

风景不一般

厦大附中 八年(2)班 杨超艺

“十一”又逢“中秋”，从外婆家起跑。

站在路边，风声萧瑟，吹得草木摇曳。夕日欲颓，整个村庄犹是安静。黄昏的天空如一锅燃烧的海洋，红霞如火，笼罩了整个天边。竹林林立，枝繁叶茂，自是阴凉无限。几株果树，早已不见果实，掉下来的龙眼和荔枝滚动着，把全身融入了土地。“蝉噪林逾静”，林中虽说已没有了蝉，但蟋蟀声音悠悠回荡，听得如此令人心安。慢慢跑，便觉无限趣味。

几户人家，炊烟袅袅。在老街上跑着，几座古厝，几栋小洋楼。各式砖瓦，与黄昏辉映，显得朴素，甚至透着古老。街上干净而冷清，柴火的气息散开，令人感到温暖。人家前的青石台阶，凹凸不平，残留着风雨肆虐的痕迹。

兰花重生

漳州实小 三年(12)班 汤 聆

“春兰如美人，不采秋自献”。苏轼笔下的兰花如此美丽，如此富有诗意。我想，我家的那盆兰，或许比苏东坡的兰更富有哲理，更令人钦佩。

我家那盆兰，是一盆快枯萎的兰花。以前，它长着碧绿碧绿的小叶子，满盆挨挨挤挤，满眼绿意盎然。这些绿叶之间还有许多兰花，花瓣是淡黄色的，上面还有一点的小黑点，像一位美丽的公主，穿着淡黄色的裙子，在舞会上跳着翩跹的舞蹈。用鼻子

迹。“春”字贴在每一户屋檐下，各具风韵，有的人家门前的“春”字却已脱落。篱笆、曲径、墙脚，隐蔽的草，发出淡雅清香的花，似乎无人理睬。简陋中透着宁静，宁静里散发悠闲。如此安静，似乎这个村落与生俱来就要这么静，从岁月的尘埃中抖出来。藏着沧桑，那百年来的酸甜苦辣，像一缸陈年老酒，大家没有忘记，而是继续轻轻回味着。

跑过缓慢觅食的鸟，跑过慵懒蜷伏的狗，跑过边反刍边闲逛的牛。田垄上，一排排齐整整犁过的地，农人正辛勤耕作着。有的农人打开了水，开始灌溉，水从田垄上缓缓流下来。天上已有些许残月，可谓是“带月荷锄归”了。

夕阳挣扎着，留给我最后的余晖。我朝

凑近一闻，一股清香迎面扑来，沁人心脾。

可是现在呢？那盆兰的叶子逐渐变少了，变枯萎了，长一点的叶子只剩下四五枝，而且呈棕色。干枯了的花瓣在一片片落下，最后，一点也没有啦。这时，如果把它放在路边，会很不起眼。但是有一天，我惊喜地发现在它们的叶柄旁，已经有了新的嫩芽，一阵风吹来，我仿佛闻到了一股香气，眼前的新芽在增多，在生长，叶子从淡绿渐渐变成深绿。在穿梭生长的绿叶之间，一枝、两

着山的那个方向奔去。山顶笼罩着渐褪的云霞，山腰被白云生生斩断，好似一片仙境。桉树扎根在岩石之中，松树像贤者一般临于高地。风从山的脊骨上传来，带着花草混杂氤氲的气息，飒飒而过。浑身便浸在温暖和最后的光明之中，久之难以自拔。面对这些连绵起伏的群山，我就是初逢桃花林的渔人，沉醉其中，跑着，跑着，极力要靠近山峰。

山底之下，泉水击石，泠泠作响。抚摸着石头，青苔密布，软软的，在粗糙中写满光滑。无法想象，这些轻轻一刮就掉落的生命，与这些石头一起度过多少风雨冲击洗刷。宋代郭熙曾说：“秋山明净而如妆。”已是秋日，山是那么明净，但并不如妆。这座野性的山，把大自然之美表现得一览无余。

枝、三枝……抽穗的花芽，含苞、绽放，开出了美丽的、香艳的花朵。

我相信这盆兰一定会变得和以前一样，生机勃勃，花儿也会变得和以前一样鲜艳，芳香，迷人。这盆兰，在我的眼前，在我的心间怒放，这是一股重生的力量。

“兰秋香风远，松寒不改容”。人人都说：“花中君子，梅兰竹菊。”我家这盆兰，难道不是一位君子吗？

(指导老师 陈晓玲)

