



顾 问：刘 伟	指导老师：习 萍	
主 编：肖永红 戴益信	责任主编：杨 帆	责任副主编：彭湘莹
主 办：井冈山大学学生工作处（部）	校内刊号：JD1-11	

我校在江西省首届大学生心理素质拓展大赛中喜获佳绩



本 报 讯 6 月 25 日，江西省首届大学生心理素质拓展大赛总决赛在华东交通大学落下帷幕。我校参赛队员在此次总决赛中奋力拼搏，荣获二等奖。

本次活动是由省教育厅主办，比赛分预赛和决赛两个阶段进行，预赛有 67 所高校组队参加，分六个赛区。我校在赣南分赛区经过激烈的角逐，获赛区第二名进入总决赛。全省共有 17 所高校代表队进入决赛。

《心潮》报社新老成员见面会



本 报 讯 10 月 11 日，《心潮》报社在六栋心理咨询室召开了新老成员见面会。指导老师戴益信、报社社长杨帆、记者团团长彭湘莹，以及各位《心潮》成员参加了这次见面会。

为了增强《心潮》成员间的了解，新老成员分别作了自我介绍，并对自己在报社的工作和对报社未来的期许进行了热情洋溢的简短发言。会上指导老师戴益信对新成员表示热烈欢迎，他对《心潮》概况及其主要工作进行了介绍，并对

新社员提出了希望和要求，鼓励大家要多思善悟，共同努力，在《心潮》这个温馨的大家庭快乐成长！接下来，会上表彰了上一届优秀记者和优秀编辑并颁发证书。最后，成员针对下期报刊主题进行讨论，并做相应工作安排。本次会议在融洽、热烈的氛围中圆满结束。

本次见面会增强了新成员对报社工作的了解，加强了新老成员之间的联系，有利于报社工作的进一步开展。

本期导读

2011 年 11 月 5 日 总第 19 期

P₁ 井我校在江西省首届大学生心理素质拓展大赛中喜获佳绩

P₂ 我的大学生活

P₃ 电影赏析之初恋这件小事

P₄ 情语如歌 悠悠我心

广西大学学生工作学习考察团到我校考察指导

本 报 讯 10 月 25 日由广西大学学生工作处处长冼季夏带领的广西大学学生工作学习考察团一行 10 人到我校考察指导，并在新学术交流中心召开学生工作交流会。会议由我校学工处处长刘伟主持，参加会议的有学工处副处长张霭云、习萍、欧阳凌，人文学院党委副书记欧阳杰、政法学院党委副书记毛金文、生命科学学院党委副书记肖南、艺术学院党委副书记杨芳、数理学院党委副书记康永。

刘伟处长详细介绍了学校的办学宗旨、建校历程及学生管理工作所取得的一些成果，着重介绍了我校学生思想政治教育、辅导员队伍建设的一些具体做法。

冼季夏代表广西大学对我校的热情接待表示感谢，对我校学生思想政治教育工作的特色——利用红色资源办育人等方面所取得的成就表示赞赏。交流会气氛热烈，各位嘉宾纷纷表示不虚此行、颇受启发。

（学工处）

我校心理咨询工作走进吉安监狱

本 报 讯 学 工 处 万 露 报 道：2011 年 9 月 22 日下午，学生工作处心理咨询科的戴益信等三位专业老师应吉安监狱领导的邀请为即将出监的服刑人员开展团体心理辅导活动。

此次活动以“迈出新步伐、走进新生活”为主题，用游戏、讨论、角色扮演等互动方



心灵服务队招新工作圆满落幕

本 报 讯 为尽快完成新老成员的交接工作，更好地为全校师生服务，我校学工处心灵服务队招新工作自 9 月 7 日井然有序开展，于 9 月 17 日圆满落下帷幕。在校领导的高度重视和报社成员的共同配合下，经过笔试和面试的严格筛选，我校学工处心灵服务队成员名单（试用）最终得到确定。

本次招新主要分为报名、笔试和面试三个阶段。9 月 7 日至 9 月 9 日在新食堂、老食堂设点以方便和满足同学们的报名需要。本次招新主要面向 2010 级及 2011 级学生。9 月 11 日，我社安排报名者在六栋教室进行笔试，根据笔试成绩选出学生进行针对性的面试。9 月 14 日在心理咨询师进行面试，面试主要包括两个环节，首先是自我介绍，展现自身风采及优势；接着是评委提问，加深对面试者的了解。心灵服务队结合笔试及面试成绩最终择优录取。

本次招新工作圆满落下帷幕，希望无论是胜出还是淘汰的同学，都能保持良好心态，用热情拥抱着崭新而多彩的大学生活。（学工处）

2011 年下半年心理咨询室值班安排表

周次	时 间	值 班 成 员	校 区
第一至十九周 (节假日除外)	星期一下午	习 萍	校本部 (6 栋教学楼 三座二楼)
	星期二下午	肖永红	
	星期三下午	万 露	
	星期四下午	于文军	
	星期五下午	戴益信	
	星期一晚上	万 露 戴益信	
	星期三晚上	习 萍 于文军	
	星期五晚上	肖永红 戴益信	
	星期四晚上	于文军 万 露	医学校区综合楼

我的大学生活

□心潮

况文娟

梁建辉

在骄阳似火的九月，怀抱着对大学生活的向往和对未来美好的憧憬，我们来到了井冈山大学。刚步入井大，还没来得及去适应，迎接我们的便是新生军训。慢慢的两个月已经过去，在这里，我们最真切的体验着大学的学习和生活。

