

我们已经长大了

·万源市河口中学校
2009级(1)班/鲜易伶

大地
一年又一年冬去春来
在万物复苏的时候
阳光格外明媚
暖暖的春风里
我们已经长大了
就像校门口的那棵白杨
苍翠 挺拔

我想

·开江县广福小学六
年级(5)班/代前辉

我想,
把小手接在树枝上,
向上生长。

我想,
把脚丫接在云儿脚
下,
和风一起飞翔。

我想
把我自己种在春天的
草地上,
和花朵一起茁壮成
长。

雪

·通川区一小四年级
二班/王诗瑶

雪,
飘飘洒洒,
不留下足迹,
洁白而又轻盈,
在阳光的照耀下,
如同那美丽的樱花,
随风轻轻飘扬,
尽情的飞舞。

给留守少年

·通川区第一小学五年级
四班/王雪蔓

同学
你的妈妈到远方去了
让天上皎洁的月亮
伴你行走少年的路
当你孤单的时候
月亮
就是妈妈甜甜的笑容

同学
你的爸爸在他乡奔波
让天上晶亮的星星
陪你走过黑暗的树林
当你害怕的时候
请望一望天上
那闪闪发光的星星
就是爸爸鼓励你的眼

春天里最动听的歌声

——读《达州日报·校园周刊》的一组学生诗歌

□游太平（青年诗人,四川省作家协会会员）

如今，写诗的人和读诗的人越来越少，于是，时常有人提出“诗歌会不会消亡”的疑问。但凡有这种疑问的人，我敢说，他必定对诗歌的过去、现状，甚至对诗歌本身，并无真正的了解。真正的诗歌之火，纵然如风中之烛，也足以照亮整个大地。人类倘若蒙尘流浪，将凭藉存留于心灵一隅的渴望回到家乡，而诗歌，就是人类永恒的精神家园。也可以说，诗歌就是永远的渴望本身。这个春天，倾听了达州孩子们以诗的方式的歌唱，我的心，如草叶和花朵一样欢欣——诗歌，真的是薪火相传、生生不息啊！

孩子们有如此单纯的梦想——“在五彩斑斓的世界里/我会架起梦想的桥梁/坦坦荡荡的冲过去/拥抱/劳动后的幸福/成功后的喜悦/回眸中的甜蜜”（《梦想》王娅）。

孩子们有如此单纯的善良——“同学/你的妈妈到远方去了/让天上皎洁的月亮/伴你行走少年的路/当你孤单的时候/月亮/就是妈妈甜甜的笑容”（《给留守少年》王雪蔓）。

孩子们还有如此单纯的惆怅——“玻璃梦篡改了悲凉/寂寞的丛林中/几回梦醒/几回醉”（《玻璃梦》赵雨涵）。

成年人惯于轻视孩子的单纯和幼稚，因为，在现实世界里，梦想太容易折断翅膀，善良太容易收获悲伤，而在家庭、学校、社会对孩子的希冀中，惆怅是一定要抹去的、不健康的心理现象。然而，诗歌呼唤

真实，人的成长更需要真实的品质。不要嘲笑孩子如此真切的单纯，因为，没有单纯，人类将丧失所有的感动，包括幸福和疼痛。我们在努力获取知性的同时，千万不要把知觉扔掉。

孩子们的想象力令我感叹——“我想，/把小手接在树枝上，/向上生长。//我想，/把脚丫接在云儿脚下，/和风一起飞翔。”（《我想》代前辉）。想象力是诗歌最重要的翅膀，它与创造力密切相关，并决定着一个人的写作生涯能否持续。而在生活中，丰富的想象力完全可以提高人的“幸福指数”。让我们打开那扇窗吧，让翅膀回到天空的故乡。

方青云的《我是……》，是思想、情感、语言、技巧相对较为成熟和完备的一首诗。诗中运用了象征、隐喻等修辞手法，这样的技艺不是一朝一夕就能熟练掌握的，想必作者阅读和写作诗歌已不是一两天了。瞧，“我是一条单尾的鱼/经过挣扎/大海中出现了美丽的双弧”、“流星划过的地方/是天空的一次记忆”，这样的年纪能写出这样精彩的诗句，真是难得。

