

印象·萨马拉

牛津

去萨马拉之前，俄罗斯在我心中是一个魅力非凡的国度。俄罗斯人既骁勇刚毅，又具有细腻柔情的一面……多重印象交织在一起，构筑成令人向往的一片土地。因此当知道可以参加萨马拉青年论坛这个活动时，我立刻报了名。

目的地萨马拉市是俄罗斯萨马拉州首府，位于萨马拉河与伏尔加河交汇处，是一座重工业城市。而从合肥到萨马拉，一行人历经多次转乘和等待。尽管抵达目的地时大家都已疲惫不堪，但当奥莉娅和其他志愿者出现的那一刻，他们的热情还是迅速点燃了我们潜在的活力，让我们对这次活动更加期待。而这一行也不负所望地留给我太多新奇的尝试与挑战。

第一天萨马拉国立大学的康斯坦丁教授为我们带来关于“团队凝聚力”的讲座。他的方式非常特别，在简单地介绍了十余分钟后，他带我们以游戏的方式来锻炼小组合作。他将我们中国队、瑞士队和俄罗斯志愿者打散分组，要求我们用乐高分别搭建一所具有特色的城市，并且介绍它的设计理念。一开始我们组的四个人都毫无头绪，不知所措地摆弄着那堆乐高积木。好不容易达成协议搭建出一个类似金字塔式的建筑时却被评为“毫无吸引力”。就在一筹莫展的时候，志愿者伊万提出了在建筑底下加上轮子的绝妙主意，我们顿时有如醍醐灌顶，在此基础上不断完善，最后组成了一个带有四个轮子的巨大建筑。我们将其命名为“移动城市”，设计理念是两千年后地球的气候和生态变得极为恶劣，人们必须不断迁徙才能获取足够的生存资源。另外三组的成果分别是类似教堂、长城和高层别墅的建筑。教授又提出要我们所有人设法将四座城市连接在一起，并说明这个整体的大城市是如何分工合作的。在这个过程中，所有人不知不觉中成了这座“乐高城市”建设中的合作者。

之后去一个类似民族生态村的地方。在那里解说员首先为我们讲述一些当地居民的历史文化，并带我们参观了一个陈列着兵器和铠甲的小型博物馆，之后我们还亲身体验了“骑士训练”。

这样的体会很容易联想到人们熟知的“战斗民族”这个称号。蒙古基因，伏特加，冰原，酷爱武器

和战斗。这似乎就是对“战斗民族”最直观的印象。然而事实上虽然俄罗斯人注重对体能的训练，鼓励学习各种格斗技巧，但并不意味着这个国家喜好战争。在萨马拉有幸参加的“卫国战争”纪念活动让我们切实感受到俄罗斯人对战争灾难的沉痛思考。当时的苏联人民经过顽强抵抗，最终赢得了卫国战争的胜利，也为世界人民反法西斯战争的最终胜利做出了巨大贡献。活动结束后，人们在肃穆的气氛中走向伏尔加河。河边有志愿者给每个人分发白色的气球，系着气球的白线底端还串着一只白纸剪出来的飞鸟。一只曾在二战中服役的战船开到了河边，领导者在船上发表了关于卫国战争的讲话，所有人一起松手放飞了手中的白气球，纵然不通俄语，并不清楚许多内容，但当我抬头仰望天空的时候，我还是感受到了这个民族对逝者的追思和对和平的渴望。

这个民族时刻准备迎接战斗，但他们的世界并不是只有战斗。他们热爱生活，享受一切美好的事物。营地里第一次见的人，也可以弹着吉他为我们高唱一曲俄罗斯民歌。最让我感动的是一位肌肉萎缩性侧索硬化症患者，虽然他说话都极其费力，但他仍坚持断断续续地和我交流。在告别时，他努力地伸手和我握了一下。在常人看来异常简单的一个握手，他却做得微微有些喘气，但他整个过程都面带微笑。那个看来甚至有些扭曲的笑容，是我在萨马拉收到的最好的礼物之一。

离开萨马拉的前夕，我们向志愿者们送上礼物，并合唱了一曲《送别》。虽然知道对方并不懂这首歌的词，但就和不通俄语的中国人第一次听到《喀秋莎》也不禁潸然泪下一样，那种感情是超出词汇表达之外的。音乐或许是惟一能做到世界通行的语言。否则为何我们唱至“一壶浊酒尽余欢，今宵别梦寒”时，大家都红了双眼。

