

# 阿甘正传影评



“人生就像各种各样的朱古力，你永远不知道哪一块属于你。”阿甘母亲的这一句话，向我们阐明了：每一个人的生命轨迹都是存在，而且

是独一无二的。阿甘，就正是听着这样的教诲，一步一个脚印地踩出了属于自己生活的奇迹。

从智商只有75分而不得进入特殊学校，到橄榄球健将，到越战英雄，到虾船船长，到跑遍美国……阿甘达到了许多人终其一生也难以企及的高度。

在影片的开头和结尾，会看到：在广阔的蓝天下，一根轻盈而洁白的羽毛从天而降，缓缓地降落在阿甘的脚下。我想，这，其实正是影片在暗示，在暗示我们：这个世界上，如果有人把生命看得像羽

毛般纯洁、平淡而美丽，那么，这个人，一定是阿甘。阿甘天生就注定不是一个出类拔萃的人。但上天又是如此的公平——往往，它会令起点不高的人比天生优越感十足的人更早更深刻地认识到生活

中的真实。幼年的阿甘曾经腿有残疾，于是，阿甘的母亲就不得不为她心爱的儿子套上一个笨重的铁架，以辅助其行走。于是，每每放学后，小伙伴们就会在路上讥笑阿甘、玩弄阿甘，甚至追赶着阿甘扔石头。这时，同学珍妮就会喊道：“阿甘，快跑。”然后，阿甘惊慌，拔腿就想跑，跌倒了挣扎着爬起……渐渐地，铁架子便不在束缚着他，最后他奔跑如飞了。小伙伴们追不上他，只能眼睁睁的巴望着而束手无策。这，应该说是阿甘人生中的第一个奇迹。

跑得快真是好。凭着惊人的奔跑速度，阿甘进了橄榄球队，以后又进了大学并最终顺利毕业。不久，他参加了越战。在越南战场上，阿甘的部队中了埋伏，一声撤退令下，阿甘记起珍妮的嘱咐：“打不过，就跑。”阿甘于是转头就跑。他成了唯一幸存的人。看到这里，观众大概都会发笑，阿甘如果不是跑得快，就不可能后来返回去救出受伤的战友；阿甘如果不回去拯救战友，那么阿甘也就不是阿甘了。

阿甘因战功显赫而受到总统接见。这，是导演为我们精心准备的一幕喜剧。但我，却依然不会为此而觉得夸张又或是可笑。也许，曾经，有的人常常

会感觉到生活的负担过重，就因为面前的困难重重，而整天垂头丧气、郁郁寡欢。阿甘呢，信念是这样的单纯，目标又是这样的清晰，即使先天不足，甚至是面前有穷山恶水，可爱的阿甘也绝对能够以一颗绝对平常的心视之，并最终一一跨过。这，绝不是仅仅用“愚人之福”就可以解释的。所以，我宁愿相信，只有保持阿甘这种生活态度和坚强意志的人，信念才是能够减轻自己许多关于生命的又或是别的之类的重负，从而达到生命之巅，获得自己最终的辉煌。

阿甘一生中只有一种爱支撑人生，那就是母爱；阿甘一生只爱一个女孩，那就是珍妮，除此，他永远心如止水；他可以为了纪念死去的战友布巴，而干起自己并不熟悉的捕虾业（仅仅是由于布巴的一句话）……

在生命的每一个阶段，阿甘的心中只有一个目标在指引着他，他也只为此而脚踏实地、不懈地、坚定地奋斗，直到这一目标的完成，又或是新的目标的出现。有了单纯的抉择就不会有心灵的杂念；而没有心灵杂念的人，大概才能够在人生举重若轻。

阿甘的一生的确出现了许多奇迹，但，这些奇迹没有，也绝不可能引导我去羡慕他。大概，我会的，只有去欣赏与阿甘在一起的那些岁月、生命和历史，体味其中的苦与甜，期待着“跨越缺陷，完美人生”。

## 心理小故事

1妻子正在厨房炒菜。丈夫在她旁边一直唠叨不停：“慢些、小心！火太大了。赶快把鱼翻过来，油放太多了！”妻子脱口而出：“我懂得怎样炒菜。”丈夫平静地答道：“我只是要让你知道，我在开车时，你在旁边喋喋不休，我的感觉如何……”

启示：学会体谅他人并不困难，只要你愿意认真地站在对方的角度和立场看问题。

2甲：“新搬来的邻居好可恶，昨天晚上三更半夜跑来猛按我家的门铃。”乙：“的确可恶！你有没有马上报警？”甲：“没有。我当他们是疯子，继续吹我的小喇叭。”

