

以退为进 厚积薄发

延安育英中学高三(20)班 高梦瑶

红军之退，厚积而薄发也；陶渊明之退，脱离尘世也；逃避责任者，是为恶也，终无善果；逃避压力者，是为不为也，终无所成。以退为进，乃蓄力也，终有所得；勇于面对，乃反抗也，必将有为。

以退为进，筑成功之基石。古往今来，文人墨客遍河川，无数风流人物将心态练就到“孤云出岫，去留一无所系；朗镜悬空，静躁两不相干”的境界，他们“不以物喜，不以己悲”，拂去万物干扰，以平静淡然的内心看世界。好比嵇康看透人生，不留恋过往，亦无畏死之；范仲淹得失随心，被贬南阳仍作出了闻名天下的散文《岳阳楼记》；姜

太公潜心等待，以无诱饵之竿垂钓，终遇识才惜才的周文王，成就一番雄才大略。他们的逃避是为了更好地开始，若其因被贬而郁郁寡欢，因未得重用而自暴自弃，终将一无所获、碌碌无为，何谈千古名篇？适当的逃避是成功的基石，是创造辉煌成就之不竭动力。

勇于面对，赴辉煌之彼岸。泰戈尔曾言：“只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。”朗朗成为享誉中外的钢琴家绝非偶然，而是日日夜夜勤学苦练积蓄的磅礴力量；南仁东面对环境脆弱的洼洼地，以“廿二春秋栉风沐雨，令窝窟洼谷醒天眼”战胜了环境的

困难，填补了中国天眼领域的空白；顾方舟不忍儿童罹患疾病、遭受病痛，毅然决然地担当起治疗小儿麻痹症的重任，以“糖丸爷爷”的称号而著称。“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”以不屈毅力面对困难，终将会看到暖阳升起时，黎明的光芒照亮天际。

以退为进，厚积薄发，谱时代之华章。古有红军以退为进，避其锋芒，今有黄大年以退为进，报效祖国。红军战士杨靖宇面对饥饿困境，未曾抱怨与放弃。而是以草树、棉絮果腹，直面困难、顽强不屈。黄大年作为一位地质学家，面对严寒酷暑毫不退缩，不懈奋斗，最终“卅六寒暑筇路蓝缕，换绝

危崖通涓流”，他不辞辛苦，让危崖上的涓涓细流流进人民心里。林俊德与家人分离五十年，醉心科学研究、报效祖国，取得了“五十星霜深藏功名，教瀚海黄沙腾核云”的伟大成就。他们勇于面对困境，矢志不渝坚守初心，谱写了中国的绚丽篇章。

“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香？”广大青年当拥有分析局势之能力、以退为进，同时，当勇于担责，牢记头顶星河之遥，让时代与责任在碰撞中绽放出万古闪烁、熠熠生辉的烟花。由此，终会有“柳暗花明又一村”的惊喜发现。

(指导老师 刘森)

我的乐园

延安培植小学四年级(1)班 曹一笑

我相信每个人都有自己的乐园。今天，我就来给你们讲一讲我的乐园！

我的乐园是我亲手打造的，我管它叫“房间里的秘密基地”。我先用零花钱买了喜欢的零食和小卡，回到家就躲进房间，悄悄反锁上门，布置出一个隐蔽又舒适的小天地。摆好小桌子，把零食和小卡统统倒出来，再打开电脑——这样，我的小窝就弄好啦！

开心的时候，我会邀请妹妹一起来。我们一起分享零食、拆小卡、看电视。不过，我觉得不能光吃光玩，所以总会和妹妹一起把垃圾收拾干净，然后拿出玩具玩过家家。我当厨师，她当客人，她想吃什么，我就“做”什么。妹妹看我“忙”得辛苦，还会“送”我一份礼物。我们假装大吃大喝的样子，可真好笑呀！

