

我有话说

这个偌大的世界，你想去改变它，只有先改变自己。

改变自己与改变世界

瞧，那在战火中来回穿梭的身影是谁？是你，“持灯女神”南丁格尔。为了实现自己从小理想——济世救人，你毅然放弃了富裕、优越的生活条件，选择成为一名战地护士。有的人可能要问：“你改变了这个世界吗？”当然，前线死亡率从52%降到4%便是最好的证明。你改变了自己，也因此改变世界。你以悉心的呵护，拯救了无数生命，为盟军日后的胜利奠定了基础，也为全球爱好和平的人们带来了一丝曙光。只有改变自己，方可改变世界，你很好地诠释了这一点。你向世人证明：不付出努力去改变自身，又何以改变世界？

你，被誉为二战后最纯正的日本作家。当时你正处 在日本战后恢复时期，文学作品文字沉闷的现象十分严重。你力图振兴，以自己那积极向上的文艺作品感染了日本文学界，让沉闷抑郁之风在日本文学作品中销声匿迹。也正因如此，日本文学界才形成了独具一格 的风格。你以改变自己的方式，让日本在思想界焕发了新的生机，给了日本文学一个崭新的面貌。你用行动告诉人们：只要我们敢于尝试，试着改变自己，就一定会给这个复杂的世界带来一种新鲜、变化。也正因你的改变，才会有战后复兴文学的兴起。如果没有你——村上春树，这个世界会怎样发展改变还是个未知数。

几个月以前，一首劲爆的《江南style》，全球都掀起舞动的热潮。创作者“鸟叔”在创作时一改往日的蓝调风格，采用摇滚风格并配以劲爆的MV，让当今这个略有沉闷的社会点燃了运动的火焰。广场上、办公室、马路上……到处都是人们伴随江南style舞动的 身影。鸟叔凭借改变后的音乐风格，再次点燃了人们心中的激情，带给了这个沉闷的世界无限的活力与动感。鸟叔，你仅凭一首歌，改变了这个多元的世界。你用事实告诉了人们：无论是什么，只要你敢于去改变自己，世界也会因为你而变得色彩缤纷、多姿多彩。一定要相信：没有自身的改变，世界的改变又从何而来？改变的世界，源于改变的自己。

的确，这个复杂的世界，如需改变，需要那一点点催化劑，而这催化劑，就是你自身的改变。

今天，我一进叶老师家，就看到桌上放着五六个核桃。那核桃乒乓球大小，有凹凸不平的外壳，这让我想起了月球的表面，它们“披”着肉色的外衣，感觉很神秘！

这时叶老师笑容可掬地对我们说：“今天我请你们品核桃。”我高兴极了，吃核桃对我来说是“大姑娘坐轿——头一回”，我还真没尝过它的滋味。只见叶老师从桌上抓起两个核桃放在右手心，又把左手放在上面，难道叶老师要用手把核桃捏碎？叶老师背挺得笔直，两眼紧盯着核

有人说，见过繁华，便会忘却最质朴的。但对于我来说，无论见过多艳丽的景色，我也忘不了那天在我眼中充斥整个天地的朦胧的白。

那天的雾是渐渐地、一点一点地覆盖住天地的。像胆小，又像在试探些什么，雾的精灵悄无声息地占领了远处景物的细节、局部，最后全部被雾隐去，连个大概的轮廓也难看见了。

雾不同于雪。雪只是掩住景物的上表面。因为无法将其余的盖住，便心有不甘地积成一片不愿融化的冰。雪越下，视野里就有越来越多的地方被雪捂得严严实实的。那真是

一直以来，我是个文静羞涩的女孩，从不大声讲话，属于那种“混在人群中”“红榜白榜皆无名”的芸芸众生。民乐队的一次经历让我脱颖而出，对自己有了新的认识：勇敢地接受挑战，就能赢得属于我的精彩。

我是民乐队的“三流”角色：敲“三角铁”的。位置在乐队最后一排的角落里，无足轻重；合奏间隔时敲那么几下，少人关注。

民乐队的灵魂人物是扬琴演奏者，那是个漂亮女孩，她像高贵的公主牵引着人们的视线。那时，我正在看一篇关于依米花 的文章，依米花生长在非洲荒漠，一花四色，绚丽无比。然而，她要经过五六



翠竹清韵

陈禹霖 同济大学实验学校 五(1)班

我爱我家

吃晚饭时，我吃得急，不停地打起嗝来。

于是，姥姥姥爷纷纷给我支招。姥爷说：“打嗝是因为胃里进了空气，你啃两大口馒头压一压就没事了。”姥姥说：“你使劲深吸一口气，然后再憋住气，坚持三十秒钟准不打嗝。”爸爸的招更绝：“你用指甲使劲掐手腕内侧上二横指处的‘内关穴’，一分钟就能搞定。”我按照大家的招数逐一去试，结果，馒头啃了大半个，憋气憋得我脸都青了，内关穴也快掐烂了，丝毫没有奏效。

