



学雷锋从“小”做起

□宋文佳(上外附中初三)

又到3月5日学雷锋纪念日。每年在这个特殊的日子，全中国人民都会自发地纪念这位伟大的共产主义战士，他的事迹深深地烙印在我们的心中，我从心底崇拜他，景仰他。

小时候，“让座”和“献爱心”对我来说就是“雷锋精神”的代名词，在公交车上只要看到有老人上车，我都会立刻从椅子上跳起来，请他们坐下。每当学校组织同学们给贫困山区的学生捐钱捐物，我总是“倾尽”零花钱，也常在梦境里见到山区孩子收到礼物时的欢呼雀跃……

在进入中学后的团课学习中，我才逐步深入了解“雷锋精神”的真正含义。同时，一个叫“volunteer”的英语单词走进了我的视野。在2010年10月，我作为上海世博红领巾志愿宣讲团的一员随团走进了大别山区，为山区的孩子们宣传世博会，并在秋风萧瑟的季节为他们送上一份爱与关怀。一路上，城乡之间渐渐鲜明的对比使我震惊，教学楼里摇摇欲坠的破碎瓦片让我震颤，但贫困之中孩子们乐观逐梦的勇气更是令我深深震撼。我猛然感觉个人的力量实在太渺小，但是如

果所有人都够秉承雷锋精神，如同《爱的奉献》歌词唱的一样，只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。

前几天，我积极响应网上爱心家长们的号召，和许许多多同龄人共同加入了“爱无界”义工团体，在课余时间走进敬老院、福利院和民工学校，为需要帮助的人伸出援手，这也是雷锋精神的延续。我深知，和雷锋叔叔当年为人民所做的比起来，我们做的还远远不够。所以在这里，我倡议，大家要从身边做起，能帮则帮，勿以善小而不为。



宋文佳

高尚的精神永不过时

□沈洋(复旦附中高二)

“全心全意为人民服务”的口号距离今天已经有些时日了，而雷锋精神却亘古不变地被人们津津乐道，广为传颂。眼下，当年雷锋身上所传递的中国传统道德准则正以一种全新的方式为大众所接纳和发扬。

随着社会格局的不断变化，当年儿歌中所唱到的“路边捡到一分钱，交给警察叔叔”和“甘做一颗螺丝钉，做好自己本分的工作”的雷锋精神已经开始不断向着深层次和全球化发展，我们的视野更开阔，想法更大胆，当然，意义也更深刻。

从小学起，学校就要求每个学生利用寒暑假的时间参加居委会举办的各类活动。在大年初二清理烟花爆竹“残骸”；在大雪后打扫出一条可以通行的大道；到敬老院看望孤老，送上准备的节目……更多的是一种对于人性中善意的激发和鼓励，教导我们继承雷锋同志当年的传统美德，并不断发扬光大。

慢慢长大些，站得高便望得远些，我们传

递善意的方式也渐渐从社区走向社会。2008年，喜忧参半的一年，异常的全球气候也将由温室效应而引起的全球变暖问题重新提上了议事日程。由中福会少年宫创建的“节能减排演讲团”从此成立，我有幸成为其中一员。我们的目标很简单，也很明确，就是通过在全市各区的演讲来呼吁人们关注身边的每一张纸、每一个灯泡的使用，从身边的点点滴滴做起，从而为这个关系到全人类安危的大事尽一份力。活动很成功，我们也从中学到了不少知识和巧妙运用语言的方法，同时学会了放眼未来，将一种对大自然的关怀传向社会，这也可谓是“雷锋精神”的进一步深化吧。

三月从来不缺好人好事，我校同样以此作为契机，迎来了“学雷锋”主题月。得知此事后，各班便着手准备起来。我上下一打听，许多同学都把目光锁定在“环保”这个主题上，跳出了看望孤老等传统项目。对于他们的想法，我表现出了很大的兴趣，于是他们也愉快

地分享了各自的看法。记得一位同学这样谈到：“从初中起，每个暑假都会去看望老人，看着他们由衷的笑意，我感觉非常的欣慰。然而，从新闻报道中，我得知，每年的寒暑假，便是敬老院‘人满为患’的时候，一批又一批的学生，又是看望又是慰问，打搅了老人们原先的日常生活，这就有些过犹不及了。所以，作为一名高中生，从自己的身份、角度出发，做一些力所能及的、有益于整个社会的好事，才是我们今年的目标所在。”