当我不开心的时候，谁也不想理。反锁房门，钻进小窝，放几首悲伤的歌，跟着音乐一起哭，仿佛在和旋律比谁的声音更大。等到哭累了，没力气了，我就找一部喜剧来看，看着看着又哈哈大笑起来。这么一来，心里的高兴一会儿就全消散了。

这就是我的小窝，装满了我童年的笑声与回忆，也仿佛填满了我所有小小的遗憾。谢谢你，我的秘密基地。

(指导老师 冯彩红)

大扫除

延安实验小学四年级(14)班 常亦墨

又到了一学期一度的班级大扫除。老师早早便分配好了任务，随着一声令下，同学们立刻行动起来。原本安静的教室，瞬间变得热火朝天，处处都是忙碌的身影。

拖地小组的同学们格外引人注目。他们三人一组，分工明确，配合得十分默契。你瞧，有的同学小心翼翼地提着水桶，快步走向卫生间接水；有的同学紧握拖把，弯着腰，一下又一下地用力擦拭地面，不放过任何一个角落；还有的同学专门负责清洗变脏的拖把，确保拖地的效率。大家你追我赶，干劲十足，热闹极了。

人数最多的是擦地的同学。他们手里拿着钢丝球，有的还聪明地蘸了点洗洁精，蹲在地上，对着那些顽固的污渍，使出浑身力气来回蹭。“沙沙沙——”清脆的摩擦声此起彼伏，场面十分壮观。

擦黑板的同学也不甘示弱。他们拿着湿抹布，敏捷地踩在凳子上，从黑板的左上角开始，仔细地擦拭着每一寸地方。遇到够不着的高处，他们便把抹布揉成一团，瞄准目标轻轻一扔，精准地击中污渍，引得周围同学阵阵欢笑，有趣极了。

另一边，洗盆子的同学也忙得不亦乐乎。他们拿着刷子，蘸上洗洁精，在卫生间里一边用力刷洗，一边哼着欢快的歌谣：“洗刷刷，洗刷刷，哦哦……”清脆的歌声在走廊里回荡，为这场大扫除增添了不少欢乐的气氛。

清脆的预备铃响了起来，大扫除也圆满结束了。同学们的额头上都是汗，脸蛋红扑扑的，衣服上也溅上了点点水渍，但看着焕然一新的教室，每个人的脸上都洋溢着自豪又满足的笑容。这次大扫除，不仅让我们的教室变得更加整洁，更让我们体会到了劳动的快乐和团结的力量。

(指导老师 姬爱梅)

樱花的印记

新区第一中学初二(16)班 黄兰清

樱花红陌上，杨柳绿池边，燕子声声里，相思又一年。
——题记

三月的风还带着料峭的寒意，我踏上故乡的土地。风掠过脸颊，裹挟着一缕清甜的草木香，恍惚间，我又跌进了多年前那个温柔的春日清晨。

那时，我总被外婆的轻唤叫醒。“外婆，为什么每天都要起这么早呀？”我揉着眼睛问。她笑着抚开我额前的碎发，“傻孩子，清晨的风是甜的，空气是润的，晚一点可就尝不到啦。”我趴在草从里，拈起一朵粉白的樱花，她便轻轻把花别在我的发间。虫鸣轻唱，泉水叮咚，我踩着小路上晶莹的露珠，任晨光在肩头静静流淌。抬头时，雁影划过澄澈的蓝天，阳光穿过层层叠叠的樱花，在我脚下洒落一地细碎的光斑。我停在老樱花树下，指尖抚过树干上那颗歪歪扭扭的五角星——一阵风来，卷起花瓣，也卷起了温柔的旧时光。

童年的夏夜，外婆总爱拉着我到树下乘凉。六岁的我坐不住，嘟囔着家里有空调，何必在外头挨热。外婆却笑着按住我：“心静自然凉。你数够一百颗星星，风就来啦。”我仰头数着：“一、二、三……九十九、一百！”话音刚落，晚风果真拂过脸颊，带着樱花的淡香，驱散了所有燥热。我惊喜地踮起脚，用小石子在树干上认真地刻下一颗五角星——那是童年里，最深信不疑的魔法。