启示：事出必有因，如果能先看到自己的不是，答案就会不一样。

3乌鸦站在树上，整天无所事事，兔子看见乌鸦，就问：我能像你一样，整天什么事都不用干吗？乌鸦说：当然，有什么不可以呢？于是，兔子在树下的空地上开始休息，忽然，一只狐狸出现了，它跳起来抓住兔子，把它吞了下去。

启示：如果你想站着什么事都不做，那你必须站的很高，非常高。

## 放飞梦想之翼 相约《心灵绿洲》



心灵绿洲官方微信公众号

## 助理风采

1. 只要放弃一次，就会滋生放弃的习性，原本可以解决的问题也会变的无法解决。  
——18级计算机与信息工程学院 保梦茹 2有志者事竟成。  
——18级软件学院 丁晓辉
3. 怕什么真理无穷，进一寸有一寸的欢喜。  
——18级文学院 杨静涵
4. 与其畏手畏脚踌躇满虑，不如放手一搏一往无前。  
——18级外国语学院 赵琳
5. 做一事，忠一事。  
——18级生命科学院 魏紫娟
6. 人生没有白走的路，每一步都算数。  
——18级商学院 张璐璐
7. 百胜难处敌，三折乃良医，人生不失意，焉能驷马已知。  
——18级环境学院 夏雪
8. 这个年纪能做的最好的事，就是努力。  
——18级生命科学院 阎春晖
9. 一个人几乎可在任何他怀有无限热忱的事情上成功。  
——18级软件学院 吴越
10. 世界很小，请带着梦想一起奔跑；世界很大，请带着坚持努力成长。  
——18级生命科学院 王晨曦

# 疫情之下，不负韶华

2020年对于我们来说是特殊的一年，新年伊始，新型冠状病毒席卷了中华大地，开学延期，应上级要求，我们停课不停学，就这样我们开始了特殊的学习方式。

月有阴晴圆缺，日有朝夕昼夜。天有不测风云，人有旦夕祸福，世事无常多变幻。2020年注定是不平凡的一年，在这一年里，作为青少年的我们唯一能做的是坦然面对，处乱不惊，不负韶华，不负祖国。

所有的岁月静好，都是因为有人负重前行，今年的万家灯火是一群把自己包裹在阔疆子防护服中的白衣天使在守护。

“一线需要自己，也需要90后热血青年”这是一位22岁感染科女护士的话，她每天在医院隔离病房中来回穿梭，双手被橡胶手套，消毒液和洗手液反复侵蚀。皮肤破裂受损，满是伤口，一双本该细腻柔软的手，却有着与年龄不相符的粗糙。输液瓶里滴着你们的手心温暖，体温表里刻着你们的殷殷叮咛。你们是生命的守护者，是病毒的“阻击手”，是患者的“生命线”。面对疫情，你们逆向而行，身上散发的光芒，带来生的希望。

不积跬步，无以至千里。不积小流，无以成江海。“一群人一条心，再苦再累也愿意；在一起不容易，点亮生命不放弃”逆行的工人。

4000多名民营企业工人同时施工，在十天内建成这样规模的医院。外国网友惊叹奇迹！中国工人工作效率高，因为他们从不懒惰，没有休闲观念，愿意加班，风雨无阻，昼夜不停。工地上，一碗白米饭，一碗漂着几滴油的菜就足以生存与满足。

疫情无情，人间有情，我们无疑是幸运的，因为总有人，在我们看不到的地方替我们默默守护，守护安宁，守护健康，然后替我们撑起蓝天。

“时光改变容颜，却带不走人间大爱”。2020年2月2日，山西第二批援鄂医疗队出征驰援武汉，66岁的王卫国把医生女儿王婷送上前往武汉的飞机，17年前，奶奶同样把是医生的王卫国送上抗击非典的战场。

一场疫情，让我们明白无私奉献，真的存在，没有这些身处前线的逆行者，哪有我们现在的平安？

毛主席曾说：“青年是八九点钟的太阳朝气蓬勃，世界是你们的，也是我们的，但归根结底还是你们的”。一代人有一代人的使命，一代人有一代的担当，历史的接力棒终将交到青年手里，所以青年是祖国的未来，是民族兴旺的中流砥柱，是国之栋梁。一场突如其来的疫情，看到有无数青年挺拔的身影，他们不仅是80后、90后，还有00后不计生死、不辞辛苦，冲锋在战疫最前沿的阵地里，面对“疫情”抉择，他们总是义无反顾。

“青年一代有理想，有本领，有担当，国家就有前途，民族就有希望”。在这场疫情防控阻击战中，每一个青年都在贡献着自己的力量，或治病救人，或坚守岗位，或捐赠物资，或宣传防护。惟其艰难，方显勇毅；惟其笃行，才弥足珍贵。在这场没有硝烟的防控狙击战中，风华正茂、朝气蓬勃的有为青年，用青春和鲜血坚守在防控疫情最前线，只争朝夕、不负韶华，用忠诚和担当践行初心使命。

