

奔跑吧 战士

解放军军史上最著名的奔跑有两次，一次是1935年5月，红军长征路上飞夺泸定桥，一次是1950年11月，抗美援朝期间抢占三所里。

这两次不惜一切的狂奔，堪称“生死时速”，也带来了辉煌的胜利，直接改变了历史。

飞夺泸定桥，当时红军情势非常危急，前有守军，后有追兵，必须及时渡过大渡河。敌我双方都隔河朝泸定桥飞奔而去，时任红四团政委的杨成武将军在回忆文章中写道：“敌人大部分沿河东岸北上，跟我们隔河齐头并进。如果我们比敌人早到泸定桥，胜利就有希望，不然，要想通过泸定桥就很困难，甚至不可能了。我们要和敌人抢时间，要和敌人赛跑……我们已清楚地看见对岸的敌人仍然还和我们并肩前进……”对岸敌人点起火连夜赶路，红军战士也点起火，并迷惑对方，让他们以为也是国民党军队，“两岸敌我的火把交相辉映，远远望去，像两条飞舞的火龙，把大渡河的河水映得通红……蠢猪似的敌人万万想不到，大摇大摆地跟他们并排走的，就是他们日夜梦想着要消灭的英雄红军，糊里糊涂地同我们一道走了二三十里。后来，雨下得更大了，到深夜十二点钟，对岸的那条火龙不见了，他们大概是怕苦不走了。这一情况立刻传遍全团，同志们纷纷议论着：抓紧好机会啊！快走，快走啊！一个跟着一个拼命地向前赶路”。

红四团昼夜兼行240华里山路，



资料图片

比东岸敌人提前赶到泸定桥，经战斗后将桥控制，确保了红军大部队安全渡过大渡河。

抢占三所里，是抗美援朝第二次战役志愿军获胜的关键，第38军113师在冰天雪地中，以14小时急进70多公里，抢占三所里，接着又派出部分兵力主动抢占三所里以西龙源里，这样，将美军南退的两条道路全部截断。美军第9军第2师、第25师，土耳其旅和美军骑兵第1师，南朝鲜军第1师各一部陷入志愿军的三面包围之

中。经浴血奋战，志愿军给了以美军为首的“联合国军”沉重打击。美军统帅麦克阿瑟本来想靠这场战役在圣诞节结束朝鲜战争，结果惨败之后，不得不命令部队向“三八线”实施总撤退，美军第8集团军司令沃克在撤退中车祸身亡。这是扭转朝鲜战局的一次战役，史称“清长大捷”，志愿军最终收复“三八线”以北地区。

解放军军史上，有太多太多“急行军”“强行军”的记载。

1938年9月，山西省忻州市五台

县，日军蚋野大队500余人偷袭残杀我军民300余人，八路军120师358旅决心在敌人返回县城必经的滑石片村设伏报仇，当时敌人距滑石片只有10公里，358旅却要走25公里，在旅长张宗逊带领下，八路军战士飞速行军，抢在敌人抵达前20分钟赶到滑石片村。战斗打响后，敌人做梦也想不到这里会冒出八路军。是役全歼了日军蚋野大队，这是晋察冀根据地1938年秋季反围攻中的一场重要战役，也是抗战史上的一次经典战例。

无独有偶，1947年3月9日，解放军东北民主联军得知国民党71军88师从靠山屯撤往德惠的消息，下令1纵1师迅速赶往德惠至农安公路上的郭家屯实施阻击。当时敌人从靠山屯撤到郭家屯是80里，1纵1师赶到郭家屯是140里。1师官兵连续14个小时狂奔，终于赶在敌88师之前到达了郭家屯。经激战，解放军大捷。这是解放战争东北战场“三下江南、四保临江”之战的关键一役，东北战局开始向解放军一方好转。

战后，被俘的敌263团团长兰松岩惊奇不已：“从没有见过像解放军这样神速的。原来我们侦察50里以内没有情况，可是走到这里却被包围了，真是莫名其妙。”得知解放军是从140里外靠两条腿跑过来的，兰松岩更是震惊：“140里，两条腿？神速，神速呀！”

不论机器能力有多强大，甩开双腿奔跑、敢于胜利的精神，永不过时。

(选自《新华每日电讯》)