我又找到巷尾的“秘密基地”，那间堆满旧书的杂物间。《闪闪的红星》《西游记》《安徒生童话》……书页泛黄却平整如初。外婆总在睡前读给我听，我裹着被子，在她温柔的声音里沉入梦乡。如今翻开《西游记》，扉页上我画的“孙大圣”依旧张牙舞爪。想起曾拉着全家扮演取经队伍、挥舞“金箍棒”的样子，我忍不住笑出了声。

故地重游，终似刻舟求剑。我们总想在熟悉的风景区里打捞往昔，却发现时光如水，从不停留。离开那日，我再次驻足樱花树下。风过处，落英如雪。指尖再次触到树干上那颗略显斑驳的五角星——它早已不再是“魔法的印记”，而成了时光的刻度，丈量着从童真到懂得的距离。

我终于明白，真正的告别，不是离开某地，而是将一段时光安然存入生命的底色。那棵樱花树、那些故事书、那些被风送来的花香与低语，从未真正逝去。它们在我心里长成了另一棵树，年年岁岁，开满温柔的旧时光。而我，正带着这整树芬芳，走向比回忆更明亮的远方。

(指导老师 马莉)

二十年后的家乡

延安实验小学五年级(9)班 许葆琪

时空穿越机终于研制好了，我迫不及待地穿越到二十年后，想看一看我日后的家乡，当我睁开眼后，眼前的景物让我惊叹不已，这真是我的家乡吗？

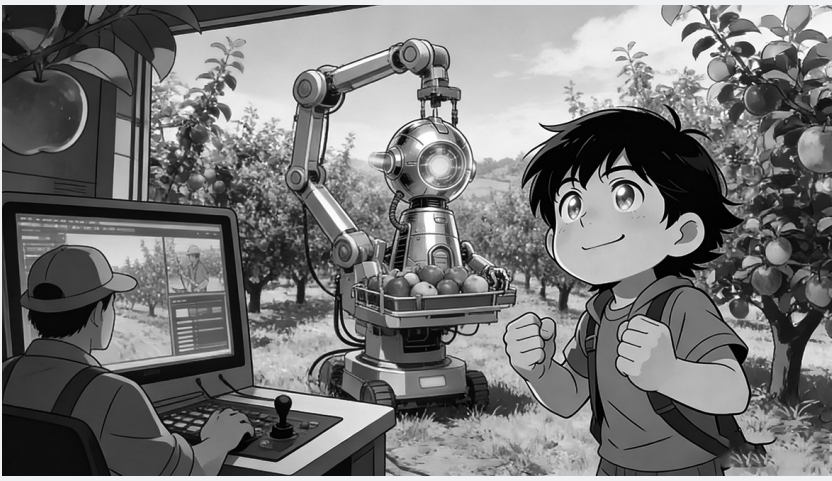
以前，虽然家乡的山有点绿色却十分稀疏，河水也带着浑浊，但现在群山连绵起伏，树木郁郁葱葱，河水也变得清波漾漾，原本杂乱的牧场变成了美丽的公园。那景色令人心旷神怡，仿佛在仙境里遨游。

再去看一看果园吧。果园里不再是农民伯伯在辛勤劳动了，取而代之的是一个个机器人，果农只要在操控室里就可以操控果园的一切，这样不仅省时省力，运往城市的果实也更加鲜美甘甜。

正当我准备去城市大开眼界时，一辆奇特的汽车出现在我的眼前，车窗慢慢打开，车里坐着我的朋友——惠天乐。他热情地招呼我上车，边笑边说：“这是智能AI汽车，不仅环保节能，还可以根据自己的喜好改变细节。”坐在车里，我感受到了前所未有的舒适。汽车一路L5自动驾驶，平稳地急速前进。路边的建筑造型奇特，充满科技感。汽车上有太阳能板，节能又省电。

