



旧金山的回忆

上海康健外国语实验中学 九年级 张艺忱

San Francisco的第五天，我们离开了这里。住的家、学校都在北旧金山，空气新鲜、天空是湛蓝的，那种蓝是能包容一切的蓝，几朵白云点缀的，风和雨都是那么柔和、生生不息。这里的雾给人一种神秘的感觉，让人情不自禁地想放慢脚步，静静地漫步在北旧金山的街头。

告别住家的时候有些小伤感，那种节奏并不是很快的生活真的很让人向往，家里的人都是轻声细语的，一切都是那么美好……

早上乘着巴士从北旧金山过金门大桥去旧金山市中心，远远地，隔着海，依稀看到市中心的高楼伫立在雾中，忽然不想再这样奔波，只想静静地和住家一起生活、一起去Sonoma Academy上学、看Gavin打篮球、看双胞胎姐妹Grace和Clara跳舞……

很想撑着伞、挽着自己的好友，听着歌，安安静静地漫步在雨中，等待雨停、等待彩虹、等待那一点小幸福慢慢滋生……没有大马路的喧闹、没有另人讨厌的人、没有那些并不需要我们去烦恼的作业……

这里的一切都是那么美好，还记得第一次乘十几个小时飞机的感觉；还记得第一次见到住家的紧张；还记得第一次坐校车的激动；还记得第一次看到Sonoma Academy的静谧；还记得第一次和帅哥一起拍照的心情；还记得第一次吃的墨西哥食物；第一次到旧金山的餐馆吃Pasta；还记得第一次听到旧金山的美国风的小型音乐会的热闹；第一次体验兄弟姐妹一家人一起笑一起闹；还记得第一次给他发邮件，想要他的联系方式时的忐忑……

这里发生的一切都让人觉得不真实，却又是真实发生的。微信好友列表里出现的Clara，住家送给我的沐浴露、糖果小零食以及冰凉的项链紧贴在脖子上的触感，都在告诉我：这是真实的。

这里充满了点点滴滴的回忆，虽然只有短短的五天，希望那些对我好的人以及我牵挂的人能好好地生活。

再见！旧金山！

一句话

上海市西初级中学 初二(1)班 周宇虹

“世界上任何书籍都不能带给你好运，但它们能让你悄悄成为你自己。”这是诺贝尔文学奖得主、《荒原狼》作者赫尔曼·黑塞留给后世的一句箴言。说来甚是奇妙，自从看到了这句话，在以后的每一次阅读中，我都抱持着无比期待，呼唤着那个“悄悄成为的自己”。

记得那年暑期，我不知不觉地深入一部长篇巨著的海洋。悠长假期的昼与夜，我捧读十余册《冰与火之歌》，根本停不下来。书中有这样两句话，“人惟有恐惧的时候方能勇敢”、“恐惧比利剑更伤人”，上述两种心理在逻辑上似乎不可能同时存在，然而我却悄然验证了这个矛盾的价值，也借由阅读心证了黑塞的那句箴言。

很多时候，我喜欢沉浸

在有把握的事情中，对于从未涉足的领域，我总是敬而远之。那个暑假，我大胆尝试了新事物，在擅长的羽毛球运动之外，我继续练习长跑，并开始自学吉他弹奏，开始学骑自行车，甚至克服了恐高，去尝试一些小小的探险项目。

当你正视困难、直面与接受自我时，果然可以焕发出超乎想象的能量。家人与朋友也看到了我的微妙变化，曾经文质彬彬的人竟然爆发了难以想象的力量——长跑赛道上，我呼吸自如而保持领先；羽毛球赛场上，我的扣杀竟使教练频频奋力扑救；星期天做完功课，我能骑上自行车畅游在傍晚的街区，汇入灯火阑珊的景致中；有时，一段随心而发的简单曲子经由吉他的音色，悠悠流淌出我的心声……

更出人意料的是，第二学期我通过考核被招进学校足球队，成为一名正式队员。从此，我的课余时间与足球密不可分。训练、比赛，有伤痛，有疲惫，有兼顾学习而带来的考验，种种挑战都使我一次又一次验证——“恐惧”的确让人心生胆怯，然而此时才能激发出无穷的力量，从而在每一个日升月落的平凡时光，追寻那个“悄悄成为的自己”。

回望往昔，行走在今天，“世界上任何书籍都不能带给你好运，但它们能让你悄悄成为你自己。”这句妙语的微光，让我结识了一部又一部了不起的作品，得以窥见时间长河里每一位星光熠熠的作者，仿佛听得见他们的耳语，仿佛我们在字里行间默默相视。无论世界怎样，我有力量悄悄成就自己。

变色的花

上海市宝山教院实验学校 六(4)班 王旭蕊

今天是周五，我坐在床上看《新闻大求真》，它教会了我许多知识，今天它讲的主题是“变色的花”：把花放在彩色的水里面，花会变色。怎么可能呢？我不敢相信，所以打算做个实验。

我先想办法拿来了一些蓝色的水和红色的水，并将花盆搬到桌上，还拿来了一个小剪刀和一支白玫瑰花，实验便开始了。

我先将蓝色的水均匀地倒一些到花盆上，搬到有阳光的窗户旁，以便吸收得更加快速。然后我又拿来剪刀，将白玫瑰花的茎剪了一下，让它拥有两条“尾巴”。我将一

条“尾巴”放在装蓝色水的杯里，将另一条“尾巴”放在装红色水的杯子里。这样一来，白玫瑰花便能同时吸收两种水了。

做完后，我同样也将水和花搬到窗户旁，迫不及待地想着快些出结果。功夫不负有心人，几小时后，我来到窗户旁，奇妙的事情发生了：花盆里的花已经变成蓝色的了，而白玫瑰花则让我更惊喜，它的花瓣差不多一边是蓝的，一边是红的。这次的实验也让我得出个结论：花不仅会吸收掉水，还会吸收掉色素。吸收时，色素就会渗透到花瓣里面，色素的颜色便会成为花瓣的颜色。

这时，你可以摘来一片花瓣，轻轻用手指摩擦，渐渐地，你会发现，花瓣变成透明的了，这样，我们就可知道花是含有色素的，若失去色素，它便成透明体了。

原来花色产生的内部规律是“色素”，它是决定“花色”的关键，含什么“色素”，就有什么颜色。红花的花瓣里含有花青素、黄色的花瓣里含有胡萝卜素，而白花的花瓣里充满小气泡而不含色素。是因为花内色素会随着温度和酸、碱的浓度而变化，也与土壤、花受精有关。

由此我想：科学道理处处都有，只要用心去发现，你就会探寻出它的奥秘来。