

心灵絮语

人生似水岂无涯，浮云吹作雪，世味煮成茶。秋山染丹，庭树摇风，一老一少对坐石几，看干茶入壶，经滚水冲刷、翻腾、跳跃，便把岁月温软与人生况味，都煮进了这一盏清茶里。所谓茶道，从来不止于唇齿间的甘涩流转，更是在品茶时荡涤心灵，洗练出如茶一般的简单与纯粹。正如鲁迅先生曾言：“有好茶喝，会喝好茶，是一种清福。”这份清福里，盛着岁岁年年的温情陪伴。茶色渐淡，亲情愈浓，这一盏秋茶里，藏着独属于祖孙二人的温柔时光。

又一年的秋天，我和爷爷坐在树下，看万山红遍，品淡雅茶香，回忆伴着茶香在我脑海中阵阵闪过。

记忆里的那年秋天，静观远处夕阳西沉，周身弥漫淡淡茶香，您与我坐在院子的大树下，茶则、茶插、茶盅、茶杯静静地摆放在石几上，飘香的龙井散发着冷峻

而清静的气息。您拾起茶匙，将嫩绿的茶叶轻轻放置于杯内，高提水壶，滚水直泻而下，随后又运用手腕的力量，上下提拉注水，反复三次，让茶叶在水中翻动，您告诉我这是“凤凰三点头”。而我则是端起一杯，学着您的模样品茶，初啜一口，丝毫品不出茶香，口中更多的是略带一丝醇厚的苦涩，并没有您所说的那么好喝。孩提时代，我常怀着种种疑惑来询问您，为什么茶味苦，却依旧有人喜欢喝茶？而您只是将布满老茧的手抚过我的发间，对我笑笑，却不语。

后来您告诉我，品茶品的不仅仅是味，更是心境，一杯清茶，三味一生：一

品苦，二品醇，三品清。我心中的迷雾渐渐被驱散，似乎悟出了些许道理。又一年的秋季黄昏，您叫和我一起品茶，我仿效您曾经的样子，将干茶置于茶壶，冲泡、翻腾、跳跃，随后是扑鼻而来的清香。我将茶水倒入茶杯，静坐不语，只是一手托茶，满心沉醉。嗅着茶香，轻轻吹散蒸腾涌动的热气：第一口，仍是苦中带涩；第二口，思绪放空，让茶水轻抵上颚，于口中停留，感受其柔润；第三口，细细啜饮，体味香醇中透着隽永的茗香。如此多番之后，我终于懂得如何品味茶香，亦能些微领略所谓“茶道”，即是在品茶的过程中涤荡心灵，让内心洗练出如茶一般的

简单与纯粹。

细思，顿悟。您总说：“品茶，知苦、知涩、知香、知甜，方能洗心涤性。”作为初学者的我，当然不足以透彻地了悟“洗心涤性”之真味，但在耳濡目染之下，您让我明白品茶亦是品谈人生，丝丝幽香冲淡沉浮，它让我感受到繁华世间的宁静、直面挫折时的从容。

低头，品茶。温热的茶汤缓缓滑入喉间，初时的清苦渐渐化开，尾韵里漫出淡淡的甘香。这一杯茶，盛的从不止是山间的清露与新芽，更是您藏在袅袅茶香里的言传身教，是岁岁秋日里无言的温柔与期许。从当年懵懂不解茶中味，到如今静赏茶叶浮沉、细品茶汤甘醇，我在一叶一泡间读懂了心境，也在一朝一夕间读懂了您。原来，我早已在这氤氲的茶烟里，不知不觉爱上了茶，更爱上了这盏茶里，裹着的满满温情与岁月清欢。

茶色渐淡，亲情愈浓，好一秋。

(指导教师：李欣然)

心中的灯塔

徐泾中学 八(5)班 李伊涵

院角鹅卵石小径旁，竹影疏落的阴凉里，爬着一株铁线莲。初见时我正陷在迷雾里：明明认真准备的观点分享，被说成“爱出风头”；安安静静做好自己的事，反倒成了“不合群”。我总忍不住问自己：难道一定要磨平所有棱角，才算“懂事”吗？

