

承岐黄薪火 传中医文化

市四中七(3)班 朱娟珩

一纸经方传承千载，一缕药香穿越古今。

人总是要生病的。年幼时，我体弱多病，医院是我最常去的地方。那时的我痛恨医院，恨消毒水的刺鼻气味，恨银锒锒的针头毫不留情地扎进我的血管。每次医生开处方时提到有关采血或是挂瓶的词，我总挣扎着跳下凳子，拔腿往门外跑。

此后只要我一生病，妈妈就带我上中医院。中医院古色古香的建筑与西医院洁白肃穆的陈设截然不同，空气中弥漫着草药的芬芳让我心安。头疼脑热、腹痛积食等吃上几帖中药就好了。我对中医有了些许好感。

家里的老辈人多少知道些土方，在我看来，这就是中医文化的民间版。上火的时候，从山上拔几株夏枯草煮成茶，喝上几盏，火气便退了；若是久咳不愈，炖一锅川贝枇杷，连续吃上几天，效果便是绝妙；腹内胀气、绞痛，将浸透麝香正气水的棉花球贴在肚脐眼上，不多时疼痛便消除。此后，我的小小病痛都是民间中医治愈的。我对中医更是深信不疑。

人们常说，西医的尽头是中医，中医的尽头是玄学。针灸、刮痧、放血等，在外行人看来确实有些玄幻，但是其立竿见影的效果不得不令人佩服。5月份，我感染了新冠，为了能尽快转阴返校，我放弃了见效极慢的中医治疗。退烧药吃了不少，挂了一个星期的瓶，仍不见效。我又来到了熟悉的中医院。老中医望闻问切后，开了几帖中药，外加放血。只见医生手握极细的一根银针扎入我的耳廓，两指一捏，黑色血液一点一点被挤出，霎时间神清气爽。回家后服下几帖中药，不几日便痊愈了。这次经历使我我对中医愈发敬畏。

外国人远渡重洋来到中国学习中医，近乎痴狂。他们认为，中医才是真正的临床医学，中药是天然的补品。美国将针灸占为己有，日本把中药配方收入囊中，韩国窃走中华文化又反咬中国一口，指责中国人抄袭韩国文化，国人却不重视这一切，甚至否认中医的存在。多么可悲啊！屠呦呦受葛洪《肘后备急方》中“青蒿一握，水两升”的启发，提取出了青蒿素，再向前追溯，华佗通过研究虎、鹿、熊、狼、鸟的活动特点发明了五禽戏，身为华夏儿女，理应为中医文化骄傲自豪，理应继承祖先留下的伟大遗产。

我们是这个时代的后浪，熏陶在中华五千年的文化积淀里，成长在经典之中。学习文化的是我们，传承文化的更应是我们。大鹏一日同风起，扶摇直上九万里！你我生当如此盛世，当为大鹏！

市三中张含芬点评：文章的语言与写作的题材颇为相宜，传统、庄重而典雅。大与小的结合比较巧妙，大到中国的中医，小到 我 个人的求医经历，彼此结合，张弛有度。若小处能更细致，文章就会更接地气、更有表现力。

天台山与雁山邻，只隔中间一片云。

戴复古

穿过长长的隧道，顺便带上雁山的那片云。一片云边不相识，百里之外，相逢于永嘉山水。

缓缓摇下车窗，山谷里的风湿润昨夜的疏雨，天光映云屏，风声猎猎作响。群山劈开成两股，野芥肆长，石墨燎净这座苍山，山色阴郁。有缕云烟掩伏崇岭深处，两侧峻岭排番而来，公路蜿蜒，消失在远方某个拐角，望不见尽头。

沿着雁楠公路穿梭于雁荡余脉，一路追溯那条神秘的楠溪流域。青山高耸缄默相迎，峻险的峰峦牵连天际，葱林层叠，寒松劲挺，一山油翡是那肆意创作的稿卷。山脊又以怎样的笔法，勾勒疏疏飒飒的墨林？驶得山涧一抹弯，一晕雪色破开明白，酣然扬兴，四面雾气汹涌浮现，云烟幽幽地在山尖打转，流动在青天，间隔几度春秋，就是人间八月雪。

