

卷首语

茶乃植物之类，然茶远非同类植被所能拟也。茶者，既曰嘉木，亦称文化。中华先民历经千年所蕴之茶，其芬芳已沁入世人心扉，久矣。茶之历史，源长悠远也。追及炎帝神龙之世，便闻饮茶之事，其间历代文人

名流多涉其事，如周公、晏婴、杨雄、司马相如、谢安，皆精通此艺，可谓绝伦之

辈。近世以降，饮茶之人，迹遍天下。才子喝得，佳人亦可喝得；名流喝得，百姓亦可喝得；百叟喝得，黄孺亦可喝得。可见其风靡受赏之风何等蔚然！今某不才，愿付以文字，略谈饮茶之文化内涵，不敢恃才卖弄，只愿将己之饮茶一二心得，同诸君分勉。

若以所饮之物划分，饮概有三类：有饮水、有饮酒、有饮茶。

何时饮水？口渴难耐之时，以瓢盛之，仰首开怀，一灌而尽，大呼：“爽哉！”

何时饮酒？胸中苦水沸腾，世

道艰辛难越，此时最宜把酒盈盏，豪歌醉饮，一饮而尽，痛呼：“快哉！”

何时饮茶？择幽静之处，汲清凌之泉，以文火煨之，待清沸之时，闻茶之清香，细饮而尽，顿呼：“妙哉！”

所饮之物，差异不若天壤之别，意境之深远却何以有泾渭之分？

不才小子曰：其饮，亦如其人。

少时童真无邪无牵挂，只觉世道皆浅，此如饮水之无味；

壮时志满胸怀难施展，只觉世道皆深，此如饮酒之有味；

老时飞鹤过往留闲云，只觉世道皆逝，此如饮茶之无味亦有味。

故曰：少时饮水，壮时饮酒，老时饮茶。

饮茶所感



2010年4月第16期



主办：共青团淮南市

楚州中学委员会

编辑出版：青春文学社

总 编：武龙宝

副总编：张乃宝

顾 问：金步兵 朱锦富

朱傲雪 张书海

咸春华

主 编：陈 军

编 委：孙清华 卢顺贞

唐学超 张桂勇

金 荣 金国春

姜怀智 田 原

特别鸣谢：

楚州中学语文学科组

楚州中学心理咨询室

E-mail: hacztwqc@163.com

卷首语

饮茶所感

感悟清明

二叔,你在哪里……………高一(3)任紫伟 1
 那些时候……………高一(4)杨云华 3
 愿爷爷安息……………高二(20)徐常虹 4
 飘向天堂的芬芳……………高二(2)于舒航 5
 悼念爷爷……………高二(2)唐 松 6
 如果爱有来生……………高二(2)无可奈何 7
 怀念亲人……………高二(2)张梦圆 8

与爱同行

感动中国……………高二慕北北 11
 拟蝶恋花谢师恩……………高一(19)星 13
 您在我心里……………高一(3)谢 笠 24

教师新作

修身处世莫忘恩……………卢顺贞老师 31
 珍惜富有,珍惜贫穷……………葛小云老师 38

至真亲情

感悟亲情……………高三(3)胡洋 10
 同样一个家……………二泉映月 17

诗歌荟萃

叶……………筱 8
 关于一把伞的猜想……………高一(2)洛丽塔 12
 梦……………高一(6)王 盼 15
 流光恋舞……………高一(2)爱 寐 19
 曹操……………手 套 13
 非攻……………高一(5)王天龙 26
 时光小鸟……………筱 30

青春风铃

我为你祝福……………高二 羽在飞 26
 我们这个年纪……………高一(4)丁杨男 37

CONTENTS 目录

人生感悟

- 如果忘不了……………高二 丝 忆 2
每条路都有终点……………高一(3)高立鹏 12
做人要“不满足”……………高二(2)葛明月 14
阳光总在风雨后……………高一(19)星 19
做人要诚实……………高二(7)纪以模 25
施舍……………高一(19)信 宇 30
人需要有自知之明……………高二(20)柏丽丽 33
自己的世界……………高三(3)孟 丹 35

菁菁校园

- 我们,这样经历生活……………高三(3)邵 帅 9
朋友,保重……………高三(20)绝对零度 18
校运动会……………高一(5)夜千风 19
追随……………高二(2)1/2的顶点 27

生活百味

- 读书不“破”,岂能有神……………高一(19)星 13
魅力之我见……………高三(8)江 城 15
谈挫折……………高一(3)杨雨鑫 16
人是要有点精神的……………高一(4)董晨花 28
年味变浓了……………高二(8)董 荣 29
年味变淡了……………高二(8)范 谦 34

拥抱自然

- 怀想天空……………高一(4)梁 婷 32
我属于那儿……………高三(2)马 丹 36

美文欣赏

- 我们离家的日子,他们还好吗?……………21
不一样的握手……………23

开心一笑

- 甬坐坏了 等……………20

心理咨询

- 姜老师心理工作室……………39

《青春》文学社征稿启事

一、稿件要求

- (1)作品一定是原创。
(2)作品尽量反映校园五彩生活,体裁不限。

(3)语言优美精炼,笔法奇特,字数在800字左右,也欢迎8000字以内的优秀中篇作品连载。

二、注意事项

(1)投稿请注明班级、姓名,有指导老师的请注明指导老师姓名。

(2)稿件提倡以word电子文本形式投稿;不能以电子文稿投稿的,也可以用方格纸誊写清楚投入《青春》稿件箱。

三、联系方式

(1)电子信箱:

hacztwqc@163.com

(2)联系电话:

田原老师

13852340188



轻轻地呼唤着你，你在哪里。清明已至，您的离去让准备欢乐度过新年的我们措手不及。还没有从悲伤中走出的我们又因清明的到来而更加难过。您生前的幕幕又浮现在我的脑海。悲伤的情景又一次展现。

寒假的第一天，父亲到学校接我回家，眼圈青黑，眉头紧锁，白发渐多，青渣满腮，我知道，他又熬夜了。也知道，你的病情又恶化了。坐在车里，沉默的气氛压得我透不过气来。想找点儿开心的话题，却发现这不是一个讲开心事的时候。一路颠簸，犹如我的心情，紧张而害怕。到了家，临下车时，父亲要我多陪陪二叔。我的心顿时疼了起来。走进屋子，昏暗的灯光下，我看到了二叔。

他在地上！

他睡在地上！

他在寒冷的正月拖着病重的身体睡在寒气逼人的地上！

“二叔身体越来越虚弱了。每次上厕所都要人帮忙。我们几个大男人站在床上不方便，就把他安排在地上。铺了很多层被子的。别担心”爸爸悄声告诉我。可

二叔，你在哪里

高一(3)班 任紫伟

再多的被子也抵不住这正月的寒气呀。似乎有什么湿润的东西要从眼睛里流出，我眨了眨眼睛，跪坐在被子上，二叔昏睡着。他瘦骨嶙峋的样子让人很难想象两年前的他是我们村子里最健壮的男人。现在的二叔是皮包骨头了。

我轻声叫唤着他。他渐渐苏醒过来。眼皮显得很沉重。睁开眼睛这一看似简简单单的动作对他来说似乎已万分艰难了。他应了我。喊着我的小名，含糊不清的言语，急促的呼吸，深深陷下去的浑浊的眼珠。眼泪终于落了下来。我慌忙起身，跑进厕所，双手抱肩，蹲下身去，再也忍不住，眼泪夺眶而出。

我的天空变得灰暗，就像二叔深陷在眼珠里混浊的灰色。

二叔他非常疼我，从小便是这样。只要有我在，他的两个女儿——我的姐姐和妹妹似乎成了外人。他的宝贝鸽子别人想都别想。我却可以让他烧鸽子给我吃。即使我不在家，他也会从馋嘴妹妹口中留下最鲜嫩的肉。除了爸爸和妈妈外，二叔便是我最爱的亲人了。

可是最爱的亲人却变成了这样。我无能为力。只能眼睁睁地看着他在癌症的折磨下从一个高大强壮的人变成了一个虚弱不堪的人。无能为力。只能不断地鼓励他，可那些鼓励的话语有时候连自己也无法相信。

我一直陪着二叔，和他说一些学校的

如果忘不了

高二 丝忆



我想说的是,如果忘不了就别强迫自己忘却。

我们想忘记曾经一段痛苦的回忆,随着时间的洗涤我们认为自己忘掉了,但在某个清晨,大脑中的某此记忆细胞又开始蠢蠢欲动,才发现原来记忆又似抽丝般一点一点清晰,那件事、那些人、那年、那月,又怎一个忘字了得,毕竟痛的伤,无法完全愈合。

那么就别强迫自己忘却。

将那些记忆浅藏在心里,当作今后生命的养分,想吟唱就大胆地会心地轻轻浅唱,别逼着自己越想忘记痛却越痛,毕竟我们不是圣贤,毕竟有故事的人生才精彩。不似一张白纸来又一张白纸去,幸福如履薄冰!

责任编辑:张桂勇

事,回忆童年他对我的宠爱。二叔清醒的时候能够说很多很多的话,吃下一大碗的面条。昏迷的时候,二叔会说一些糊涂伤人的话,他会不停地说“死”这个字。常让年迈的爷爷奶奶泪流不断,让坚强的姑姑和爸爸哭红眼圈。我只能握住他的手,在他疼痛的时候,告诉他,我在旁边。

那灰色在寒假的第三天彻底变了,7点53分。我直盯盯地看着钟,很久很久,到了泪流满面都不知道。耳旁的哭声似乎离我很远很远。泪眼朦胧中,我看见奶奶哭倒。我跑过去。我以冰凉的手去温暖奶奶冰凉的手。我不能让身体不好的奶奶一个人面对痛楚。泪水中,混浊的灰色变成了哀伤的黑色。

三天忙碌后,离开火葬场的时候,和我们出来的就只有红布里的骨灰了。二叔随着烟囱里的滚滚黑烟去了天国,没有疾病的天国。

望着窗外不断变幻的风景。在我脑海里闪过二叔对我好的一幕幕。从过去

到现在,亲爱的二叔,对您来说死亡是解脱。可这解脱的背后,还有您对妻子的愧疚,对孩子的自责和对父母的无言,听着您沉重的呼吸声渐渐消逝,心里的那句话始终没有说出口。

想告诉你,我很爱你。

窗外的颜色变幻着。红色,灰色,蓝色,黑色。以后,会是什么颜色呢?

现在,清明,我们去祭奠你。看在你的坟头亲手种下了一棵不小的柳树。柳叶在风中飘荡,犹如一双手在呼喊和招唤。二叔,你可知道,这就是我们在呼喊着你,在想念着你。

可你,现在在哪里?

柳叶微黄,春风拂过,发出沙沙声响,似乎在回答:我呀,我一直在你们的心里。

指导老师:孙清华

(注:本文为清明节征文比赛一等奖作文)

那些时候

高一(七)班
杨云华

那年,我五岁,您七十岁。

第一次,您带着我去磨房;

青灰色的大理石叠加在一起,一根劣迹斑斑的木棍,静静地等待着。

于是,水和黄豆,

从您的指缝间滑过。

您捏着我们的脸蛋说:

“今晚我们可以喝豆浆了!”

我馋馋地盯着豆汁,

您紧握木棍,躬着腰,一圈一圈,摇着,摇着。

那年,我七岁,您七十二岁。

第一次您带我去田野;

无边的麦浪此起彼伏,

成群金黄色的小鹅,

欢快地嬉戏着。

一根扎着“红丝带的竹竿”,

在您的手中扬起。

您轻弹着我的嘴唇说:

“以后,你就有蛋吃了!”

我美滋滋地凝视着鹅儿,

您口吹哨子,挺直腰杆,

一趟一趟地,

赶着,赶着。

那年,我八岁,您七十三岁。

第一次,您带我去集市;

水泄不通的街道热闹非凡,

一排排琳琅满目的商品,整齐地排列着。

一个红色的卡通书包,

在您的掌心托起。

您爱抚着我的头说:

“明天,你就去上学喽!”

我憧憬地看着书包,

您掏出鹅腥味的纸钱包,低着头

一张一张地

数着数着。

那一年,我十五岁,您八十岁。

第一次,我自己来到了您的病房;

雪白的墙壁冷冷清清,

骨瘦如柴的身体陷在床垫里。

沉默着。

一根长长的输液管,

与您的血管紧连。

您拭去我的眼泪坚强地说:

“等拿掉它,爷爷就好了!”

我只是模糊地看着您,

那黄纸般的脸。

您颤抖着双手,拿出了一支笔和一个纸钱包,

给了我。

我任泪水肆虐着,

静静地,

守候着您,

直到您不再睁眼。

“爷爷!”

指导老师:孙清华

(注:本文为清明节征文比赛一等奖作文)

春风和熙,阳光明媚,可我的心却冷到极点,只因爷爷不在我的身边。

爷爷离开我已经五年了,可我却始终无法释怀,总觉得爷爷就在我的身边从未走远。此刻,我多么希望真的有天堂这一说法,这样,善良的爷爷应该会变做天使守护我的吧!