虽然在萨马拉只有短短十天的时间，但给了我们深入了解俄罗斯文化的机会，这种机会远比花费几万元跟旅游团走马观花一趟更有价值。而我们在这一期间收获的友谊，更是一笔宝贵的财富。记忆中无论是疲惫的身影还是欢笑的眉眼，从此长留，无关时间。

读《假如给我三天光明》有感

合肥市安居苑小学五(5)班 刘孟子
指导老师：章义

《假如给我三天光明》主要讲述了海伦·凯勒的那曲折、漫长、黑暗、艰辛而又孤独的一生和她无限向往却只能在脑海里想象的拥有三天光明的情景。

书中讲述的海伦·凯勒不屈不挠、坚持不懈学习知识的可贵精神让我折服。很难想象一位双目失明、双耳失聪的柔弱女子是如何生活的，更无法想象她如何学会说话、书写，如何考上哈佛大学的。无尽的黑暗一直折磨着她，无声的世界让她痛苦不堪，但她的信念依然坚定，一直坚定地向着知识的顶峰不停地进发。虽然不能用眼睛和耳朵去感受这个奇妙的世界，但是这无法磨灭她对知识的渴望，对生活的勇气和信心。她没有自卑，没有堕落，没有怨天尤人。虽然，她最初由于无法和别人交流曾脾气暴躁过；虽然不喜欢算术纠结过，但她又是幸运的，她遇到了一位非常好的老师——沙利文老师。在老师的悉心教导下，海伦·凯勒不仅学

会了许多知识，脾气也变得温和许多。在之后几年她的进步是飞快的，她通过她过于常人的努力考上了哈佛大学女子学院。这可是许多正常人都梦寐以求的大学啊！更何况一位又聋又盲的人。

读到这我有点哽咽了，又有点惭愧了。记得有一次我英语补习班请假了，少上了一节课。我决定在家自习，恰巧这次英语单词又多，语法也很多，我就想放弃，任由时间悄悄地溜走，挨到最后没办法草草了事。还有平时练字我也是三天打鱼两天晒网，没个认真的态度。更有时作业多了我还很烦躁。现在看看海伦·凯勒，我真想找个地缝钻进去。

“坚持不懈就能成功”是人人都懂的道理，但我一遇到小小的困难就想逃避。但自从看了《假如给我三天光明》这本书，海伦·凯勒的故事感动着我，激励着我，也教会了我遇到困难不能退缩、逃避，只有持之以恒才能获得成功。

第一次做鸡蛋饼

合肥市琥珀小学三(4)班 张子豪
指导老师：许修平

今天，爸爸妈妈都去上班了，我一个人在家，觉得肚子饿了，就想学妈妈的样子做鸡蛋饼。

我先小心翼翼地冰箱里拿出一个鸡蛋，又从碗柜里拿出一只大碗，把鸡蛋在碗边上轻轻一敲，“咔嚓”一声，蛋壳破了。我把蛋清和蛋黄倒入碗里，看见蛋清像清澈的湖水，蛋黄像倒映在湖中的太阳。我用筷子把蛋清和蛋黄搅拌均匀，“啪啪啪”筷子在碗里欢快地跳起了踢踏舞，蛋黄像海面上翻滚的浪涛。接着，我点燃煤气，煤气火焰欢快地舔着锅底。

我往锅里倒了一点油。一会儿，油就冒烟了，我赶紧把搅拌好的鸡蛋倒入锅里，油和鸡蛋在锅里“噼里啪啦”地炸个不停。我赶紧一手拿锅铲，一手抱着头，像个小老鼠一样四处逃窜。过了一会儿，油不炸了，我小心地走到锅边上，看见鸡蛋调皮地吐着泡泡，像绽开的菊花那么好看，我用锅铲把鸡蛋炒一炒，就盛了起来。蛋香往我鼻子里钻，馋得我直流口水。

吃着自己第一次做的鸡蛋饼，我的心里比吃了蜜还要甜。

我的暑假生活

合肥裕溪路学校五(二)班高天宇
指导老师：汪浦林

放暑假了，我们的暑假生活就开始了。放假之后，我千方百计地争取到妈妈的同意，终于可以轻松一天了，这天再也不用跟“哑巴老师”——书本打交道了。我终于轻松了一阵，现在我就来谈谈我丰富多彩的暑假生活。我的暑假生活像一个绚丽多彩的万花筒。