烈日军训，铿锵斗志

有段日子，受益匪浅；有份记忆，刻骨铭心。

军训，最初听到这个词时，唯有恐惧，甚至想去逃避。后来听到它时，唯有怀恋，唯有感恩。也许只有经历过才懂得吧，那不是无知的胡闹，那是一份真实的成长。

晨曦中，是谁用悠扬的歌声散播朝气。烈日下，是谁用坚韧的斗志挺出军姿。夕阳里，是谁用饱满的热情吼出口号。

真的勇士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血。我们虽不是真的勇士，可是经历军训，我们敢于正视淋漓的汗水，敢于挑战自身的斗志。拿什么来铭记这份无言的美丽？它让我们在今后的日子里学会很多，坚持，坚韧，坚信，风雨不再，阳光载途。没有浴血的五指，怎能弹出世间的绝唱；没有最真实的体验，怎能说出最肺腑的感言。军训，给我最深的感受便是，多一份经历，多一份成长。

快乐学习，提升自我

步入大学，学习的内容与模式基本上与中学脱轨。很多人对于大学生活都很困惑，总觉得上课的时候，自己认真听了，可课后，仍旧是一窍不通，似懂非懂，这也许是很多大学生的通病吧。特别是对于一些陌生的课程，我们甚至不明白为什么要去学习它，学习它究竟有何用。宽松的学习环境，是放纵了的自由，也是无限的迷茫。

来到大学也已有几个月了，寻寻觅觅，忙忙碌碌，却仍旧感觉自己学到的东西稀稀落落的。绝大部分人，总是在心里感叹，为什么理想和现实那么遥远。理想中的大学生活多么的美好，可现实却总是不尽如人意。我想我们应端正心态，正确对待大学学习，明确学习的目的，及早设计好自己的大学生涯规划。

捧着一颗快乐的心去学习，告别忧伤，青春的岁月里需要努力打拼，不断提升自己。大学努力学习固不可少，理性生活也别有风味。

多彩生活，编织如梦

大学生生活想必大家也已有感受，丰富多彩。我们有充足的课余时间，但是这些流动的时间不是拿来肆意浪费的。我们需要合理的分配和安排它，劳逸结合，学有所成。

大学生生活最常涉及的话题便是消费，作为一名大学生，我们要合理消费，不能随波逐流，开支无度，毕竟我们现阶段还基本上是物质的承担者，而非创造者，钱要花在刀刃上，做一个理性的消费者。大学生活的调剂品，想必大家都能意会吧。在闲暇的时候，谈谈恋爱，调剂一下生活，也是无可厚非的。

静谧的天空，每颗星星都有自己的轨迹，在大学生活中找到自己的最佳位置，让心目中的世界更加和谐安宁。

一个人若看不到未来，就把握不了现在；一个人若看不到现在，就把握不了未来。年间我变成一个大三的学生了，我知道我要好好总结一下我的大学两年的一些历程。那个时期是很好的两年，经历了很多事情，认识了很多，也做了很多事。

学习很重要

对于考上大学，我从小就知道我要走到这一步，我不是个成绩很好的人。从小到大我知道我每次的排名在榜单上有我的名字就好，但每次都是那不上不下的。就像妈妈说的，每次想骂你都没机会。说你懒，你的成绩不差；说你好，你又没拿过前十；想骂你，你又从来没做过坏事。对于这一切，我唯一的想法是：学多点东西。我也知道成绩只是反映学习的掌握程度，而在社会更重要的是学会做人。我想人的一生是要不断的学习，不管是做人还是知识，人要不断的成长，也要不断的学习。我知道，大学是学习知识的一个时期，我要在这个时期学到我将来求生的手段，我要让自己沉静下来，要一段去思考我人生的路怎么走，我要如何做得了的。

我喜欢看书，看各种各样的书，这是个很好的习惯，无论我有多么的忙

到现在，来这里已经快两年了。

我知道，所有的都已经过去了，我的大一。

大一的日子如同梦幻般的郁金香，远远地留在了美丽的荷兰。如同没有上大学的日子一样，有过不平静的激动，有过莫名的忧伤，有过实现不了的理想，有过未曾开始就已结束的爱情。曾经一度的茫然，现在居然可以让它消失的无影无踪，回忆起大一，感觉就只是一天而已，那么近又那么远，像踽踽而行又像是高山滑雪般走过来了。

其实，我不是感伤大一，因为大一我并不是什么都没得到，我很清楚自己干了些什么，得到了什么，又失去了什么，又或许我的失去其实是一种得到，我得到了体验，得到了成长，得到了幸福。就像那句话，得到并不一定幸福，失去也并不一定痛苦。我觉得最好的状态是不痛不痒，只有不痛不痒，心才能平静，不会大喜大怒，而对于自己或别人给的挫折都只会像阵秋风，带走的永远都只有飘零的落叶而已。



大三了，不一样的时期

□心潮 江涛

碌。我觉得大三了，真正的接触专业课，真的要用心学习。也许学其他的或许可以偷一下懒，但是专业课真的不可以，学不好就是学不好，不是靠最乱说就可以的。这要一个很严谨的态度去面对，容不了半点怠慢。因此，我认为学习还是很重要的。

难忘的友情

人生离不开亲情、友情、爱情。很多事情要经历一些人和事才能真正体会到这些的重要性。也许人间最温暖的是人与人的感情，我不是个爱争的人，我平时看似什么都无所谓，但我很多时候对一些事情我有自己的原则，我有自己的看法，也许就像同学评价的，有时候觉得我很傻的，很可爱，有时候我认真起来觉得我很无情，也很固执。不过我在人情世故方面还是很清楚的，家人、朋友和同学在人的一生中很重要！