又是一年清明节,爷爷,我正跪在您的坟前,想像着此刻的您正用您那温柔的目光,看着我,泪水竟又模糊我的视线。

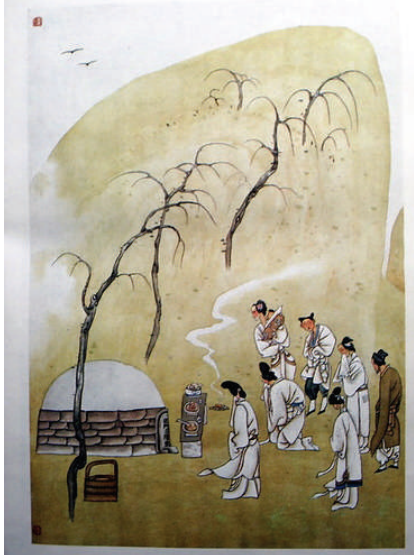
小时候,父母忙着打工赚钱,将二岁的我托付给您照顾,您并没有将我当作包袱,而是

您酷爱读书,一有空闲,您就会坐在庭院中看书。有了我后,您便会让我坐在您的腿上,调皮的我对您的厚厚的书很感兴趣,总会不时伸手去翻书页,打扰您看书。而您却不会生气,反而开怀大笑说:“我们宝宝将来一定会有大出息,这么小就想读书。”虽然不懂您在说什么,但是见您乐我也乐了,因为那时的您是大家心里明白,您在等暑假。可您却终究没有挨到暑假……跪倒在您的坟前我大声嚎哭,哭您没有等我,哭您的哀痛与不舍,哭您和我的缘分已尽,爷爷,不知那声声撕人心肺的嚎哭您可曾听到?

爷爷,您的“宝宝”不会让您失望的,您就安心地长息于此吧!爷爷,您看到坟前的那一株菊花了吗?它会替我长伴您左右的。愿爷爷安息……

愿爷爷安息

高二(20)班 徐常虹



将我当作上天赐予您的宝物。于是,我小时候的记忆中就有了一个温柔的您。

的一片天。

您得癌症的事,我是最后一个知道的,因为您怕耽误我学习,不准家里人告诉我。待我得知这个消息时您已经走了,我终究没有见到您最后一面。奶奶告诉我说,在您病入膏肓无法正常说话时,您也只会吃力地念叨“宝宝”这两个字。叔叔看不过去,想说让我回来看看您,您却拼命摇头,大

指导老师:李马云

窗外的细雨依旧在低声泣诉,如丝般,一滴一滴敲打在我心头,似乎在诉说着缕缕的忧愁。又值清明时,爷爷,天堂的你还好吗?您是否听到我的呼唤与思念?您是否闻到了那一抹飘向天堂的爱的芬芳?……

爷爷,您还记得吗?老家村子前的那条小溪,溪水潺潺,流动在我童年的记忆里。那时,您总会叼着烟斗牵着我的小手坐在溪边,躺在您的怀里,一股淡淡的烟草香味,总让人觉得很舒心。夏天,您会为我卷起裤脚,就这样,让我赤着脚站在水里,感受着溪水抚摩每一寸肌肤的温柔,就会忘却心中所有所有的烦恼;我也会用充满童稚的声音给您唱新学会的儿歌,您总会笑盈盈地看着我说:“乖孙女的歌真甜啊!每一句都唱到了爷爷的心窝里。”温暖的阳光洒满心间,我也总是认为,那陪伴会有一辈子那样绵长,绵长……

爷爷,您还记得吗?那些您给我买的小人书,您教给我的唐诗……从小,我便喜欢看书,似乎,只有在看书的时候平时热闹欢腾的我才会安静下来,您也总会给我买来好多好看的书。夏日的傍晚,您还会摇着蒲扇给我讲故事,一个又一个故事,把我带进了安谧而甜美的梦乡。还有还有,您教我背的那些唐诗,您会给我描述诗中的情境,会给我讲诗中提及的典故,那时候,总以为您是世上最有学问,最了不起的人。爷爷,您传授的知识,您买的小人书会永远散发着浓浓的油墨芳香,



如同您的爱,恒久,比天长……

爷爷,您还记得吗?长大了一些,似乎大部分的时间都贡献给了书本,鲜有

时间陪伴在您身旁,每次只能看到您的背影——落寞、背微驼、孤独地叼着烟斗……您对我的关心,也只是匆匆地询问和应答,转身便离。在一起的时间少了,距离似乎就更远了,再也没有昔日的那种亲密与依恋。可您,依旧给我买精美的书籍,给我留好吃的东西。爷爷,您的爱深沉而悠长,一点一滴,留驻在我心间……

爷爷,我清楚地记得,您离去的那一天,脸上的表情恬静而安详,那时的您,已无力再讲些什么,您只是握住我的手,意味深长……爷爷,我记住了您期许的眼神,我懂,我都懂……

爷爷,我记起您跑了整整一条街只为了买回我爱吃的糖葫芦;爷爷,我记起您亲手为我做的那只放飞梦想的风筝;爷爷,我记起了所有的所有,每一个您为我编织的七彩梦……

又是清明节,天空依旧飘洒着细细的雨丝,爷爷,我独自一人伫立在您坟前,轻柔的雨丝仿佛您的脸,甜甜的滋味;如同您对我的关爱,甜蜜如昔。愿我心中那一抹爱的芬芳,飘向您所在的天堂……

指导老师:朱筱筠

(注:本文为清明节征文比赛一等奖作文)

悼念爷爷

高二(2)班 唐松

爷爷,我来看你了,坟头上青青的草间露珠闪闪。捧起一杯黄土,心里有一股酸楚楚的痛。

您走的那一天我连您的最后一面都没有见着。等我赶到时您已经永远闭上了您那双慈祥的眼睛。当您从抢救室被推出时,我强忍的泪水还是打湿了脸颊,在来医院的路上我就不断地告诫自己一定要坚强,因为妈妈还需要我去安慰。就在您走的前几天妈妈还嘱咐我,要代替她去探望您。可您却走得那么突然,就差一天就是星期日了,您为什么不等我,周末我就要去看望您了?

至少我仍清晰地记得您走前一个月给您祝寿的



情景。那晚您笑得是那么的开心。您还让我亲手给您盛了碗面条,您还和我开玩笑地说,等您过一百岁的时候就该是您的曾孙给您盛了,令人意想不到的,您八十大寿时的宴会却成了我们的永别。美好的时光只有一瞬,最珍贵的也容易失去。爷爷,您老了,我总希望长大后接您去乡下一起住,守护着您。您一直都希望在老家安度晚年,可如今,您的愿望都还没有实现,您怎么就走了呢?

爷爷,今天是清明,我带着您最爱的金银花来看您了。再过些日子舅舅家就要拆迁了,我知道您和金银花有很深的感情,于是我便把它移植了过来。就让它代我守候您吧!您还记得小时候我总爱把您小心呵护的金银花都摘了,您追赶我的场景吧!那时的您是多么的硬朗啊,我总会被您抓住。如今,我小心翼翼地

把金银花栽种在了爷爷您的坟旁。再过些日子等到春暖花开的时候,金银花也该开了,您又可以看到和您相守了十几年的金银花了。听妈妈说,奶奶生平很喜欢金银花,于是您便在奶奶去世后院子里栽了一株金银花。十几年了金银花也由当初的一株长成了一簇,相信不久金银花将爬满您的坟头,它见证了您对奶奶的思念,它将陪您和奶奶长眠在家乡的沃土上。此时我不禁又回味起金银花的味道,甜甜的,有股幽幽的清香,我仿佛看到了您远去的身影,心中一动,口中的甜味淡了。淡淡的,取而代之的是一丝丝的苦味爬满了舌尖,也爬上了我的心头……

您墓碑上的字迹渐渐地在我的眼中模糊了。天虽格外的晴朗,但我的心情却一直阴沉,我拖着沉重的步伐消失在傍晚的余辉中。

指导老师:朱筱筠

(注:本文为清明节征文比赛一等奖作文)

如果爱有来生

高二(2)班 无可奈何

淅沥的小雨依旧在淅淅着，双颊边的枕巾已湿了一大半，三天了，又梦到你。我披上外衣，辗转来到了你的小屋前，昔日光秃秃的小屋如今已是杂草重生，两边的墙壁布满了爬山虎，雨下的叶子青翠欲滴。

眼前又是一片模糊，生时的你是那样的爱干净又怎会让这片杂草在这里生根？我摸索着打开门，眼前的摆设还是你走时的那样，整洁又清爽。在那一张窄窄的小床上，我仿佛又看了一对互相依偎的祖孙俩，你轻轻地拍打着我的身体哼唱着不知名的歌谣哄我入睡。记不清是多少个无眠的夜，却能枕着你的歌声入睡。指间划过厚厚的棉絮，触摸着你残留下的体温，感受着你离开的孤独。

枕边的那件小棉袄，是你最后的一件作品。我搬离你的小屋后，你还保留着我上学时的习惯：每天将我要穿的衣服放在枕边将我用过的旧书包挂在墙上，你说：这样第二天上学就不用到处找了。那次我骑着脚踏车带着妈妈来到你的小屋。一阵熟悉的车铃是别样的门铃“是小莉吧！”你探出门外的笑脸，犹如一朵晚秋的菊花，孤独却透露着“夕阳无限好”的芬芳。

“妈，这是些营养品，你补补吧！”妈妈将那一包外婆不要的补品丢在你的床上。你那弯弯上扬的嘴角轻轻地颤抖了一下，眉边的皱纹更深了随即你又恢

复淡定，“不用了，你们有这份心就行了。”一阵寂静，尴尬的味道冲撞着每个人的嗅觉。“还是你留着吧，我还要送莉莉上学，时候不早了，要走了。”妈妈似乎有些不耐烦了，拿起包，转身就走，你嚅动了几下嘴唇，似乎在说些什么？却被妈妈嗒嗒的高跟鞋的敲击声淹没了。

记忆定格在那一幅暮秋图上：一位孤独的老人，从半开的门里探出半个身子，一只犹如枯槁的手扬在半空中，两行浑浊的老泪滑过千沟万壑的面颊，饱含了多少对儿女的牵绊与思念。一排南飞的大雁划过蓝天，低深的孤鸣，响彻云野。

又落泪了，奶奶多少个不眠的夜你独守孤房，又有多少个深眠的夜我入你梦。多少次，你呢喃着我的名字，而我却不曾出现。今夜，我在心底深深地呼唤而你却又在何方。

我扣上门环，穿过薄薄的雨帘，又回到了房间，枕着湿漉漉的枕头，难以入眠，今夜你还会再入我梦吗？

如果爱有来生，就让我为你承受那份晚年的悲伤与孤独。

如果爱有来生，就让你每夜枕我入眠吧！我渴望着，你的梦中有我的存在。

(清明，特以此文忆奶奶)

责任编辑：陈桂勇

十八年了,我已经度过了十八个清明节,我不知道你长什么样,但我清楚地记得每年清明我都会给你磕头,小时候,我也中是模仿爸爸的动作,根本不知道这里面意味着什么,后来我才知道,这坟里躺的是您——我的爷爷,原来一直以来我都在给我爷爷磕头,而这一切在我小时候却浑然不知。

听爸爸对您的描述:“你爷爷长得可帅了,身材高大,为人处事都很好只可惜命短,六十几岁就离他而去,不然就可以过上幸福的日子了……”。爸爸每次说到这,他会忍不住流泪,儿时的我根本不懂得这份感情,再加上我根本就没见过您,所以对“爷爷”这个词感到非常的陌生,渐渐地也就把您淡忘了。直到我上六年级时,老师让我们写一篇作文,题目为《我的爷爷》我这才把您想起来,回到家问爸爸,终于完成了那篇作文,作文事小,打那以后,我觉得我生命中好像少了什么,哦,原来是爷爷的爱。您有两个儿子,我是你最小的孙子,爸爸说您特别喜欢我的,对吗?今年清明,我又去给您磕头,我从未看过您的照片,但当我面对这坟墓

时,我仿佛看到了您,甚至我还能描绘出您的五官长相,爷爷,原谅我那懵懂的儿时孙女爱你。多么希望我可以将您唤醒让您看看您的孙女,我们连一面都还没有见上,您就走了,您怎么狠心这样。我们隔的太远太远了,但这阻止不了我对您的思念。

有人说,即使亲人之间没有见过面,但由于血缘关系,彼此之间都是很熟悉的,所以,爷爷,我为您祈祷,希望您在天堂能够过上爸爸说的幸福生活,也请您在天之灵看看您的孙女,保佑您的孙女健康平安。

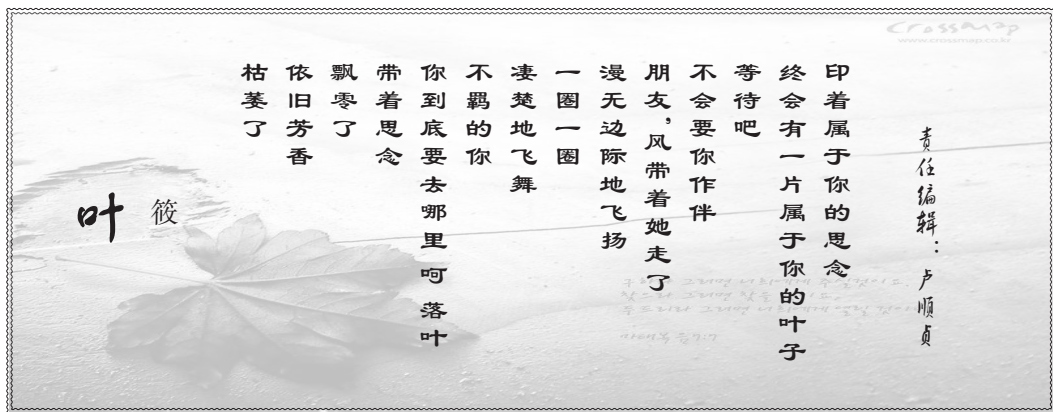
爷爷,我向您保证,无论我在哪里,无论我在干什么,我都会回来看您,为您的坟添添新土,在你的坟上插一根柳枝,让您的坟永远充满生机。