兴许是这场雪过于盛情，一出山洞，雨似念珠粒粒落在车窗前，白烟袅袅，云雾飘动，身后群山巍然依旧。车子驶入那处留白，可真见白云深处有人家。

遇见那方碧海蓝天

大溪二中九(7)班 王婧怡

窗台上，挂着几串厦门旅游时买来的风铃和一个海螺。起风时，环珮叮当，似是脑海中响起海浪声，唤我潜入那方鲜活的碧海蓝天。

那是碧海，流过中山路步行街，染上了沙茶面的鲜香、四果汤的清涼、海蛎煎的嫩滑和五香卷的酥醇。那是蓝天，一座满是凤凰木的厦园，抬头便是红顶建筑和湛蓝天幕。晨光熹微，在海滩追日去，感受每一束光线与每一寸海水缠绵。黄昏降临，在沙坡尾看日落，看夕阳把故事与建筑完美交集，洒下光鲜的痕迹。时光一路欢腾，寻寻觅觅，终至那东方琴岛，鼓浪屿。

鼓浪屿是否美得仅能遇见碧海蓝天了呢？任海风吹拂，在翻滚又沉寂的浪花声中，我登上轮渡，启航驶往那座岛屿。

下到内厝澳码头，我便听见盘旋的海鸥在鸣叫，白帆如许，渐渐缩小。又凝视着郑成功的塑像立于海口，神情肃穆威严，凝视远方，迎风镇浪，守护着厦门与中国。

我向上步行了一会儿，邂逅厦门的一对夫妻，热情地诉说转角处红如许的砖墙，伴盎然生长的绿叶，于日光下散光，灿烂了半边天，实属出片胜地。最美转角，游人如织，《晴天》的曲调恰恰调和了这美丽。鹭岛城畔窃蓝天，蒲葵树掩映，叠翠积绿。又走上少时，随处可见百年历史的西式小洋楼，都好像在对你说，院外。

抬脚跨过门槛，雨中的芙蓉古村漫软了我的眸。携把纸伞步过瓦下，听江南淅淅色响在耳畔。三两盏古红灯笼，五六副红底黑字的对联。斜风挟起半许悠闲，翩然带雨落在脚边的水洼，洒上行客的肩，滑落在灰白的屋檐，停一两秒，而后款款打湿我的青袂，打在石板上激起柔柔的水花。谁立于戏台，踩得木板咿呀？木制的靠椅、掉了红漆的方桌、墙角茂盛的青苔，散发着老屋浓醇沁馥的古朴。

步出庭院，徜徉在纵横的小巷，铜排石板路，沿着流水渠，踏上石桥。数步至一木亭，前后围成方形小池畔，被冲刷变形的不只石墩，还有江南的记忆。行走在古村落的岔路口，听村中人诉说游子难再归，我不觉心动。

穿过长长的古巷，又见群山，我念起了家乡的绵绵低岭。

雨落在掌心上，云的另一边一定是故山故水，他山落雨时，我念起了那片云。

市四中朱丽娜点评：文章以他山落雨时为经，故乡雁山余脉为纬，远山峻岭，楠溪山涧，古老村落，游子归家。一幅幅水墨画缱绻起江南独特而细腻故乡情。可在情景交融上再下些功夫！

潮 涌

新河镇中学九(11)班 陈嘉轩

那条白线很快地向我们移来，逐渐拉长，变粗，横贯江面。再近些，只见白浪翻滚，形成一堵两丈多高的水墙。浪潮越来越近，犹如千万匹白色战马齐头并进，浩浩荡荡地飞奔而来，那声音如同山崩地裂，好像大地都被震得颤动起来。