其他同学的诗歌都各有特点，李雨丝在《假如》中的坚定、杨顺帆描绘的《晚霞》的美丽等，都给了我深刻的印象。限于篇幅，在这里就不一一点评了。

收笔之时，真诚地感谢孩子们和指导老师们，你们让我看到了诗歌的希望和美好的未来！

遗忘

·达县石桥中学/刘佳佳

听着月亮和太阳的
传说,
回忆相互追逐的错
过,
任天空飘满泪滴,
我不要再想你。
让上苍为我们哭泣,
把你的名字从心空
删去。

也许征程太疲惫
也许不应该有太多
眼泪。
也许生活已失去滋
味,
也许你在我心中早
已离位。

我
不会再流浪,
誓言燃烧着我的梦
想。
我会将自己的心收
藏,
用尽今生今世把你
遗忘。

我是……

·开江县任市中学初 2008
级 1 班/方青云

我是一条单尾的鱼
经过挣扎
大海中出现了美丽的双弧

我是带着腥味的大海
经过漫长的孤独
我在那边画出了旭日东升

我是充满灰色的天空
经过无限的痛苦
架起了一座彩虹桥
虽然这只是一瞬间的美
但我不在乎
因为我知道——
流星划过的地方
是天空的一次记忆

我是一只折了翅膀的小鸟
经过奋斗
天空重新出现了笑容

假如

·通川区实验小学六(一)
班/李雨丝

假如我是小草一棵,
即使在贫瘠的土地上,
我也要用生命的颜料,
染绿平原和山岗。

假如我是小花一朵,
即使在风中摇曳,
我也要发出淡淡的幽香。
假如我是小树一株,
即使孤独在高楼之旁,
我也要长成参天栋梁,
为人们带去清凉。

假如我是雨珠一滴,
即使落在马路一隅,
我也要奔入江河,
去凝聚新的力量。

假如我是白云一片,
即使没人欣赏,
我也要用自己的美丽,
为人们造就一片阴凉。

晚霞

·万源茶坝乡中心校七(一)班/杨顺帆

夕阳把蔚蓝的天空
抹成了五光十色
你看它变幻无穷
似春天羞涩的脸
春风拂动河边的杨柳
你听
是谁在弹起三弦琴
金色的几儿的晚霞
融入五彩的晚霞
妈妈,请把雨伞
给我和小雨点嬉戏,
给她悄悄话。
小雨点落在树叶上
树叶就一片葱郁。
小雨点打在脸上
我心中就充满惬意。
妈妈,一把雨伞
能遮挡风雨,同时
也会阻拦自由的梦想。



陷入了网络游戏

小梅姐姐:
我是一名初二学生,由于父母忙于工作,节假日里只能让我一个人在家,为此他们特地给我买了一台电脑。没想到我一下子就喜欢上了它,每天都要玩几个小时的网络游戏,对学习则心烦意乱,注意力根本没法集中。我该怎么办呢?
·张鑫·

张鑫同学:
现在你认识到网瘾的危害了吧!你現在要做的是:一是远离网络游戏;二是制定一个短期学习计划,并实现计划;三是多和父母及同学老师谈心,逐步消除你对网络的依恋。
·小梅姐姐·

让人烦恼的情书

小梅姐姐:
我在班上成绩算中等,样子也不算难看。有一天,我在课桌里发现一封男生写给我的情书,我惊呆了!我不敢告诉家长和老师。小梅姐姐,你能告诉我该怎么办吗?
·蒋媛媛·

媛媛妹妹:
就像什么也没有发生一样,不要理它就完了。如果他又给你写信,那你最好跟他面对面地说,你们还是学生,现在要努力学习,将来长大成人后,如果有缘,在谈这件事不迟。
·小梅姐姐·