爷爷,我会时常想念你,仰望天空,看您那慈祥的笑容,看您在天堂的幸福生活。我要让您知道,世上有一位热爱你的孙女,一个活泼的女孩。

指导老师:沈静

高一(2)班
张梦圆

怀念亲人



生活是苦，是痛，亦是一种感动。

——题记

风拼命地从不严实的窗缝里钻进热乎乎的教室又像某种情感肆意的钻进脑海。

歌词中的那句“沉默代替所有”让我们体会出了不同的情感，日子在一天天的沉闷中褪去原有的光彩，生活似乎已变成无言的黑白，每次从口中喊出的誓言扯着每个人的神经，就这样不停地追寻着把自己的梦折成纸飞机，飞进炙烤人心的六月，飞往梦寐以求的象牙塔，拼命飞向自己的人生之巅。

渐渐变暗的世界却点缀着柔弱的光。

重复着“三点一线”的生活拉直了我们的思想，不再看曲折的诗意，除了单调还剩下单调，偶然会发现传递的纸条，除了诉说着忧虑，便就是激励的言语，已习惯别人的耳中塞着耳机，这压抑的气氛，也许连音乐都舒缓不了吧，莫名地听到有人叫空虚。是的，这样的生活，除了奋斗，剩下的也只有空虚，我们会把自己的情感凝聚成一个点，引一条射线，延伸至远方，去与现实相遇，然后垂直相交，死死的打个结。我们接受黑暗，为了更好的明白那点光来自哪儿？

梦想在我们的视野里越来越清晰。

曾经的六月我们是带着怎样的热情想沸腾这届高三，岁月却浇灌我们越来越平静地接受一个又一个敲打心灵的现实。挫败与成功一次次磨砺着身心，偶尔莫名的发呆，什么没想，什么没做，只是让那颗时刻埋在生活那水底的心有一次浮出水面喘息的机会。我们都在踮起脚尖眺望梦想与现实这两根看似平行的线在何处会有交结。

我们都在追逐自己的梦，然而单飞的

我们并不孤单。

时针机械地敲打着晚息的节奏，似一种失意打散我们生活的节拍，无声且伴着似有呆滞的目光，心中的郁结该如何排遣？我们在努力用虚幻的梦想驱赶难解的寂寞怅惘，把忧愁拉得长长的，细细的，最后揉成一团，胡乱地撕扯着，却已找不到开头，一句轻声的提醒激励了自己，甩甩发沉的脑袋感激地看了看那熟悉的脸庞，继而又埋进书海。

坚强的我们也经常被细微感动。

在一种充实沉闷的岁月，身体并不娇小却显柔弱，我们都在抵制四面而来的虚弱与疲惫，可并不是次次都能成功。看到××从校医室走来，手中拿着各种新奇的感冒药，又用余光注意到他桌下那一层一叠的药盒，这是他第三次去校医室了吧，为了信念往往忽略病痛。旁人的一句轻描淡写，也许你该去吊瓶水，别折磨自己的身体，不知这句看似无关紧要的话，是否温暖了那颗被病痛压抑的心，而我却分明看到了生活润湿的双眼。

这段流淌在指尖的岁月，有我们无法战胜的存在，于是我们一起安慰，在那种理解支持中走完那段无言时光。

错过流星的我们也不会因为在黑暗中感叹，因为还有更多人对我们默默祝福。

有过悲伤，有过迷茫，更有似咖啡的苦，似泪水的涩，所有努力，都在无言中默默付出，所有希望也会在黑暗中熠熠发光，跌落在时光里的梦会燃烧六月的整个天空。

指导老师：金荣

感悟亲情

高三(3)班 胡洋

不是每一份爱都许得起“山无棱,江水为竭,冬雷震震,夏雨雪,天地合,乃敢与君绝”的誓言;不是每一份情都需要经受“多情自古伤离别,更那堪冷落清秋节”的生离死别。同甘共苦,相濡以沫,也是亲情的体现!

爸是“个体户”,妈是企业员工。爸妈几乎每天都一同骑车外出,又一同回来。

然而我是向来不肯承认他们的爱情或他们的婚姻是幸福的。

他们的爱情,太平凡,太普通;他们的婚姻,太匆忙,太急迫。这样的爱情,这样的婚姻,又怎能担得起“幸福”这样一个甜蜜的词汇呢?

在我看来,要爱,便当如唐玄宗与杨贵妃般,“在天愿做比翼鸟,在地愿为连理枝”,这才是轰轰烈烈的幸福;要爱,便当如焦仲卿与刘兰芝,“孔雀东南飞,五里一徘徊”,这才是生死与共的幸福;要爱,便当如张爱玲之于胡兰成,敢爱敢恨,纵然最后挥剑

斩情丝,不也有一种曾经爱过而痛彻心扉的幸福吗?

然而妈听完我的话后,笑着拍着我的头,说:“你还太小,不懂什么叫幸福,妈幸福着呢。”说完她就笑了,笑得似乎那份甜蜜从心里一直溢了出来,幸福流了满地,都是亲情的温馨啊!

真的吗?难道是我的观点错了?难道他们所谓的幸福能够与我所认为的生离死别、山盟海誓,轰轰烈烈般的幸福画上等号吗?

我开始寻找,寻找幸福,寻找亲情的所在!

我看见妈生病时,爸做好了饭菜,坐在妈旁边一口一口喂着她,又像哄小孩一样哄着她吃下药。妈那本因病而恹恹的脸色在刹那间有了阳光般的灿烂。

我看见妈闲来无事时,为爸梳头,梳着梳着便感叹:“唉,怎么这么多白头发了。”爸回过头来望着妈,笑道:“不都老了吗?”接着两个人便笑开了,彼

此眼中都有一种心照不宣的甜蜜。

我看见妈下班回来,说着:“好累啊,还要做饭。”刚刚还喊累,躺在沙发上的爸立马鲤鱼打挺般跳起来说:“我去做!”妈面带着笑意随爸进了厨房,一会儿便听到妈温柔的呵斥:“你出去,你出去,竟在这里帮倒忙。”

我还看见……

“我能想到最浪漫的事,就是和你一起慢慢变老……”耳旁传来熟悉的旋律。我想,我已经明白了,爸和妈的亲情幸福,在平凡的日常生活中,在琐碎的柴米油盐里,也在那条他们一起走了20年的路上。

不是每一份爱都需要“众里寻他千百度,蓦然回首,那人却在灯火阑珊处”的苦苦追寻;不是每一份情都需要“十年生死两茫茫,不思量,自难忘”的肝肠寸断。执子之手,与子偕老,这才是亲情!

亲情的真谛,我顿悟!

指导老师:全国燕



感动中国

高二 慕北北

“玉树告急，青海告急”使人们又随之一震，电视画面中的城市萧条一片，高楼大厦倒塌了，水源切断了，电力无法供应，玉树此时真的与外界隔绝了吗？地震虽使房屋倒塌，人民震伤，但它震醒中国人民。

“人民生命高于一切”。一位年过半百的老人蹒跚地在行走震区，焦急地面容，欲哭的眼睛，他用沙哑的嗓子大声呼喊。他紧握着失去亲人的孩子的手说：“勇敢点，我们要坚强地活下去。”他冒着风雨，奔走在抗灾第一线，用友善的语言鼓励着人们勇往直前，克服困难。他放下了高高在上的总理地位，用平易近人的态度关心着人们，他的心系着人民的安全，这样的总理我们怎能不感动。

战士们奋不顾身地抢救幸存者，此时的他们无时间来伤心，没有时间来计较自己付出的多少，只有一个信念：“快加快脚

步，急救同胞。”他们日以继日地在废墟中呼喊，当听到废墟下有人回应时，他们脸上的微笑是美丽的迷人的。当记者问他们累不累时，他们用微笑回答，我们不累，现在精神充足，白衣天使们细心地照料着伤者。她们不怕脏，不怕条件的恶劣，他们是用微笑去安慰伤者，给伤者带去无限的信心，她们用耐心和爱心帮助幼小的孩子们走出失去亲人的伤怀中，让他们走出地震阴影中，使天真可爱的他们又回来了。

地震后，全国各地的人们积极捐物，捐款，捐血，有的甚至丢掉工作，放下自己的家庭，奔赴到第一线，用自己的爱帮助他们，用自己的双手去援救我们的同胞。全国各地的采血站采血车前排起了“长队”。他们抽血时，脸上显现出许多表情，但他们包含着同一种心情——希望。

他们用不同的方式不一样的表达，同样的爱心，同样的心情。他们希望尽自己微薄的力量使更多的人早点摆脱痛苦。

地震，震碎了山河，却震不断祖国人民的意志，它震伤了他们躯体，却震不裂人们的团结，震离了亲人，却震不开亲人间的思念。在地震中人们的友情，爱心，亲情，同胞团结之情汇成了一道道乐符，织成一首奋人向上的歌曲，感动着我们每一个人的心。

中国！你让我感动，你让世界感动！

责任编辑：张桂勇

职业没有高低贵贱之分,每个人都可以在自己的岗位上发挥自己的才能,实现自己的价值。人与人互不相同,每个人的路也将不同,世界上没有两片相同的树叶,每个人的人生也将各有特色!但不论你选择了哪一条路,你都得走下去,因为每条路都有它的终点!

进入高中,初中的同学还略有联系。他没有念高中,工作了。他会抱怨,会感叹:真后悔没有好好学习,现在沦落到这么早就参加工作,真羡慕你。其实不然,各人

每条路都有终点

高一(3)班 高立鹏

有各人的痛楚,不必为过去的事来后悔,尊重现实。我们选择了不同的路,但这

两条路没有可比性,学习与工作本质都一样。每条路都会是一条坎坷曲折的路,它们或长或短,或泥泞或平坦。我们不知道它通向何方,不知道我们还要走多久,更不知道我们的路,它的终点,它会带我们走上怎样的高度。

学习与工作实在不能说谁更有优越性,正如人生价值不能以成就来衡量,它没有唯一的标准,就看你能否体现自己的价值,到达路的终点,无愧于心,展示自我的魅力。

每条路都有终点,不要再回首感叹自己的脚印。你认为自己的路错了,错在过去,你选择了难以体现人生的路。不,过去你没错,现在你错了。每条路都会充满挑战,布满荆棘。想一路顺风,没有这样的路,那你还在想自己选择了怎样的路干什么呢?你要做的只有将路踏在脚下,一步步走向终点。不管你选择了怎样的路,不管你走得如何艰辛,感叹只会停歇你的脚步,抱怨让你难以自拔,勇敢地、坚定地走自己的路,每条路都有终点!

不同的路,不同的人生,不同的终点,不同的价值……但都是路,都是人生,都有终点,都有价值。自己的路,勇敢走下去!

关于一把伞的猜想

高一(2)班 洛丽塔

你忘了你的第一个主人是谁。
你的每一位主人也忘记了你。
你在角落里。

你有着鲜艳的红色,
就像上好妆的精致的脸。
你微弱地呼吸着,

和雨冷漠鞭打你时一样的近乎沉默。
和被多少人的手握过?

温暖的触觉,还是断了尽头的纹路,
你连自己,

都快失去到麻木。
现在,

在我的头顶撑开,
你露出对雨敞开怀抱的微笑。

近接你的,是无情的
雷声轰鸣:



拟蝶恋花
谢师恩

高一(16)班 星

情舞，定不忘，此时相助。
颠覆，依然耐心辅。现已身轻尽
幸得恩师指明路，纵我痴狂
出口在何处？
艰难无重数。茫茫学海，迷失途，
三年高中寒窗苦，坎坷险阻，

责任编辑：卢顺贞



曹操

手套

刘家一去群雄起，逐鹿中原曹操鸣。
东临碣石观沧海，天下归心短歌行。
铜雀台上歌悠悠，赤壁江中风泠泠。
不是借得东风计，三分天下岂能成！

责任编辑：卢顺贞

读书不“破”，岂能有神

高一(19)班 星

“读书破万卷，下笔如有神”。

杜甫这两句诗不知成为多少文人不懈的追求，我们中学生也常在课堂上为此奋斗。可我常听到同学们发牢骚：书倒读了不少，可笔下也不见有什么神呀！言外之意似乎对大诗人这两句诗有点怀疑。

其实，读书不“破”，下笔岂能有神？

如今读书者有很多，可下笔有“神”者却很少。其主要原因就在于很多的人只翻书而不“破”书，一部书到手，虽如饥似渴却一目十行，遇到小说更只追求大致的情节，书翻完了头脑中的印象依稀，时间一长，连情节也所剩无几了。这种只求“万”而不求“破”的读书方法是永远不会达到“有神”的境界，卷之不“破”，不可“神”之有，那些下笔有神的，哪一个不是“破”万卷书的。列宁在写《俄国资本主义的发展》时曾看了583本书，写下了几百万字的读书笔记；毛主席在湖南第一师范学校学习时读过书的无不写上眉批，甚至对

眉批都还进行修改，他看一部10万字的《伦理学原理》竟写了几万字的批注，后来他的文章生动活泼、透晰、深刻、笔力刚劲、文采斐然，难道不得益于他平时读书能真正地“破”吗？

读书最忌走马观光，浮光掠影。据说英国有个读书人，一生读了两万多本书，可谓令人惊叹，但他最终还是一事无成，毫无建树，这就是只顾数量不求质量的结果，杜甫所说的“破”正是讲求读书的质量。

那么，如何去“破”卷呢？“破”即通，实际上就是要一头扎进书中，深刻的理解书的精邃，并将其消化、吸收、运用。

鲁迅先生谈写作时，曾经说过：选材要严，挖掘要深。其实读书也是同样道理，选材要严即选好书，挖掘要深也就是要“破”。

不经一番风霜苦，哪得腊梅吐清香，我们不仅要读万卷书，更要“破”万卷书。

责任编辑：田原

鲁迅说过：不满足是向上的车轮。设计师“不满足”于固定传统的审美模式，所以才能不断地创造流行；科学家“不满足”于现在的科学发展，所以才能不断地开拓创新；中国人民“不满足”于卑微平淡的生活，所以才有今天的小康社会，“不满足”是人奋斗进取的动力，做人只有不满足才能获得成功。

