



“海边‘悦’读”是由舟山市新闻传媒中心小记者团“夏老师工作室”打造的读书类视频栏目。

第43期“海边‘悦’读”，来自南海实验学校校长嵇初中校区的金玲老师跟我们分享了中国最古老的诗歌总集——《诗经》。《诗经》收录了自西周初年至春秋中叶的三百余篇诗作，在五千年华夏文明中始终熠熠生辉，被誉为“文学之源”。风雅颂、赋比兴，重章叠句，回环往复，这些美好的艺术之词都与《诗经》有关。

不读书，无以言。作为“五经”之首，中国三千年美育之源，一直以来，《诗经》都是历朝历代文人雅士的必读数目。它就像一面镜子，映照出千百年来共通的人情与世态。当我们遭遇人生挫折时，“昔我往矣，杨柳依依。今我来思，雨雪霏霏”，让我们在自然变迁与岁月流转中学会释然；当理想难寻时，“溯洄从之，道阻且长”，激励我们在漫长道路上坚守信念；与友重逢时，“既见君子，云胡不喜”，传递出跨越千年的喜悦共鸣；居安思危之时，“硕鼠硕鼠，无食我黍”的呐喊，更提醒我们不忘历史、珍惜当下，永葆悲悯之心。

走进《诗经》，就是开启一场与先贤的对话，一次与自我的和解。如果你想拥有锦衣绣



口，必须首先腹有诗书。读诗，可以让你成为一个对世界的美充满感觉的人。这部流淌了三千年的诗歌之河，正在等待与你相遇。

戏韵伴我成长



普陀东港中学七(1)班
 学生记者 翁钰函(证号C04162)

那一年，在电视上看到台上的演员身着华服，唱腔婉转如流水，一个甩袖、一个转身，都透着说不尽的韵味。那一刻我便笃定：我要学戏曲。

初学戏曲，最先让我犯难的是那双高底鞋。它的鞋跟比我平时穿的运动鞋还高，感觉每走一步都要晃三晃。从前的我哪受过这罪？练了不到五分钟就想把鞋踢飞。可看着老师迈着稳健的台步，水袖一甩满是精气神，又不想放弃了。于是就扶着排练室的栏杆慢慢挪，刚想加快脚步，脚下一滑，身体如断翅的蝴蝶般失衡，重重摔在地上。脚踝传来钻心的痛，咬着牙才没让眼泪掉下来，心里又急又沮丧：“连走路都学不会，我是不是真不行？”

高底鞋还没穿熟，音调的难题又找上门来。《金山战鼓》里那句“都只为金兵入寇神州陷”，像个“拦路虎”，我扯着嗓子练了一遍又一遍，喉咙却像被无形的手扼住，要么唱破了音，要么憋得满脸通红。换作以前，我早就把乐谱揉成一团扔了，可这次，我竟坐在排练室里，对着手机里的名家唱段反复听，跟着节奏打拍子找气息。嗓子又干又哑，就猛灌温水；

胳膊发酸，就甩几下接着来。不知不觉间，那个坐不住、急躁的我，竟学会了沉下心。

学校表演那天，后台的锣鼓声敲得我心慌。攥着戏服的手心全是汗，听见主持人念我的名字，硬着头皮走上台。台下的人群像涌动的浪潮，黑压压的一片。我的心一下子提到了嗓子眼，双腿控制不住地发颤。音乐响起，深吸一口气开口，可刚到高音部分，声音突然破了！台下传来低声议论，大脑一片空白，脸颊发烫，仿佛所有目光都化作尖刺扎在我身上。

慌乱中，突然想起老师说的——唱戏要稳住心气，就像打仗要沉住阵脚。闭上眼睛，深吸一口气。再睁开眼时，把自己想象成战场上的韩世忠，挺直脊背，重新开口。这一次，稳住气息，每个字都唱得格外用力，水袖随着动作展开，竟有了几分从容的模样。当最后一个音落下，全场安静了片刻，随即爆发出雷鸣般的掌声。

下台时，摸了摸发烫的耳朵，忽然明白：戏曲不仅教会我唱腔与身段，更磨掉了我的浮躁，让我学会了沉稳与坚持。成长不是一帆风顺的坦途，那些摔过的跤、唱破的音，都是成长给我的激励。如今的我，不再是那个毛毛躁躁的小孩，戏曲的韵律像春雨般滋润了我的心，促成我稳步向前走。

