

自卑如同一个魔咒，它能够牢牢控制住你的思想，使你的行为永远都打上失败的烙印。对于一个弱者，自卑就是宿命，无法摆脱宿命，那你就只有认命。对于一个强者，自卑就是困境，只要改变现状就能摆脱困境。

每当有人问我，你是怎样度过自己美好的大学时光的？这时候，我会自信地告诉他，“追我所求，不断提升”。说出这句话的时候，我已经上了大二，即将去实习。

回顾两年的大学生活，我不无感慨。而最令我难忘的是那段告别自卑的日子。这要从我刚上大学时说起。从农村考上大学的我给全村带来喜悦，同时也给我的父母增加了新的负担。我是一个比较懂事的孩子。因为知道家里挣钱不易，所

告别自卑

以除了必须花费之外我从不问家里多要一分钱。然而，大学里新的环境，较高的生活消费使得我的经济开始拮据。这些客观的现实让我觉得自己就是一个穷学生。那时，我第一次因为家庭生活条件不好而产生了自卑。

幸运的是，这样的困境我没有陷入太久。这要缘于一次机会，我进入了勤工助学岗。这是一个特殊的群体，这里的同学大都有一个共同点，那就是大家的家庭条件都不太好。学校通过安排一些打扫校园卫生的岗位来达到帮助困难学生顺

利完成学业的目的。而这些同学，他们也能通过劳动培养自己自立、自强的能力。成为这个集体中的一员，我每天早早地起来打扫卫生，之后便开始了一天的学习。渐渐地，因为投入到了新的工作当中，我的自卑情绪开始淡化了。通过一段时间的观察，我发现周围的同学，他们都很积极和乐观。他们根本没有因为自己是一名贫困生而不自信。在这个集体中，同学们团结、互助，还有一直默默关心我们的学生处老师。投之以桃，报之以李。学校帮助我们完成学业，我们

也希望能够为学校、为社会做点贡献。于是我加入了志愿者的行列，利用课余时间打扫校园卫生，周末下社区去帮助哪些困难的家庭。这些都在无形之中给了我力量。我开始正视自己，发现自己原来自卑的根源其实就是对自我价值的否定。那么，通过勤工岗，通过自己的劳动，让我最终找回了自己的价值观。当告别了自卑，我的学习和生活都发生了变化。每天我踏着自信的步伐、内心洋溢着奋斗的快乐。

时光飞逝，转眼间一年半过去了。快要离校了，我想真心地对这个集体以及帮助过我的老师和同学说一声谢谢。同时我还想对那些跟我一样有过自卑想法的同学说一句，真正的贫穷是当你对自己绝望的时候。

08护七班 丁圆

新开河边遐思

粤鲁平

(一)

斗转星移年复年，七十载薪火传。
松水滔滔歌声远，新流涓涓唱眼前。
当年幼小“吉助产”，而今羽化长医专。
抚今追昔多少事，无限崇敬思前贤。

(二)

创校志士魂何在，可知夙愿已实现。
顺应时代十更名，为谋成长三搬迁。
改革开放逢盛世，科学发展续新篇。
沧桑巨变应笑慰，变专升院战正酣。



于凤海摄影

我的未来我做主

春天，本是生机盎然，充满生机的季节；青春，本是无怨无悔，朝气蓬勃的花季。

蓦然回首，两年的学习时间已悄然而逝，曾经的荣辱也都已成为过去。有人说，人生的进程就好象走迷宫，很难猜出下一个转弯是死角还是通道，能毅然转过去才能看见前方的路是荆棘丛生，还是满载鲜花的康庄大道。虽然有些许的迷茫，但却从不曾缺少信心与勇气。

只因我们深知坚持不一定会成功，但放弃就必然失败。

十年寒窗，我深知学海无涯的精髓；也深知精诚所致，金石为开的诠释；更深知那梅花香自苦寒来的真谛。不管等待我们的将来是何种结局，也不管明天我们将去向何方，我们都不曾后悔过，只因我们曾经努力过，我们无怨无悔。

莫等闲，白了少年头，空悲切。时间已不

允许我们去虚度我们的光阴，更不允许我们去荒废我们的学业。人生只有走出来的美丽，没有等出来的辉煌。虽然儿时的梦想从不曾因为时间的推移而掩埋，但前方的路也将满载着荆棘，即使每一次的尝试都将以心酸与苦涩结局，我们也会继续我们的远行，我坚信成功已不再遥不可及，我也坚信只要相信期待就会成功。

漫步窗外，闲看庭前花开花落，放眼苍穹，望天边云卷云舒，既然选择了远方，就要风雨兼程，既然心中有梦，就要勇敢追寻。哭过，笑过，累过，痛过。都不曾轻言放弃，只因我的未来我做主。