四年级时，学过《观潮》之后，我就有个梦想，我要亲眼看看。现在，梦想成真，亲眼目睹钱塘潮的壮观，我的心潮也层层浪涌，是时候，兑现诺言，挑战自我了。

又是一年观潮季，又是一届亚运会，区别只在于这次将在浙江的省会城市——杭州，在美丽的西子湖畔举行。

身为一个浙江人，怎能不为之激动，为之自豪？迎亚运，我们在行动，迎亚运，我们有行动。全省上下，许多地方都掀起一浪高过一浪的运动浪潮。不说其他，就说我们温岭，在这个火热的暑期，便有几十所学校，数万名中小學生，争开了长达21天的一分钟跳绳打卡挑战。争先恐后，努力超越。超越他人，超越自己，超越昨日的榜上有名。只为让自己的亚运心潮也让大家看见，只为那场让我激动却又只能遗憾的北京奥运会，更高，更快，更强，更团结的誓言，我要让自己成为运动健将。

可惜，我没有成为运动员的资本，运动天赋也不高。

在报名参加跳绳打卡之前，我曾立下誓言：不能名列前茅，至少也要百名以内。报名后的前两天，或许是因为誓言的激励，或许是高手未现，我尚能实现目标。可随着乳酸的堆积、躯体的疼痛、排名的下滑，我开始泄气了，松懈了。现在是暑假时间，我又何苦，干脆躺平了。

我至今还清楚记得自己在父母的提醒下，发现名次被后浪们拍死在沙滩上的震惊。7000多名啊，我连参与活动的小学生都比不过。那次名如同卡努的滔天巨浪毫不留情扑面而来，让人狼狈，让我惊醒！它在无情地嘲笑我，嘲笑我曾经的誓言，丢人现眼。想起自己曾经的誓言，成为一名运动健将；想起自己看到世锦赛上五星红旗一次又一次升起时的心潮澎湃；想起中国游泳队混合接力夺得魁首时，一时竟激动得说不出话。

路过龙头路，见到了戴着圆镜框，可可爱爱的鼓浪屿老人，品尝了非遗技术的蛋灌肉，悠悠喝了一盏茶，便继续漫步小岛。顺着指示牌，栽进花园映入眼帘。我不禁感叹，它的震撼人心，入得园来，可见海浪澎湃往返。一片假山，为十二洞天，清丽秀美，真率亭，千秋阁，飞檐翘角，静雅绰约。琉璃粉墙，小桥流水，淡雅高洁，与海色、山色、天色浑然一体。风琴博物内管乐声悠扬，艺术与音乐在岛上潜滋暗长，散发出悠久的力量，滋润人心。

鼓浪屿这座小岛，浪漫在景，绿意遮不住的百花，肆意地绽放，从脚下盛开，穿过小径，跨过围栏，一直开到天上去。鼓浪屿这座小岛，浪漫在情，有着许许多多难以道尽的故事，诠释着岛上连绵不断的文化风骨与艺术气息，穿过历史的时空，一路走来。

现在，我的名次徘徊在100名外，或许，这就是我的运动极限，它证明我确实没有多少运动天赋，但我不会放弃，还有10天，还有机会，我要的只是进前100名而已。面对着一波又一波的潮涌，我对自己说：相信自己，你一定可以。

这就是我的亚运故事，一个浙江学子的亚运故事。

九月将临，亚运将至，钱塘潮涌，浩浩荡荡，势不可挡！

新河镇中学林玉叶点评：本篇征文立足现实，新颖的选材，精致的构思。文中动用了对照、反衬等多种写作手法，江潮、心潮、亚运潮相得益彰，心理刻画细致形象，体现了作者良好的语言驾驭能力。虽非小说，但有情节有波澜，读来引人深思，是篇好文章。

颠 出精彩

新河镇中学八(9)班 李奕璇

盼望着，盼望着，在这暖阳舒适、微风轻柔的秋日里，大家翘首以待的亚运会即将到来，举国上下都在为迎接亚运会的到来而准备，我们学校也鼓励师生积极参与全民运动，迎接亚运。