要养成生活好习惯。对了，家里有很多药酒都是我爷爷自己调制，可厉害了呢！

手机的确是给人们的生活带来了很多便利，但是我认为现在的人们已经过度依赖手机了。美好和谐的大家族需要人与人之间的交流，所以请父母们不要每天抱着手机不放，把看手机的时间用来陪伴家人，会收获更多的幸福！

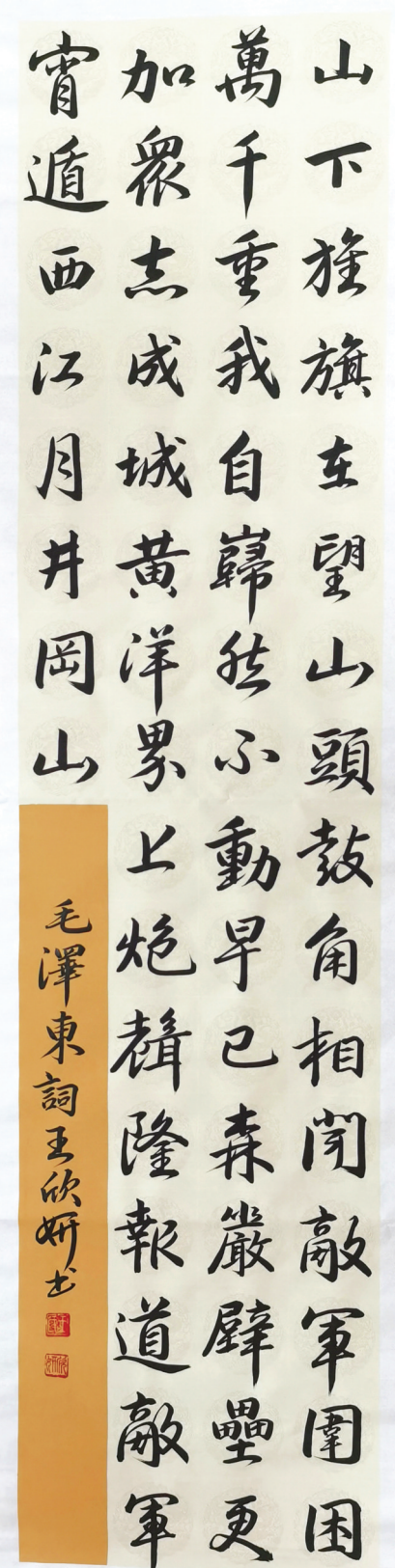
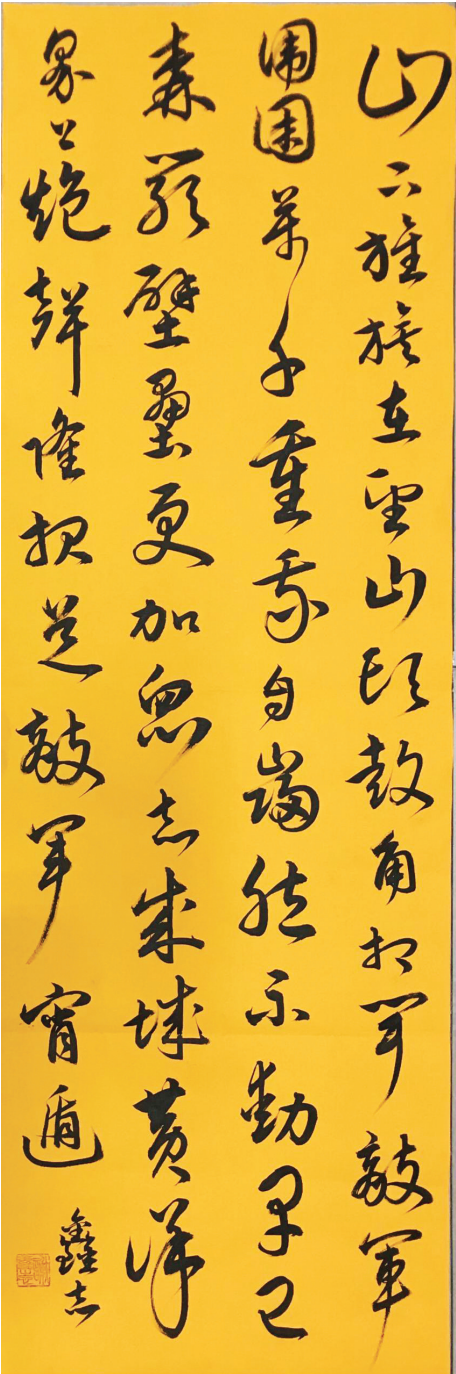
(指导老师 柯淑敏)