学习上不满足，是学有所成的保证。马克思说过：“科学上没有平坦的大道，只有沿着陡峭山崖攀登的人，才有机会到达胜利的顶峰。马克思因为不满足于古人的“唯心主义”诡辩论的观点，经过自己不断地钻研，才提出了具有划时代的意义的“马克思主义哲学”的观点。只有对前人的成就抱有质疑态度，我们才能找到自己努力的主向。英国生物学家孟德尔，无意中用豌豆做了杂交实验，发现某些遗传的规律，但他不满足于现在的结果，反复地研究，终于发现了遗传学的“分离定律”和“自由组合定律”。孟德尔的成功不是偶然，而在于他没有固定自己的思维，“不满足”于前人的研究成果。学习犹如在登一座悬梯，高耸入云，旁边有众多美好的风景，诱惑我们驻足观看。而我们只有专心投身于学习中，不满足自己一时取得的微小成绩，不沉溺于暂时的鲜花和鼓掌，永不停息的攀登，才能达到顶峰。可见：“不满足”是学有所成的保证。

做人“不满足”是敬畏生命的表现。听惯了田园诗人安贫乐道，一心想要归隐山林的愿望，听惯了浪漫诗人飘逸洒脱，寄情山水的情感。人总有种回归宁静的想法，而我想说：不屑参与世间纷争是享受生命的表现，而“不满足”生活的现状则是敬畏生命的表现。人生非常短暂，如白驹过隙一般。在这短暂的几十看里，如果

做人要“不满足”

高二(2)班 葛明月

一个人只想要舒服自在的生活，而不想超越现状，打造一个辉煌灿烂的人生，我想那是对珍贵生命的亵渎。老人常说：“人生如戏，平平淡淡才是真。”这句是有一定道理的，然而如果每个人都抱有知足常乐的态度对待生活，人生又何来与众不同呢？“不满足”是赋予生命永恒价值的最好方式，也是敬畏生命的体现。

做人不满足，要落实到行动上。很多人总是埋怨生活的不公平，埋怨人心的冷酷，那不是对生活的不满足，而是一种病态的愤世嫉俗的心理，这种心理，只会给生活带来痛苦和悔恨。不满足是一种向上的心态，它可以引导人们向改造这种不满足的方向努力。刘邦在观看秦始皇出巡时说：“大丈夫当如此乎？”凭借这种不满足于现状的心态他毅然决定投入到反秦的行列中去，最后建立了强大的大汉王朝。因为刘邦将这种“不满足”落实到了行动上，才能获得成功。我不敢苟同屈原为保持自己清白，而选择跳进汨罗江的行为。即使这种也是由于内心的“不满足”但他并未真正有所行动，所以只能暗然失败。如果说，不满足是迈向成功的起点，那么落实到行动中去便是成功的阶梯。

人生是一块贫脊的土地，每个人都在属于自己的土地上耕耘，要想让自己的土地里结出不一样的果实，必须要“不满足”于田里偶尔开出的零星的小花，而是要不断耕耘，使果实长满那片土地。

指导老师：朱筱筠

魅力之我见

高三(8)班
江城

生活是万物的写照,它能展现如阴晴雨雪的天气变化;亦能传递如酸甜苦辣的奇妙的感觉;还能证明如水滴石穿的至上真理。

如是种种都能足以说明一点:生活是有魅力的。

细想一下,无论是阴晴雨雪,还是酸甜苦辣不都源于你对待生活的态度吗?这就是生活的魅力,当你奋发向上,拼搏努力之后,生活便会给予你灿烂的阳光和丝丝清甜;当你不知上进,不愿努力之后,生活就会送来阴霾雨雪及透心的苦和穿肠的辣。

司马迁忍辱写下史记,他向生活亮出了自己的坚忍,生活给他以无尽的赞美和历史的扬名;屈原那滴江一跃,向生活表述了自己的“举世皆浊我独清,众人皆醉我独醒”的高洁志向,生活向他竖起了大姆指,将他的美名和事迹永远镌刻在历史最炫丽的一页;日本侵略者,向生活侵注了罄竹难书的罪行,生活就给他挂上历史罪人的称号;特务,那些伪善的家伙,向生活隐藏了不为人知的罪行,生活便让他身心受到煎熬……

生活就是这样有魅力,它能找到最恰当的方式来回复你对它的态度,像寸草懂得回报阳光以清幽的绿,像花朵懂得回报泥土沁人的香,像蝉儿懂得回报露水的美妙的歌;像洪水给滥砍滥伐的人以遍地荒凉,像太阳回复不守规则的地球以炙热难当;像一切懂得回报、反击的事物一样,生活懂

你。

在漫漫人生路上,当你遇到困难或挫折,请记起生活的魅力,请将它转变为你奋然前行、克服困难的动力,别让生活抓住使你痛苦的机会,要勇敢、乐观、愈挫愈勇……

再美的花需要有人来欣赏;再好的果子,需要有人来品尝;再美妙的歌曲需要有人来聆听;再精彩的故事,需要有人来讲述;奇妙,可敬,可惧又可爱的生活,需要有人来读,有人来品,细细品味之后,或许你会陡然发现:生活的魅力是这样的。

责任编辑:张桂勇

梦

——悼念诗人海子
高一(6)班 王盼

伫立在文渠旁
数着日落前的几抹余光
亘古不变的朝晖晚霞
见证年轮与花

执著 勇气
双眼紧闭
紧握心中的梦想
铁轨的轰鸣 击破时光
在春暖花开的日子里
寄出思念 祝福和愿望
面朝大海
邮戳上印着明媚的欢乐

底纹是淡淡的忧伤
周游世界,眺望远方
即将起航
梦里 没有枕木
只有 金色的光

责任编辑:卢顺贞

辽阔苍穹中飞翔的老鹰,必是经历了母鹰无数次摔下山崖的痛苦,才锤炼出一双凌空的翅膀。一颗璀璨无比的珍珠,必定经受过蚌的肉体无数次蠕动以及无数风浪的磨砺,才能放射出熠熠生辉的光泽。

同样,一个真正有成就的人,也必定是在无数次的跌倒后重新站起来的,因为

谈挫折

高一(3)班 杨雨鑫



不经历风雨,怎能见彩虹,没有人能随随便便成功。

史铁生二十岁不到却因病瘫了双腿,这对任何人来说都是沉重的打击,但他没有因此对生活失去信心,而是用自己的大脑和双手去表达对生活的无限热爱;贝多芬双目失明且耳聋,但他依然写出了《英

雄》、《命运》等大量音乐作品,在人生的不幸中,他顽强地扼住了命运的咽喉;冰心说“成功的花,人们只惊羡它现时的明艳!然而当初它的芽儿,浸透了奋斗的泪泉,洒遍了牺牲的血雨。”2005年度感动中国获奖者洪战辉,当我们倾听他的故事时,有没有感觉对他来说挫折已是他人生路上的丰碑?正因为这种种挫折,我们才看到了今天坚忍不拔,矢志不渝的洪战辉。现在,有多少人遇到了像他那样的挫折,还能一路高歌,一路奋进?成功总是青睐意志坚定的人,也许是这个原因吧!

人生路上布满荆棘,面对荆棘,面对坎坷,面对挫折,有的人会迎难而上,有的人却知难而退,迎难而上的人,他选择了挑战;知难而退的人,他在逃避现实。选择挑战并勇往直前的人,成功将会向他招手,微笑会投向他的怀抱,因为世上没有永远的冬天,生活没有长久的黑暗,阳光总在风雨后,请相信有彩虹。知难而退的人,他的人生将平平淡淡,空虚无味,失去了生活的真谛。

你见过登山运动员吗?他们在一次次失败后,仍然会对攀上高峰充满热情。你见过乘风破浪的航海家吗?他们在一回回断桨折船后,仍会到达成功的彼岸,因为他们选择挫折,他们坚信“风雨后见彩虹。”

多些挫折,使心灵变得成熟,多些挫折,在成功路上又多了一块砝码;多些挫折,成功才会变得更有意义,选择挫折,让我们变得更加勇敢,选择挫折,让我们面对生活不再彷徨!

责任编辑:孙清华

同样一个家

二泉映月

已经记不清,那是在寒假还是暑假里发生的事,那时的我,学习成绩直线下降,和社会上的青年交朋友……不尊重你们,甚至常用谎言去欺骗你们,爸,你为了我让我清醒,就布置了一项作业,是一篇作文,题目是“同样的父母”。

我知道你的意思。没错,我就是在知道并非你们亲生后,才放弃了自己,自甘坠落。最后,我没有写那篇作文,你最后也没有向我要。我猜你和妈,一定失望透了吧。尤其,在以后,我的行为更加的让你们无法忍受。你们的教育对于我接近变态的心理,毫无作用。而现在,我想完成那项作业,我写的是“同样一个家”。

你们和哥哥都视我为家人,从小就宠着我,我长大了,也是如此。我和别人一样,拥有一个温暖的家。虽然我的爸爸脾气不好,是个烟鬼;虽然我的妈妈没有文化,记性不好;虽然我的哥哥不在家,赚钱不多,但我们都爱这个家。

那段低迷的时期,我一度认为就是我,连累了这个家,如果不是我你们都会生活的很富裕,幸福。爸爸、妈妈不用也生活而辛苦工作,哥哥也不用放弃自己的梦想,我很幼稚,我没有办法让自己忘记

这个事实,于是,我学会逃离……对不起,我只是单纯地,不想拖累你们。而现在,你们让我深深地明白,我才是你们的幸福,我才是你们生活的希望和目标,只要我好好的,再苦,再累,你们都说值得。

你们一定不知道,你们三个都分别都偷偷告诉我:爸爸妈妈爱我比爱哥哥更多。你们也不知道,就是这句话,像一缕阳光,照进我黑暗、潮湿的心里。照亮了我的人生。

我知道,我是不幸的,但不幸的我,遇到了善良的你们,让我感觉我是这世界上最幸运的人。是你们,让我拥有和别人同样的温暖的家。

爸爸妈妈,也许,我们的家里贫穷,但我们一起经历的种种。我们之间血浓于水的亲情是一笔无价的财富。哥哥,谢谢你接受了我并一直关心爱护着我,我会很快的成长,和你一起承担起我们的家。

这是个普通的家,是贫穷的家,是个温暖的家,是个团结的家,就是这个家,我生命的港湾。

责任编辑:张桂勇



朋友，保重！

高三(20)班 绝对零度



再过几天就是我的生日，可是我的生日不会再有你为我祝福，为我庆祝，静静的，你离开了我，我们之间的友谊之花也淡淡的谢去，曾经，我还小心呵护这段属于你我的青春岁月，可是终究我抵不过时间老人的捉弄，最终还是留不住你的脚步，流着泪，无奈的看着你，走出校园，走出我们的约定。

还依稀记得，暑假里，我们一起补课的那段岁月，一起啃馒头，一起吃方便面，偶尔会大笑一声，我喜欢喧闹，于是，补完课回家，家里总会响起欢乐的音符，我喜欢把音乐调到最大，喜欢和朋友们一起回忆我们的过去，回首如歌的往事，不论悲伤或欢

受，咽下所有的痛苦与忧伤，就算有一天，会漫过我的心里，也要努力的，尝试着去接受。可是，终究无法冲破灵魂的压抑，受不住心灵的煎熬，于是独自偷偷的怀念，怀念我们有过的青春岁月！

你说你很喜欢安静，因为只有安静，你才能听到自己静静的心跳，我无法体会你的感受。因为，我从小就未曾感受过何为手足情，所以，我更加珍惜友情，有时候，疼爱她们，甚至超过自己，因为，我知道，友情对我很重要。我们说好的，要一起走完高三，一起走向属于我们的大学，实现属于我们的梦，继续我们的情谊，可是，为何你要轻易放弃？我们一

起选择美术，尔后又一起放弃美术，你选择彻底的弃艺从文，我的信念丝毫没有变，伴着你的离开，我感到更加失落，朋友，高中生涯中，惟一结识的一位真心朋友，离我而去，你说你不愿再陪我一起走完这最后旅程，等到明年，或许，你会选择复读，可是，我呢？被送到全校最差的班级，开始，我的心痛到了极点，我无法预料，下一步的我会做什么，整个人像丢了魂一样，一个人躲在某个角落里偷偷的哭泣流泪，遇到困难了，习惯性的会开问你，刚转身，却发现你已不在，一个人静静的看着那空空的床位，座位，不禁泪水打湿了面颊，昔日的回忆伴随着这个冬天的逝去而悄悄离开，生活告诉我，一定要坚强，别轻易的说不行和放弃！

没有你的日子里，我一定会好好爱惜自己，没有我的岁月里，你要好好保重你自己……后记

责任编辑：张桂勇

挫折与不幸是人生的伴侣,但又是人生的一笔财富,它能使人清醒,催人奋进,走到胜利的尽头。

面对悲伤与不幸的人,看到的是死亡的迫近,而乐观的人看到的是重生的希望,因为他一直坚信着:阳光总在风雨后。

中国有句古语“天无绝人之路”,的确,“车到山前必有路,船到桥头自然直”,人生不存在绝境,任何一种看似走投无路的客观环境,在一定条件下都会发生转变。

春秋战国时期,越王勾践沦为阶下囚,在狱中他卧心尝胆,积蓄力量,终于20年之后打败吴国,面对挫折与不幸,勾践没有灰心,没有放弃,最终迎来了“山重水复疑无路,柳暗花明又一春”的人生佳境。

高尔基说:“艰苦与挫折是人生的老师,放眼看古今中外,又有哪一位有成就的人不是经历了挫折才走向成功的呢?我国古代画家王冕,生长在贫农家庭,深受封建地主阶级的压迫和剥削,连一画张纸都买不起,但他却感谢这段树枝代表,以沙地为纸的经历,正是这段经历促使他成为画技精湛的画家。

生活中我们无法回避挫折,只能面对它,重要的是在挫折中永不言弃。还记得刘翔永不言弃的速度、中国女排永不言弃的顽强、爱迪生永不言弃的勇气,他们都有一个共同的特点,那就是坚信:挫折是人生的考验,阳光总在风雨后。

责任编辑:田原

阳光总在风雨后

高一(19)班 星

流光恋舞

高一(2)班 爱寐&茧寞涛

群星闪烁
一道流星划过
破碎 陨落
点燃荒野早已熄灭的篝火
回忆被染红
我看到了曾经的你我
你对我说:
别怕寂寞
我们要快乐生活
时间流光一般的恋舞

昔日的承诺
已成为我独守的寂寞
我习惯了寂寞
习惯了在流光的恋舞中
回忆你的笑脸依旧
花开 花落……

责任编辑:卢顺贞

校运动会

高一(5)班 夜千风

红旗招展迎风舞,
铁骨铮铮志强。
疾风离弦似骏马,
猛虎下山胜群狼。
巾帼挺胸频夺魁,
须眉昂首屡斩将。
赛场之上何壮伟,
青春似火歌飞扬!