全民运动，这对于平时不怎么运动的我来说真是苦不堪言，跳绳、跳远、跑步、颠球等运动，没有一样是我能拿得出手的。妈妈鼓励我，只要每天坚持，哪怕每天进步一点点，我们都在用自己的方式参与迎亚运活动。

接下来的日子里，我坚持每天跳绳、颠球运动打卡，几天下来没有什么大的进步。更确切地说，相当于原地踏步。就拿颠排球运动来说吧，我每次只能颠个五六下，然后球就不听使唤，忽左忽右，忽高忽低，很快就没法接住了。妈妈帮我分析原因可能是方法不对，于是便把我带到外婆家让表姐教我。

表姐让我颠几个球给她看看，原来是我的手势有问题，她帮我纠正以后，让我再试试，在她的指点下，我从原来只能颠五六个，渐渐地一口气可以颠到十个、十二个、十七个，因为排球的气比较足，球比较硬，每次十几个球颠下来，手腕就生疼，随后就放弃了，几天下来一直徘徊在十几个左右，我又有有些气馁了。

妈妈看着我，语重心长地说：孩子，你平时看到的运动员们在赛场上创造的一个又一个奇迹，那是因为他们用十年如一日地奋勇拼搏换来的。没有坚持，哪来成功？

妈妈的话让我想起最令我崇拜的运动员——中国短跑飞人苏炳添，他曾在100米赛道上以9秒83的成绩创下了奇迹，曾经的他也有一段时间田径成绩怎么都提高不上去，他非但没有气馁，还自我安慰，哪怕成绩提高0.01秒也是胜利。

想到这儿，一股新生的力量油然而生。对，坚持不懈，勇往直前，每天坚持，哪怕只是原地踏步，也是我们战胜困难的一种方式。生活中，我们会遇到各种困难，就像颠球运动一样，运动员们遇到困难能坚持下去，直面困难。我相信，他们能做到的，我也能做到。于是，我重新开始把手中的球颠起来：一、二、三……嘶！手腕上传来了熟悉的酸痛感。五十八、五十九、六十、六十！我居然一口气颠了六十个，我成功了！

后来，我还一口气把球颠出了一百多下。原来，坚持不懈是可以颠出精彩的，我做到了！我明白了：只要心中有目标，朝着目标奋勇前进，每个人都能创造属于自己的奇迹！

亚运会的脚步越来越近，愿所有的亚运健儿，都能不断挑战自己的极限，实现自己的梦想。我相信，2023杭州亚运会一定会为我们带来一场精彩绝伦的竞技盛宴，呈现一回别开生面的科技文化，传递一种不一样的中国力量。运动员们，加油！祖国，加油！！

新河镇中学张荣敬点评：本文主要写在了自己的颠球时发生的事，以及由此引发的感悟和思索，作者从外在手势的纠正到内在品质的坚定，真正明白：只要心中有目标，朝着目标奋勇前进，每个人都能创造属于自己的奇迹。进而，真正懂得亚运健儿所体现出的精神和品质，并表达了对亚运的美好祝愿。全文以小见大，语言流畅真挚，是一篇成功之作。

立于黑白之间

我与哲学的故事

市四中九(15)班 颜熙雅

我的心中黑白翻涌，而在两色的交界处，我栖身。人性是善，还是恶？我不知道。

初一时，痴迷于辩论赛，1993年的狮城舌战，那场善与恶的辩论，给我留下了尤为深刻的印象。出于兴趣，我开始依据辩论员们所提到的哲学理念，去探寻人性的善恶。

许是被获胜的反方感染，许是被荀子的“人性恶，其善者伪也”所动摇，许是被人世间层出不穷的恶行所推动，我开始坚信，人性的底色是一片漆黑的土壤，善的种子并未被播种在贫瘠的黑土上。