的确，放眼未来，这是一个值得我们不断挖掘的好课题，由此，“雷锋精神”也从自我境界的完善慢慢走向了世界，走向了未来。每个人本本分分做事，发挥一颗螺丝钉的光与热是一切社会运作的根本。身处国际化大都市的上海，我们一定要真真切切发扬助人爱人的优良传统，不徒有其表，也不言而无信，让雷锋的光芒照耀着一代又一代人，渐行渐远。



沈洋

雷锋精神在于恒久延续

□张秋珏(上海大学大二)

又是一个学雷锋的纪念日，今天的不同在于今年是雷锋牺牲50周年。

又是一个去当志愿者的日子，今天的不同在于——“没有什么不同”。

平心而论，新世纪的今天，雷锋精神的象征更大于实际意义，媒体的宣传报道是一种积极的引领和导向，渗透在每个青少年心中。

我们可以看到，志愿活动不分大小，都能吸引到越来越多的青少年参与：如果说，

世博会、世游赛这样的大型活动能够吸引到众多志愿者报名，还有虚荣心、功利等成分在内，那么，诸如街道安全巡逻、敬老院义工这类默默无闻的小岗位，则是能真正彰显雷锋精神的。

我也曾经从事过不同的志愿者工作。一项名为“hands on shanghai”的志愿活动我至今还在坚持不定期地参加。能够让我坚持下来的主要原因还是因为在过程中受到的“触动”。那次是去儿童医学中心，陪一些患病

的儿童玩耍，陪一些病童家长聊天。也许我们不能减轻他们肉体上的痛苦，但是陪伴可以减轻他们精神上的苦楚，特别是看到脑袋上扎着针、吊着盐水的小孩瞪着水灵灵的眼睛，挥舞着肉肉的小手手，在玩耍的过程中“嘿嘿”笑的时候。

雷锋精神令人崇敬的不仅仅是他的牺牲精神，更在于他平等地看待每一件事，并且能够保持恒久的延续。

纪念是一种象征，传承更需要持之以恒。



张秋珏

在奉献中体现人生价值

□任立旺(原上海卫校学生 现就职于新华医院)

今年，是雷锋逝世50周年。1963年3月5日，毛泽东主席亲笔为雷锋题词，号召全国人民向雷锋同志学习。雷锋一生为民，全心全意为人民服务，为了人民的事业无私奉献。雷锋虽英年早逝，但他的精神正以不同的形式被演绎着。

前联合国秘书长科菲·安南在“2001国际志愿年”启动仪式上的讲话中指出：“志愿精神的核心是服务、团结的理想和共同使这个世界变得更加美好的信念。从这个意义上说，志愿精神是联合国精神的最终体现。”志愿服务的精神概括起来是：奉献、友爱、互助、进步。志愿者精神在2010年上海世博会

中得到了充分的展现和被认可。

我认为，无论是雷锋精神还是志愿者精神，都离不开“奉献”二字。在奉献中感受快乐，在奉献中体现人生价值。

记得初中的时候，每年学雷锋日，全班同学都会拿着抹布和扫把分工去清扫校园、擦自行车来表达对雷锋的纪念；到了高中阶段，学雷锋日便是结对去敬老院给孤寡老人送去温暖；步入大学，学雷锋日、志愿者日则更深入人心，在学校的帮困助学项目中，受助的同学则带着感恩的心回报学校，回报社会。眼下，我已踏上工作岗位，救死扶伤成为我工作的使命，但“奉献”二字依然牢记心头。从小奶

奶就教育我说：“要学会雪中送炭，不要锦上添花。”在别人有困难的时候帮人一把，不经意的一个举止可能会改变他人的一生。因此，奉献是不分大小的。

每年都会有“蓝天下的至爱”，积少成多的捐款可能令一个人重见光明；每年都会有无数人卷起衣袖走上志愿采血车，200ML的血液或许就能挽救一条垂死的生命。这些人在做善事时不留名，不计回报，他们更多地认为这是一种“社会责任”。

用感恩的心回报社会，用真诚的心服务社会。因为奉献所以快乐，因为快乐所以才有价值！



任立旺

青春啊，永远是美好的，可是真正的青春，只属于这些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。

——雷锋