这时，妈妈说：“我有一绝招，立竿见影，不信咱打个赌，如果我能立马止住你打嗝，你就洗一个星期的碗，如何？”“真的？呃，不就洗

校里校外

年的积蓄，才能赢得短短两天的花期。有时，我注视着“公主”的背影，幻想自己也能像依米花那样绽放一次属于我的精彩。

因为扬琴“公主”社会活动较多，作为陪练，我学会了一些扬琴技法。那天距区音乐节不到一星期，老师急急忙忙找到我：“公主”病了，要我代替她演奏扬琴。“公主”的优雅和气势哪能一蹴而就？我把头摇得像拨浪鼓。

“难道你不想改变一下自己？没有人天生出类拔萃，相信你能



翠竹清韵

陈禹霖 同济大学实验学校 五(1)班

我爱我家

吃晚饭时，我吃得急，不停地打起嗝来。

于是，姥姥姥爷纷纷给我支招。姥爷说：“打嗝是因为胃里进了空气，你啃两大口馒头压一压就没事了。”姥姥说：“你使劲深吸一口气，然后再憋住气，坚持三十秒钟准不打嗝。”爸爸的招更绝：“你用指甲使劲掐手腕内侧上二横指处的‘内关穴’，一分钟就能搞定。”我按照大家的招数逐一去试，结果，馒头啃了大半个，憋气憋得我脸都青了，内关穴也快掐烂了，丝毫没有奏效。

这时，妈妈说：“我有一绝招，立竿见影，不信咱打个赌，如果我能立马止住你打嗝，你就洗一个星期的碗，如何？”“真的？呃，不就洗

品核桃

华禹 上师大第一附属小学 四(2)班

紧接着，叶老师又拿起另外两个核桃，用同样的方法把核桃捏碎，但这两颗核桃似乎和她作对似的，叶老师捏得脸通红，手也通红，使出吃奶的劲终于把核桃捏碎了。我佩服得五体投地，看来做任何事情都要坚持，坚持才会胜利。

眼中有雾

顾若岚 浙江省嘉兴市一中实验学校 初二(2)班

界的本质无论是什么，就是 我无论怎么遮掩也不会改变不会消失的东西啊。”

雾散去的时候，阳光毫不留情地撕碎那大片白色。人们欢笑起来：“果然是遮不住太阳的。”我在心中笑，雾何曾遮住过太阳？

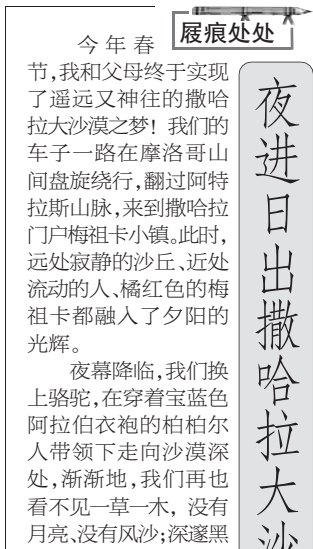
雾越发稀薄，鲜艳的世界越发清晰。太阳照射着雾，在我眼中竟印出了雾的反光，那么地浓稠、耀眼。

总有属于我的精彩

行！”老师的话不重也不轻，却点到了我的“穴位”。

接下来的日子忙碌而艰辛。每天下课后，我端坐于琴前，手持 琴竹，如蝴蝶般不断翻飞、跳跃。轮竹、棍竹、滑竹并用，颤音、顿音、拨弦齐发，尽管累得腰酸背痛、手不能举，却乐此不疲。在刻苦的训练中，我逐渐成为民乐队的“领军人物”。

我演奏《金蛇狂舞》，抑扬顿挫，慷慨激越；我演奏《银河会》，曹衣出水般轻柔，吴带当风般飘逸。



翠竹清韵

陈禹霖 同济大学实验学校 五(1)班

我爱我家

吃晚饭时，我吃得急，不停地打起嗝来。

于是，姥姥姥爷纷纷给我支招。姥爷说：“打嗝是因为胃里进了空气，你啃两大口馒头压一压就没事了。”姥姥说：“你使劲深吸一口气，然后再憋住气，坚持三十秒钟准不打嗝。”爸爸的招更绝：“你用指甲使劲掐手腕内侧上二横指处的‘内关穴’，一分钟就能搞定。”我按照大家的招数逐一去试，结果，馒头啃了大半个，憋气憋得我脸都青了，内关穴也快掐烂了，丝毫没有奏效。

这时，妈妈说：“我有一绝招，立竿见影，不信咱打个赌，如果我能立马止住你打嗝，你就洗一个星期的碗，如何？”“真的？呃，不就洗

品核桃

华禹 上师大第一附属小学 四(2)班

紧接着，叶老师又拿起另外两个核桃，用同样的方法把核桃捏碎，但这两颗核桃似乎和她作对似的，叶老师捏得脸通红，手也通红，使出吃奶的劲终于把核桃捏碎了。我佩服得五体投地，看来做任何事情都要坚持，坚持才会胜利。