藏在小岛梨园里的秋

南海初中八(8)班
 学生记者 张耀天(证号A3040)

来自太平洋的咸腥海风，带着最后一丝温热，吹落梨树的第一片黄叶，我就知道：秋天来了。

二十余年前，伯父就承包下这个面积只有南海本部学校大小的岛屿。每到秋天，从堤坝之畔到小丘之顶，一个个或灰绿或浅褐的梨，在金色的叶丛中如铃般摇曳。

几年前，一个超强台风的登陆让伯父苦心经营小半辈子的梨园几乎毁于一旦，大堤被冲溃，厚厚的土壤全被盐渍化。伯父强忍悲痛，喊上我和爸爸等人上岛，带领大家把山顶的土一担一担运下来，又把盐土一铲一铲铲进海里，再把山土和营养泥土一锹一锹填入梨园。

我给伯父打下手，跟他一起补种树苗，瞥见他一边挖坑一边把头深深埋了下去，泪水在地上打出几个小凹坑。他每一次挥锹都使出浑身的劲，每一次夯土都是如此卖力。那个藏在小岛梨园里的秋天，如海水一般，也如伯父的泪水一般，苦涩又辛酸。

去年秋天，我又随伯父来到梨园。船刚靠岸，发动机浓郁的柴油味立刻被一种别样的芬芳所掩盖。我欣喜地跑上岸，脚下是绵软湿润的土地，头上是一片丰收的梨海。

步至山顶，伯父摘下一个梨递到我面前。梨不大，淡褐色，有点像伯父的脸，真诚、朴素。仔细端详了手中的梨许久，方才回过神来连皮带肉咬下一口。它的外皮经海风吹拂，咸涩中夹带着清甜，是一种很奇妙的口感。中间部分的果肉则完全褪去咸涩，有种沁人心脾的甜。

回来的时候伯父给了我一大袋梨。这袋梨不仅是秋天的馈赠，更是伯父坚韧与付出的见证。又到一年一度小岛梨园丰收季，我想念那里的秋天了。

正确的表达

定海二中八(13)班
 学生记者 何芊芊(证号B3091)

那个风雨交加的夜晚，与母亲之间爆发了一场激烈的争执。夜色如墨，乌云密布，暴雨如注，狂风怒吼，仿佛整个世界都在为我们之间的冲突而颤抖。我和母亲的声音在风雨中回荡，充满了愤怒与不满。我的泪水不住地流淌，而母亲也双眼通红，愤怒难当。最终，她愤然离去，留下我独自面对这凄凉的夜晚。

我坐在书桌前，低着头，任由泪水滴落在纸上。望着窗外的大雨倾盆，心中充满了孤独与无助：我究竟做错了什么？为何没有人能理解我？我试图寻找一丝慰藉，但孤独的感觉却像冰冷的寒风一样侵蚀着我的心灵。

突然，我瞥见了桌边的纸张，心中涌起一股冲动。或许，我可以尝试用文字来表达自己的内心感受，让母亲了解我的想法。于是，我拿起笔，开始写下一封给母亲的信。虽然语句略显生涩，但我却非常认真地表达着自己的想法与情感。我告诉母亲，我希望我们能够平和地交流，能够共同面对生活中的困难。我相信，只要我们能够控制好自己情绪，相互体谅，我们一定能够克服一切困难。

我将信轻手轻脚地推进了母亲的房间，然后从门缝中小心翼翼地窥视着。虽然我没有看到母亲的表情，但我的心中却充满了期待与忐忑。第二天早上，当我从睡梦中醒来时，发现床头多了一封信。我迫不及待地打开信，只见上面写着：“亲爱的孩子，妈妈相信你是一个好女儿、好学生。你会认真对待每一件事情，考试时认真做题，仔细检查；上课认真听讲，不开小差。我们一起加油！”

看着母亲的信，泪水再次盈满了眼眶。我走出房门，投入母亲的怀抱之中，感受到那份久违的温暖。我知道，我找到了适合的表达方式，这是一种最好的解决问题的方法，也是最正确的选择。

那天起，我们学会了用更加温和与理性的方式表达自己的想法与情感，避免了无谓的争执与冲突。我明白了，找到正确的表达方式不仅是一种能力，更是一种智慧。它能够帮助我们更好地理解彼此，增进彼此之间的情感联系，让我们的生活变得更加美好与充实。