一个单纯乐观的灵魂——《阿甘正传》观后感（节选）

《阿甘正传》是一部根据美国作家温斯顿·格鲁姆的同名小说改编的电影，讲述了一个智商不足80的男人——福雷斯特·甘的一生。从童年时受到周围人的歧视与欺凌，到长大后成为百万富翁，福雷斯特·甘的一生历经无数坎坷。然而，电影的节奏始终保持平稳，几乎没有激烈的高潮或低谷。这与福雷斯特的内心世界完全一致——不论面对任何事情，他都波澜不惊。电影中，福雷斯特只在他一生挚爱的珍妮离开时哭了一次，或许这就是他母亲所说的“傻人的福气”。

电影的大部分时间里，福雷斯特都在和路人讲述自己过去的经历。每一辆大巴的到站，都象征着福雷斯特人生某个阶段的结束和另一个阶段的开始。有人耐心听他的故事，有人觉得无趣离去，还有人因为等的车到了不得不告别。这也与福雷斯特生命中的人们形成了呼应——有的人愿意陪伴，有的人厌弃，有的人勉强接受。在福雷斯特和第一个路人交谈时，他说：“你这双鞋看起来很舒服”，而妇女则回应说，她穿着很疼。福雷斯特接着说，他这一生穿烂了许多双鞋。最初，我对这段对话并没有太多感触，直到电影结束时才明白，很多人，包括观众，都觉得福雷斯特的一生太过顺遂，仿佛他只要拼命跑就能成功。然而，鞋这个形象揭示了一切：外人看起来简单、轻松的事，只有身处其中的人才知道其中的艰难与痛苦。在这个车站，福雷斯特最后一次对路人提起“我妈妈说……”，也是他最后一次告诉人们，他因为珍妮的一句“跑吧，福雷斯特，跑吧！”而奔跑了一生。这一刻，一片羽毛轻轻飘落在他的一本童话书上，似乎暗示着命运的下一次邂逅正在等待他。

对于命运，福雷斯特从不关心。在他的世界观中，没有对错、善恶，只有重要与不重要。他珍惜和尊重的人就是重要的，其他的都无足轻重。因此，影片中许多敏感或令人不适的片段都以一种幽默或夸张的方式呈现。在福雷斯特的眼中，无论是他母亲为了让他进学校而向校长妥协，还是战争的残酷与政治阴谋，所有这些复杂的情感和局势都显得那么简单。前一刻他刚从总统那里领完勋章，下一刻他又站在反战游行的队伍中发言。不论身处什么环境，他始终乐观，总能做到最好。这正是他从不纠结于命运的原因。

福雷斯特的母亲与丹中尉对命运有各自的看法。他母亲认为命运像一盒巧克力，你永远不知道下一块是什么味道，但总是让人充满期待。丹中尉则相信每个人的命运早已注定。福雷斯特不理解这些复杂的观点，他只是按照母亲的话去做，珍妮让他跑，他就一直跑。直到见到自己的儿子时，他才真正明白，我们每个人的命运都是交织的。当福雷斯特把母亲的童话书交给小福雷斯特时，意味着他正式介入了这个孩子的命运，而这时，白色的羽毛再次从书中飘落，继续它的旅程。

总之，我认为阿甘是一个单纯、没有偏见的人。在这个复杂多变的世界中，他单纯且乐观地付出自己的爱。他虽然有缺陷，但同时也是个天才。他就像一面镜子，能照亮我们每个人的灵魂。从福雷斯特身上，我们可以看到自己的影子，从而自我反省，追求一份单纯而快乐的生活。

（越南 徐從鈞）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

紫竹留声

首都师范大学国际文化学院 2024年10月15日 星期二

本刊邮箱：zizhuliusheng@126.com

欢迎投稿、荐稿！扫码关注“紫竹留声”公众号：

统筹指导：姜国权 韩 梅 李秉震

联合主编：刘士红 史馨怡 邢晋铭

- 第一版：挚爱首师
- 二三版：习作展示
- 四五版：习作展示
- 六七版：习作展示
- 第八版：习作展示

首都师范大学建校70周年

高质量发展大会隆重举行

七秩峥嵘铸辉煌，同谱攀登新华章。在举国欢庆新中国成立75周年、全国教育系统深入学习党的二十届三中全会和全国教育大会精神之际，10月12日上午，首都师范大学建校70周年高质量发展大会在北一区体育馆隆重举行。大会由学校党委书记缪劲翔主持。

大会上，北京市副市长孙硕、我校校长方复全、北京师范大学校长于吉红、南方科技大学校长薛其坤、校友代表、教师代表先后致辞。学生代表为建校70周年献词，礼赞华章，向师者致敬，向母校献礼，展现新时代首都师大学子牢记习近平总书记的谆谆教诲，挺膺担当、追求卓越，将自身发展融入时代浪潮，努力成长为堪当民族复兴重任的时代新人的风貌和担当。大会向老领导、老教师代表献花，感恩和铭记他们为学校发展做出的辛勤付出和卓越贡献。