难道不是吗？奥古斯丁、路德与加尔文的观点还不够清晰吗？

于是，我固执地持着这个观点，直到妈妈知道了此事，她笑着对我说：你这倒是一个哲学的偏见，为什么不从反面再探究呢？

听取了妈妈的建议，我从“性善论”入手，令我惊讶的是，例子同样不胜枚举。

人无之不善，人之初，性本善，人皆可以为尧舜。“性善论”的白与“性恶论”的黑在我的心中对峙，我站在两者的交界处，被东拉西扯，不知该投向何方。

人性是善，还是恶，我不知道。

一天下午，我因为发烧而请假回家。不巧的是，一场大雨突如其来地造访，使没有带伞的我站在大厅的屋檐下进退两难。

这时，一个撑着伞的女生从远处走了过来，我定睛一看，忍不住皱了皱眉头。我听说她的名声很坏，而且确实干过不少坏事，大家都视她为过街老鼠。

正想着，她看到了我，似是犹豫了一会儿，她开口问道：同学，你要不和我一起去？

我惊讶地看着她，但还是答应了，那伞为我撑起了一片晴天，将我安然地送出了校门。

经此一事，我开始有了新的想法，我们擅自为那些自私自利的人打上恶的标签，给自己牺牲的人赠予善的认可，然而复杂的人性，又哪里是非黑即白可以轻易界定的？更多的时候，也许人性是既善又恶的。

生活中的哲学，也算是一种缘分，让我明白。

我们应该中立于黑与白之间，既不伏清白以死直，亦不竞进以贪婪。

市三中张含芬点评：黑与白，对应人性的恶与善。作者的追问，执着而又真诚。行文向前，作者的思考也一路向前，由非黑即白、黑白对立，到中立于黑白之间，相信随着思考的深入与阅历的增加，作者的看法还会有新的变化，这就是成长的意义，谁也取代不了自己的思索。略为遗憾的是，撑伞一事缺点新意。

一窗流年

温中实验学校八(1)班 赵裕

风儿慢慢吹慢慢吹，吹过我们的窗。喔！把我们小心编织的梦都吹乱。

题记

流年似水，带走一刹芳华；岁月如梭，拂去年少青葱。远处漫山绿意，每一个枝头，每一片新叶，仿佛都有新绿在跳动。这一刻，我们靠着同一扇窗，一杯咖啡，回忆着过往。

听着远处飘来方季韦的《窗》，风儿慢慢吹慢慢吹，吹过我们的窗，把我们小心编织的梦都吹乱；岁月慢慢流慢慢流，流过我们的窗，把我们所有浪漫情怀都冲散。

一张边缘已泛黄的合照上，有着岁月的落笔。相片中母亲牵着小小的我，在景区拍照。她的侧脸，阿姨搭着她的肩，冲着镜头在笑。母亲不喜在拍照时笑，因为她觉得，笑着拍起来不好看。时光荏苒，独剩成长迹印。

忆起，我当年坐在门口，阳光和煦地照在身上。母亲为我扎漂亮而繁瑛的辫子，经过的熟人说随便扎一个就好了，何必这么麻烦。但她总是笑笑，她愿为此花上几个小时。

可惜，如今细想来，合照再无当年的多，辫子也不再是母亲精心扎的了。我和她，亦非当年了。

她的手上，多了几层茧，指甲向来都剪得很短。沟缝里，也有沉淀的黄。我一向觉着她的容颜，无大差之差。罢了才忆起，母亲如今的年岁。曾经她的身影，在小小的我的眼中，是可以躲避的宽厚脊背。可如今，我去回望时，母亲啊，你的步伐落后我了。