记得刚上大一时，我还是个没出过门的小孩。记得第一次回学校的时候，

父母都没时间陪我上吉安，我那时就是跟同学一起去的，真的很开心。长途车上有一半是我的校友，要不就是认识的老乡。那是我第一次上吉安，我之前都是上南昌多点。在没有父母的陪伴下，就觉得好像一下子长大了很多。我还清晰的记得我那时的行李都有一半是别人拿的，真的很感谢他们。在如花园般的大学，我把最美好的记忆留在了井大，喜欢十几个人在那马路上踩着车狂飙，喜欢和好朋友在小湖边聊天，有时候在运动场打上一天的篮球，在“五一”和“国庆”走遍整个吉安，那都留下了我们的脚印。还有很多像这样的难忘时刻！

在社团联合会工作的那段时间是我在大学很重要的日子，我从大一的时候就是其中的一分子。我对它的感情就像母亲对孩子一样，它是我手中出生，我看着它成长的。这两年我倾注我多少的时间，多少的感情在里面，有多累我不想说，我觉得不仅仅是我学到了很多，

一年，两年

□心潮

何晓新

但是我知道，大一的大多数人也许是无法体会的，毕竟那是一个锻炼的时间，多数人觉得迷茫空虚，他们需要一个大一殆尽这种迷茫空虚，或许一个月，或许半学期，或许正好一年，一年大一。

大一拿过几本书坐在冬季温和的太阳底下，胡乱拨弄着刚刚洗过的头发，暖阳和发香让我忘记了正在发生的一切，时间停止了般。很多人都说自己的大一不知道怎么就混过来了，我不喜欢用“混”来形容我的大一，“混”注定了一塌糊涂、一败涂地、一事无成，一混也许就是四年。尽管我还没有达到我所计划的目标，但我一直在向前努力，以及结交的那些朋友，人生中不可多得的朋友，掏心掏肺的朋友，这些真的足矣！

我知道，所有的都将开始了，我的大二。

看着大一的学妹学弟们，我知道，他们开始了，我看见了他们高涨的热情，那股冲劲，此生不再也不能忘，毕竟我是过来人，走过了一程便知道了，我们需要对未来充满希望，要满怀激情，意气风发的在大学里穿梭，可以允许失望却不能绝望。人不可能只活在自己的世界里享受太平，我们必须面对现实，面对社会，是谁都无法逃避。我知道，大一和大二要不同，很大的不同。全新的大二全新的开始，不再重复大一时那些幼稚的错误，开始努力，开始认真，开始不忧伤，开始静静欣赏彼岸的花开。太多太多的开始，于是等到结束的时候便又是开心的容颜，肯定一年比一年好，你说，这样子是不是很好呢？

大二了，才发现其实有很多事情等待着我去做，值得我去做，而且要做好。比如，我的专业课其实不仅仅就看那一本书，拓展知识需要自己学习。我清楚自己的墨水少得可怜，所以很多的书籍等待着我去学习。当我看见考研室里的学姐学长们，我仿佛看见了他们那灿烂的笑容，好美好美……我想明年的自己也会来这里了吧，会和他们一样，为了美好的未来，倾尽现在的所有，换取成功，还有什么值得犹豫呢？

所以，大二是一个转折点，转向大三，一个新的起点，扬帆起航，点亮灯塔，让大学变得更加完美，让人生一路顺风，相信自己，明天会更好。

一年很快，两年也很快，时间就是很快，你看我现在就已经大二了。一晃，也许你就大二了，而我就大三了，而大三的人就面临毕业了，而大四的人早已离开这里，寻找属于自己的天空。

重要的是我交到了很多的朋友！

给大一大二的小建议

大学里，一定要做过兼职，增加你的社会经验。不在团委或学生会做事，起码也会为班级做事。学习团体相处和合作，学习管理。不管你是学什么专业，结束你的大学前，你一定要谈场恋爱，一场简简单单、无利益、纯洁的爱情。参加社团活动，虽然有些说社团只是赚取团费的组织，但是，没有社团活动的大学，你体会不到别人形容的多姿多彩。

多出去走走，不要局限在本院，要认识新的朋友，体验不同的人生。不要遗漏你的班级活动，善用集体活动培养感情，不要把自己孤立专业群之外，一定要有和同学出去疯一疯的美好回忆。这也许是你没有在父母陪伴下独自渡过的一段岁月，在这段岁月里，请好好珍惜，好好的生活！大学是最后一段你可以做自己想做的事情的时间。真正学一些自己之前很想学的东西，比如乐器，比如绘画。

大学生活，真的可以很美好，切莫让它虚度。



《心潮》成员名单

编辑部

指导老师

戴益信

(学工处心理咨询科)

责任主编

杨帆

(医学院10级临床本一班)

责任副主编

彭湘莹

(教育学院10级心理本一班)

编辑

刘欢欢

(化学化工学院10级化学本一班)

张春侠

(人文学院10级历史本一班)

试用成员

张淑娜

(教育学院10级心理本一班)

王璐璐

(教育学院10级心理本一班)

何晓新

(教育学院10级心理本一班)

陈静

(教育学院10级心理本一班)

郭姗姗

(教育学院10级心理本一班)

吴国辉

(教育学院11级心理本一班)

袁林燕

(教育学院11级心理本一班)

周娟

(教育学院11级教育本一班)

况文娟

(教育学院11级教育本一班)

梁建辉

(建筑工程技术11级建工专一班)

邱慧明

(马克思主义学院中共党史本一班)

万敏

(政法学院政治学与行政学本一班)

黄湾湾

(外国语学院英教本一班)

记者团

团长

谢蓉蓉

(护理学院10级护理本1班)

记者

肖月萍

(教育学院10级学前专一班)