责任编辑:卢顺贞



◆甬坐坏了

一个木匠在集市上大声吆喝：“快来买椅子，又结实，又好看，十辈八辈坐不烂。”

有个顾客挑了一把，正想坐上去试一试，卖椅子的急忙说：“轻一点，甬坐坏了。”

◆追车

早上上班赶公共汽车，到站台的时候，汽车已经启动了。于是我只好边追边喊：“师傅，等等我！师傅，等等我呀！”

这时一乘客从车窗外探出头来冲我说了一句：“悟空，你就别追了。”

◆两个医学院

甲乙二人到山西医学院找一位老乡。他们从前门进去，转了一圈，没有找着人，又从后门走出来。甲扭头一看，发现这个门边也挂着一块长条牌子，上面写着：“山西医学院。”他醒悟地说：“怪不得咱们找不见人，原来这里有两个医学院。走，咱们再到这个医学院找一找。”

◆反应迟钝

一日，小强上课时偷偷玩手机，正好被在教室外巡视的班主任发现。

班主任用自己的手机发信息给小强：“你怎么

不认真听课？”

小强疑惑地回复：“你是谁？”班主任：“你看看窗外。”

小强一看，又偷偷回复：“多谢提醒，等会儿再聊，我们班主任在窗外盯着呢！”

◆开了灵柩车的司机

一个游客乘出租车出游，半路上，他拍拍司机的肩膀，想问你一件事，没想到吓得司机“哇哇”乱叫。“啊，对不起，没想到会吓着你。”他抱歉说。

“没关系，小小误会。”司机道，“我今天刚开出租车，过去我一直开灵柩车的。”

◆小孩子免费

一农夫带着老婆和三个孩子进城去。在公路上拦了辆的士。

问司机：“到城里要多少钱。”

司机说：“大人每人一百，小孩子免费。”

农夫冲着他道：“孩子们坐你的士去吧，我和孩子妈坐公交车来。”

◆醉汉打车

一日，一醉汉酒后打车回家，伸手拦一辆巡警车，并且嚷嚷道：“就算你是每公里一块一，也没必要写那么大的吧！”

◆孩子的真理

一位年轻的教师刚给她班里的一个小男孩讲完羊的故事，说有一只羊因为离开了羊群被狼吃掉了。

“明白了吧，”她说，“如果这只羊老实，不开羊群，它就不会被狼吃掉，对吗？”

“对，老师。”小男孩回答道：“但它以后就被我们吃掉了。”

◆香蕉皮

数学教师：“一只香蕉，有3个孩子要抢来吃。结果，给2个孩子抢去分吃了。你知道剩下1个孩子，得着什么？”

学生：“有……”

教师惊异：“有什么？”

学生：“香蕉皮。”

◆蟑螂的故事

俺的一个同学姓张，某日他和心仪已久的一个女孩单独在一起，两人边吃小吃边聊天，突然，女孩叫了一句“张郎”，他几乎幸福得晕过去了。

美梦醒来甚快，女孩说的是他手持的饼干上有半只蟑螂。





我们离家的日子， 他们还好吗？

孩子是风筝，无论飞得多高，线总在父母手里。

高中时最大的愿望，就是尽自己的能力考一个远一点的大学，越远越好。后来，终于到了那所离家两千公里的学校，终于可以自由作息、为所欲为。再后来，留在了城市里工作、生活……但不久，我们终于生了病，一种名叫 homesick（想家）的病。

龙应台曾写道：“父母亲，对于一个二十几岁的人而言，恐怕就像一栋旧房子，你住在它里面，它为你挡风遮雨，给你温暖和安全。但是房子就是房子，你不会和房子去说话，去沟通，去体贴它、讨好它。”在外地的我们，眷恋着父母这所“旧房子”带来的一切包容和温暖，我们如此地爱他们，但爱并不是认识，也不是了解，甚至很多时候，我们以爱之名，故意地不去认识，不去了解。

比如我们从来没注意到，我们离开家的日子里，爸妈过着怎样的生活……

关键词：改变

每一次我们回家的時候，他们总能弄出一大桌子菜，给我们准备许多的水

果、零食，还有衣服、鞋子。他们会和我们聊七大姑八大姨的琐事，领着我们去逛这逛那，家里热热闹闹，十分温馨。但没有我们在家的日子里，他们是“空巢老人”：他们会一直很安静，或许还有一些失落；他们节约而简单，说话不多，发呆不少……他们的生活远没有我们在家时那样丰富多彩。

妈妈一盘菜可以吃很多天

网友 huanghaizhen：每次我回家，妈妈总是一大早就买好鸡，然后加很多补品去炖。我一只脚刚踏进门，妈妈就会说：“又瘦了！”然后陆续将大鱼大肉买回来。当我看到一盘不新鲜的肉，问她怎么还留着时，妈妈说：“没事，一个人，吃不完就放到冰箱里，反正不会坏的，一盘菜可以吃很多天。”

看着我们吃，他们比吃在自己肚子里感觉还香。

他们更省了，为了给我们攒首付

网友火星小精灵：大城市的房价嗖嗖地涨，我和男朋友因为买不起房子，婚期一拖再拖。爸妈知道后，拿出了所有的积蓄。看着那些钱，我都想哭了。10万

块，是爸妈辛苦了这么多年，不舍得吃，不舍得穿，不舍得用，才攒下来的。今天因为女儿要买房，他们二话不说就把存折拿给我们。爸只说：“女儿有大房子，我开心，有苦我也要 and 女儿一起吃。”

可他们以后养老怎么办？难道不吃不喝吗？这笔钱我怎么能要！

他们省吃俭用，总是将最好的东西给我们。

他们学上网，为和我们视频聊天

网友朝阳：家里有了电脑，可以跟爸妈视频聊天了，但因为硬件的问题，只能看到人，没有声音，我只好打字跟他们沟通。爸妈上岁数了，屏幕上的一句话，我能感觉到他们要看半天，几乎是一个字一个字地念着。明年我就要结婚了，妈妈说结婚后就不能回家过年了，说今年不回去的话，以后正月初三前就不能回去了，说得我泪如泉涌。

为了看到远方我们的样子，他们愿意在电脑前等几个小时。

关键词：想念

你也许收到过这样的短信：“什么时候回家？你爸想死你了！”“有空多给爸爸妈妈打电话。”“兔崽子，是不是把爸妈忘了？”……儿女是父母心头的一块肉，长出来了，就永远也无法割舍。家里，我们的房间，甚至放在床头的书，爸妈都不乱动，说是感觉那样像是孩

子还在家里似的。这两位老人,在我们不在家的日子里,习惯于把我们一次次地想起,把思念一遍一遍地温习。想儿女,就像是呼吸一样,是他们每时每刻都在做的事情……

他们会拿出我们从小到大的照片细细地看

网友八宝糖:由于工作原因,我已经几年没有回家。爸妈有一次打电话告诉我:“女儿啊,爸妈每天都要看一看你的照片,从你满月到大学毕业的,我们都看。你有新的照片记着寄回来,爸妈几年不见你,真怕记不得你的样子,认不出你啊……”听完我就彻底泪奔了。

如果可以,他们一定愿意再陪我们成长一次。

他们从不错过我们所在城市的天气预报

网友swevenJAN:有一次,老爸打电话来说:“不要再出去吃东西了,你看现在食品中又检验出什么菌的,小心吃坏肚子。出门穿厚点,你们那里降温到10度了。”我说:“你还看我这儿的天气预报啊?”他说:“天天都看,你那十几度,深圳也十几度(弟弟在深圳),有风,降温了,没我这冷,但要保暖,别冻着……”

爸妈永远是在远方与我们分享阳光、分担风雨的那对老人。

总是把我们的房间一遍遍打扫

网友Mint:暑假回去的

时候,见餐桌上还放着一套紫砂茶具,那是之前我在家时拿出来用的,临走时没时间收拾进柜子,就一直摆在那儿。我问妈,不是说让你收起来的吗?妈说,你爸不让动,让还放在那儿,感觉回家来就能喝到你泡的茶,他每天都会擦一擦茶具。

最伟大的爸妈不是愿意一辈子养孩子,而是愿意为了孩子的幸福放他们去飞,而他们就甘愿为孩子经营那一辈子的窝。

他们总随身携带手机,不是离不开手机,是离不开我们

网友低低低腰裤:爸爸妈妈连拼音都不记得了,用的是我的旧手机,手写的。平时他们一个月也没几个电话,但在我离开家以后,他们俩去哪里都会带着这部手机,就怕错过我打给他们的电话。

网友若若:有天一大早,我妈打来电话,说:“你爸昨晚10点半说想你了,非要打电话给你,我跟他说你睡了,他才答应今天早上打。”

全中国增加的手机用户中,有多少是离不开儿女、时刻惦念儿女的父母。

关键词:不便

父母老了。爸爸不再是那个把我们高高扛上肩膀的年轻小伙,妈妈也不再是那位干家务十分麻利的年轻美女。老,是一种让人伤感的事情,但他们为了不给我们添麻烦,总是说自己

一切没问题。他们每次在电话里的第一句话总是:“宝贝,你好吗?家里一切都好,不用担心。”其实你不知道,没有你在家的日子里,他们过得并不容易……

突发急病,身边却没有年轻人能送他们到医院

网友世界最忧伤的狗:

父亲夜里生病了,只有我妈陪他大老远地跑去县城看病。病情很严重,我感到莫名的悲哀。都说养儿防老,可是像我这样身在远方,他们需要我时,我除了在电话里说两句,还能做什么?父亲喜欢喝酒,大家老早就担心这个问题,但是他身体没什么异样,所以也没反对,这次终于表露出来了。酒,肝的天敌,如果发现得再晚一点,不知道有什么更可怕的后果。他在电话中还笑着对我说没事,我真的有种撞墙的冲动。

请坚持每年带父母体检一次。

买了一大袋子米,两个老人拖了一个小时才施到家

网友好多虫虫:我的爸爸年轻时就很想要一个儿子,他说等他年老了,家里还有个有力气的人帮他扛米、扛煤气罐上楼……他生了我这么一个儿子,但儿子长大后读了书就再也回不到那个小城镇了。今年爸爸50多岁了,以前一手抱我,一手还能扛50公斤米的他,如今每次去买米都得叫上妈妈,两个老人一次买

美文欣赏

杰克和杰森是一对双胞胎兄弟，出生在山区。由于家境贫寒，父母把杰森送给了城里一位家境富裕的亲戚收养。两家人经常来往，父母渐渐发现，杰森胆大泼辣，敢作敢为，而杰克却生性内向，凡事深思熟虑。好在两人都顺利地考上了同一所大学的教育专业。

一天，杰森陪患感冒的杰克去医院。两人途经一个幽静的花园时，杰克突然发现了一个熟悉的面孔，他连忙低声说：“快看，是帕桑总理。”尽管这令人觉得不可思议，可他们仔细地观察那个身影后确认，那就是经常出现在电视里的帕桑总理。

正在这时，帕桑总理向兄弟俩这边走过来，他们紧张得不知所措。总理走到杰克面前，看了看杰克胸前的校徽说：“是大学生啊。”腼腆的杰克只是傻

不一样的握手



傻地看着总理，一句话也说不出。杰森却向前踏了一步，伸出手说：“总理，您好。”帕桑总理拉着杰森的手说：“你们要好好读书，多学知识，将来都是国家的栋梁之才啊。”

第二天，多家报纸的头版刊登了帕桑总理和杰森握手的大幅照片，许多电视台、电台得知消息后也派记者前来，对杰森进行专题采访。一时间，杰森成了名人，学校也把那张照片作为珍贵的历史资

料，保存到档案馆里。

杰森借助自己的名气，大学一毕业就顺利地找到了工作，不久就与一位富商的女儿结婚，进了名门豪宅；杰克却被分配到山区的一所学校里，当了一名老师。

不知不觉十几年过去了，杰克由于执著地钻研教学、真心地热爱学生，获得了全国教育突出贡献奖。在全国教育表彰大会上，他受到了帕桑总理的表彰。这一次，他大步走到帕桑总理面前，同总理握手。他就读过的大学也视他为骄傲，特地在校园里为他塑造了一尊雕像。

很多年以后，一位历史学家在整理档案时，偶然翻到了帕桑总理与杰森的那张合影，他凝视了片刻，很快又翻开新的一页；而在杰克的那尊雕像前，他却矗立了很久很久……

推荐者：田原老师

20公斤米都要轮流拖着回家。每次想到这些，我真的很想回到他们身边。

记着回家时帮爸妈买好米，充好电费，再续上网费。

爸妈老了，开始动作缓慢、反应迟钝

网友 jackone32123：印象中的老爸一直都是个能手，什么都难不倒他。后来我上学、工作一直在外地，

直到有一天，在网上聊天时教他用 Gtalk, Gmail 等网络交流工具，我给他讲了一遍，他没明白，我又讲了一遍，他还是没太懂，我补上一句：“急死我了，半天都冒不出一句话……”然后我看见屏幕上正在输入的提示停下了，过了很久，屏幕上冒出来一句：“儿子，你别着急，爸爸老了，反应不过来了。”我当时泪奔，恨不得抽

自己两个耳刮子。

把动作放慢一点，等等他们，多问问冷暖，就像我们小时候他们对我们那样。

一人在外打拼很辛苦，那是自己选的就得自己承担。只是，累了就回家吧，爸妈永远高兴为你多添副碗筷。

推荐者：田原老师

您在我心里

高一(3)班 谢笠

周总理作为淮安的名人,在我父母的那一辈早已就家喻户晓。而周总理的如此成就与他从小就立下的豪言:“为中华之崛起而读书”不无关系。

作为一名学生,我非常有幸地到周总理的故居里参观了三次,并且每次都有不同的感触。第一次却是在小学,学校组织春游去总理故居,由于身体状况欠佳,总也感到头脑沉沉的,到了总理的故居,我几乎是跌跌撞撞地进去的,看什么都觉得它在动,心中非常羡慕周总理能有这样的居所。第二次去是在初一,这次我的头脑始终清醒,才明白周总理也是一个普通的人,认为周总理不过就是生逢乱世罢了,并无什么特殊的能力。第三次去总理故居,是在初三的中考之前,由于快要面对中考,心理状态已趋向成熟,这次再到总理的故居,却才发现我以前的想法是多么的幼稚无知,甚至有些可笑。总理的那句少年豪语:为中华之崛起而读书!点燃我心中那热爱学习,报效祖国的激情。

爱国,在中华民族的传统文化中,可谓渊远流长,古有文天祥坚贞不屈,近有刘胡兰舍身为国,今有周总理呕心沥血



为中华。一个人若是连自己的祖国都不爱,又有何颜面苟活于天地之间!

