



### 在阳光下奔跑

一心只想跑出好成绩,以此报答哥哥对她的爱。没错,此刻,她所想到的是成功,是报答,是奔跑。最终,泪水在最高一级的领奖台上流淌,或许含着悲伤,或许也有一丝是胜利的喜极而泣。

当王军霞忍着得知哥哥离世的悲痛,坚持跑完42195米的漫漫征程,并且战胜自我时,你是否羞愧于自己对体育课800米测试的逃避?人的奔跑确实需要体力为基础,然而不试图向前跃进的话,永远只能停留在起点。生活本身就是一场赛跑,对手永远只有一个,那就是自己。超越自己,你就成功了。

曾经做过一道十分复杂的一元一次方程。我几次三番地算,却总得不出答案。冥思苦想间,朋友打来电话叫我去出去玩。当时,我做了激烈的思想斗争。就这么放弃这道题好吗?再看这道题,最终我还是抛下了笔,出去玩去了。那天天气很好,阳光晒得耀眼,我的心都觉得灼热起来。我跟朋友一起奔跑,玩得满头大汗,但心中却怎么都无法畅快。结果,那道题就被我那么三

言两语,归结于“无解”两字。

当一道复杂的方程摆在我眼前时,我没有珍惜,等到失去时才后悔莫及。如果上天能再给我一次机会,我会对那道方程说:“对不起。”我该是好好坚持到底,把你算出来的,我对不起你,更对不起自己。人永远是不能把生活归于“无解”的。

阳光不会总照耀着我们,我们如若现在不学会好好奔跑,为自己的人生奔走,将来如何发光发亮,照亮自己的人生?毕竟,一辈子的路,很长。

阳光来自亲友,来自老师,来自父母,来自社会,来自祖国。在阳光下,我们有义务奔跑,为亲朋好友,为良苦慈师,为衣食父母,更为了自己以及精神归属的祖国母亲。这便是我们对一切的最好回报,重要的是过程而不是结局。

让我们,在阳光下奔跑吧,随着我们前进的脚步把阳光、把温暖和爱带到更多、更远的地方。

河南省新郑市市直中学七(6)班 刘邦  
辅导教师:丁国强

我想,我们必须意识到,我们是幸福的孩子,甚至往往沉溺于幸福之中而不知拼搏和疾苦。我们不知道,世界上有多少阳光照射不到的角落。

总是有那么多人,在我们周围,守护着我们,爱护着我们,给予我们温暖,给予我们阳光。然而,阳光下,我们就可以悠然地熟睡了吗?阳光下,该是要挥洒着汗水,奋力奔跑的,追赶着梦想与未来。

1993年西班牙马拉松世界杯赛前夕,王军霞从报纸上得到哥哥车祸身亡的消息,悲痛万分。你能想象吗?一个朝夕相伴的亲人就这样忽然消失了,离去了。但是,跑在漫长的42195米的征途上,王军霞始终紧闭双唇,强忍着内心深处的伤痛,

### 爸爸学英语

我爸爸是一名出租车司机。他每天早出晚归,工作挺辛苦的。

一天晚上,爸爸突然向我要英语书。我还以为他要检查我的学习情况呢,就把现在学的英语课本给了他。他接过去后前翻翻,后翻翻,好像在找什么。我就问他:“爸爸,你要找什么?让我给你找找吧。”爸爸咕咕啾啾地说:“我想看看有我认识的没有。”我“扑哧”一声笑了:“你一天也没学过英语,怎么会有你认识的呢?”爸爸无奈地摇了摇头,没有说话。我觉得爸爸的举动有点儿反常,因为我知道他对英语一窍不通,从来都不看我的英语书。可今天,是不是……我就问他:“爸爸,你是不是想学英语呀?”爸爸叹了口气说:“是想学,不学不行啊!最近郑州正在创建文明城市,公司要求出租车司机除了尊重顾客、具有基本的礼仪之外,还要学会一些简单的外语,以便与外国朋友交流。可是不知道该让谁教我。”我不假思索地说:“那你为什么不跟我学呀?”爸爸疑惑地说:“跟你学?你行吗?”我自信地说:“当然行了。你别忘了,我可是我们班上英语学得最好的学生,每次考试都在95分以上!”爸爸说:“那就试试?”于是我找来三年级的英语课本,开始当起了爸爸的英语教师。