因此，作为青少年的我们因在疫情之下，不负韶华为抗击疫情贡献自己的一份力量。

# 心灵绿洲

XIN LING LV ZHOU

●主 办：河南师范大学心理健康教育中心			
●顾 问：梅宪宾	●总编 陈勇	●责任编辑：周社刚 周婷	
●中心网址：http://www.htu.cn/mhec/		●2020年9月29日 总第121期	

## 心理健康教育中心召开师德师风教育学习和新学期工作研讨会

9月22日下午，心理健康教育中心在中心302会议室召开师德师风教育学习和新学期工作研讨会。会议由中心主任陈勇主持。

会上，陈勇领学了《河南师范大学教师师德失范行为处理办法（试行）》、教育部曝光的八起违反教师职业行为十项准则典型案例、科技部通报的九起论文造假等违规案件查处结果等三项内容。陈勇要求中心全体人员要深刻认识自己肩负的职责和使命，坚守为党育人、为国育才初心，坚持立德树人根本任务，以“四有”好老师标准严格要求自己，树立良好师德师风，率先垂范、以身作则，在具体工作实践中培养学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，帮助学生把握好人生方向，培养社会主义建设者和接班人。

在新学期工作研讨会上，陈勇带领全体人员学习校党委副书记梅宪宾对我校心理健康教育工作的四点意见：重温了“心理健康教育中心工作职能”和“心理健康教育中心权责清单”；中心各科室负责人围绕本学期工作进行了交

流；陈勇做总结发言，他提出四项工作要求，一要提升政治站位，旗帜鲜明讲政治；二要厘清中心职能，务实重效谋新篇；三是学好文件精神，不折不扣抓落实；四要加强宣传提升，凝练特色品牌。

心理健康教育中心将理论学习和工作研讨相结合，不仅创新了工作形式，提高了中心老师的理论水平，更有效推进了新学期心理健康教育工作的有序开展，为学生身心健康、成长成才奠定了良好的工作基础。

(心理健康教育中心 新琳/文 张璐璐/图)



## 心理健康教育中心召开心理健康教育教学工作会

9月25日上午，心理健康教育中心在306录播室召开2020-2021学年第一学期心理健康教育工作会议。中心全体工作人员及心理健康教育课程全体任课教师参加会议，会议由中心主任陈勇主持。

会上，皇甫艳玲结合自己的教学经验，分享了对心理健康教育课程的认识和思考，对青年教师如何上好心理健康教育课提出了建议和指导。周社刚从转变教学观念、强化教学设计、建设教学生态等三个方面，分享了教学经验和体会心得。

陈勇作总结发言，他分析了本学期心理健康教育课程教学所面临的新情况新任务，表示要充分发挥课程在学生心理健康教育中的主渠道作用，并以五个“度”与任课教师们进行了分享：一是站位高度，坚守为党育人、为国育才初

## 我校2020年学生心理健康状况普查工作启动



为更有针对性做好我校大学生心理健康教育工作、更好服务学生成长成才，9月28日下午，心理健康教育中心在306录播室召开2020年心理健康状况普查工作会议。中心相关工作人员及各学院心理健康普查负责老师参加会议，会议由中心主任陈勇主持。

会上，中心周社刚、程文娟分别就提高心理普查结果的有效性、做好学生普查信息保密、普查的具体流程、普查软件的操作步骤等进行了详细安排。各学院参会老师就普查工作进行了现场交流。

心，坚持立德树人根本任务，做“四有”好老师；二是把握精度，把握时代之势、教材之基和学生之需，精准施教；三是端正态度，遵守各项规章制度，认真对待每一堂课；四是传递温度，让学生在课程中提升幸福感和满意度；五是体现效度，把是否能够提升学生的心理健康意识和心理素质作为课程有效性的标准。

与会老师就如何提升心理健康教育教学质量进行了热烈讨论。任课教师纷纷表示认真给学生上好每节课，站好讲台、站稳讲台，为培养学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展贡献应有的力量。

(心理健康教育中心 程文娟)

会议对于此次普查工作提出三项要求：一是高度重视。心理健康普查是宣传心理健康知识的重要契机，是了解学生心理状况的重要途径，是改进心理健康教育措施的重要依据，要认真部署、积极参与。二是精心组织。在心理普查过程中各学院要做到人员组织好、时间把握好、问卷填写好。三是责任到位。各学院负责心理普查的老师要统筹安排全院的心理普查工作，做到工作涵盖全院、对象覆盖全员、时间贯穿全程。

本次心理普查对象为全校二、三、四年级本科生和研究生等，将持续两周时间，是疫情防控常态化背景下了解学生心理状况和心理动态的重要举措。

(心理健康教育中心 程文娟)