杨海洋

(人文学院10级汉语本一班)

试用成员

张安琪

(教育学院10级心理本一班)

刘盼倩

(教育学院11级教育本一班)

蔡晗

(教育学院11级心理本一班)

张丽飘

(建筑工程技术11级建筑本一班)

郭云

(外国语学院11级英语教育本二班)

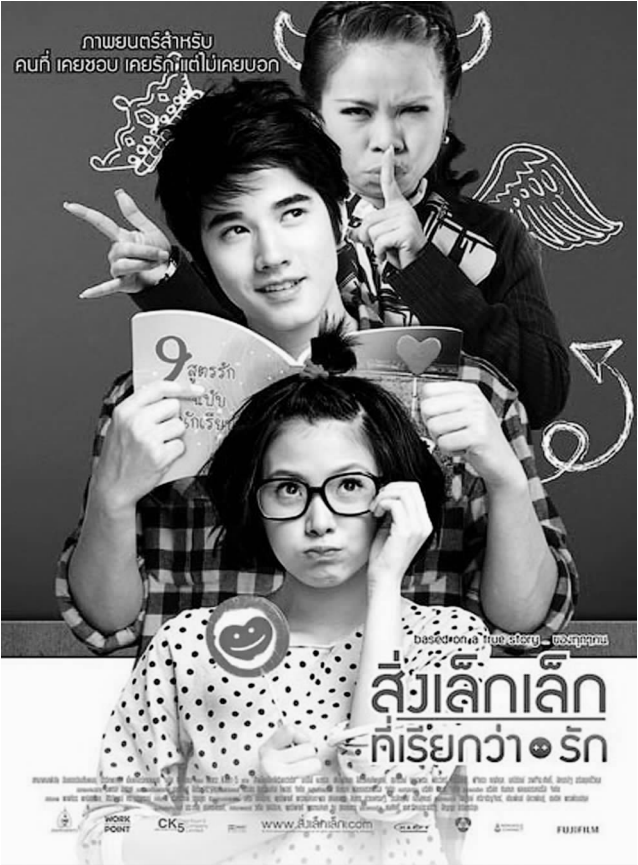
董慧琳

(电信学院11级网络本一班)

郝学敏

(人文学院汉语言文学本三班)

电影赏析之初恋这件小事



策划人：张淑娜

我们明媚又忧伤的青春

青春本来就是是一件乐在其中却不知情,离开了满是感伤,回想起来又满是想法的事情。对于泰国的青春片很多人都是一点抵抗力都没有。

《初恋这件小事》在很多人的并不期待中汹涌袭来,校园味的海报,言情味的名字,多数人以为会是并不起眼的片子。好的电影能触动人心,当开头女主角的旁白响起,属于盛夏大刺刺的太阳,还有白衬衣,叽叽喳喳的少女,这次势必又有很多人要沉沦了。

最引观众起共鸣的必定是第一段的暗恋,没几个人不经历过第一段吧。暗恋上一个人,满心思的被吸引,制造所有跟他不经意的偶遇,绕大圈就为经过他教室,在他面前紧张的无所适从,搜集关于他的一切,偷偷看他的每一个小细节和动作,在旁人谈论他的时候表面显得一潭死水,可是内心早已是翻山倒海兴奋不已。睡觉时紧抱的枕头幻想成是他温暖的手臂。为他改变自己,变美丽,变优秀,只为能和他站在一条线上而已。多年心如刀割的暗恋,一半痛苦一半快乐。当年岁狂长,分离在即,我满心情绪想要告诉你我是怎样疯狂的恋着你,那些细碎的小事也终于有了合理的解释。当我发现你已有恋人时,失足跌进泳池,窘迫的毫无退路,原先紧张痛楚欢乐的泪水早已撕得烂碎,却还是强颜欢笑的说:“祝你们幸福”。

泰国电影细腻的地方在于,它总是抓住你心底最怀念、最美好、最用情的一段时光去涉及、去翻阅、去刺痛,加上专属于青春的夏天,帅哥美女必不可少,却不俗烂不做作,因为关于青春本来就是甜腻苦涩美好到爆的一件事。

第二段是互相暗恋,暗恋的人低到尘埃里,所以在她眼里根本就没奢望暗恋的人能恋上自己,我眼里的你高高在上,爱你的人那么多,而我却只是小小的我而已,我所有的努力就是为了追上你,不敢想像的真相却是,在我偷偷爱着你的时候原来你也在喜欢着我,故事的最后才揭晓了答案,过程中其实都是伏笔,只是当局者迷。一切放到未来再继续。

第三段的美好结局,功成名就,多年相遇,我未嫁你未娶。这不是巧合,而是我们心底的默契。是因为你,我坚持着改变自己,衬上心中优秀的你。

暗恋最迷人的地方就是没有说出口,而暗恋最欣慰的结局就是我暗恋你的时候正好你也喜欢我。

我把青春耗在暗恋里,还不是想要和你在一起。

我想,这会是一部所有男孩女孩都很喜欢的电影。不仅仅是因为男主角很帅,还因为它像一面镜子,让我们想到了自己。

暗恋是一件很复杂的事情。长大之后的我们,常常在思考那些青葱岁月里的暗恋,以及暗恋的人,给我之后的人生带来的影响

大部分男孩女孩的人生中,暗恋的那个人总是很完美。高高帅帅的篮球队队长,抑或是笑起来迷死人的学生会主席,抑或是身着正装的辩论赛最佳辩手,抑或是举止优雅的名门淑媛。光环太多,身边的姑娘太多,得到的赞许太多,完美到不行,以至于丑小鸭一样还没长开的我们,怀疑自己从不曾进入他的眼睛,从前不会,现在不会,将来也不会。