爸爸从未学过英语,连一个日常用语都不会说,于是我就从最基本的英语单词开始教起。我先教的是“请”字。我说一句爸爸学一句。可能是爸爸年龄大的原因,他学起来好像挺费劲,不是发音不准,就是记不住,每学会一个得花好半天工夫。好在爸爸比较勤奋,也很努力,无论是早上晚上,还是出车时等待客人的间隙,只要一有空,他就认真地学。有时是跟着我读,有时是听着磁带读。十遍八遍读不准记不住,就几十遍上百遍地读,直到读准记住为止。

俗话说:“功夫不负有心人。”经过几个月的不懈努力,爸爸终于掌握了上百个英语单词和一些简单的句子。虽说还赶不上我这个“小老师”,但他那种刻苦学习的精神却比我强得多,无形中也给我树立了一个好榜样!

郑州市中原区建设路第三小学六(1)班 胡雅雯 辅导教师:田平甫

### “华山论剑”

幽默的爸爸,性急的妈妈,斯文的哥哥,再加上淘气的我。别看我们才四口人,却分成了两大门派。我和哥哥一派,爸爸和妈妈又是一派,组成了我家的两大武林帮派。

平时我们两大帮派还相处得不错,今天却来了一次“华山论剑”。事情是这样的:早上妈妈从市场买了几只大螃蟹回来,已经煮熟了,可香呢!妈妈很高兴,连忙向爸爸提议送两只给外公外婆吃。没想到爸爸不吭声,只是神秘地朝妈妈一笑。这下子可不得了,性急的妈妈固执己见地认为爸爸不同意,霎时一反常态,火气如同火山爆发,怒形于色。爸爸看妈妈变了脸色,吃了一惊,连忙说:“老大请息怒,有话好好说,请听我解释。”正在气头上的妈妈哪里听得进爸爸的解释?她跺了一脚,指着爸爸的鼻子骂:“你真不懂孝顺老人,连送一点螃蟹也不愿意,几只螃蟹有啥了不起的,咱怕没螃蟹吃吗?哼!亏你还读过大学呢!”妈妈的话激怒了爸爸,爸爸触电似的跳起来,看来一场“星球大战”在所难免。沉默了一阵后,爸爸也骂了起来,眼看着“战争”继续升级,我在一旁却束手无策,心想:劝吧,肯定无济于事;不劝吧,又怕伤了和气,只好站在一旁。爸爸和妈妈互不相让,吵得脸红脖子粗。正在他们俩吵得不可开交,眼看就要“用手说话”的时候,哥哥回来了。他看到这架势,心里明白了八九分。哥哥和我开了“紧急会议”后,他决定将“案情真相”告诉妈妈:“妈妈,您要给外公外婆的螃蟹,爸爸已经叫我送去了。”妈妈先是愣了一下,随即说:“都怪你们这些小滑头不早说。”一场误会就这样解除了,两大门派都露出笑容。

晚上,我正准备睡觉,从客厅传来爸爸和妈妈的悄悄话。“我看两大帮派还是合并了吧。”是妈妈的声音。爸爸笑着说:“一切听从盟主安排。”我听了,不觉笑出了声,赶忙溜回被窝里。

现在的生活真是趣味无穷。  
郑州市管城区张华楼小学 魏雪冉  
辅导教师:李永军



### 我在写一本书

分,分,分,学生的命根儿!这句话我自上小学起,就开始印在我的心灵深处的某一部分了。

每天放学回家,老爸老妈总是检查我的作业,如果我得了一个小红星,或者得了个“very good”他们就非常高兴,一个劲儿夸我有出息了;哪怕我在小测验中得了100分,他们也会请我去吃好吃的“德克士”,会为新发的工资里,拿出红红的百元钞票:哟,这是对你的奖励!可我看惯了这一切,因为在千里马失蹄的时候,它的主人只会抽打它。不说不及格,就说上等的80分吧,老爸老妈见了,脸色就由晴转阴:怎么搞的?当然,他们一顿“红烧肉丝”是避免不了的。在那一段时间里,即使我把该做的习题做完了,想放松一下,比如说看电视和课外书,他们也不允许,又打又骂地把我关进屋里,让我念那念了不知多少遍的课文,算那算了不知多少遍的数学习题,背那背了不知多少遍的英语单词……真烦哪!