眼中有雾

顾若岚 浙江省嘉兴市一中实验学校 初二(2)班

界的本质无论是什么，就是 我无论怎么遮掩也不会改变不会消失的东西啊。”

雾散去的时候，阳光毫不留情地撕碎那大片白色。人们欢笑起来：“果然是遮不住太阳的。”我在心中笑，雾何曾遮住过太阳？

雾越发稀薄，鲜艳的世界越发清晰。太阳照射着雾，在我眼中竟印出了雾的反光，那么地浓稠、耀眼。

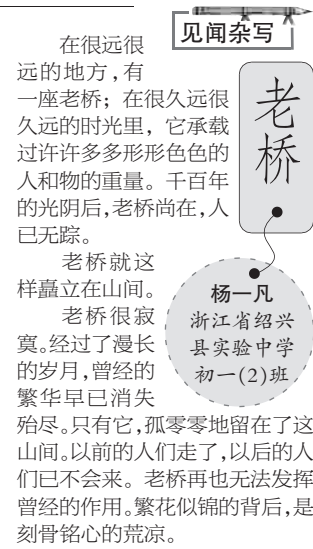
王妍嘉 市西中学 高二(7)班

更多的时候，我掀动琴弦，在旋律流淌中俯首聆听心灵的咏叹。那样的时候，依米花总会不期而至，我想象着她细小的经脉

中一定有火一般的信念：开花，开花，热烈而又坦然地开花！

音乐节如期而至，我第一次自信地成为焦点，在一片或诧异或惊喜的注目中完美地诠释了扬琴的魅力，同时收获了鲜花与掌声。

从此，我变得大胆而开朗。我想，人生亦是如此，把握机遇，全情投入，每个人都会赢得属于自己的精彩。一切都在变化，一切也刚刚开始。



翠竹清韵

陈禹霖 同济大学实验学校 五(1)班

我爱我家

吃晚饭时，我吃得急，不停地打起嗝来。

于是，姥姥姥爷纷纷给我支招。姥爷说：“打嗝是因为胃里进了空气，你啃两大口馒头压一压就没事了。”姥姥说：“你使劲深吸一口气，然后再憋住气，坚持三十秒钟准不打嗝。”爸爸的招更绝：“你用指甲使劲掐手腕内侧上二横指处的‘内关穴’，一分钟就能搞定。”我按照大家的招数逐一去试，结果，馒头啃了大半个，憋气憋得我脸都青了，内关穴也快掐烂了，丝毫没有奏效。

这时，妈妈说：“我有一绝招，立竿见影，不信咱打个赌，如果我能立马止住你打嗝，你就洗一个星期的碗，如何？”“真的？呃，不就洗

品核桃

华禹 上师大第一附属小学 四(2)班

紧接着，叶老师又拿起另外两个核桃，用同样的方法把核桃捏碎，但这两颗核桃似乎和她作对似的，叶老师捏得脸通红，手也通红，使出吃奶的劲终于把核桃捏碎了。我佩服得五体投地，看来做任何事情都要坚持，坚持才会胜利。

眼中有雾

顾若岚 浙江省嘉兴市一中实验学校 初二(2)班

界的本质无论是什么，就是 我无论怎么遮掩也不会改变不会消失的东西啊。”

雾散去的时候，阳光毫不留情地撕碎那大片白色。人们欢笑起来：“果然是遮不住太阳的。”我在心中笑，雾何曾遮住过太阳？

雾越发稀薄，鲜艳的世界越发清晰。太阳照射着雾，在我眼中竟印出了雾的反光，那么地浓稠、耀眼。

什么是幸福

杨旭敏 松江余山学校 初一(3)班

幸福来源于生活，只要我们细细品味，我们就会尝到幸福的滋味。

上周五，我的水瓶忘带了，也忘带钱了。我渴了一个上午，第三节下课时，看着一些好友都拿着水瓶打水喝时，我有一种发自内心的冲动，想要把她们的水瓶夺过来一饮而尽。我不时往下咽着口水，嘴唇都被舔干了。

过了一会儿，一位同学发现了我，她向我走了过来，我的心里有点急了，唯恐她发现了我的“丑样”，身体自然地扭了过去，她拍了我一下，微笑着说：“杨旭敏，你也喝一点吧！”

听到这话的我，如天上掉金子一般，一时按捺不住。双手紧捏

水瓶，“咕嘟咕嘟”，一饮而尽，随之而来的是，长长地吐了一口气，轻声地说：“谢谢你，有水真好！”人们常说送人玫瑰手有余香，但这次我却感受到她将手中的那一点热度留在了我的心田。

有水就是一种幸福。有一次我望着开到最大却流不出一滴水、只是发出“咕噜咕噜”像鸽子低吟般声音的水龙头，过了好久，“滴答”，一滴黄色的水珠从水龙头上滴出来。接着，水珠汇成了一股小水流， 飞流而下，我赶紧关小了水龙头。哇，终于来水了！我再次望了一眼流着细流的水龙头，突然感到一种幸福。

幸福是一种感觉，是一种心境，是一种体验：幸福真好！