未来，那么山河壮丽！未来，那么充满科技！未来，那么令人心旷神怡！让我想起了梁启超说过的一句话：少年强则国强！我们要不懈努力才能实现向往的未来。

(指导老师 郇晓霞)



遇见逆风的松柏

延安职业技术学院附属中学初二(5)班 刘凡琛

北风呼啸，此时正值寒冬，风如同利刃，吹得皮肤生疼。

我独自走在从吉他班回来的路上，心情低落到了谷底——马上就要考级了，可我还弹得磕磕绊绊。一个人背着一把吉他，影子在路灯下逐渐拉长。

到楼下时，我看到了几棵挺拔的松柏，逆着风，傲然挺立。

回到家，我迫不及待地钻进被窝，打开“王者荣耀”。“管他吉他不吉他，先玩会儿。”我嘀咕着。起身拉窗帘时，我却怔住了——松柏披着一层厚厚的、莹白的“羽绒服”，风依旧呼啸，把“羽绒服”上的“羽毛”刮掉了不少，露出底下绿而坚挺的叶子。它就像一名军人，静静守卫着这个小区。

那晚，夜深人静。一个人，一把吉他，一张谱子。我要创造奇迹。我怎么就是弹不好？为什么

总在同一个地方出错？渐渐地，困意全无，只剩勇气与决心。

望着窗外，太阳已探出头来。我看着那棵挺立的松柏，忽然觉得：我不也是一棵松柏吗？坚持下去！

考级的日子终于到了。我摩拳擦掌，却仍不免紧张。昨夜苦练了那么久，如果失败，岂不前功尽弃？

“下一位，请到第三乐室考级。”

到我了。我怀着忐忑的心情快步走进来。过了一会儿，流畅而饱满的乐声从乐室中流淌出来，温和而又坚定。

我弹得比昨晚练习时还要好。演奏结束，一阵清晰的掌声在耳边响起。

楼下的松柏依旧守在那里。它们默默在逆风中挺立，在逆风中成长——在逆风里遇见了我，并激励着我，向前。

(指导老师 王丽英)

幸福的模样

洛川县曙光中学初二(10)班 杨瑞博

凌晨四点，世界还在沉睡，唯有那熟悉的“沙——沙——”声划破寂静，像一把钝刀割开夜幕。那是爷爷与石磨的对话，是清晨的第一道仪式，也是我童年最深的听觉印记。我蜷在被窝里，默默细数石磨转动的圈数，一圈，两圈……直到豆浆的醇香悄悄钻进梦境，温柔地唤醒我的舌尖。

“孩子，来点卤。”爷爷的声音低沉，带着豆腥气，在灶台边轻轻响起。我揉着惺忪睡眼蹲在灶前，看爷爷将卤水缓缓倒入滚烫的豆浆中。刹那间，奇迹悄然降临——原本混沌的浆液如云絮般聚拢，浮起一片片洁白，仿佛晨雾凝露，又似初雪轻落。“这是豆子的‘魂魄’醒了。”爷爷说，眼里闪着光。

可这“魂魄”，要耗尽多少人的心血与光阴？

爷爷的手常年泡在热豆浆里，指缝间裂口纵横，像熟透的豆荚裂开了壳。石磨每转一圈，他的腰就弯下一分。我曾见过他凌晨起身时的身影：

月光如白玉铺在他弯下的脊梁上，像披着一层薄霜，沉重却安静。

“爷爷，太辛苦了。”我低声说。

他手中的长勺未曾停歇：“傻孩子，你看这豆花。”