现如今的中国今非昔比,不正是由于众多像周总理一样鞠躬尽瘁的人努力换来的吗?作为新时代的青少年,我们虽不必如周总理般叫出:为中华之崛起

而读书。但我们仍可以底气十足地宣言:为中华之富强而读书!

古人云:“富贵不还乡,如锦衣夜行。”但是那些古人可曾知道周总理的情况?周总理自担任大任以后,确实是极少归故里,但是他却时刻都在想念着他的故乡——淮安。同时,周总理也在思念着祖国的大好河山,总理对之放心不下,于是,死后便将自己的骨灰撒向祖国各地,希望自己的魂魄可以看到祖国富强的那一天。

周总理,您可曾知道,有许多人以为您为榜样,一心一意地为祖国奉献自己的青春,您的那种“为中华之崛起”的精神将激励一代又一代的中国人。

周总理,您在我心里。

责任编辑:孙清华

.....

诚实是一个人的立世之本，诚实也是我们做人最基本的品质之一。一个诚实的人能够赢得多数人的尊重与信赖，所以我提倡做人要诚实。

诚实是为人处世的基石，现代社会是很现实的，依靠广泛的人脉是职场中取得成功的一条捷径，但想要建立人脉，得靠自己慢慢发展，绝不是一蹴而就的。在和人打交道时需要我们用自己独特的人格魅力去征服对方。诚实的人会给对方足够的信任，对方自然会多器重那些诚实靠谱的人，当对方对你格外关照时，你的这条人脉就因为你的诚实品质稳妥建立。

“狼来了”的故事告诉我们说谎是要付出严重代价的，穿着“新衣”的皇帝也是要不得的。诚实缺失的人会逐渐遭人唾弃，在人们心中的信誉度也会逐渐降低为零，这些

人在与别人交往的过程中，与他交往的人们总会习惯性地跟他们拉起一道警戒线，所以诚实缺失的人往往不得人心，自身的发展也就受到严重的阻碍，甚至会被淘汰出社会。

推而广之

诚实也是一个企业的立业之本，当今诸多大有作为的企业家中，无不以诚实为本，一步步积聚信誉而成就伟业的，香港首富乃至中国首富李嘉诚曾说过：诚实是我的本钱，我看得最重的是客户对我的信赖。正是凭自己的诚实经营，李嘉诚从一个穷小子打拼成了如今的首富，建立了富可敌国的商业帝国。假如企业对公众不诚实，通过做虚假广告，或



做人要诚实

高二(7)班 纪以模

许一时可以赚得盆满钵满，但时间是最好的检查员，当消费者发现上当受骗时，也是这类企业烟消云散之时。这类企业也将最终落得被淘汰出局的悲惨结局。所以企业要想搞活，诚实经营才是王道

诚实做人是安身立命的上上签，请用诚实赢得别人尊重，请用诚实赢得自己未来。

责任编辑：唐学超

我为你祝福

高二 羽在飞

说实在的,我现在已深深后悔了,后悔冒冒失失地闯进你的视线,后悔跟你像知己一样心有灵犀,后悔和你像情侣一样风花雪月。

你可曾发现,和你呆在一起的日子,我真的很乖,只因你说你喜欢听话的女孩子。

你是否发现,我一见到你总会变得敏感而唐突。你我瞬间的四目相撞,那灼热的“火花”总会使我心湖荡起阵阵涟漪。

你有意无意的“刻薄”,总是使我心中充满忧伤!虽然知道你不是有意的,但我的忧伤却日益沉重。

在“欲舍不忍,欲罢不能”的矛盾中,我苦苦挣扎,在茫然而又痛苦的抉择前,我徘徊,我犹豫。但我还是要对着流星祝福你,为你祈祷!

你虽仅用三天的时间回馈了我一年多的守望与祝福,可我已经知足。真的要谢谢你,谢谢你在我青春的画卷上增添精彩的回忆。

也许我们就此别过,也许我们人生的航向不会驶向同一港湾,但是,请记住,“在你前进的征途,请相信你并不寂寞,因为你的身后总会有我一双凝重的眸子为你守望为你祝福。

亲爱的朋友,你就快参加高考了,我对着天上的月亮许下心愿。祝愿你人生的旅途少些坎坷多些坦途;少些阴霾 多些阳光……

责任编辑:唐学超



非攻

高一(5)班 王天龙

红旗笑傲向四方,

白骨微笑吟浴残阳。

将军英名垂青史,

妻儿夜夜泪千行。

壮士捐躯百战后,

双亲日日唤儿郎。

万水千山皆血色,

攻国称王何足扬!

责任编辑:卢顺贞

即使世俗的围墙挡住你豪迈的步伐，也挡不住你万丈的激情。即使厚重的夜幕遮住你满天的星斗，也遮不住你心中的灯火……

你是豁达的词人，面对钩心斗角、尔虞我诈的官场，你也只能挥一挥衣袖，抹一抹清泪，潇洒而又孤独。一句“早生华发，人间如梦，一尊还酹江月”道尽了所有无奈，仕途的失意并未使你彷徨，对着那一轮叫人迷恋的明月，你把酒问天，思绪在九天外流淌，灵魂在宇宙间升华，求得自我的超脱。最后你用“大江东去……”唱红了你历经苍桑的脸。你是苏轼，你站得潇洒，站得笔直，造就了成熟与淡泊。

流云伴着坎坷，你来到美丽的桃花源；风雨带着憧憬，你来到清幽的大山涧，万丈红光透过云雾，射在你曾踏过的山乡小巷……你喜欢“采菊东篱下”的悠闲，追求“悠然见南山”的自由不羁，于是你放弃了污拙尘世和荣华富贵。你是陶渊明，你

不为五斗米折腰，收获了高洁与伟岸。

你是昏庸无能的国君，不思振作，浮华奢侈，纵情声色，注定了南唐多年的基业会在你手中毁于一旦。沦为阶下囚，你无言独上西楼月如钩……惨痛的经历让你成为孤独伤感的词人，“问君能有几多愁？恰似一江春水向东流。”、“流水落花春去也，天上人间。”、“自是人生长恨水长东”，你唱遍了愁情，吟尽了悲伤。你是李煜，当世俗的目光指责你的委曲求全时，殊不知当多少帝王的楼阁都在历史的风雨中消逝时，唯有你赢得了永恒。

“诗仙”是你的美称，“笔落惊风雨，诗成泣鬼神”是你的艺术魅力，你本可以因此大展宏图。可你正直敢言的性格终究不能被权贵所容。此刻你抽刀断水，举杯销愁，可换来的却只是“白发三千丈，缘愁似个长”，无奈的你但愿长醉不复醒，可你没有醉。你是李白，你道出“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的千古绝唱，向世人诠释了正直敢言的真性情。

看，是谁在对着明月醉酒当歌，江岸边，菊花旁；是谁在陶然其间；又是谁在让华夏神韵渊远流长……

一缕清香，一份洒脱，一页历史，一面镜子，我追随着你们的脚步。

责任编辑：田原

高二(2)班
追
随
的
顶
点



人是要有点精神的

高一(4)班 董晨花

人生是一次探险的旅程,是一条不归路,错误可以改正,但人生路无法回头重走,生命的开始是不由自主的,不能选择的,一旦我们获得了生命,生命之神便给每一个人指定了一条路,人的一生就是在不停歇地赶路,直到把这条路走完,那你的旅程也随之结束了。

人是不能没有精神的。天赋有差距,能力有高低,但精神的存在无疑会激励你不断超越自我,去努力战胜困难。阿基米德的豪言在耳,给我一个支点,我就能撬起地球。同样,给予人一个精神支点,人就能够做成伟大的事业。不敢设想,没有精神,精神没有支点,人类会是怎样。

人生一世,草木一秋。生命,对每个人来说只有一次。渴求生存,热爱生命,善待生灵,珍爱自己的生命,也珍爱他人的生命,乃至珍爱一切生灵。人要点精神,将人性之爱的火炬照彻整个生命的流程,把个体有限的生命融入人类发展的长河中,使个体之外的生存融入我们的生命,人生才有价值,生活才更加精彩,生命才更加永恒,这就是我们的精神所在。

生命是宝贵的,因此,我们是要有精神的,地球上的任何生命都有生存的权利,它们和人一样都是自然的重要组成部分,没有它们人类是多么寂寞,地球是多么单调,所以,我们要拿出我们的精神,珍爱它们的生命,让它们感受到我们的精神的可贵之处。

风,从水上掠过,留下粼粼波纹;阳光,从云中穿过,留下丝丝温暖;岁月从树林中走过,留下圈圈车轮……那么朋友,我们在时代的大舞台上走过,又该留点什么呢?那就留下我们的精神吧!留下青春的骄傲,寻梦的足迹,留下美丽的风采与个性的张扬;留下无悔的演绎和星光的灿烂!



年味变浓了

高一(8)班
董荣

“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户瞳瞳日，总把新桃换旧符。”犹新的记忆，真实的感受，我感觉年味变浓了。

随着技术的发展，世界变得越来越没有距离，春节不仅是中华民族的传统节日，而且在国外也逐渐受欢迎，由于华人的足迹遍布全世界，各国的街头都挂满大红似火的灯笼，窗户上挂着红红的窗花，很多人穿着红红的棉袄。棉袄上有的还点缀着各式各样的红红的中国结，有的棉袄上还有各式各样喜庆的老虎图案。霹雳啪啦的爆竹声，直穿云霄，漫天飞舞的爆竹给原本热闹的大街增加一道亮丽的色彩，衷心祝福的话语给整条大街增添和谐的音律，随着中国国际地位的提高，综合国力的增强，各国首脑纷纷在大年初一，给中国送来虎年的祝福。

时代发展了，环球春晚，也让大家耳目一新。各国的人民集聚在一起，观看全球著名艺人给他们送来新春的祝福，网络技术的迅猛发展，您不仅可以在电视上看晚会，也可以在互联网上看春晚，每个人

还可以在网上发表新春祝福的话语，即使友人分离，大家还是觉得亲密无间，视频聊天的技术，让人觉得即使远在天地，但心却近在咫尺。

每年过节，劳动者们总是提前买票，有的甚至购买不到。在各大城市的客运公司更是忙得不可开交，车站里，数不清的头在来回颤动，劳动者们虽然身背手提重物，但是脸上洋溢着幸福的笑容。因为在他们心中春节，是他们内心最盼望的节日，劳动者们的辛勤劳动为祖国创造了财富，同时也给自己一个满意的交待。使春节的档次也升了级别，让春节过得更有意义。

商店里的阿姨，叔叔忙得更是不可开交，昨日运来的烟花爆竹，大年三十就已抢购一空。饮料糖果也所剩无几。进进出出的人们，满载而归。

春节已有几千年的历史，经过了历史的洗礼，先人的批判与继承，春节被流传至今，可见春节越来越受人喜爱，同时年味也越来越浓了。

用我的眼睛看，用我的耳朵听，用我的第六感知，我觉得年味真的变浓了。

责任编辑：唐学超



在人们的眼中，“施舍”是个贬义词，他们不要别人的“施舍”，以免有失自己的颜面。

其实，在生活中到处都存在着“施舍”，“施舍”并非全都是不好的东西，它有时候也是有价值的东西。

父母的“施舍”使我们有了生命，生命是多么宝贵的东西啊，没有生命，将没有万物，地球会由碧蓝的水球变成了黯淡死灰的球体。那么这将是多么令人悲哀的事，所以生命是美好的，是无价的，我们要感谢父母的“施舍”，他们为地球增添了生命的气息。

老师的“施舍”给了我们知识。知识是一种财富，是一层层阶梯，是通向成功的唯一途径，如果没有知识，世界将失去文明，重新回到原始社会。在那里没有冰箱，空调这些安逸的享受，没有电视连续剧精彩的情节展现在我们眼中，这将是多么的悲苦啊，我们要知识，追求技术的进步，生活水平的提

高，所以我们要感谢老师的“施舍”，他们为未来的发展播下了种子。

朋友的“施舍”给了我们友谊，友谊仿佛就像一双温暖而有力的手，将人与人之间紧紧地拴在了一起，为世界增添了爱的气息。如果没有友谊，我们与残酷无情的冷血动物有何区别，人与人一见面就互相残杀，这将是多么地悲惨，现代的社会是文明的社会，我们要追求和谐的社会风气，所以我们要感谢朋友的“施舍”，是他们为世界搭起一座心灵间和谐之桥。

正是他们的“施舍”，世界才变得五彩缤纷；正是他们的“施舍”，万物才盎然生机；正是他们的“施舍”社会才会不断地进步；正是他们的“施舍”，世界才变得和谐安定。

请接受别人的“施舍”吧，你的世界会变得绚丽多彩！

“施舍”

高一(19)班 信宇

责任编辑：田原

时光小鸟

筱

翩翩起舞，就在楼头
时间是花蝴蝶
十五岁的时候

只看到它远飞的双翼
偶尔听到林中的歌声
时间是小翠鸟
二十岁的时候

你在那儿看到了残忍
它无情的眼睛俯视你
时间啊是秃鹰
三十岁的时候啊

责任编辑：卢顺贞

修身处世莫忘忍

(下水作文)

卢顺贞 老师

大街上,邻里间,超市中,以至于机关、学校、家庭,都出现过这样的场面:有人脸红脖子粗,唾星横飞,指天骂地;有人攘袂而至,饱以老拳,甚至升级为混战、群殴,酿成血案。气势汹汹,不共戴天。究其因,往往鸡毛蒜皮;探其果,从来没有赢家。有时一方受伤就医,饱受皮肉之苦;另一方破钞埋单,备受精神折磨。有时老死不相往来,名誉扫地,累及子孙,何苦!

