

身“宅”心不“宅” 一名记者的“宅家”散记



乌云遮不住太阳，疫情挡不住阳光。

——题记

壹

2020年3月23日，蓝天白云，春意盎然，掰着指头一算，武汉封城已整整两个月时间了。今天，对于大家来说很是高兴，因为一些饭店按下了“启动键”，都陆续开门迎客了。

“宅家”两个月后，终于可以走出家门同朋友小聚，吃上最爱的饭菜，说说国内外大事，聊聊家长里短，展望新的一年。

高兴的不止以上这些，连日来，武汉方舱医院陆续“关门大吉”，全国各省(市、区)驰援武汉和湖北的白衣天使们胜利完成任务后，也分批次返回家乡。武汉胜则湖北胜，湖北胜则全国胜的时间离我们越来越近了。

这天中午已近十二点，我在达活泉公园遇见邢台工商银行一位领导，虽是熟人，却像久逢，因疫情春节后还没见过面，但电话常联系，微信常互动，说话间，我们走进公园旁边小有名气的《焖饼强》饭店。该饭店因卫生、可口、实惠在附近小有名气，赢得人们青睐，不少人慕名而来。

按照疫情防控规定，进行了登记、测体温，我们要了两份焖饼、两碗汤和一个凉菜，在规定的四十五分钟内，美美的吃了一顿，老板高兴的说我们是第一拨人。我清楚，当时饭店开门还不算多，堂食也很少，用当下很时尚一句话来说，我们也是带头到饭店吃饭的先行者了，吃饭时听着旁桌的几个客人都在激动的说着疫情中的故事，又把我拉到了疫情期间的日日夜夜。

贰

2020年春节给国人留下了刻骨铭心的记忆。面对新冠肺炎疫情，不禁又使我想起2003年，想起了在决战非典时各条战线的人们，更想起了决战非典的广大医务工作者。

每天的疫情数字是国人最关心的。疫情的变化，牵动人每一个人的心，我每天一早醒来，打开手机，首先看武汉数字和武汉之外的湖北其他市州数字，紧接着看我市和省内外其他市数字，之后，看一下全国数字。

我时刻关注着发生在抗击疫情中的事。我将春节前准备的健康茶送给了所在小区门卫，对他们不辞辛苦，无私奉献的行

动表示感谢。疫情期间，各个小区都实行了严格出入管理，没有出入证，寸步也难行。如今，在我手里有三张不同颜色的出入证，从起初的临时出入证到第三次发的正式出入证。看到这一张张出入证，使我思绪万千，她是生命之证，健康之证，安全之证。当记者三十多年，手中攒下了数不清的证件，但新冠疫情期间证件尤为珍贵。看着一张张不同样式的证件，夜不能寐，写下了《不想要这个证》一文，文章字里行间透露出对疫情的忧虑，让疫情快快过去的心情溢于言表。

疫情期间，想必大家填了不少表格，其中有单位安排的，有社区下达的，还有小区要求的等。这一张张表格，主题鲜明，重点突出，都是围绕疫情的，所以对每一张表格，我都是高度重视，认真填写，及时上交。

我对武汉有着特殊的感情。前几年，我曾去过几次，蔚为壮观的长江大桥、一所所知名大学、宽敞漂亮的街道，给我留下了深刻印象。美丽的全国重点大学——中国地质大学更是让我难以忘怀，至今，我还与该校有关领导和教师保持着联系。疫情期间，微信互动更多了。正如钟南山院士所说，武汉是一座英雄的城市，武汉人民是英雄的人民。

叁

疫情期间，每个小区门口都贴满了上级政府让人们需要知道的通告、通知、指南、告知书等。上级政府所发的以上这些都是有讲究的，什么样的内容写什么标题，根据问题的重要程度，属于重要的，自然会“重要”字眼的，可一些媒体在转发时自我主张，不管是什么内容硬加上“重要”二字。殊不知，“重要”多了，“重要”也就不“重要”了。