《初恋这件小事》之所以让我们喜欢,很大一部分是因为女主角的开朗和乐观。小水姑娘原本不美,成绩也不够出色,丢进人群完全找不到的一个女孩,后来变成了万众瞩目的美女加才女,动力竟然就是来自于那个她暗恋的男孩。

所以说单纯的人有福。她把那个爱的人藏在心底,目标只有一个,变美变聪明变得很厉害,引起他的注意。她不在乎自己的马桶盖发型,一个劲儿只顾往他的镜头里钻。她不介意自己的黑皮肤,风风火火带着牙套跑去演白雪公主。她也不怕搞砸,花了两个星期从零开始,竟然就成了仪仗队的领队。她和一帮跟她一样貌不惊人的女孩们成天混迹在一起,欢乐自由,完全不会因为自己的相貌自卑。

记得很久以前有一部韩剧叫《星梦奇缘》,故事里的女主角不美也没有显赫的身世,却吸引了一位风靡全国的偶像歌手,从头到尾做她的骑士爱她保护她。她的确没有出众的外表,但是她有才华,并且有着勇敢坚毅的性格。真正值得爱的女孩,总是拥有坚强和积极的品质,拥有善良和爽朗的性情。

你爱了一个人,他不爱你,你该怎么做呢?是放弃,是伤悲,还是行动起来,像《非常完美》里的章子怡那样对着天大叫“被夺走的爱人是可以科学的方法

剧情介绍:小水是一位初中一年级最平凡小女孩,她的功课一般,体育也一般,更要命的是她的长相平凡得让人过目就忘。但这位平凡的女孩偏偏爱上了学校中最优秀,最善良,也最帅气的高一男生阿亮。身为校园中的风云人物,阿亮从来就是女孩们的焦点,无论是功课好的,体育优的,还是长得美的,全校的女生都为他疯狂。小水明白自己根本无法与那些优秀的女孩们竞争,她从不奢望自己能和阿亮交往,她只有一个小小的愿望,那就是阿亮经过她的身边时,能回头看她一眼。于是她做了很多傻傻的小事,只为吸引他的目光。她不惜在晚会中扮丑只为听到阿亮的笑声;申请加入舞蹈社却在筛选时被喜欢阿亮的女学长羞辱;练习吹奏管乐指挥只为能靠阿亮再近一点。这些小小的努力让她在初三之时成为学校名副其实的风云人物。

她变成了男孩们眼中最可爱,最温柔,和最值得追的校花级女孩。但小水心中依然收藏着她那小小的愿望。殊不知在话剧表演的时候被阿亮的好朋友阿拓喜欢,后表白。小水沉默,同阿拓阿亮在一起三人行,依旧喜欢着阿亮,最后终于鼓足勇气,向阿亮表白,却发现阿亮在一个星期前答应了彬学姐,两人又一次错过。

抢回来的”,然后奋起直追?

在这个初中小孩早恋都能拍成电影举国宣传的新时代,千万再不要为了得不到爱情而自怨自艾了。小水就是个超级大榜样。当这个姑娘蓄起长发,拿下眼镜,摘下牙套,考试得了全校第一名,身后跟着一大帮流口水的小男孩时,我们没有嫉妒她,因为她的一切都是靠她自己努力得来的。虽然运气好到有点夸张,但是不得不承认,这个女孩身上有着一一种执拗且单纯的劲头,那是支持着她成功的最大原因。很多时候,成功与否,真的是性格使然。

《沙漠之花》里的华莉丝,在她最卑微的时候邂逅了那个令她情窦初开的男人。他拥有迷人的微笑和性感的舞姿,他们的关系止于一个礼貌的拥抱。而多年后,他在酒吧翻看顶级模特杂志时,看见了封面上的华莉丝。等到有一天,若你终于成为了那个你想要成为的人,他再出现在你面前,你是会和多年以前一样怦然心动不知所措,还是会对着他微笑,说声“谢谢”?

人生这么长,足够用来把自己变成吸引他的那个人了。所以我们要不断地让自己变得优秀,要让别人爱上你的前提是你要最先爱上你自己,百分之八十以上浪漫初恋电影的成功,往往都有一个基础——善于将青春记忆中的诸多纠结,苦涩、尴尬,乃至于难堪,变成真诚、甜蜜、快乐与幸福。与其说算是一种记忆的粉饰与过滤,不如说,是帮你拾回纠结、苦涩、尴尬、难堪中的些许美好。终于,你会释然——原来,当初的自己是那么纯洁可爱,你永远不会再有那么好的时候。爱情是支点,努力是杠杆,可惜地球依旧是地球,白马王子也依旧是王子,阿基米德那话也就说说而已,很多事情迎来的只是无奈,努力带来的不一定是你想要的结果。

但过程本身,努力的本身,已经为自身带来了。很欣赏小水,欣赏的在于

初恋这件小事励志篇

掌握自律的船舵

当然,我们客观的分析一下小水在为了阿亮努力改变自己的同时,首先且不说她的追求最后是不是成功,毕竟感情是强求不来的.但是小水依然是成功的,自己在潜移默化的收获了很多.在这期间归功于小水以阿亮作为她分动的动力,然后拥有超强的自律精神.