没人给我答案，我就常坐在石阶上陪这株花。它枝茎细瘦，在竹影里缠缠绕绕，没有玫瑰的娇贵，也没有牡丹的盛名，就那么不声不响地抽枝、长叶，像每一个没被聚光灯照到的普通人，把日子过得踏实又安静，倒先稳住了我的心神。

秋意刚染黄梧桐叶尖的时候，它忽然开了。那天我抱着没考好的物理试卷路过，一抬眼就被撞了个满怀：蓝紫色的花盏层层叠叠，攒在纤弱的枝头上，像落了一串紫色的星子，在四周枯黄萧瑟的底色里，亮得惊心动魄。两个路过的女生驻足笑谈：“这花也太扎眼了，长在阴地里还这么艳，真不懂什么叫‘收敛’。”

我愣在原地，忽然懂了那种“不合时宜”。原来，不肯顺着别人的期待修剪自己，就会被叫作“奇怪”；不肯在阴暗中黯然失色，就会被嘲讽为“扎眼”。

整个秋冬，我都带着一种复杂的情愫注视着它。寒冬如期而至，北风卷着冷雨砸向窗棂。我裹着厚重的羽绒服路过时，只看见它光秃秃的细茎死死缠在竹架上，冻得发僵，在风中瑟瑟发抖，好像轻轻一碰就会断裂。我想：这次它应该撑不过去了吧？连我都快撑不住了——期末的压力、人际的困扰、对未来的茫然，像一层又一层的积雪，压得我几乎窒息。

然而，开春后再走过那条小径时，我的脚步生生顿住了。还是那片疏落的竹影，还是那细得仿佛一折就断的枝，它居然开得更盛了。新抽的花苞缀满藤蔓，连旧枝上都冒出了嫩绿的新叶。风过时，柔软的枝条随风起舞，像在哼唱一支轻快的歌谣。我鬼使神差地伸出手，指尖触碰到它的茎——表面软得像丝绒，指节稍一用力，才发现里头韧得像浸过油的铁线。再大的风，也只能让它暂时低头，却从不能把它拦腰折断。

那一瞬间，郑板桥的诗句“千磨万击还坚劲”忽然撞进脑海。我恍然大悟：它从来不是在等待的施舍，也不是在赌谁能给它一束光。它把根往土里扎了三尺，把茎练得柔韧如钢，哪怕一辈子无缘直面暖阳，也要把花开成自己的模样。

原来它早就活成了我求而不得的样子。从前我总像个迷路的水手，拼命在岸上寻找举灯的人，生怕走错一步就被浪潮吞没。可这株铁线莲什么都没说，只用三个季节的生长告诉我：真正的灯塔从来不在远处的孤岛，而在你自己的心里。它不追着光跑，因为它自己就是光；它不怕被说“扎眼”，因为盛开本身就是意义。

后来，小径边的竹枝被园丁修剪过，阳光终于毫无保留地倾泻下来。可我反而不再急着等天晴，也不再害怕别人的眼光。上次班会课，我还是报名参加了主题分享。讲完下台时，我听见后排同学小声说：“她讲得真好”，我没再脸红，也没再患得患失。

因为我知道，就算以后还有更多不被理解的时刻，就算还要独自走过无数个黑夜，我也不再慌了。我的心里也种下了一株铁线莲，根扎得稳，花开得定。

现在我仍会走那条鹅卵石路，风过时花枝轻晃，像在回答我从前的问题：“这么暗，你不怕吗？”

它不说话，每一朵昂首挺立的花都是答案。山重水复处，未必总有路人掌灯；但只要心有微光，你就能做自己的灯塔，照亮所有要走的路。

(指导教师：徐婷)

诗歌创作

徽州研学行吟

白鹤中学 九(3)班 喻米橙

园艺吟

一花一草涵天地，
一石一沙纳古今。
樛栎相生天工巧，
步步成景匠匠心。

观砚吟

歙石含情润墨池，
玄青凝黛泛幽思。
白中子亲磨砚，
墨韵初开沁心脾。

采茶吟

露芽初展晓风轻，
素手翻飞采绿茎。
炒揉捻制香万里，
一盏徽茶可清心。

指导教师：李悦



飞夺泸定桥 清河湾中学 六(6)班 李梓涵

在旧书摊与新书店之间

上师大附属青浦实验中学 八(1)班 李舒雅

每天放学，我都会走过这条街。街的一头是老陈的旧书摊，另一头是刚开业的书店。我的脚步，总在这两者之间徘徊。

旧书摊支在梧桐树下，几块木板一搭就是书架。老陈总是坐在那张掉漆的藤椅上，鼻梁上架着副用胶布缠着的眼镜。他的书摊散发着一股独特的味道——那是纸张在时光里发酵的气息，混着淡淡的霉味和油墨香。书页泛黄，有些还用牛皮纸仔仔细细包着书皮。