仅存的，模棱两可的记忆把题写出来。真是懊恼呀！

卷子发下来了，我立马翻到了那一题，呀，出乎我的意料，居然让我侥幸地蒙对了。望着考卷上那被我侥幸蒙对的题，我一阵雀跃后，又陷入了沉思：还好，这次蒙对了，不然后果不堪设想呀。要是当初把公式背熟，也不至于那么忐忑不安！

这忐忑不安的滋味可真不好受啊！在学习上，我们真的不能抱着侥幸的心理，必须每一步都脚踏实地，让自己远离那忐忑的滋味……

(指导老师 何彩萍)



▲梦城实小 六年(4)班 王欣妍
(指导老师 杨东萍)

◀漳州三中 高一(2)班 谭谢志
(指导老师 杨思艺)

我家的“低头族”

彦城实小 四年(4)班 刘芸菁

现在网络上所说的“低头族”，就是整天沉浸在手机里的人们。想象一下，如果你的身边有这么一个低头家族是什么滋味呢？偏偏我家就是这样！

先说我的爸爸，爸爸白天会给很多病人治疗牙齿，到了晚上会用手机详细地记录病历，然后会看看今天的新闻，了解国内外的大事，有时候也会打打游戏，美其名曰“放松一下”。接着是妈妈，我的妈妈是从

事金融工作的，微信里的工作群可不分上下班，每天早晨开始就“叮叮叮”地响个不停，比闹钟还管用。妈妈还喜欢购物，每逢购物节，妈妈都会半夜起来在淘宝里面抢购全家人的东西。然后是我的奶奶，奶奶最喜欢在抖音上看一些做菜的方法，所以家里的饭桌上总是有一些新的花样。最后是我的爷爷，爷爷平常喜欢看一些养生的东西，还经常跟我们分享，告诉我们从小就

那一次的忐忑

龙师附小 六年(4)班 张馨文

“快点，快点，快回班级，何老师来了。成绩出来了，应该要发考卷了。”天哪，要发考卷了，我考得怎样？我怀着忐忑不安的心情一步一步回到了座位上……

这次我为什么会如此忐忑不安呢？思绪将我拉回到了上午考试的时候。

考卷发了下来，我们开始动笔唰唰地写着。嘿，这些题目可真简单，我都有做过，真是得心应手，我心里得意地想。三下五除二，10分钟没到，我就把卷一搞定了开始写卷二。

咦？这题的解答公式是什么呀？刚得

意没几秒，我就被一道简答题卡住了。哎呀，这题足足有4分呀，全扣那不就完了。要是这4分全扣，那就不能上95了呀，况且那四步答题法何老师前几天才刚讲过的呀！我怎么给忘了。快点把公式记起来吧！我心里慌乱地想。看着别人做简答题那游刃有余的模样，我不禁后悔起来。

我追悔莫及，不禁想起昨天晚上的那一幕。“都复习好了吗？”妈妈问我。“好了好了。”我满口答应道，其实，我的眼睛一直停留在刚买的一本课外书上，丝毫没有认真复习那四部公式。唉，现在，我只好凭着那

M 师说

初三毕业班，被通知接手一个班的班主任兼语文老师，尚未与学生谋面。周六中午，外出用餐，家长电话打过来，说是班级小星星的家长，孩子有应激性障碍，算抑郁症的一种，需要我特别关注。半路接班从来不容易，而这个情况的出现似乎更给了我一个下马威。

果然接班一个月左右的一天，老师在课上讲地震的危险性，播放了几张地震中的照片。小星星受到了刺激，一下子钻到桌子底下，身体一直抖一直抖，嘴里哆哆嗦嗦，一个字一个字地说：“不要地震，地震不好，大家快跑，我们都要活着，老师要活着，同学要活着……”

我让同学把她扶到办公室，她嗫嚅着重复着，我轻轻地拉着她的手，拍着她的肩膀，听着她说。任何理性的话语都是劝不住她的，我信誓旦旦地说：“我会告诉同学们更多震中逃生的方法，我们都要好好热爱生命。”过了一会，她说：“老师，我可以了，我要回教室上课了。”我说：“好。”