平常这样也就算了,更让我难过的是:每逢双休日,当我正做着出去玩的美梦时,老爸老妈便一同敲着我的脑袋说:

“又在发什么愣?不好好学习在这待着,想干什么?快点学习,今天晚上去练舞蹈,明天上午去上数学课和英语课,下午去上画画和钢琴。”呜呜,我欲哭无泪!一个个双休日就这样变得面目全非啦!我的好梦就这样破碎了!唉,一年365天,没有一天是我当家做主的日子。

也许是老爸老妈看出了我的苦恼吧,不止一次地对我说:“这都是对你好!”当然,我也知道这都是为我好。但是,我们作为孩子,除了学习、学习、再学习,门门功课都要争取达到100分以外,难道就没有其他的生活方式和精神追求了吗?

父母们并不了解我们的心!我与许多同学谈起来,他们都有同感。在刚刚过去的2008年,我利用课外时间,偷偷地写着一本书,书名就叫《我们的苦恼》。我想把我们同龄人的所想、所思写出来,献给所有像我老爸老妈那样的父母们,让他们知道,我们正在人生的交叉口上,一不小心就会迷失,我们的童年和少年时代应该和这个世界一样充满五彩斑斓的色彩!

郑州市外国语中学总校初二(2)班  
梁茜雯 辅导教师:梁永艳

### 镜子中的我

真困啊,我打了一个哈欠说。洗漱完毕后,我站在镜子前。镜子里的那个男孩是我吗?当然,那我就向你们介绍一下我自己吧。

敝人姓李,乃中国之大姓。名字叫政政,人送外号叫“老总”。我已经吃了十个生日蛋糕了。长得嘛?还算凑合:浓眉大眼,一双勃勃佛般的大耳朵,嘴巴不大不小,但是十分灵巧。我乃重量级人物,所以又得美称“肥猫”。本人人际关系不错。有一帮“狐朋狗友”,可能因为本人学习成绩不错。

我爱好看书,已经看过《红楼梦》《三国演义》等。别人讲多看闲书没好处,可我不认为,因为季老说过,要写好文章,就要多看课外

书。“书是不能少看的。”这就是我的座右铭。

我是一个聪明活泼的男孩子,有时候爱搞些小发明,但是经常弄巧成拙,常常把家里搞得乱七八糟,乌烟瘴气的。每当妈妈在收拾屋子的时候,总会唠叨我,我是虚心接受,坚决不改。有时候,我还会振振有词地说:“发明创造是需要付出的。”虽然妈妈嘴上说我是个调皮捣蛋的孩子,但是她从心里是支持我的,因为她明白创造力对一个孩子的重要性。

这就是我,你愿意跟我交朋友吗?

郑州经济技术开发区梁湖小学6(1)班  
李政政 辅导教师:王俊霞



## 颈椎病、腰肌劳损、关节炎……您用周林频谱保健治疗仪了吗?

以新型101C型周林频谱保健治疗仪为主的周林频谱保健治疗仪,通过直接作用于人体,达到治疗保健效果。上市以后,以良好的信誉为广大家庭了解并使用。

周林频谱保健治疗仪具有促进血液循环,改善血液流变性、促进新陈代谢,改善神经系统功能,提高机体免疫能力的作用。适用于:软组织损伤、腰肌劳损。

周林频谱保健治疗仪操作十分简便,只需照射患处和穴位就行,每次每个部位照射20-30分钟,距离以皮肤感觉温热为宜,照射时最好裸露。

可用于下列疾病的治疗或辅助治疗:

- 内科: 支气管炎、支气管哮喘、慢性肝炎、肠炎、便秘、腹泻、慢性胃炎、十二指肠溃疡
- 外科: 预防伤口感染、伤口愈合不良、慢性前列腺炎
- 骨伤科: 软组织损伤、腰肌劳损、骨关节炎、颈椎病
- 皮肤科: 带状疱疹、湿疹、神经性皮炎、轻度烧伤、褥疮、冻疮
- 妇科: 慢性盆腔炎、痛经
- 儿科: 小儿肺炎、腮腺炎等

(郑州周林频谱公司 请在医生指导下使用)

电话: 0371-65713079 地址: 经五路15号附18号(与红专路交叉口向北30米路东)