大会为未来教师学院揭牌。面向未来，学校以人工智能赋能新时代教师教育范式转型，推动科学教育和人文教育贯通融合，培养更多具有教育家精神和潜质的未来教师。大会上，方复全、白海宁先生代表、学生代表、人文社科优秀青年教师代表为“未来教育英才奖助学金”和“人文社科优秀青年教师奖励基金”揭幕。

未来，学校全力服务国家战略和首都“四个中心”功能建设，紧紧抓住校区规划建设的战略机遇，进一步提升服务首都高质量发展的影响力和贡献度，推动学校在新时代新征程上实现新的跨越式发展。最后，大会在全场合唱《歌唱祖国》中圆满落幕。

不忘初心，赓续传承再谱华章；志在千秋，凝心聚力奋楫争先。首都师范大学将深入学习贯彻党的二十届三中全会和全国教育大会精神，大力弘扬教育家精神，以实干创新激发高质量发展新动能，奋力开创中国特色世界一流师范大学新局面，以昂扬姿态谱写教育强国建设的首师篇章。

（来源：校办）

谈谈《碟中谍》

我小时候第一次看这部电影时，并没有特别的感觉。那时候只是因为我妈妈和哥哥非常喜欢这个系列，所以电影首映时就跟他们一起去看了。然而，后来我发现自己也渐渐喜欢上了这部电影。

电影的主角每次都会接受一些看似不可能完成的任务。虽然每个任务都极其困难，但主角和他的团队总能利用各种方法完成。偶尔团队成员还会背叛主角，这让剧情更加紧张。在执行任务的过程中，主角会遇到许多艰难的挑战，甚至多次面临九死一生的险境。然而，通过解决这些任务，主角不仅拯救了自己的家人，还保护了全世界。

让我印象最深刻的是主角在片中亲自完成所有的动作场面。在其他电影拍摄中，通常危险的动作会交给专业的替身演员去完成，但在这部电影里，即便是非常危险的场景，主角也坚持自己去做，比如在飞机上奔跑、攀爬摩天大楼等，这些惊险的动作让人屏息凝神。电影中还展现了许多未来科技的发展，以及一些令人意想不到的奇妙工具，特别是伪装用的面具非常神奇，只需拍下目标的脸，就能做出与他一模一样的面具。此外，电影的背景设在全球各大城市，每个任务都在不同的地方展开，这让观众感受到丰富多彩的场景变化。

虽然观影过程中的紧张感让我有些难受，但这部电影同时也给了我很多希望。每次看完电影后，我总觉得世上没有什么是不可能的，也让我相信自己面临的困难其实并没有那么难以解决。每当我感到没有动力或想放弃时，常常会选择看这部电影来激励自己。

（韩国 金柚憨）

谈谈《忠犬八公》

我一生中看过很多电影，但《忠犬八公》是我最喜欢的电影之一。《忠犬八公》由瑞典导演 Lasse Hallström 于 2009 年拍摄。这部电影改编自真实事件，讲述了一只名叫“八公”的秋田犬与其主人之间感人至深的故事。影片的情节围绕八公每天在火车站等待主人归来的情景展开，尽管主人已经去世，但这只忠诚的狗依然日复一日出现在同一个地方，直到自己去世。故事情节简单却深具情感，展现了动物对主人的忠诚与不离不弃的陪伴。

这部电影之所以如此打动人心，不仅是因为它展示了狗对主人的忠诚，更因为它触动了观众内心深处的情感。很多人都有过失去亲人的经历，而八公对主人的等待正象征着那无尽的思念。八公的行为超越了普通的动物反应，它表现出一种深刻的情感，仿佛它也理解了死亡与失去的意义。这种无言的陪伴和执着，直击观众的心灵，令人不禁思考生命的意义，以及人与动物之间那种纯粹的情感纽带。

除了感人的故事情节，《忠犬八公》还通过摄影、音乐和表演进一步增强了观众的情感共鸣。火车站既是八公与主人告别的地方，也是他们情感联系的象征。每当八公在火车站等待的场景出现时，镜头中都充满了孤独与期盼的氛围，营造出一种悲伤却温暖的情感基调。配乐柔和而深情，与八公的忠诚相互呼应，为整部电影增添了更多的情感层次。

《忠犬八公》展现了动物与人类之间那种独特且纯粹的情感，有时甚至比人类之间的情感更加无私。这部电影也告诉我们，宠物不仅仅是陪伴者，更是家庭的一部分，值得我们珍惜与爱护。