学校心理老师之前有普及过自愈的心理知识：抑郁症这种病，我们的身体是有一定的自愈能力的，在身体感觉安全的环境中，会比较放松，会自我修复，有助于病情的恢复。所以我想给她一个相对安全的环境疗愈，她想发泄我就听着，她想休息我就批假，她想上课我就点头。几年前，我在韩国当汉语教师志愿者，我所在是一所普通公立高中，我的班上有几位智障的小孩儿。她跟我们一起上课，一起下课，一起吃饭；还有专门的老师带他们种蔬菜，教他们烘焙。慢慢地，同学们接受了他们只是学校的另一种存在形态。

所以，对于这个孩子，我不能以对待弱者的怜悯眼光来看待她，她只是暂时遇到一点心理坎坷。只有我先以平常心对待她，同学们才能平常心接受她。她喜欢称自己是“有文化的漂亮女孩儿”，她说学习遇到挫折的时候，就会照照镜子，跟自己说：“这么漂亮的女孩儿，如果没有文化多么可怕。”每次看到她，我就开玩笑：“漂亮女孩儿，你来了。”“有文化的女孩儿，你好。”

心理的疗愈没有那么快见成效，而我只能通过不断地给予情感理解，让她感觉舒适。我希望在茫茫夜空中打出一束光，她能看到。

通过家长和同学的描述，我了解到小星星的病因主要是班级同学的语言暴力；班级亦有不少学生因为班级建设中的混乱处于恐慌、缺乏安全感、无法安心学习的状态。我想无论对于小星星还是班级的大多数，重新塑造

一个强大的班集体都很重要；我也明白，重压已经不会有效，要想管住这个班级必须倾心，接纳学生和班级的混乱，给予学生情感理解，建立情感依赖，才能进行情感管理。于是我把自己的感受写成了一封信。

亲爱的3班同学们：

大家好！

我是孙老师，新来接班的班主任。

相处了近一个月，我最想对大家说的是——很心疼。心疼大家因为班级的屡次变迁，变得心神难安；心疼大家，因为各种诱惑、冲动、不成熟，对同班同学造成的伤害，我想这些伤害会让我们很长时间深爱自己良心的谴责；心疼大家，由对班级的满腔热情到消极冷漠；心疼大家在经历了这么多之后，还有人坚守正义，默默奉献，在期待班级变好，在坚守邪不压正。在大家应该树立正确价值观的时候，班级的变迁以及家庭教育的缺失，导致大家迷失了，但是还要做一个善良的人。

我是新来的班主任，最开始我是排斥的。

为什么我要接一个毕业班？一个成绩很差的班，一个班风散乱的班级，没有班干部，没有小组，乌烟瘴气，歪门邪道，自由散漫成性。一度我是失望的，我想算了，带一年就好，很快就能结束；学生如流水的兵，今天送走一批，明天还会有新的学生。但是我又想现在在初三，如果初三这一年就这样放手过去，班级会继续乱下去，被伤害的同学们会继续痛苦下去，我的心会不安。我宁愿因为管理严格被学生骂，也不想因为放纵学生让自己良心不安。我害怕因为自己没尽力，十年二十年的班级聚会，不敢跟大家见面。我希望多年以后能听到大家说，孙老师除了严厉都是优点。

当然相处下来，我看到了许多美好的东西。

有同学虽然调皮经常被骂，但还是会笑嘻嘻地问老师好；有同学虽然成绩不好，但是从不跟同学计较，周五大扫除经常会多做一些；有同学关心班级的事情，老师交代的任务会早早完成；有同学会在老师不在的时候，主动提醒大家安静学习；有同学也在默默从自身做起，带动了周围同学学习的热情……我想，有很多同学在期待班级变得更好。

今年带班是我几年班主任经历中最有成就感的。一年。中考我们班已经进步到第七，运动会我们拿下了体育道德风尚奖，看似不太容易的事情，我们都做到了。尽管我们在很多方面还是不那么优秀，但是成长也是一种收获。

校长说过，希望大家都可以做一个平凡的幸福人，同

样的祝福送给大家，希望大家在3班能获得更多的成长，记住更多的小美好；如果没有，我们就去一点一滴地创造。

孙老师

×年×月×日

随着班风的慢慢好转，班级愿意跟我聊天，说心里话的孩子也越来越多；小星星也会来跟我撒娇：“孙老师，这节课我是不是很棒，给我加1分吧。”我说：“好。”

