

“时光邮局”启封，见证3年蜕变

# 高考倒计时！高三学子在岁月信件中获冲刺力量

今日女报/凤凰网实习生 谭如意 记者 江昌法

6月4日，距离高考只有短短3天。长沙市望城区第一中学高三2216班的李佳轻轻展开三年前的信件，看到信中那句“热情开朗是你的外壳，里面藏着怯懦、虚荣和胆小，但这就是最真实的你”，她会心一笑。

5月30日，望城区第一中学的校园里，900多名高三学生与过去的自己完成了一场跨时空对话——他们从“时光邮局”里找回当年写下的亲笔信，当信件被逐一启封，有的人对着当年稚气的豪言轻声调侃，有的人因字句里滚烫的期待眼眶发热，有的人从往昔的困惑中望见未来的星光，还有人摩挲着泛黄信纸，与过去的自己温柔和解……

这场学校为毕业生举行的“时光邮局”启封仪式，如一阵温柔的风，掠过紧张的备考时光，让学子们在回望来路时，从岁月信件中汲取到内心最坚定的力量。

## 三年蜕变 从焦虑书写到自信答卷

“人生就像茶叶蛋，需要裂缝才能入味。”重读三年前的信件，李佳指着这句话感慨：“那些考砸的失落、排名的焦虑，可不就是让我‘入味’的裂缝嘛！”

她仍清晰地记得高一那年的场景：刚踏入高中校门的自己，在统一分发的信纸上写下对未来的憧憬与内心焦虑。这封信被郑重封存，由学校保管，直到高考冲刺的关键时刻才“物归原主”。

此刻，信纸上一段温暖的文字让她指尖微颤——高一期考前夕，窗外下着淅淅沥沥的雨，她随口一句“学累了”，父母竟深夜开车接她回家。“那晚一家人围坐吃水果、聊天的时光，成了我后来无数个奋斗夜晚的‘能量补给’。”纸张间仿佛还氤氲着当时的暖意。

如今的李佳，早已不是那个因考试失利而自我怀疑的女孩。

面对错题，她会拿着试卷追着老师求解，“不搞懂不罢休”；面对排山倒海的复习资料，她摸索出高效的时间管理法，用错题本精准攻克薄弱环节。最近一次模拟考，她凭借扎实的知识功底和沉稳的心态脱颖而出。当同学惊叹于她的进步时，只有她知道，是多少个日夜夜的坚持才将自己打磨成今日自信笃定的模样。

“我以前总觉得分数代表一切。”重读信件后，她告诉今日女报/凤凰网记者，“现在才明白，学会与压力和解，才是成长中最重要的课题之一。”

## 时空对话 从性别刻板到能力觉醒

与同班同学李佳一样，吴嘉睿在重读三年前的信件时，也完成了一场与过去自己的深度对话。泛黄的信纸上，曾为沉迷小说自责、担忧人际关系影响学业的高一少女，字里行间却藏着倔强：

“高考失利又如何？人生的容错率远比想象中高。”

当天，另一封特殊的信件引起了活动发起者、心理老师谭烨的关注。2211班的刘斯琪曾在信中写下“物理27分！周考数学倒数第四！”的沮丧话语，如今已被稳步提升的成绩单覆盖。更令谭烨欣慰的是，刘斯琪的心态从“只求及格”的忐忑，蜕变成“应当冲击卓越”的笃定。信纸上小小的目标，恰恰反衬出她今日视野的开阔。

这场跨越时光的对话，让学子们在泪光与微笑中，清晰触摸到内心从青涩走向坚韧的成长脉络。谭烨向今日女报/凤凰网记者透露：“据不完全统计，超80%的学生达到或超越信中设定的目标；超60%的女生曾在信中倾诉‘成绩焦虑’，而启封时，她们更多为自己‘独立解决问题’的能力感到骄傲。”

“这些书信就像‘时光胶囊’，

见证着学生们的蜕变。”谭烨感慨道，“重读信件时，学生们的心态比高一写信时成熟许多，这些文字更照见了女孩们突破性别刻板印象的成长轨迹。”

## 双向奔赴 托起“青春护航网”

高考冲刺的号角早已吹响，而湖南高三师生间的温暖故事也在悄然上演。除了“时光邮局”启封仪式，还有不少老师为高三学子送上的特殊礼物。

5月16日，长沙麓山国际实验学校高三年级英语老师邓斌为所教学生定制了高考登机牌钥匙扣——每个钥匙扣上有同学的名字，还融合了高考开考时间等元素。同学们惊喜又感动，放在手中看了又看，邓斌告诉大家：“祝大家一切美好环环相扣，前

程似锦。”