尽管春节前准备了足够的米面粮油，尽管春节前购买了数量不少的烟酒茶，尽管春节前各种调料也买了许多，可这些在春节前看似充足的年货，遇到了今年的特殊时期显得不多了。在这种状况下，本来不习惯算伙食账的我，不得不认真的算计起来：早饭吃什么，中午吃什么，晚上吃什么，今天吃什么，明天吃什么，后天吃什么，力求做到吃饱、吃好，绝不能浪费。好长时间没吃的方

便面，一时间成了主角，吃起来也格外的香，目的只有一个，不出门，在家宅，坚持就是胜利。有一个插曲值得一说，有一天发现家里的食盐突然用完了，超市不能去，门口小卖部没开门，关键时刻，物业领导从自己家拿来一包盐，解决了我的燃眉之急。

多亏微信朋友圈中的好友，关键时刻把我拉进一个卖蔬菜的微信群，它可以直接将你需要的各种蔬菜送到小区门口，因而使我家青菜得到了及时供给和补充。为此，我还拉了不少人进群，使大家在非常时期也能吃上自己所需要的各种鲜菜。值得一提的是，这个微信群的群主即卖菜老板在群里承诺，非常时期不发国难财，所售蔬菜的价格要比其他地方便宜，结果买了几次一对比，还真便宜不少。如今，我与他成了微信好友，并在微信中将他特别备注为“不发国难财的好人”。

“几天没出门，盘中不见荤，为了你我他，这样做很对，坚持再坚持，很快会吃上。我宅家，我骄傲，我为国家省口罩，还为自己省钞票。响应号召不聚会，自娱自乐喝个够，吃菜不用让，主动端起来，好好在家，天天健康。”“珍惜在家的无聊，他们，为了我们，还暂时不能回家。”打开我疫情期间写的日记，特在此摘录一段。

“帅南，真帅，王帅南，曾经的同事，现央视记者。”在河北省第一批医疗队出征援鄂欢送仪式上，见到了熟悉的身影，王帅南在进行现场报道。在抗疫的战场上，还有一支部队在战斗，他们又一次冲到了最前方，这就是记者。广大新闻工作者用肩上的摄像机，留下了宝贵的镜头，用手中的笔，用责任记录了历史。

我积极与邢台市书法家协会副主席韩德广和邢台市钢笔画协会主席韩秀强联系，将他俩有关抗疫的书画寄到武汉市有关部门。她，去不了抗疫一线，却心系一线的英雄，她的诗作《英雄》鼓舞着人们去学习英雄，她的名字叫邵峰。看得出，我“宅家”没有闲着，或写抗疫中的突出人物或组织与抗疫有关的活动。

肆

大年初五，因有急事需出门，我路过的守敬北路和团结路上没有见到行人和汽车，昔日，人声鼎沸、热闹非凡的新华路，如今，只看见一人，忘了是一位保安还是一名环卫工人了，这可是上午十点多钟啊。来到红星街，才看见几个匆匆的人，面对此情此景，我不禁脱口而出：过去堵车，心烦，如今没车，心慌。

钟南山，“钟”心为国，迎“南”而上，重于泰“山”。李文亮，用“文”字告诫事实真相，用生命点“亮”医者仁心。女医护人员不是“女神”也不是“女王”，而是抗疫战斗中一名劳动者。以上这些文字或配图或配上文章在朋友圈发出后，引起了强烈共鸣。

非常时期，非常画作。知名画家韩秀强根据新冠肺炎疫情防控期间对人们的要求，他用手中的笔，不断推出力作，一组组生动形象，配合疫情防控宣传的画作呈现在大家面前，我有幸参与了其中的文字写作。