黑黑的夜空中，闪亮越来越多的小星星，一眨一眨地，很灵动。

小星星有一阵子很不开心，她觉得自己一无是处，班级同学都不喜欢她，情绪很不稳定，不想来学校；学业功课落下的内容越来越多，考重点高中希望渺茫，特别没有自信，家长纠结着要办理休学。我想“心病还须心药医”，我想为她做一些事情。

我帮小星星找到她觉得对自己有敌意的几位同学，几个女孩子在我办公室玩真心话大冒险游戏，她们让我回避，从她们每个人脸上的笑容，我看到了孩子们心理的强大和善意；我找到曾经对她语言霸凌的女生，了解了当年的事情经过，建议她心平气和地给小星星写一封真诚的道歉信，女生同意了；我也打算给小星星写一封信，表达我对她的欣赏，和班级对她的接纳。

亲爱的小星星：

你好。

想给你写一封信，想法由来已久，希望你看到会开心。

在接班的第一天，一张热情的笑脸就凑到我跟前说：“老师好。”半短的头，清脆的声音，洋溢的笑脸，白皙的皮肤，长得那么清秀，老师一下子就猜到了，这位一定是班级热心的班干部。课间看到你和朋友在教室外聊天，手舞足蹈，哈哈大笑，铃声一响，又安静走进教室；“静如处子，动如脱兔”，这应该是个懂得学习爱学习的孩子。课堂上你笔直的身姿，闪光的眼神，跟着老师的课堂节奏或大笑或微笑，老师又猜到了，这一定是一位语文学习爱好者。事实证明，老师所有的猜测都是对的，你就是这样的优秀。

在我们班级举行的《自强不息》演讲比赛中，你担任主持人的角色。比赛当天，因为紧张你身体不适，一中午你都躲起来自我疗愈，我们到处都找不到你；但是上课铃声响了，演讲要开始了，你如约而至，我如释重负。

你写了长长的一段开场白，清脆的音质，情绪饱满又

◎孙胜男

流利地表达，中肯而又善意地鼓励参赛的同学，这种主持功底让观赛的老师叹服不已，而我也窃喜，选的主持人是对的。明白了你的认真负责，交代事情给你我是放心的。

在餐厅遇到你，你端着一盘子的蛋糕，跑过来要送一个蛋糕给我吃。风一样飞奔的身影，凌乱了头发，混乱了脚步，像个女汉子，我毫不客气地接过一个蛋糕，谢谢你的好意。

早上环校园晨跑，是女生们叫苦连天的时候。我看你撸起半截袖子，将刘海别到耳朵后面，跟你的好朋友站在一起，相互鼓励儿：“加油！我们是附中的学生，附中的学生最棒……”听你这样絮叨着，我非常感动，你想突破自我躯体的束缚，勇敢地尝试着用意志力战胜身体，你真的了不起。

你是英语课代表，英语晨读的时候，你大大方方地站在讲台上，大声带读单词、句子和课文，我眼前一亮，嗯，发音很标准，声音响亮很有自信啊，有你在班级英语早读我就放心啦。后来，你早读不经常过来，我们班级也逐渐没人带读了，英语晨读变成了全班默读。我有一次开玩笑说：“英语晨读怎么只看到嘴巴动，听不到声音，像一群僵尸一样啦？”你说：“因为漂亮的英语课代表没来。”欣赏你这种自嘲的精神，接纳自己，宽容别人。

我们办公室每次有好吃的好玩的，都能吸引你逗留。“在吃什么好吃的呀，怎么能少了我呢？”“在聊什么呢，我也来了。”我想，单纯可爱如你，依然这样简单快乐着；生活或许就是这样，遇到困难，解决困难；而你有这样强大的心理，能踏平所有的障碍，我不担心。

女作家刘瑜的话，写出了很多妈妈的心声，我想把这两句话送给你：“愿你慢慢长大，愿你有好运，如果没有，希望你在不幸中学会慈悲；愿你被许多人爱，如果没有，希望你在寂寞中学会宽容。”

孙老师

×年×月×日

小星星给我送来一颗折纸小星星，她告诉我是她向菩萨跪着求来的，会保佑我。我认真地打开，上面写着：“孙老师要一直开心健康。等我考到医师资格证开了自己的小医馆，回来给您推拿。”

我信仰情感的力量，我想我的班级会在情感管理中慢慢变得健康；而小星星也会长大，会成为夜空中最亮的星，耀眼夺目，我仰头望着天。

(作者系厦大附中教师)