锅中的豆花在微火中轻轻摇曳，像云朵在呼吸，像晨光在流淌。他舀起一勺递到我嘴边，温润入口——那一瞬，仿佛朝阳冲破云层，清泉滑过山涧，甘甜从舌尖漫向心底。

原来极致的幸福，从来不是轻易得来的。它需要浸泡、研磨、等待，需要一双布满裂痕的手，日复一日地守护火候与时间。在这个追求速成和即时满足的时代，爷爷仍固执地用十几个小时包豆，用石磨慢慢碾，用卤水点浆。他坚守的，不只是手艺，更是幸福本来的模样——那份沉甸甸的、带着汗水与坚持的滋味。

很幸福，但很辛苦。但也正因这份辛苦，它才有了可以触摸的重量。就像豆子要经历千回百转，才能凝成一勺白嫩的豆腐；人也要在生活的石磨里反复碾压，才能淬炼出那一点点却足以照亮一生的光。

(指导老师 井翠翠)

我的动物朋友

延安无锡实验学校初一(12)班 宗梓晴

阳光铺在水面上，几条小鱼跃出水面，溅起点点水花。缸底密密的沙石上长满了柔软的水草，一只水龟静伏在那儿，微眯着绿豆般的小眼睛，乌黑色的龟壳在阳光下闪着翠光，它短短的四肢陷进绵软的沙石里，细如豆芽尖的尾毛还随着水流一摆一摆，无视外界的快节奏，只悠然享受着属于自己的惬意时光。每天放学时推门，我总能看见这幅画面，这小小的生态缸自成一方天地，不管我带着沮丧还是激动的心情，都能被它的静谧悄悄抚平。

这只水龟是我生日时爸爸送我的礼物。起初我并不喜欢他，我从没养过小动物，却常去爷爷奶奶家找小花猫咪咪。咪咪活泼好动，总爱往我身边蹭，还会撒娇讨食；叔叔家鱼缸里的孔雀鱼，见了我也会欢快地吐泡泡。可这只水龟，总是趴在我精心布置的生态缸底，对我不理不睬，连一个眼神都吝嗇给予。

难得拥有一只小动物，我多想让它像咪咪那样亲近人、会互动，这样小



伙伴来家里时，我就能好好炫耀一番了。生日过后便是寒假，我决定趁这个假期，好好“训练”一下它。网购的龟食、捕龟网、夹子和阳光露陆续到家，我的特训正式开始。因为它总爱沉在缸底，我就用美味的龟食引诱它浮出水面。撒上龟食后，我屏气凝神盯着它，它终于抬了抬眼，可似是被我

炽热的目光烫了一下，一缩脖子又不动了。我又试着用捕龟网、夹子去逗它，用阳光露吸引它，可它竟直接窝进缸底的沙石里，一动不动，似是很生气，很委屈。

就这样折腾到过年，奶奶来家里做年夜饭，见我在生态缸边唉声叹气，便关切地问我怎么了。我气鼓鼓地抱

怨，说这水龟一点都不好，不像咪咪那般黏人，还把特训的事一五一十说了出来。奶奶笑着摸了摸我的头说：“孩子，每种动物都有自己的习性，水龟本就性子慢、喜安静。和动物培养感情急不得，要一步一步来，首先得尊重它，平等地对待它呀。”

听了奶奶的话，回想自己之前的所作所为，我恍然大悟，心里满是愧疚。原来水龟也有自己的性子，也能感受到我的急躁。从那天起，我端正了态度，每天按时给它喂食，不再刻意打扰，喂完就默默走开，让它有自己的一番天地。一天、两天……奇迹终于出现了，一次我撒下龟食，它竟缓缓浮出水面，衔住了虾米，绿豆般的小眼睛轻轻眨着，仿佛在说“我原谅你啦，小主人”，那一刻，我心里满是难以言说的满足。

之后的每一天，我放学推门，它都会朝着门口望来，摆动四肢浮出水面，轻轻趴在缸沿上，小眼睛闪出别样的光彩。让我深深地懂得了“动物是人类的朋友”这句话的真正含义，我没有给他起名字，我想，它一定有着属于自己的名字。