您瞧，一幅幅画作惹人喜欢，跃然纸上，看后让人难忘。再瞧，一幅幅画作生动活泼，栩栩如生，看后让人印象深刻。您再瞧，一幅幅画作构思巧妙，思想性强，让人回味无穷。“罩”遥过市(超市)。临危不“聚”(聚会)。川流不“惜”(洗手)。行之有“消”(消毒)。不约而同：不约会，都同意。别来无恙：你别来，都无病。敬而远之：保持距离，就是尊敬。通风报信：多通风，多汇报自己身体状况。

“有雪有风还有雨，春夏秋冬来等您。《太行暖雪》需要您的呵护。一旦关注，难以自拔。”简洁、风趣、幽默的公众号介绍吸引着人们，疫情期间，有思想的《太行暖雪》应运而生，几位朋友听完我对该公众号主题、栏目设置情况介绍后连声说好。

伍

非典期间，我曾写下新闻特写：非典，挡不住阳光。新冠肺炎疫情期间我又写了新闻特写：曙光，就在前面。尽管人不在抗疫一线，但心仍系“疫”线，手中的笔要冲到“疫”线，用手中的笔为抗击疫情作贡献。

邢台广播电视台《行风热线》是中国新闻名专栏，是中国广播电视媒体开办的第一个热线理政类节目，我了解到，他们在为坚决打赢疫情防控人民战争、总体战、阻击战又发挥了重要作用。为此，国家重点新闻网站《中国网》刊发长文：《名专栏又显威》，全文分《力同心保卫家园鼓舞人》《我在武汉挺好的受人赞》《平凡如你，感谢有你暖人心》三个内容，详细介绍了他们在战疫情中的典型做法。“报中之报”——《中国新闻出版广电报》又在显要位置刊发。

《邢台广播电视报》在抗击疫情中扬长补短，另辟蹊径、精心设计版面，使老报焕发了青春，发挥了应有的作用，让人刮目相看。于是，有了《“老”报焕发“青春”》一文。

《小小电池寄深情》讲的是音尚听力助听器高级验配师许菊雷在疫情期间一个感人故事。她接到一个个助听器佩戴者没有电池的求助电话后，心里着急和不安。她深知，助听器电量不足，给患者带来的是很不方便和苦恼，她想尽办法，终于将电池送出。邢台市名航科技计算机有限公司郝利伟总经理和他的员工，在年会上齐声朗诵《员工规》而引发人们热议，赢得大家赞誉。于是，4000字工作通讯《为名航科技“员工规”喝彩》呈现在大家面前。网络知名大V马健用自己手中的镜头，拍摄了一个个难以忘怀的精彩故事，凸显出社会正能量，于是，4000字通讯《一位摄影人的追求》完成了。

以上这些稿件，或在主流媒体上刊发，或被有影响的自媒体采用，因此，受众面较大，阅读量可观，社会影响大，宣传效果好。

陆

抗疫期间，邢台广播电视台新闻广播频率举办了主题为“邀你一起全城接力！‘我相信’”的宣传活动。我推荐了邢台市书法家协会副主席韩德广，邢台市钢笔画协会主席韩秀强，音尚听力总经理许菊雷等行业中翘楚。他(她)们用铿锵有力的声音呼喊：战胜疫情，迎接新生活。

疫情出现好转之后，不少省(市、区)发出文件，一些饭店陆续复工，堂食开业。有的地方领导为拉动经济，带头去饭店吃饭，这本是一件好事，可有的媒体人云亦云，新闻稿有一句“领导自费掏腰包”，成了此类新闻标配。殊不知，还是普通人来到饭店消费的多，如果动下脑子，另辟蹊径写一篇百姓走进饭店的新闻，其宣传效果也会更好。由此，我想起了“四力”，作为新闻工作者，如果没有“四力”精神，写不了好新闻。

一个优秀的记者不仅要记录，更重要的是思考。记录的是历史，思考的是未来。

别了！新冠肺炎疫情。但愿今后永远不再写这样的“宅家”散记。

祝我们伟大的祖国明天更加美好。
(作者系邢台广播电视台高级记者)
(微信号 18831900707)