自律简单地说是自己约束自己不违纪,不缺德,不犯法,自觉地用法令制度提醒自己,而剧中阿亮就是小水心中的法律,所以她未从放弃一直努力.但对于我们学生来说,别说做到不犯法了,就算不违纪,不缺德也难以做到.好像有些同学上课讲话,随地乱扔垃圾,粗言骂人,打架等等,这都是我们学习生活上的一些小事,就是因为自律能力太弱了,才导致这些现象出现.其实要想拥有良好的自律能力是十分简单的.首先,要对自身严格要求,有句话不是说:“不能正其身,何以正其人?”其次,要经常自我反省,自我批评,曾子不曾也说过:“吾日三省吾身。”这句话吗?最后,做错了事还要勇于认错,因为勇于认错不但是自律的态度,更是做人的气度。

掌握自律的航舵吧!因为它使人自省自知,使人学会战胜自己,使人养成良好的行为习惯,使人变得高尚起来!

扬起自信的风帆

爱默生曾说过:“自信是成功的第一秘诀。”的确如此,不信,你看:郑和自信,所以七下西洋成功;晏子自信,所以出使成功;玄奘自信,所以西行成功;岳飞自信,所以打败金兵无数;李时珍自信,所以写下《本草纲目》;郑成功自信,所以收复台湾;林则徐自信,所以销毁了害国的鸦片。看,这就是自信的魅力;这就是自信的力量;这就是自信独有的特征。其实,只有你,只有你自己,只有相信你自己,才能自我拯救,才能走出黑暗,才能驶向成功。就像《初恋这件小事》中小水,不断美丽自己,不断为自己增加自信,当自己完全满意时,信心满满的站在阿亮面前说出自己的心声,这时候的小水是最美的。

扬起自信的风帆吧!让蓬勃的朝阳为你的起航祝福;让欢乐的歌声为你的青春伴奏;让理想的双桨带你驶向成功的彼岸!

发动自强的马达

当然小水最后变的优秀也离不开自强,为了见爸爸刻苦学习,为了变美丽用尽一切可行的办法。自强意味着自力更生,奋发图强,顽强拼搏。一个人只有自强不息,才能面对困难,乐观向上,才能为远大的理想和目标执著追求。然而自强精神并不是与生俱来的,需要我们在实践中不断锻炼,需要在长期的生活中自觉培养。

发动自强的马达吧!因为自强是对美好未来的无限憧憬;是一种困难压不倒的亮丽操守;是引你成为栋梁之材的贴身伴侣!

塑造完美的人生其实就是那么简单,只需“自律”“自信”“自强”这三种普通而稀有的材料。

因为自律可以让你掌握正确的方向,让你自尊自爱,让你自省自知;因为自信可以引你走向成功的道路,让你相信自己,让你坚信生活;因为自强可以使你有了前进的动力,让你努力向上,让你奋发进取。

让我们一齐严以自律,充满自信,自强不息,迈向成功,从青春开始起步塑造完美的人生吧!《初恋这件小事》带给我们的感触不只一点,是一部很值得一看的电影。

她简单的努力,努力地让自己变好的心情,这份心,在我看来,比初恋本身更能叫我感动。也许大家感动于这部片子,更多的是感触于自己当年那些无悔的付出吧。只是我想说,很多事情啊,付出了才能感受到其真正的价值,感慨于当年的付出,不如在意现在吧。

完美的人生其实并不需要太多的材料去塑造,只需要在你的内心准备好“自律”、“自信”和“自强”这三种材料,便可以让你成长,让你成功,让你成才,让你的生活焕发光彩。



(一)

妈妈叫皮皮起床：“快点起来！公鸡都叫好几遍了！”

皮皮说：“公鸡叫和我有什么关系？我又不是母鸡！”

(二)

爸爸给女儿讲小时候经常挨饿的事，听完后，女儿两眼含泪，十分同情地问：

“哦，爸爸，你是因为没饭吃才来我们家的吗？”

(三)

女儿对肚脐很好奇，就问爸爸，爸爸把脐带连着胎儿与母体的道理简单地讲了一下，说，婴儿离开母体之后，医生把脐带减断，并打了一个结，后来就成了肚脐。

女儿说：那医生为什么不打个蝴蝶结？

(四)

父亲：皮埃尔，今天不要上学了，昨晚你妈妈给你生了两个小弟弟。你给老师说一下就行了。

皮埃尔：爸爸，我只说生了一个，另一个，我想留着下星期不想上学时再说。

(五)

巴克老爹坐在公园的长椅上休息，有个小孩站在他旁边很久，一直不走，巴克很奇怪，就问：“小天使，你为什么老站在这里？”

小孩说：“这长椅刚刚刷过油漆，我想看看你站起来以后是什么样子。”

(六)

两岁半的女儿经常说一些可笑的话。

一天看电视上非洲人跳舞，她突然问：“妈妈，这个叔叔咋没洗脸呀？”

(七)

妈妈：皮埃尔，你想吃一块甜甜饼吗？

皮埃尔没反应，妈妈又问：皮埃尔，你想吃一块甜甜饼吗？

皮埃尔说：想吃，妈妈。

妈妈说：为什么非要我问你两遍呢？

皮埃尔：因为我想吃两块。

浅谈《南北的点心》

□10历史本一班 张春侠

初来学校时，室友说他很不习惯这里的饮食，他说很怀念家乡的面食。隔壁宿舍的同学说他很是想念家乡上海的甜食，在这里他吃得很不习惯。这时我便发出感慨：地大物博的中国饮食差异真的是太大了，但究竟又有着怎样的差异我却无从知晓。来自北方的小邓说我太挑食了，吃完饭之后还嚷嚷着要吃点心。