无缘无故发脾气

小梅姐姐:
我最近发现自己学什么都很累,而且经常无缘无故发脾气,觉得自己变得好蠢。爸爸妈妈都很关心我,但是他们越关心我,我的学习压力就越大,就越不想学。我不知道自己该怎么办才好?
·小小·

小小妹妹:
处于青春期的孩子都有很多烦恼,关键是要学会调整自己的心态,保持一颗平常心是很重要的。当然,你也可以在无人的时候,找个没人的地方,大声吼叫几声,发泄一下你的情绪。
·小梅姐姐·

小梅姐姐信箱

口述实录

听你倾诉 解你烦恼

小树苗的愿望是长成参天大树,我的愿望是让你天天快乐。你有解不开的心事吗?你有无法排解的烦恼吗?四眼哥哥天天恭候你的倾诉。
口述热线:2969732

女孩痛经不可大意

晨曦,女,14岁,初二学生

自从11岁来月经后,我每个月都要受到痛经的困扰。痛经时断时续,开始我以为是年纪小还没有规律,可现在已过了4年了,怎么还是痛呢?

分析:少女的痛经大都是原发性的,这类痛经的严重程度与情绪有关。恐惧、紧张、忧虑、郁闷都会加重疼痛。

办法:要做到平时加强锻炼、保持心情愉快,性格开朗。同时注意饮食营养及经期卫生,避免过度劳累,少吃寒凉生冷或刺激性食物。

多吃油腻甜食易长痘

小月,女,12岁,小学六年级学生

平时学习紧张时,我就喜欢吃巧克力呀、肉类呀,特别喜欢吃甜食。但最近脸上老长青春痘,不知是否和此有关?

分析:“青春痘”好发于油性皮肤的人。这些粉刺很容易引起局部发炎,形成脓疮。而脓疮破溃后,经8至10周炎症消失后,会形成瘢痕,脸上出现凹凸不平的小丘,称为痤疮。

办法:要避免像小月同学这样大量进食巧克力、猪肉、黄油、咖啡及糖分多的食物。此外,还要避免便秘,多吃蔬菜,保证睡眠,保持精神安定。

同学说我是个“土包子”

口述:石榴(化名) 实录:四眼哥哥

城。从小学一直到初二上学期,我的人缘都不错,和同学们相处得很好,这可能是因为我为人随和、老实的缘故吧。可是这学期开学时,我的一个好朋友悄悄对我说,其实班上有很多人讨厌我、不喜欢我,原因是我不时髦,人很老土,是个‘土包子’……”

“听到这些话,我心里特别不是滋味!一直以来,我都以为班上没人讨厌我,认为自己缘好,大家都喜欢我,想不到原来是这个样子,为此我很沮丧。自此以后,我觉得班上任何人都觉得不顺眼,觉得他们都在嘲笑我。现在,我虽然表面装得不平很开心的样子,内心其实很痛苦。我该怎么继续走下去?希望四眼哥哥能为我出个主意。”

重新审视与同学的关系

四眼哥哥感觉让你不开心的原因更多是出在你自己身上。为什么你的朋友跟你说了点悄悄话,你就把自己从小学到初二上学期对自己的认识全部给丢掉了呢?你无条件地相信了别人的话,却忘记相信自己对自己的判断了。

先不要忙着难过沮丧,让我们一起先分析看看吧!

首先,你真的很“土”吗?怎么个“土”法了?如果你的确挺“土”,那么就适当做些改善,比如关心点流行时尚的东西,在穿着、谈吐上做些活泼的改善,这都是挺好的事。当然,这些改善,都是自己能接受的,要适合自己的感觉才好。

其次,同学们因为你很老土、不够时髦就讨厌你不喜欢你?嗯……也许有些人只是觉得你不好

让文明成为素质和习惯

——大竹石河中学学生讨论校园文明

□嘉宾学校:大竹县石河中学
□主持/记者 刘礼全 嘉宾主持/易中华(学校团委书记)