夜是寂寥的，它沉思着，将天空交至我们创作。母亲好似也脱了青涩的皮，就如照片中那般，放下了她曾经的青葱，紧紧捉住我的手。

我们是自由的鸟，父母也曾是。不过，他们不再漂泊，停下了，成了棵树。

我们依赖于树枝的高，站在他们肩上看世界。可是自由的鸟儿啊，学会了高飞，却又有时忘却了脚下的枝丫。一窗流年，经年已逝。

风儿慢慢吹慢慢吹，吹过我们的窗，把我们小心编织的梦都吹乱；岁月慢慢流慢慢流，流过我们的窗，把我们所有浪漫情怀都冲散。

九龙学校孙小燕点评：母爱如果有颜色，那应该是淡紫色，充满温润、柔和、善意。作者把看似散乱的记忆巧妙地拾掇起来，用形象、丰富的词汇组合成一帧帧爱的画面。句式上有整散、长短等变化，回忆与现实交错，让人读来意境典雅，如痴如醉，情味深厚。

乡景 乡味 乡音

长屿中学八(2)班 王梓衡

指导老师 李雪飞

故乡，生我育我的地方。每个人的故乡或许不同，但对故乡的情感都是那么深厚。

剑外忽传收蓟北，初闻涕泪满衣裳。这是杜甫之喜；儿童相见不相识，笑问客从何处来，这是贺知章之憾；举头望明月，低头思故乡，这是李白之思；乡书何处达，归雁洛阳边，这是王湾之念。古往今来，诗人无一不对自己的故乡歌颂赞美，而我以为这些都可以归为两字——乡愁。

乡愁藏于乡景之中。故乡在烟雨江南。白居易曾在《忆江南》中写到：日出江花红胜火，春来江水绿如蓝。而故乡之景便为这般，艳阳正好，随意地行在小河边，便可看见水波粼粼，风光正好。若是在春初之际，又可见枝头吐新绿，生机盎然之景。空中不时传过几声鸟鸣，抬头却未看见鸟儿。漫步于乡间田野之中，无雨便是极好，有雨也是不错。乡间的小雨， And 着园中的菜苗、果树，氤氲起淡淡的白雾。乡景如此，已然让我沉浸于烟雨江南。不只是自然之景，在一条条新修的路旁，却能看见一些老旧的屋子。年代似乎已说出来了，可能建于民国，也可能建于解放时，却或是解放后。这些屋子，以沉稳的姿态，坐落在这片厚重的土地上。

乡愁隐于乡味之中。民以食为天，粮食自是十分重要的。每年收稻之际，便可见农人驾驶着机器，在金色的稻田上收割稻子。通常，这田中会有一群白鹭，争食着稻地中的虫子。这时候，若是路过，就有一股稻香味夹带着青草的气息冲入鼻腔。收完稻子后，若是想将这些稻子变为白白的稻米，还要去打米打米。伴随着巨大的轰鸣，稻米和稻壳分离，稻米如白瀑一般倾泻而下落入竹篮中。米香味顿时弥漫在空气中，逢年过节，人们还会去打米场打年糕。刚做的年糕又软又糯，独特的米香在年糕上挥之不去。而这方土地一起，成了我独特的乡愁。

乡愁融于乡音之中。醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪。清新的田园生活中，有一人作伴自是要比孤身一人好。若是两人都有着相同的口音，那更是温馨。故乡人都会一口土话，夹着普通话说成了一种独特的口音。夕阳渐落，村口的三两老人坐在椅子上，用土话聊着天，菜场中的顾客与摊贩，用土话要价砍价，路上遇到许久未见的熟人，第一句就是带着土话的问候。

故乡如此，游子何求？若来日我真离了故乡，这岂是一愁字可言尽的？故乡给予着我们力量，更是一生的归宿。落叶归根，不论多久多远，这一份故国情将永不忘记。

九龙学校孙小燕点评：文章的结构犹如人体的骨架，只有骨架完整了，人才能真正站起来，文章才能立起来。本文从乡景、乡味、乡音三方面入手，叙写了家乡独特的民俗风情，思路清晰，结构完整，值得学习。建议作者三方面的描写能更真切地结合，深入生活细节，力求把地方特色展现得更明显、更鲜活。