学林漫步

我的三点遗憾

在中山大学2018届毕业典礼上，中山大学优秀校友刘悦伦结合个人经历讲了三点遗憾，这三点遗憾是对毕业生们走入社会之后工作、学习切实可行的方法论指导。这样的“叮咛”，体现着学校的精神传承和价值传承。

借这个机会，我想对照校训，讲讲我个人毕业前后40多年的几点遗憾或教训，或许对今后同学们少走弯路有一点帮助：

第一个遗憾是学识面太窄。中大校训要求我们毕业生是博学和笃行的，用今天的话来说就是要努力跨界学习。我是哲学系77级学生。当时的老师张华夏教授满怀诚意地劝诫我们，学哲学的学生不仅要学哲学、社会科学，同样要学习自然科学。对于这一告诫，我并未笃行，此后几十年一直在哲学、社会科学的领域内学习、打转。

阅读面、学识面不宽，这对我后来的工作形成了一定障碍，因为不论在学术界、企业界还是在行政领域工作，都需要自然科学和新技术

领域的知识，譬如我多年从事的经济工作，就要不断招商和洽谈，由于相关科技知识量掌握得少，我对一些项目的优劣拿捏不准，也缺乏理工科学生的逻辑性和敏锐性。所以我建议学文史哲的同学，毕业后继续通过不同方式补充理工科知识，尤其是前沿科技知识，以及新兴产业知识。

第二个遗憾是浅尝辄止。中大校训要求我们慎思审问，思考要彻底明白，做事要力争圆满，而我在母校读书前后经历了20个工作岗位，工农兵学商，就差扛过枪，每个岗位工作时间都不长，形象地说就是不断地挖坑，挖了20个，数量多，但深度不够。这样的好处是阅历丰富，识人较多，但明显的弊端是浅尝辄止，在每个岗位上都难以取得较大的成就。如果今天让我重新选择，我认为工作几十年，未必只从事一种职业或专攻一个专业，但也不建议过于频繁地变动，要在尝试中寻求最适合自己的机会，一旦找到了，应该沉下心来，认认真真干一段时间，直至

产生阶段性成果。这一点与第一点建议也不矛盾，学习应该是博学的，工作应该是专心的。

第三个遗憾是对合作共赢价值观的领悟太迟了。罗俊校长在2015届毕业典礼上向毕业生赠送了12个字“德才兼备、领袖气质、家国情怀”，要求中大毕业生立志成为各界的精英和帅才。我过去对这12个字的理解是：应当努力自我奋斗，使自己能力超强，然后振臂一呼，应者云集。这固然不错，但我的理解并不全面，因为很多个人能力很强的人并没有成为精英和帅才。

在经历了较长时间的体会和观察后，我发现真正的精英和帅才，不仅个人能力超强，同时善于帮助他人成功。这是我在经历20个工作岗位后的一点体会，就是一个人单打独斗是不够的，需要他人的帮助，需要形成团队，但首先你得愿意帮助他人并善于与他人沟通交流。当我们领悟到这一点的时候，心中就会充满喜悦，事业也会较为顺利。

(选自中山大学微信公众号)

生活新知

为什么小孩子跑不累

小孩子的能力似乎永不枯竭。小孩子在跑步或玩球的时候，只要停几分钟，喝上几口水，立刻就满血复活。这是因为相比成年人，他们的四肢更短，心脏更小。

研究发现，儿童比任何受过或者没有受过训练的成人都恢复得更快。在跑步、骑车、铁人三项等运动测试中，未经训练的成年人产生的能量减少52%，运动员减少42%，但是儿童仅减少35%。

研究人员研究了心率，并采集了血液样本来检查乳酸水平。如果乳酸水平高，意味着肌肉需要的氧气量超过肺部所能提供的氧气量，在这种情况下，体内碳水化合物的供应就来补偿氧气量，这是在无氧活动(通常是以力量的体育锻炼，例如举重)中发生的。

这种情况引起的肌肉疲劳程度比有氧运动(诸如骑自行车或马拉松等阻力运动)更大。根据研究，儿童更多使用有氧代谢而不是无氧代谢机制，这让他们的肌肉能够更快地恢复，并且在跑步和玩耍时不那么疲劳。

(选自《文摘报》)