了车票钱。她们顿时被我的幽默给逗乐了。一个个白灿灿的面容,绽放在异地的雨中。虽然她们瘦弱的身躯几近沧桑,这分明是经历了岁月的磨砺和被生活的榨取。可是顽强的拼搏和不服都从她们的周身弥漫开来,如同路边的夏花,如同朴树的歌:我是这耀眼的瞬间,是划过天边的刹那火焰……

这个夏天似乎与以往别无二致,但我仍要祈祷上苍,不要太过炎热,雨水调匀,让夏日尽可能舒缓一点,也让这夏花更加灿烂。当我们明眸昏黄时,回首世间可否顿悟:一花一世界,一树一菩提,一草一世界,一土一如来……如此宁静无声也如此超然绚烂!