修身处世莫忘忍,小不忍则乱大谋!

莫让感情的迷雾遮住智慧的双眼,莫让感情的潮水冲垮理智的大坝。

很多古圣先贤、历史文化名人都忍过,甚至可以说,因为忍,才能成就圣贤大名。淮阴侯韩信年轻时,有一天走在街上,没招谁惹谁,平白无故地遭到市井无赖少年的挑衅:“你虽然人高马大,喜欢佩带刀剑,其实你的内心是胆小的,你要不怕死,就刺死我;要不然,

从我胯下爬过去!”换了你,咋办?杀了他,玉石俱焚,同归于尽?须知,后来的韩信被誉为“兵仙”“兴汉三杰”“冷兵器时代最伟大的军事家”!再看看与之相映成趣、发人深省的一例吧:《水浒》上的青面兽杨志因失陷花石纲,出售祖传宝刀,被泼皮牛二纠缠不休:“你说这刀杀人不见血,杀一个人试试看;不然,凭什么相信你?”杨志忍无可忍,杀之泄恨。虽然围观群众为他作证,但仍免不了流亡落草上梁山的命运。

人为什么要忍呢?因为人是感情动

物,特别是青年(有道是“热血青年”),容易冲动,而冲动是魔鬼,会把你引入火坑、地狱。试想,挑衅你的人,他可能也是冲动了,失态了,有的还是酒后呢,我惹不起还躲不起吗?大人不计小人过,宰相肚里能撑船。至少过一时是一时,说不定能感化他呢。再说,有了缓冲时间,可以找个合适的人出面斡旋。当然,如果仅凭个人力量处理不了,那一定要寻求组织干预和法律援助。

人为什么要忍呢?陶行之说:“为一大事来,做一大事去。”我们有壮志宏图,有家庭、朋友、事业,我们的生命、健康、名声不仅属于自己,也属于亲人、朋友、领导,不能“闲抛闲掷野藤中”(明朝徐文长语)。生命的列车不能因为意外出轨、颠覆,那样不值啊!

忍能成事。不懂“戒急”,不知“用忍”者,谓之莽夫。以暴易暴,非智者所为。司马迁因言贾祸,忍人之所不能忍——残酷的宫刑之辱,从而成就了“究天人之际,通古今之变,成一家之言”的文史巨著《史记》。

忍能成名。有人夸蔺相如:“完璧东归何足道,最贤能下怒将军。”蔺相如甘拜下风,退而让(廉)颇,成就了“将相和”千古佳话。“三尺巷”的故事亦类似于此,兹不赘述。

忍能得人才。齐桓公不杀管仲,重用管仲;刘备三顾茅庐,猥自枉屈,均成就帝业。

“忍一时风平浪静,退一步海阔天空。”“忍为上,和为贵,能忍自安。”那么怎样才能忍呢?

怀想天空

高一(4)班 梁婷

举头望明月,低头思故乡,怀想李白的愁绪,然而今日那一片美丽的国度已不复当初的明丽与澄澈,我们能否寻找回那遗失的美丽。

传闻2012地球毁灭,这并非空穴之风,人类的破坏超过了大自然所能承受的最大限度,一报还一报,现在才开始强调的“保护”,能够赢得人类的安宁吗?就说咱中国,一直都不太平,汶川地震还未走来,雪灾、旱灾接踵而至,青海玉树又起一波,这些灾害让人人心惶惶,现如今无论人们如何苦苦哀求,大自然也不曾停止对人类的报复,我们人类也只好活在惴惴不安之中。更无奈的是,我们出生时,奶粉都有毒了,地沟油都上餐桌了……人类啊,是谁在伤害我们啊?是我们自己,还有几吨奶粉被收购去做奶糖了,能不害怕吗?

怀想祖辈、父辈口中清清的河水,甘甜可口,还有很多不知名的小虫儿,鱼儿、虾儿,而今天的河也不再清澈,水中多样的生命,显而易见了受到了致命的打击,怀想昔日的天空,一定蓝得令人心醉吧!

在那遥远的山区,我曾以为是美丽的地方,淳朴的人,美丽的山水,比水晶还要纯净,也逃不过那些坏人的视线,他们把一些污染较大的工厂建在那美丽的地方,给山区人民带去的不是财富,不是丰富的物质,而是无穷无尽的灾难,水不再清,树不再绿,每呼吸一次,都不知又会患上什么病,这不是我们的家园,我们的天空。

夕阳从天空的眼角滴落,如同一滴泪,泪眼中还在渴望那片天啊!

责任编辑:孙清华

一、克服心理障碍。忍不是窝囊废,不要怕人嗤笑。

二、加强思想修养。多读积极有意义的书籍,多向前贤学习。揣摩揣摩古人的话吧:“制怒”,“慎独”,“静坐常思自己过,闲谈莫论他人非”,“一时胜负在于力,千秋胜负在于理”……

三、凡事三思而行,深思熟虑,充分考虑后果。做遵守法律的楷模,做维护道德的标兵。还是说说韩信的事吧:司马迁说他当时“熟视之”,意思是韩信也经过激烈的思想斗争,尽管心潮起伏,热血上涌,但

还是用惊人的毅力克制冲动,“俯出胯下”,不顾“一市人皆笑之”。

忍辱负重,任劳任怨,从来是我们民族的美德。当然,提倡忍,并不是提倡无原则、无条件的忍。一味地委曲求全,逆来顺受,会助长对方的气焰。唾面自干,苟且偷生,历来是贬义词。面对灭绝人性、丧尽天良的歹徒,你不能忍!笔者希望大家在法律的框架内解决矛盾,在主流道德的范畴内和谐相处。冤家宜解不宜结,冤冤相报何时了!大丈夫能屈能伸,忍一忍又何妨?

人需有自知之明

高二(20)班 柏丽丽

“飞蛾扑火”的故事想必大家都听过吧！如果飞蛾有自知之明，也就不至于落个“自取灭亡”的后果。所以，人更需要有自知之明。

有自知之明，需要我们及时认清自己，知己知彼，才能百战不殆。越王勾践面临失败时，知道自己大势已去，没有作无谓的牺牲和流血，而是及时认清自己的状况，作出最明智的选择——卧薪尝胆。他忍辱负重，最后终于卷土重来，夺回自己的宝座。

有自知之明，需要我们善于听取别人的意见，择其善者而从之，其不善者而改之。如果当年项羽能够像刘邦那样有自知之明，也就不会落个乌江自刎的悲惨结局。刘邦知道自己智谋不如张良，打仗不如韩信，但他能够知人善用。而项羽有一谋臣范增却不知好好利用，刚愎自用。如果在鸿门宴上听取范增的谏言，而不是逞匹夫之勇，让刘邦有机可逃，那么天下就肯定是他的了。

有知之明，更需要我们学会谦虚，学会尊重别人。英国大作家萧伯纳有一次和一个小女孩凯蒂玩。小女孩快回家时，萧伯纳昂着头对小女孩说：“今天回去，告诉你妈妈今天你和萧伯纳一起玩！”没想到小女孩温和地回答“今天回去，也请你告诉你妈妈今天和小女孩凯蒂玩了。”萧伯纳听了，顿时就脸红了。自己不应该认为自己是著名作家就觉得有多么地了不起，人应该有自知之明，要学会尊重别人，才能得到别人的尊重。

有自知之明，对于我们就业、学习更有重要的意义。在学习中遇到困难，自己无法解决时，就不应该钻牛角尖，浪费时间和精力。我们可以向他人寻求帮助，可以换一个思路，这样才可以提高效率。

人需有自知之明，但不是要我们自甘堕落，不思进取。而是要我们认清自己的优势和劣势，及时调整战略；但也不是要我们逞匹夫之勇，以卵击石，明明知道不可能发生，却还依旧去做。所以，在竞争激烈的当今社会，我们更需要有自知之明，才能在人生的画卷中画出最美的图案！

指导老师：李马云



年味变淡了

高二(8)班 范谦

鞭炮依旧是那么的响亮,震耳欲聋,烟花依旧是那么的绚烂,眼花缭乱。孩子们还是那么盼望着过年,大人们还是那么忙碌,而我走在烟花绚烂的夜空下,却感觉年味这东西一点点随年龄而去。

从前我们都不富,但过年了却是那么的有味。我们放了寒假就开始盼望着过年,每天都会翻着日历,数着日子。似乎那是个神圣的日子,所有的孩子都可以开开心心地玩,都可以开开心心的拿红包,虽然红包里的钱不多,但那种感觉却是无比的好。

从前还没有现在琳琅满目的糖果让你选择,也没有那么丰富的饭菜让你挑剔,但大家围在一桌吃得总是那么有味,也许这饭菜,糖果的味道也会随着年龄慢慢消失。现在,生活好了,要吃什么全年都有,也用不着天天拨着手指数日子等过年,少了一种期盼吧。

从前,孩子们到了年关,都喜欢聚在一起玩鞭炮。五毛钱一包,大家玩的不亦乐乎。而现在,个个在年初一都睡着懒觉,还得用手机反复的叫。吃饭的时候还用手机玩QQ,往嘴里塞了几口饭就走人了,又不知躲在哪看起了手机小说。也不能说这是手机带来了害处,但这毕竟是影响了现代人的生活,老人们还未和孩子们说会话,孩子的手机就滴滴的叫个不停。总是电话不断,老人们总是唉声叹气,也许这是时代的进步,必然的吧。

从前,没有电脑,也没有网络游戏,孩子们没地方去,聚在一起下下象棋,大人们旁边指导,一片欢声笑语。而现在如何,整天泡在电脑面前,各种游戏图标填充着桌面,隔着四五百度的镜片,紧紧盯着屏幕,一刻不离。许多孩子的年就是这样过的吧!

从前,大年三十大家聚在一起边嗑瓜子边看晚会,一家子和睦融融。现在,大家的思想也解放了,三十晚有泡网吧的,有K歌的。

现在的年味随着时代的发展我觉得越变越淡了。



责任编辑:唐学超

自己的世界

高三(3)班 孟丹

鸟儿拥有自己的世界——蓝天,但若它不懂得走出蓝天则永远也品尝不到陆地上鲜美的果实。鱼儿拥有自己的世界——海洋,但若它不懂得走出海洋则永远也呼吸不到新鲜的空气……它们需要走出自己的世界,才会有更多的精彩经历。作为一个人,一个企业,一个国家同样需要走出自己的世界。

一个人如果走出自己的世界,会为人生加分,赢得掌声雷鸣。李灵,一位心灵放歌的女校长,在二十几岁这个充满青春的年岁。她选择了走出此时对她来说是充满青春、活力的世界。她没有像许多同龄人那般去极力地寻找一些体面的工作,即使沦为“蚁族”也不想涉足一些服务差的行业。而李灵却走出了自己的世界,走进了同龄人不愿走入的世界。李灵看同学们没有足够的书读,就沿街收购小学书本。她的奉献行为感人,但她敢于走出自己的世界只想到学生们的希望与前途的精神更感人,勇气更惊人。

终于她荣获了感动中国十大人物之一,获得了众人的掌声,也为自己的人生写下了一个美丽的章节。

一个企业如果走出自己的世界,会掌握先进技术,收获销量佳绩。海尔集团生产的产品畅销于世界,是因为其生产的产

品质量好,符合时代的潮流,容易满足百姓的需求。原因是该集团懂得走出自己的世界,不是总一惯地按照传统的方式生产单一的产品;更知道时不时地到别的企业、国家去学习人家先进的技术。而曾经十分兴旺的“立山钢铁厂”正是因为不懂得走出自己的世界,总按传统的方式生产,导致其产品落后于时代的潮流。

如今海尔集团已在许多国家设立了其分公司。

一个国家如果走出自己的世界,会了解国际形势,稳固国家建设。清朝时,清政府认为“我们中国地大物博,什么东西都有,所以我们不需要与他们进行往来”。于是清政府采取了闭关锁国的政策,使百姓都活在自我满足的状态中,却不知西方国家已进入了工业化、电气化时代了。而清朝仍是以小农耕作的生产方式为主,远远落后于世界的发展。正因为清政府不懂得走出自己的世界,不与别国交流意见,才使其最后灭亡了。相反的,当新中国成立后,邓小平提出“改革开放”的政策,开放沿口城市,让中国人走出自己的世界,了解形势,从而更好地建设国家。