清晨，我从睡梦中醒来，洗漱穿戴好，我就拿起语文书预习下学期要上的课文。朗朗的读书声一阵阵在客厅回荡。我又早早地背起书包去上课，上完英语，又赶回家吃饭。吃完饭，又赶到少年宫上奥数课，我无精打采地趴在书桌上，听着老师一遍一遍地讲着公式、习题，突然，老师严厉的声音打破了教室的安静：“高天宇，你来说说这道题怎样个解法？”我在大家目光炯炯的注视下沉默着。终于下课了，回到家，刚想去休息一会儿，又听到老妈的叫声：“别在那里闲着，快去写暑假作业。”然后，我和暑假作业展开了“赛跑”，我在和暑假作业不断地“赛跑”中，一点一点地消耗它的“体力”，在老妈的帮助下，我终于“赢”了暑假作业。

这就是我的暑假生活。虽然很枯燥，但也有许多乐趣。

美丽风景

合肥市蜀山区西园新村小学
三年级 彭嘉宸

原野的上方，一碧如洗的天空中有几朵流云，这些云朵有时堆积成为一只可爱的小狗，有时幻化成一群群温顺的羊儿，有时又被切成一块块美味的蛋糕。

大山高耸入云，连绵不绝的山峦凹凸不平地伸向远方。

大树保护着鸟巢，就像妈妈保护着自己的孩子一般。

弯曲的河流，欢快地流淌着，发出哗啦啦的响亮笑声。河里，几条活泼的小鱼欢快地游着。它们有时候捉迷藏，有时候转圈圈，游着游着，小鱼们好像发现敌人似的，赶快钻进深水里，消失得无影无踪。

岸边的野花竞相开放，把广阔的大地装扮得更加美丽。看那几只雪白的兔子，像不像是别在大地姑娘头发上的发卡呢？

这真是一幅美丽的山水画呀！身临其境，我是否也是画中的一角呢？

春暖花开

合肥一中高三(5)班
贺雨晴

闲暇时喜欢透过窗口看世界，有时看到的是“雅”，有时看到的是“俗”，有时看到的是“静”，有时看到的是“闹”。闹、静在窗外，雅、俗在内心。窗口还是那个窗口，是什么改变了我的看法呢？

究其原因，是我的心态。闹与俗是我当时心态阴暗所致，静与雅乃是心态平和积极的产物。

无数大哲、伟人推崇心态平和和积极的重要性。佛说：物随心转，境由心造，烦恼皆由心生。克尔凯郭尔说：要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑士。狄更斯说：一个健全的心态比一百种智慧更有力量。

世事艰难，风雨沧桑，难免会犹豫彷徨，伤心失落。此时，心态平和积极与否，直接关系到我们的幸福与否。苏轼被贬黄州，是他政治生涯的低谷。可东坡居士心态极好，在人生的逆境中过上了平凡幸福的生活作诗写文。他杰出的作品《定风波》、《浣溪沙》、《前赤壁赋》、《后赤壁赋》无一不是黄州阶段的作品。这些作品最为后人折服的就是他那超然物外、豪放旷达的心态，也正是这样的心态让他的文学生涯“春暖花开”。

有些情况，心态平和积极与否可能决定生命存亡。瓦伦达是美国一个著名的高空走钢丝表演者，在一次重大的表演中，不幸失足身亡。他的妻子事后说，我知道这次一定要出事，因为他上场前总是不停地说，这次太重要了，不能失败，绝不能失败；而以前每次成功的表演，他只想走钢丝这件事本身，而不去管这件事可能带来的一切。心态的动荡与不安，或许是瓦伦达人生悲剧的真正原因吧。

心态平和积极更是我们成就人生的基石。人生如一条河，或涓涓溪流，或浩浩荡荡，都演绎着不同的历程。而每个人面对生活的态度，也直接决定质量。有的人，心如死灰，一生庸庸碌碌，无所建树，如“孔乙己”；而有的人，于平和处求精致，虽不求轰轰烈烈，却也绚丽多姿，如沈复。面对坎坷，不逃避，不莽撞，朝着太阳升起的地方勇敢走下去，终于迎来了春暖花开的那一天。

“行到水穷处，坐看云起时。”在生活中，我们要以良好的心态和淡泊的心境来看待一切。我们要树立生活的信心，坚信终会走出人生的沙漠，看到春暖花开，绿树成荫。

宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天上云卷云舒。心若向阳，处处都是春暖花开。