俊桦(初三学生):一些同学在班级、校园和公共场所大吼大叫,不仅是一种不文明行为,而且影响了他人的学习、生活和工作,应受到严厉谴责。

唐祖梅(高一学生)、闫胜蓝(高一学生):个别同学在图书馆和食堂过度占位,一个人甚至占几张桌子,这种行为不仅严重影响了其他人吃饭和学习,而且是一种极端自私没有教养的表现。

张亚梅(高一学生):课间,一些同学你追我赶,经常撞倒其他同学;吃饭时,些同学将

快快乐乐与人交往

五招教你快乐社交

做一些克服羞怯的运动 将两脚平稳站立,然后轻轻地把脚跟提起,坚持几秒钟后再放下。每次反复做30下,每天做二、三次,即可消除心神不定的感觉。

强迫自己做数次深呼吸 害羞容易使人呼吸急促,要强迫自己做数次深长而有节奏的呼吸,这样可以使紧张的心情得到缓解。

与别人在一起时,开始时不妨手里握住一样东西 比如一本书,一块手帕或其它一些小物件。握着这些东西,对于害羞的人来说,会感到舒服,有一种安全感。

学会毫不畏惧地、专心地看着别人 你若老回避别人的目光,老盯着别处,一是很不礼貌,二来也显得很幼稚。你要知道,你和对方是处在同等地位的,你不比别人差,为什么不拿出勇气和自信来,大胆地看着对方,和他(她)自如地交谈呢?

经常读些课外书籍、报刊和杂志 有时你的紧张、羞怯不完全是因为性格因素,而是由于你的知识领域太过狭窄,或对当前发生的事情知之甚少的缘故。因此要多读些课外书籍、报刊和杂志,开拓自己的视野,丰富自己的阅历,关心国内外大事,别人再与你交谈时,你就会发现自己可以毫不困难地表达你的意见,畅所欲言了。这将对你树立自信,克服羞怯起到很大的帮助。

一名·教你一招

青春教室

三月是文明礼貌月,青少年学生中还有着哪些不文明行为?同学们的文明意识如何进一步提高?3月5日,记者在大竹县石河中学,与该校部分学生进行了一场热烈的讨论。

圆圆(初三学生):生活中,有的同学喜欢用恶作剧作弄老师和同学。比如在黑板刷中间夹一支粉笔;在同桌的板凳上贴双面胶;在别人的书上画王八等,这些都是很不尊重人很不文明的行为,应坚决予以制止。

甘元平(高一学生):当同学起来回答老师的问题时,身边的同学就把他凳子移开,让他坐下时摔倒在地。这种行为不仅不文明,而且还会对他人造成伤害事故。

张茜、魏方媛、李林阳、李

让文明成为素质和习惯

——大竹石河中学学生讨论校园文明

□嘉宾学校:大竹县石河中学
□主持/记者 刘礼全 嘉宾主持/易中华(学校团委书记)

俊桦(初三学生):一些同学在班级、校园和公共场所大吼大叫,不仅是一种不文明行为,而且影响了他人的学习、生活和工作,应受到严厉谴责。

唐祖梅(高一学生)、闫胜蓝(高一学生):个别同学在图书馆和食堂过度占位,一个人甚至占几张桌子,这种行为不仅严重影响了其他人吃饭和学习,而且是一种极端自私没有教养的表现。

张亚梅(高一学生):课间,一些同学你追我赶,经常撞倒其他同学;吃饭时,些同学将

让文明成为素质和习惯

——大竹石河中学学生讨论校园文明

□嘉宾学校:大竹县石河中学
□主持/记者 刘礼全 嘉宾主持/易中华(学校团委书记)

俊桦(初三学生):一些同学在班级、校园和公共场所大吼大叫,不仅是一种不文明行为,而且影响了他人的学习、生活和工作,应受到严厉谴责。

唐祖梅(高一学生)、闫胜蓝(高一学生):个别同学在图书馆和食堂过度占位,一个人甚至占几张桌子,这种行为不仅严重影响了其他人吃饭和学习,而且是一种极端自私没有教养的表现。

张亚梅(高一学生):课间,一些同学你追我赶,经常撞倒其他同学;吃饭时,些同学将