08生物制药 国春龙

我和春天有一个约定

一场细雨过后，空气略显清新，灿烂的阳光带着丰厚的赐予，校园里的绿色写满了嫩字。好似一夜之间，校园里呈现一幅绿色锦图。昔日枯黄的草坪如今混杂着朝气迸发的鲜绿和纯净无邪的嫩绿，最动人的是路边的柳条，先是鹅黄色的、纤细的、在风中温柔地摇摆着，像舞动的少女，又像春天的使者！在召唤大地，召唤人们：春天来了！然后一个个嫩芽就暴露出来了，你不得不惊叹生命的奇迹！这是一种无穷的创造力，此刻，它的生命在运作，血脉在枝叶里流动，这就是生命力。就像我们青年人一样！

置身于绿色的校园，晨风在耳畔掠过，留下一丝清凉，随着钟楼发出悠扬的钟声，整个校园沉浸在一片久远浓厚的书香中……

春天是神的旋律，万物复苏的时节，催促我们应以开阔的视野和情怀感受生活感受未来。一年之计在于春，春天可以引发我们无限的思考，无论是恪守那份雨夜灯塔的坚守，还是诠释色彩缤纷的青春，还是憧憬着并不遥远的未来……都应摒弃那声声“抱怨”！面对现代生活的快节奏、各方面的压力，我们往往会因抱怨而扰乱我们奋进的心情。美好的生活是多彩的，允许有暗淡的灰色，但它仅是一剂调味品而不是声声的抱怨！甩掉那些愁眉苦脸和怨声载道的牢骚，美丽充实的人生是用快乐的心情创造出来的！

打开窗，清新的空气夹杂着芳草的气息迎面而来，静静地聆听周董的那首“在这个世界上如果你有太多的抱怨，跌倒了就不敢继续往前走，为什么人要这么的脆弱堕落，请打开电视看看，多少人在为生命勇敢的走下去，我们是不是该知足，珍惜一切……”

青年人是时代的希望，就应豪情壮志，让青春在磨砺中闪闪发光！嘘……不要抱怨了！在这个春天我们怀着一颗感恩的心，让自己的脸上多一些微笑，努力寻找下一个指向标，你的人生定会更加精彩！

08生药 关佳贺



于凤海摄影

坚守

——献给勤工岗同学

在那寒冷、飘雪的日子里，
是你给我带来了丝丝的暖意，
你最让我感动，
让我难以忘怀。
清理教室，
打扫校园，
你在默默地坚守着，
不让垃圾滞留在校园中的任何角落。

你不求赞美，
更不需要恭维，
也不求鲜花与掌声，
在清洁校园中，
又快乐着自己！
同学们，
我们都不会忘记，
坚守在寒冷的季节里的“你”，
平凡而又可爱的“你”
你又不只是“你”自己，
你是一群人——勤工助学集体。

08护理七班 孙小微



2010年上海世博会简介

一、谚语：Don't put off till tomorrow what should be done today. 今日事，今日毕。

二、Brief Introduction of World Expo 2010 Shanghai

With a long civilization, China favors international exchange and loves world peace. China owes its successful bid for the World Exposition in 2010 to the international community's support and confidence in its reform and opening-up. The Exposition will be the first registered World Exposition in a developing country, which gives expression to the world's expectations on China's future development.

Expo 2010 Shanghai China will be a great event to explore the full potential of urban life in the 21st century and a significant period in urban evolution. Fifty-

five percent of the world population is expected to live in cities by the year 2010. The prospect of future urban life, a subject of global interest, concerns all nations, developed or less developed, and their people. Being the first World Exposition on the theme of city, Exposition 2010 will attract governments and people from across the world, focusing on the theme "Better City, Better Life." For its 184 days, participants will display urban civilization to the full extent, exchange their experiences of urban development, disseminate advanced notions on cities and explore new approaches to human habitat, lifestyle and working conditions in the new century.

The Chinese Government will go to great lengths to make Expo 2010 Shanghai China a special event that carries on traditions and opens a new vista

into the future. Our motto is: "Keeping in mind the next 60 years' development while preparing for the six months' Exposition." We count on the continuing attention, support and participation of all the peace-loving countries. There is no doubt the Chinese people will present to the world a successful, splendid and unforgettable exposition.

外语教研部 高红

中国具有悠久的历史、文化，主张国际交流并热爱世界和平。中国2010年世界博览会的成功申办归功于国际社会的支持和在改革开放方面的信心。此次博览会将是第一次在发展中国家举办的盛会，它体现了世界对中国未来发展的期望。2010年中国上海世博会将是一个探讨城市发展史上的重要里程碑并探讨21世纪城市生活的全部潜力。到2010年世界人口的百分之55将居住在城

宝剑锋从磨砺出
花香自苦寒来

书法 / 杨树元

英语角