生活方式的迥异，使我如坠云里雾里，我深感很有必要去了解或者说记录下南北方饮食的特点。当我看到周作人先生的《南北的点心》时，我不禁明朗一笑、茅塞顿开。

从《南北的点心》中不仅让我们看到并理解南北点心差异之处及其原因，还能看到作者独具匠心的思维，从中去领会作者的人生哲学，与先生对话一番！

在《南北的点心》中作者引经据典、旁征博引，凭借着丰富的人生阅历，向我们娓娓讲述着南北点心之异。正如作者开篇所说“中国地大物博，风俗与土产随地各有不同，因为一直缺少记录，有许多值得也该知道的事物，让我们至今不能知道清楚，特别是关于衣食住的事项”，所以说作者的散文从某一层面上说弥补了这一缺憾。

《南北的点心》中透露的不仅是单纯的“南北点心差异之处”，更有作者洞悉生活的态度，看出南北点心差异的历史渊源和作者独具一格的人生品位。

北方人把点心看成“常食”，他们对点心并不“精益求精”；相反南方人则把点心看作“闲食”，他们对点心“百般挑剔”，要求甚高。

“官礼茶食”与“嘉湖细点”这两个词将南北点心的差异一语点破。“茶食”说明北方人讲点心看作“茶食”，再加上“官礼”二字则有说明北方的点心历史古老。“细点”则表明点心在南方人看来只是“罢了”，它不能和主食相混淆。

但作者初到北京时，对这个有着千年历史积淀的城市却没能做出些好吃的点心来，不仅大失所望。北京的大八件小八件，在作者眼中不过徒有其名，吃起来很是单调。五芳斋、东安市场的南方茶食花样虽多但却不齐备；南北粗细不同。作者还留有疑问：这是这样一个系统、又为何有这样的差异。时过境迁时作者发晓北京的旧式点心与南方的官礼茶食实则相同也！进一步深究，作者得出了南北点心不同的缘由，并从历史的演变加以推究和考证。

“民以食为天”，人民的生活水平日益提高，对“点心”的欲望也与日俱增。然而由于地域所限，各地本地的特色点心外人不能知道，关于点心的报道也为之甚少，于是周先生希望“将来不但有人多多报道，而且还同上农产品一样，陆续输到外边来，增加人民的口福”。

会看的看门道，不会的看热闹，由于浅陋，对先生的文章我只能去拜读，他的微言大义是我所不能企及的，对先生我也只敢仰望，不敢去平视。所以我不敢说赏析先生的文章，我才疏学浅，我只是一只井中之蛙，我没有先生走南闯北的经历，也没有的才识与思家的情愁。先生的《南北的点心》应该是深远的吧，而我只能去浅谈……

到有些空旷。屋里是白色壁纸，没有电视，没有空调，甚至没有厨房跟餐桌。

我从不自己做饭，并且引以为豪。因为我的生活重心在事业上，我认为忙到连饭都没时间做才够合格。乔第一次来我家做客，就愣住了。然后说了句让我恨不得砍他的笑话：“怪不得你没男友。”后来他为了弥补说错了话，真的成了我男朋友。

我努力控制住回忆，起身，估计了下今晚的工作量，打算先去洗澡。

转眼到了周日，我实在没工作要忙碌，看窗外太阳大好，就抱了被子出去晒。一同抱出来的还有他送我的熊熊。

阳光晒得我微微的晕眩。我躺在被子上，感受着温暖。已经好久没有这种感觉。

突然笑得好美丽。

旁边，你要分担我的伤心；缘分是我们悄悄的告别，默默的忧伤，久久的牵挂，深深的祝福。

“你给的甜蜜的伤口，陪着我停停又走走”，爱情的玫瑰，也许只有开在对的时间，对的地点，遇到对的人，才会芳香四溢吧。

《遇上你是我的缘》——友情

一直以来，我都很喜欢那句话，朋友是一辈子的事。一个眼神，就能够彼此心照不宣，很有默契。开心的时候，陪你笑；伤心的时候，陪你哭。无论你在哪里，你总会想起他，因为朋友是生活中可以为你疗伤的人。无助的时候，会用手拍着你的肩膀说：“没事，有我在……”

真的，真的，遇上你是我的缘。“朋友一生一起走，那些日子不再有，一句话，一辈子；一生情，一杯酒……”

情语如歌，荡起心波，久久的萦绕，萦绕……



一进办公室，我迅速垮下身子，摸到椅子，坐下叹气。头像是被人拿棒子狠敲了一下，又晕又痛，感觉就要举不住了，于是偷偷趴在桌上歇息。

直到一声关门声把我惊醒。我一下从桌上弹起，明显把助理吓了一跳。我一边投以怨恨的眼神，一面自然的捋着头发问：“有事？”

她愣了愣说：“额，咖啡……”

“……恩，谢谢！出去吧。”我翻开文件。

她接下来明显想说的关怀话，被我抬头没表情的一句“还有事？”给堵回去，摇摇头出去了。

她走后我安静的看着咖啡杯，突然脑子清醒，打开电脑开始工作。

下班时依旧是各种，“安姐，再见……”“安姐，走啊？”之类的，我也已经习惯。

下楼取车，一路回家，放着听得云里雾里的钢琴曲。记得乔以前就为这个，夸过我文雅、有品位。他哪里知道，我也听的半懂非懂，完全是个门外汉。说起乔，他是我的前男友，也是我的前上司。

回家脱了鞋给鱼儿们喂食，然后自己抱个苹果横倒在沙发上。我的家干净

情语如歌 悠悠我心

□11级教育本一班 况文娟

秋风起，又一年。絮飘，云飞，情绕。

转眼，多少次转眼；回首，多少个回首。流年似水，情语如歌。在萧瑟的秋日里，因为情牵、情绕，眼泪成诗，伤痕化作玫瑰。当青涩慢慢退去，成长缓缓来到。不经意间，那些歌纪念了那些情。