我最爱翻看那里的旧课本。有一本上世纪六十年代的语文书，扉页上用工整的钢笔字写着名字，书页空白处，密密麻麻写满了笔记，蓝色墨水已渐渐晕开。透过这些字迹，我仿佛看见一个少年在煤油灯下认真学习的身影。

街那头的新书店完全是另一番景象。玻璃幕墙反射着阳光，空调永远保持着最舒适的温度。书架按颜色分类排列，像一道彩虹。每本书都塑封完好，散发着油墨的清香。店里最受欢迎的是咖啡区，人们捧着崭新的畅销书，边喝咖啡边阅读。

我攒了很久的零花钱，终于在新书店买了一套精装版《鲁迅全集》。书页光滑，注释详细，可翻起来总觉得少了点什么。直到有一天，我在老陈那儿发现一本上世纪五十年代的《呐喊》，封面已经磨损，露出底下灰白的纸皮。翻开内页，几乎每一页都有读者用铅笔做的记号——在《狂人日记》的

“吃人”二字下划了重重的线，在《故乡》描写闰土处批注“童年不再”，在《药》的结尾处写着“哀其不幸”。这些来自半个世纪前的批注，像隔着时光传来的叹息。

那个周末的午后，我在两个书店之间走了个来回。新书店里，一个小女孩指着电子阅读器问：“妈妈，为什么书可以亮？”旧书摊前，一个老人戴着老花镜，手指颤抖地抚过一本《红岩》，喃喃道：“这本书，我年轻时也有一本……”

我忽然明白了。新书店把书保护得太好，好得像展柜里的艺术品；而旧书摊上的书却被无数双手抚摸过，每一道折痕、每一处笔记都是生命的印记。新书店在教我们如何阅读未来，旧书摊却在告诉我们以前的生活是怎样的。

夕阳西下时，我又站在了街中央。向左看，老陈正在收摊，小心翼翼地吧书装进木箱；向右看，新书店的霓虹灯刚刚亮起，在暮色中闪着柔和的光。我终知道，我不必选择站在哪一边——旧书摊是书的记忆，新书店是书的未来，而我，正站在记忆与未来之间。

风从街那头吹来，带来旧书页翻动的声音，也带来新书店咖啡的香气。我深深吸了一口气，向前走。我知道，这条街我会一直走下去，在旧书摊与新书店之间，在昨天与明天之间。

(指导教师：黄迎旭)

美好遇见

豫才中学 七(2)班 曹佳瑞

我有话说

一座座波浪形的建筑轮廓与水面上荡漾的波纹相互映衬，构成一幅和谐而生动的画面。夕阳的余晖透过巨大的玻璃幕墙，温柔地洒落在每一位读者的身上，仿佛为整个空间镀上了一层金边。我信手从青浦图书馆的书架上取下一本书，静心阅读，内心的宁静与满足感又增添了几分。

青浦图书馆坐落在上海市青浦区青龙路60号，由著名建筑师马清运先生精心设计，因其建筑仿佛漂浮于水面之上，而被誉为“水上图书馆”。

趁着闲暇，我与朋友相约来到这里，一边看书，一边完成作业。精心挑选了一本感兴趣的书籍后，我便沉浸其中。

突然，一位年轻的图书管理员推着一辆装满书籍的小推车缓缓穿过阅览区的过道，正准备将这批书归架。此时，一群孩子像一阵旋风般在馆内奔跑嬉戏，笑声此起彼伏，显然打扰到了周围专心阅读的人们。管理员轻上前提醒，但他们似乎并未在意，仍然嬉闹不止。