现在,我国的经济正得益于“改革开放”这一走出自己世界的方针,日益地发展;国家政权随着经济建设的发展而也变得十分稳固。

所以说,走出自己的世界,一个人,一个企业,一个国家可以收获甚多。

指导老师:金国喜

我是从乡村里走出的孩子,无数个梦境中,我都梦见到乡村的蓝天,白云,田野,炊烟,牛羊,还有村头的大槐树,乡村人的憨笑……

我知道我属于那儿,无论我将来会漂泊何方,我的根都在那儿,我的灵魂都属于那美丽的乡村。

乡村的美,在于那片美丽的蓝天。

生活在城市的人们,是无法感受到真正意义上蓝天的。在乡村温暖的午后,没有刺耳的车鸣,没有漫天的尘土。唱着歌走在乡间小道上,嗅着清新的太阳风,打量着铺向天空的金色麦浪,让你久久仰视天空中的那片湛蓝。那是怎样的蓝啊,蓝得让你心醉,蓝得让你神往。置身在这样的氛围中,你的目光可以伸展得很长很长,你的心灵可以变得很纯很纯。这时,你血液中流淌的是一种最惬意的触动。

乡村的美,在于那幅自然风景。

我喜欢唐诗宋词,我常在古代文学中寻找那个被剥离了的乡村风景。宁静的上午,赶着羊群来到山坡,羊儿在欢快吃着草,牧童就躺在草地上随意地哼着小曲子;或是黄昏时分,坐在牛背上缓缓回到家



去,感受“牧童归来横牛背,短笛无腔信口吹”的趣味;或是夜阑人静时,与小狗躺在门前的大树下,仰望灿烂星空,感受无法拥有的诗意。

乡村的美,在于那缕缕纯朴的真情。

乡村是城市的童年,乡村是人类原始的故乡。一代又一代人四处漂泊,但还是无法拒绝故乡的诱惑,最终多是疲惫地回到乡村寻找生命的根。而故乡也是用宽容的心态,拥抱游子的归来,无论得意的,还是失意的。这缕纯朴的真情,是城里那钢筋水泥中感受不到的,是城里那密不透风的防盗门上读不到的。回想小时候,同爷爷一起到小河边垂钓,同奶奶一起到田地捕害虫,同小伙伴们一起玩捉迷藏游戏……一连好些日子,我都会在缕缕纯朴的乡情、亲情中放纵自我,迷失自我。

我是从乡村里走出的孩子,乡村是我魂牵梦绕的地方。无论将来我走向何方,我的灵魂都属于那美丽的地方。

我,属于那儿——乡村。

责任编辑:田原

我属于那儿

高三(2)班 马丹

我们这个年纪

高一(4)班 丁杨男

我们这个年纪,心是透明的,眼睛是清亮的。脑海里飘着希望之舟,如繁星之多,却很容易沉没;我们这个年纪,笑是开心的,哭是认真的,常常幻想回到无忧无虑的童年,也常常期待早日步入成熟与稳重。

我们这个年纪,开始看到父母心中的泪滴,开始觉察岁月在他们眼角留下的痕迹。我们这个年纪早已离开父母的怀抱,却总走不出他们的呵护。我们这个年纪,胸怀是真挚的,情感是丰富的,向往高尚与纯洁,蔑视人世间一切的虚伪与罪恶。我们这个年纪,有未触世事的拘谨,也有驰骋沙场的豪情,艳羡白云的飘逸与潇洒,却惊叹高山的雄奇与落寞。我们这个年纪,有阳光般的坦荡与炽热,也拥有把生命交给奔流的激情,开始体悟生命的真谛,也开始填平理想与现实的鸿沟,试着畅谈春天生活的乐事,酝酿花开的季节,

期待着生命能够得到回响与共鸣,我们这个年纪,有些理想与希望往往会落空,但我们不再是高山庇护下的花儿,不再是荆棘从中知难而退的懦夫,我们开始笑傲困难与险阻,开始用知识的阳光去消除无知的迷雾。

我们是勇敢的舵手,不管前方承载着多大的风浪,也要让自己的灵魂之船行驶地安全,稳当。我们是翱翔于苍穹的雄鹰,再凛冽的寒风,也折不断我们的翅膀,再高的山峰也挡不住我们前行的方向。

我深信,尽管通向成功的路崎岖而漫长,但只要付出努力,就能够到达理想的目的地,让那雄壮的生命乐章有一个唯美的终结。

朋友,坚强的行走,勇敢的奔跑吧!我们这个年纪,总有一份属于自己的收获。

责任编辑:孙清华



珍惜富有 珍惜贫穷

葛小云 老师

什么是珍惜？热爱和投入！

只要你有热情有生机有一颗跳动的心脏，你总能感受到欢乐伴你左右，无论富有还是贫穷；只要你有智慧有努力有一种坚强的力量，秋天你定会收获到累累硕果，无论贫穷还是富有。

热爱和投入生命，珍惜和拥有生命，爱护和强大自己，关心和帮助他人，不断学习不断创造每天创造新生活，有激情有智慧有可乐有可为，让自己快乐让更多的人快乐，这样的你会是多么幸福多么美好！

珍惜富有，需要感恩。

珍惜富有，你不会遇到饥饿和寒冷这两个恶魔，也不用忍受是选择“天地良心”还是选择“富而且贵”的残酷考验，更不可能陷入像《热爱生命》中一个人和一匹狼在美国西部荒原上那样的“不是你死就是我活”的搏斗。

珍惜富有，因你会有营养美味供应充足的食物，你会有舒适得体漂亮迷人的衣服，你还会慷慨大方乐善好施，你还会接受良好的教育，还可能学习自己感兴趣的科学或者艺术，选择自己热爱和投入的工作而更易获得成功。

珍惜富有，没有贫穷的折磨，只有欢乐的海洋。

珍惜富有，没有痛苦的选择，只有纯粹的快乐。

珍惜富有，没有心灵的煎熬，只有自由的舞蹈。

珍惜贫穷，需要坚韧。

珍惜贫穷，相信自己的能量，把一切的困难踩在脚下才能做到。

珍惜贫穷，不断努力再努力，让自己成长得足够强大才能做到。

珍惜贫穷，梦想着成功的那天带给人们幸福快乐的人才能做到。

珍惜贫穷，在饥饿中明白生命的能量来自信仰的力量，在寒冷中知道生命必须燃烧才不会死去。

珍惜贫穷，让心灵高旋于尘世，飞扬在云端，终有一天生命的信仰和燃烧会战胜贫穷成为强者。

珍惜贫穷，你不会在五彩缤纷的诱惑中迷路，不用在灯红酒绿中沉沦，不必在花花世界中失足。

你若珍惜，富有可乐，穷亦有可乐；穷有可为，富亦有可为。

珍惜贫穷，你便富有。

珍惜富有，你更富有。

姜老师心理工作室

博客: blog.sina.com.cn/jxinli



问与答



问：怎样改变精力不集中的现象？

姜老师，你好！我不知道为什么一上课，一开始能认认真真的听课，但是听着听着，不知道怎么的，就走神了。大脑就像在云游四海一会想这，一会想那，我也不想这样，但是不知道怎么样控制自己。马上就要高考了，如果再这样下去，我恐怕很难考上大学了。请你帮帮我该怎么样克服这种毛病啊？谢谢！

答：

你好！关于你提的问题，很多同学都出现过，不要担心，只要你按照我讲的办法做，你的问题很容易就解决了，

一个人注意力的集中

与否，可以用自己的意志来控制。注意力的分散有自己主观的原因，比如对眼前的事物不感兴趣、身体疲劳等；也有来自客观外界的干扰，如环境的嘈杂、别人的打扰等。当你上课出现“走神”时，不妨先分析一下自己注意力分散的主、客观原因，以便对症下药。

当听不下去的时候，注视下窗外的某一景物（不能是运动着的物体），以便恢复注意力的集中。据说，大哲学家康德每天早晨起床，总要全神贯注地盯着窗前的花草看30分钟，以锻炼自己的注意力。

你也可以换换脑子，偷偷写点别的。居里夫人读书时，有时出现分神现

象，她就马上做代数习题，用以诱使大脑集中注意力。抄写又是一个办法。大作家果戈理有时写不出东西来，心里很烦躁，就在纸条上反覆写：“我今天为什么没有写？”“我今天为什么没有写？”渐渐地，大脑便进入专注状态，思路顺当，文章就能写下去了。

有一份资料上说，瑞士的一家精神卫生研究中心设计了一套“视觉和听觉配合训练”方法，对注意力的集中十分有效。具体做法是这样的：

先闭目凝神，凭想像在空中描绘出一个点来。然后慢慢将这个点延伸为一条直线，再将直线拉长，描绘出较为复杂的星形和涡形。要求你每天将

图形复杂化。应特别注意的是，在凝神时，尽量避免受到外在声音的干扰。久而久之，视觉和听觉就能配合自如了。

该法可以在数分钟内完成。有位同学利用这种方法，每天听时钟的嘀嗒声第一天10次，第二天15次，第三天20次，逐天增多，每次都十分专心地聆听。半个月以后，终于养成了专心致志的习惯。

问：应该如何与异性相处？

姜老师：您好！我是一名高二的学生，我的成绩属于班上的前几名。平时不太爱说话，我的话虽然少，但老师和同学们都好像很喜欢我。可有一点，不知道为什么，我就不敢看我们班的女生，而且更不敢和她们说话。一和她们说话我就会脸红，有时说说话，马上就想离开，感觉心里非常紧张。我越这样，那些男生就越笑话我。老师你能帮帮我吗？告诉我应该怎么样解决上面的问题。如何正常的与异性接触，能与异性成为健康的朋友。

答：

你好！这是正常的心理。我认真地看完了你的来信，我也体会到了你现在的心理状态，首先请你不要紧张，这是一种正常的心理现象，能够克服和调节过来的。你现在正处于青春期。在青春期的男女生相互之间的感觉由平常到好奇，随之产生好感，害羞。这是几乎哪个青春期学生都有过的心理。你看见女生，和女生说话会脸红是害羞和自卑的表现，也是青春期会出现的一种正常的心理现象。

知道了自己的心理特点，就应正视它。如果有自卑心理，要善于主动去克服，多与同学们接触、交流，学习他们的长处，以弥补自己。

你对异性产生害羞，是一种正常的表现。但是还要正确的认识。与异性的交往，是人类社会生活中不可缺少的重要组成部分，异性交往在个体成长历程中的各个阶段都是必不可少的。它可以增强与人沟通的社会交往能力，

促进人格的全面、健康发展。同样，如果中学生能够正常与异性同学进行交往，不仅有利于学习进步，有利于增进对异性的了解，丰富自身的情感体验，而且扩大了他们社会交往的范围，有利于其个性的全面发展。

但是，与异性保持一种正常的交往，对于中学生来说实在是个不易解决的问题，处理不好，将“友情”变成了“爱情”。不管是出于好奇，主动地去追求，还是出于无奈，被动地接受，其不良影响都是大同小异的。彼此倾慕、相互爱恋而将对方念念不忘，上课不能集中精力听讲，从而降低学习效率，减少了对其他生活事件的兴趣。更重要的是，对单一异性情感的过多体验往往会使正常交往所带来的许多益处和优势损失殆尽，由此你会丧失掉许多有益的机会和经验，而有时如果双方相处的“度”没有把握好，还会被老师怀疑早恋，同学们也会有意疏远这种“不良”少年。这些，对青少年个性的全面发展是极为

不利的。那么，怎样才能做到与异性同学正常交往呢？

中学生在异性交往过程中，要把握好“自然”和“适度”两个原则。所谓自然原则，就是要像对待同性同学那样对待异性同学，像建立同性关系那样建立异性关系，像进行同性交往那样进行异性交往。消除异性交往中的不自然感是建立正常异性关系的前提。所谓适度原则，是指异性交往的程度和异性交往的方式要恰到好处，应为大多数人所接受。既不为异性交往过早萌动情愫，又不因为回避或拒绝而对对方造成心灵伤害。

关于你与异性怎么相处的问题我建议你做到以下几点，你就能很好的解决你的问题了：

1. 坦诚率真。真诚是任何建立友好关系的第一要素，是建立和发展良好异性关系的前提和基础。中学生要想真正地拥有正常的异性好友，那么，在交往过程中要做到坦荡无私、以诚相待，相互信任。

2. 克服羞怯心理。中学生正是青春萌动时期，往往特别在意自己在异性心目中的地位与形象，常常会表现出羞怯心理。在与异性交往过程中，行为举止、情感流露及所思所想要尽量做到自然、顺畅，不盲目冲动，不为引起异性的关注而矫揉造作。

3. 留有余地。虽然交往中提倡坦诚，但无论男生女生，在言谈举止中要留有余地。处于这个时期的孩子，共同对一些话题产生敏感，比如性，比如对方长相等。在交往中男女同学在谈话内容上要避免纠缠那些不良情绪和行为，男女同学也要避免过多地单独相处，在交友范围上也不要做过多地限制。

4. 运用心理学中所说的暴露法，来调适自己。

所谓暴露法，是用来克服害羞和其他负性情绪反应的一类行为治疗方法，它是通过细心地控制环境，让自己持续一段时间暴露在现实的或想象的唤起强烈焦虑的刺激情境

当中，而其结果，却并非如自己所想的那样。你可以告诉自己去这样做：不就是看看嘛，有什么？有什么不敢看的呢？我想看看就看，看又不犯什么原则错误，就是看看，没什么了不起的。经过几次，你就发现自己“胆子”大了。