师生间的温暖从不是单向守护。当邓斌老师用定制钥匙扣为学生编织祝福时，永州市第四中学的校园里正上演着一场动人的双向奔赴。

一个多月前，学校高三语文老师杨玉君不慎崴脚，医生叮嘱静养。可念着冲刺高考的学生们，她坚持重返讲台。此后，课

堂内外便有了这样的温馨画面：她单腿站立授课时，学生会提前备好椅子让她扶靠；上语文课前，总有人主动到办公室帮她拿教学用书；走廊里遇见坐轮椅的她，路过的学生都会快步上前，推着她穿行在校园里。

“先生之风，山高水长；轮椅为舟，载渡书海。”学生们悄悄塞进她手里的纸条，让杨玉君红了眼眶。她感慨道：“古人说‘祸兮福所倚’，或许这副拐杖真的成了大家奋进路上的精神之光。”

当师生间的温情在校园里流淌，一场覆盖全省的“高考护航行动”正同步展开。今日女报/凤凰网记者了解到，目前，湖南省教育厅已联合公安、交通、医疗等多部门启动专项保障，AI智能调度为赶考路疏通堵点，就医绿色通道为考生健康护航等。

三湘大地上，暖心举措正以不同的姿态汇聚成河，用无声的陪伴和有形的创意，为考生托起一场充满温度的“青春成人礼”。



湖南湘江新区举行岳麓山品牌建设工作推进会

# 《致敬岳麓山三部曲》新书重磅发布，呈现湖湘文化史

今日女报/凤凰网记者 李诗韵

赓续千年文脉，筑强时代品牌。6月3日，湖南湘江新区举行岳麓山品牌建设工作推进会，通过成果展示、联盟签约、新书发售、主题研讨等形式，共谋岳麓山品牌发展新未来。湖南省人大教科文卫委主任委员蒋祖烜，长沙市委副书记、湖南湘江新区（长沙高新区）党委书记、岳麓区委书记谭勇，湖南省文旅厅党组成员、副厅长廖健等出席。岳麓山风景名胜区管理局党委书记杨淑岚主持会议。

湖南湘江新区宣传工作部部长，岳麓区委常委、宣传部部长刘雄辉致欢迎辞，系统推介了“岳麓山品牌建设三年行动计划”的实施成果。三年来，在省委、省政府的高位推动和湘江新区管委会的统筹部署下，岳麓山品牌建设围绕“人文麓山、生态麓景、



《致敬岳麓山三部曲》新书重磅发布。

科创麓谷、数字麓城”四张名片持续发力，成效斐然。岳麓山风景名胜区核心地标魅力与影响力日益增强。未来，新区将持续深化推动“岳麓山品牌”战略规划、资源整合、形象传播、产品创新及管理服务优化等方面的突破性进展，奋力描绘岳麓山风景名胜区迈向世界级旅游目的地的宏伟蓝图。

会上颁发了新一届“麓枫奖”。中国内地青年男高音歌唱家张映龙等6人签约“品牌推荐官”，长沙市应急局四级调研员曾红涛等17人成为“时光守护者”。其中，长沙市岳麓山风景名胜区管理局工作人员江兰芬、阎友兰，橘子洲景区管理处宣讲员贺婷以及橘子洲公司观光旅游车队驾驶员周娇等4位女性

获奖。获奖代表涵盖景区一线员工、景区管理、生态保护、科研教育、应急消防、志愿服务、街道社区等多元领域，他们以跨行业的专业力量共同守护、传播、擦亮岳麓山文化名片，让千年岳麓永葆青春活力，成为岳麓山品牌最坚实的力量与最生动的名片。

本次推进会上，由岳麓山风景名胜区管理局倾力打造的“岳麓山新时代文艺丛书”《致敬岳麓山三部曲》新书重磅发布。

《百年群英》《千年弦歌》《万年青翠》三部巨著分别从红色基因、历史文脉、生态文明三个维度，立体书写岳麓山的壮阔史诗和精神丰碑，以文学的形式为湖湘文化立心、立言、立传，呈现出一部立体的湖湘文化史。作者王开林、谢宗玉、黄耀红亲临现场，向湖南省图书馆地方文献部主任夏雨雨、长沙市图书馆馆长

王自洋、湖南湘江新区（岳麓区）图书馆馆长邓薇郑重赠书。岳麓山风景名胜区管理局总工程师曾常清代表管理局接收三馆收藏证书，象征着这份承载湖湘精神内核与名山记忆的文化厚礼正式汇入公共知识宝库，将为弘扬湖湘文化、传承红色基因、建设生态文明注入澎湃动力。

岳麓山风景名胜区作为湖湘文旅金名片，其发展至关重要。谭勇指出，岳麓山作为“湖湘文化高地”“长沙城市客厅”，近年来，湘江新区全方位推进岳麓山品牌建设，岳麓山已成为湖南打造“世界级旅游目的地”的核心支点、长沙建设“文旅名城”的璀璨明珠。在岳麓山品牌的引领下，2024年新区接待国内外游客超4000万人次，实现旅游总收入450亿元，连续跻身全国旅游综合实力百强区。