最令人担心的事情发生了：在一片喧哗中，几个孩子不小心撞到了那位年轻的管理员，推车瞬间失去平衡，车上的书籍哗啦啦散落一地。管理员一时愣在原地，显得有些手足无措，而我也被这突如其来的意外惊得

怔住了。

令人感动的是，周围的读者们纷纷放下手中的书本，主动起身帮忙拾起散落的书籍。我也放下正在阅读的《此刻温柔》，加入他们的行列。几位孩子的家长才从忙碌中回过神来，急忙上前一边道歉，一边协助整理。望着眼前这一幕，我不由自主地再次愣住——一切都如此熟悉，却又有所不同。相似的场景，却有了不同的回应。我不由想起几年前，自己和朋友也曾因在馆内追逐打闹，不小心撞落过管理员的书籍，但当时只有寥寥几人伸出援手，多数人却只是冷眼旁观。

在众人的共同努力下，书籍很快便被整理完毕，大家也陆续回到自己的座位。我收拾好东西准备离开，并拿着《此刻温柔》走到借书台，打算借回去继续细细品读。出乎意料的是，另一位素未谋面的读者手中也拿着同一本书，我们不约而同地相视一笑。

初冬的阳光依旧透过玻璃幕墙洒落，暖暖融融地覆在身上，一如初入馆时那抹温柔的余晖。走到图书馆的桥上不由深呼吸了一下，人间的美好，从来都藏在当下的点滴温柔里，藏在陌生人之间不假思索的善意与共情中。这份在图书馆邂逅的温暖，与书页间的温柔相融，让我的内心满是暖意，也让我懂得，用心感受当下，便总能遇见世间最美的风景。

(指导教师：凌永福)

森林中的精灵

实验小学 三(2)班 董曹昱

青春随想

很久以前，有一片寂静的森林。它非常神秘，看上去有点阴森呢！就好像一个黑洞，仿佛能把人吸进去，因此从来没有人敢来冒险进入这片森林。

不知过了多少年，一个名叫桃桃的小女孩和一个叫丁丁的小男孩误闯入这片早已被人视作“禁地”的森林。

桃桃害怕地说：“丁丁，你看这儿有一片叶子也没长的树，还有很多枯树桩。”然而，更让人感到害怕的是：这片森林尽管这么多年来没人进来过，却仍然依稀可见有人涉足的痕迹。这时候，他们已经走到森林的幽深处，桃桃说：“要不我们吃点干粮吧！”丁丁说：“好啊！我都饿了！”突然，一只五彩斑斓的蝴蝶飞过，他们放下手中的食物，毫不犹豫地跟了上去。

蝴蝶停在了一片树叶上，这时他们才注

意到神奇的一幕：树上的叶子五彩斑斓，数不清的蝴蝶在空中飞舞——居然还凭空出现了四个精灵！

四个精灵发现了他们，其中一个精灵说道：“好久没看见有人来过这里了。”“上一次好像在一万多年前呢！”另一个精灵补充道。第三个精灵说：“我叫玄霜。”最后一个精灵也幽幽地开始介绍自己，“我叫月影。”其余两个精灵也说出了她们的名字：花心和白雪。

精灵们无比热情地用美味的甜点招待了丁丁和桃桃。月影好奇地问：“你们分别叫什么名字呀？”他们各自说了自己的名字。丁丁问：“你们分别是什么精灵？”玄霜说：“我代表风。”花心说：“我代表花。”白雪说：“我代表雪。”月影说：“我代表……”

话还没说完，桃桃抢先说：“是月！因为风花雪月嘛！”月影说：“真聪明！我代表的就是月。”原来，隐藏在这阴森密林中的精灵们，才是给这个世界带来无限美好的真谛所在。问题问完了，他们开始一起喝茶聊天，精灵们还展示了自己的魔法。

太阳落山了，丁丁和桃桃这才想起回家，两个人都归心似箭。精灵们说：“别急，我们用魔法来护送你们回家吧！以后常来找我们玩。”

睁开眼，丁丁和桃桃已经回到了现实之中，他们好像做了一场梦，互相对望，心想：我们永远不会忘记今天！等到我们学好本领后，还要去探寻那片神秘的森林，拥抱大自然，做有智慧的“精灵”……

(指导教师：余章)