《听妈妈的话》——亲情

母亲，这是个饱含感动的词，感动的背后是无言的美丽。回想起高复那年，一路的辛酸。因为落榜，让我觉得自己的人生像是回到了地狱般，暗无天日。就像是个失意的彷徨者，站在岁月的门口垂泪涕泣，悲似阮籍的“穷途之哭”。是母亲噙着泪百般劝导，纵使使我绝望的眼神一次次将她灼伤，纵使那久久的敲门而不得应的失望一次次

阳光唤醒幸福

□11级网络本一班 董慧琳

阳光从何而来，幸福就从何而来。阳光踩着猫步来，

阳光踩着猫步来——

一个人坐于窗前，从清晨倦倦的姿态一直窝到了金色阳光倒影在腿上。我是一个作家，每日事务并不多，大部分时间我都用在睡眠跟创作上。经常发呆，晨昏颠倒。因为我坚持认为，只有在夜里的自己才能不受任何干扰，从而轻易碰触到自己的内心。漫天的夜精灵才能释放活跃的感官，延伸而去。

昨天傍晚，庆祝自己的生日，所以在夕阳里喝的一塌糊涂，然后早早睡去，今日被迫早早醒来。有的时候我对生活感到无力，我已千疮百孔，并且不堪重负。每天面对电脑颓然创作，大口喝水。是的，我喜欢那个大口的玻璃杯，打碎很多个，又去买来一样的使用。

前两天去外滩闲逛，看着路人各种表情，他们体内都有一种急躁，他们眼神极不安详，从他们的眼里看不到任何东西。街边有一对情侣在拥抱，温暖的感觉。

阳光又往前挪了一寸，让我觉得越来越温暖。我想起了木子，是我最喜欢接近的男子，他总会让我觉得温暖。我爱用我的短发蹭他，像一只撒娇的猫儿。其实猫儿都聪明，它们只向会回应自己的人撒娇，我也如此。我知道木子一定会拍我的头，温柔的抚弄。我打断思路，有些温暖回忆起来会不胜怀念。

怀念的时候经常会给朋友们写信。

想着问候不如心底远远祝福，我想我现在是幸福的。过着自己喜欢并且依赖的日子，可以自己安静的沉寂在自己的世界，可以在此刻这样享受着太阳。

在阳光里模糊的笑起来。

水仙花

海面远处有光在慢慢晃动，映着微光的水手脸上有着各种生动的表情。要出海了。

站在船上，岸边有各种人在挥手，还在叫喊着什么。他只能看着这一切。

将她包裹。她依旧锲而不舍的用爱来征求自己的女儿，无怨，无悔。

听妈妈的话，别让她受伤害。此刻，我真的懂了。岁月过而未知，酝酿成熟。

《甜蜜的伤口》——爱情

郭敬明曾说：青春是道明媚的伤口，爱情是伤口中缓缓流出的血液。是啊，人生就是这样，教会你跳舞的人未必能陪你走到散场。那年夏天，路过爱情，而今已支离破碎，却不曾有恨。谢谢你，一路支持，一路鼓励，即便最后分离。最后的最后，在网上给你留言，因为你说过缘分该来的时候会来。写下那三句话时，我的泪已默默为你淌下，缘分是第一次见你时你憨厚的笑，我以羞涩的目光回应；缘分是我哭泣时，你告诉我你的心就在我

因为没有人向他告别，他只是路过此地的游客，身上背着自己的行囊。

进了船舱，虽然是单间，却能分外清晰地听到各种声音，互相聊天、叫喊、埋怨还有小孩子的哭声。吵得人耳朵嗡嗡作响，仿佛脑袋里装进了海水，哗哗的浪水拍浪水。

他是米勒，是一个画家。他已不再是年轻小伙子，却依旧四处游走，远离家乡。

熬了一会，时间已经接近中午。海面现在仿佛是一条死鱼，一动不动的停滞着。船则像一把刀子，慢慢的在死鱼肚子上拉着口子。船舱里则闷热热的，现在脑子里的水像是要沸腾了。米勒走到甲板上。刚一出来，就被刺眼的阳光照得有点呼吸停顿，终于走到栏杆旁，感受着温温的海风和偶尔打上来的海水。米勒闭上眼睛依旧有些昏沉。慢慢的，他抬起头，感到自己的眼皮被晒得看见粉红色，光线全面包围着他，耳边的嘈杂也仿佛慢慢褪去。感受到了，感受到所有的声音慢慢远去，远去，而自己慢慢听到了海水声，有节奏的，一下下地响着。还听到了耳边的风声，呼呼的，它该是太阳跟大海的孩子，暖暖的，还有点潮湿感。这样静静的闭眼感受着美好，他脑海里慢慢浮出一幅画。

已经好久没有创作，今日终于又有了宝贵的灵感。欣喜之余，慢慢睁眼，是阳光充沛的天空，刺眼却让人安慰无比。

时间很快到了晚上。

摇摇晃晃的小船舱里，一切显得美好、沉静。米勒已经沉睡梦中的脸挂着淡淡的微笑，床边的台子上还放着半块面包。而不远处的陈旧画板上，铺着一张画有水仙花的画。水仙花半泡在海水里，花瓣依旧唯美，和忧郁的海水形成对比，令人为之一震的画作，令人看后沉默的艺术。

米勒梦中的脸挂着淡淡的微笑。

白色壁纸

哒、哒、哒。

每天我踩着高跟鞋准时出现在我就职的公司。今天也如此，努力挺胸抬头，并且不显得太傲气。尽管我昨晚陪上层领导谈生意到很晚，并且举杯饮了不少劝酒、讨好酒、感谢酒。