（意大利 苏娴慧）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

如何做个乐观的人

我们首先要明白“乐观”的意思。乐观是一种对生活的积极态度。当你在生活中遇到了问题和困难，你所选择的面对方式，就能够反映出你是一个乐观的人还是悲观的人。

如果我们要变成一个乐观的人，首先，要积极地面对生活中的所有困难，把每一次遇到的困难都当成是对自己的一次挑战。比如，你要去参加面试的话，首先要做好充分的准备，告诉自己这次是一个机会，要好好把握住这次机会。其次，在面试时，要保持良好的心态。如果遇到面试官为难你，也要保持微笑和良好的沟通，告诫自己，这次面试是一个新的机会，要把握机会。但如果没通过的话，也别灰心丧气，告诉自己，通过这次经历，我学到了很多，下次肯定会做得更好的。总之，相信自己并告诫自己要更加努力。慢慢地，我们就会用积极的心态看待生活上的所有问题。

就拿我来说吧，来中国留学以前，我也曾是一位老师，第一次在教室里讲课的时候，真的很害怕，那时候我很悲观，也不自信。我总是担心自己教不好，我的讲解，学生会听不懂。刚一进教室，我就开始有很多负面的想法，这样过了一个月，我教的孩子成绩不好，我对自己也很不满意。从那以后，我开始想怎么解决这个问题，后来我发现，只要我改变悲观的态度，问题就马上解决了。我鼓励自己，用积极的态度去教他们。孩子们年纪不大，他们更希望和活泼开朗的老师一起学习，慢慢地，我发现我也很享受和学生在一起的时光。给他们复习的时候，我会不厌其烦地解答各种问题。就这样，我发现孩子们越来越喜欢听我的课，课余时间，他们有时间就来找我。我看到学生们的进步和自己的变化感到非常开心！刚开始的时候，我是为了赚钱去教书，后来我改变了我的念头，我要为了孩子的将来去工作，要帮助他们学习、成长，带着这样积极的教学态度去学校，每天都是开心的，渐渐地发现周围的一切都变得美好了！

希望我可以继续保持这样乐观的心态去面对新的学习环境和留学生活！

（尼泊尔 桑加）

我的朋友

上学期我认识了一个新朋友，她也是俄罗斯人，住在圣彼得堡，英文名叫 Ina，中文名字是琳娜。她今年 23 岁，未婚，也没有孩子。现在她是一名学生，主修汉语和中国历史。

两年前，她住在海参崴，也在那里学习汉语。如今她在圣彼得堡的大学继续深造，同时还担任老师，教授中文和英文。琳娜学习汉语是因为汉语在俄罗斯很受欢迎，而且这能帮助她找到理想的工作。她已经学习中文五年了，我相信她很快就能实现她的梦想——成为一名翻译。琳娜喜欢游泳，她的父亲从小就教她游泳，现在她也是一名游泳运动员。她还喜欢听音乐、跳舞和做瑜伽。

现在我们一起在中国生活，都在首都师范大学学习汉语。琳娜的中文水平比我高，她在高级班学习，主修经济学。她经常帮助我提高中文听力。上学期我们一起去旅行，去了杭州、香港、澳门、上海、广州和天津。我们几乎每天一起吃午餐和晚餐，都喜欢去意大利餐厅。每周我们会去两次健身房。琳娜和我一样，都非常喜欢甜品，所以我们经常买巧克力和蛋糕。我们也都喜欢保持干净，所以我们的房间总是整洁有序。我很高兴上学期认识了琳娜，她是一个很好的人，也是一个很好的朋友。

（俄罗斯 刘美兰）

成为一个乐观的人

乐观是一种积极的生活态度，它不仅能够帮助我更好地面对挑战，还能让我的人生充满希望和活力。我是一个乐观的人，我总能在困境中看到光明，我相信每一个问题都有解决的办法，每一次挫折都是成长的机会。通过乐观的思维方式，我可以更从容地处理生活中的困难，积极地追求自己的目标。

首先，我能够让自己保持积极的心态。当遇到困难时，悲观的人往往只看到问题的负面影响，我则会寻找积极的一面。我懂得如何将失败转化为动力，继续前进。比如，在学习上遇到难题时，我不会轻易放弃，而是会想办法解决，甚至享受解决问题的过程。

其次，乐观的心态让我更容易建立良好的人际关系。一个乐观的人通常充满活力和正能量，我的积极态度也会感染身边的人。我常常与他人分享快乐，并且在他人陷入低谷时给予对方鼓励和支持。这种态度不仅有助于自身的发展，还能使周围的人感受到温暖和被关怀。

最后，乐观的人会更加健康。科学研究表明，乐观的人更少受到压力和焦虑的困扰，免疫系统也相对更强大。乐观的生活态度能使人们更好地应对压力，从而维持身心的健康。因此，培养乐观的心态不仅对我们的心理有益，也对身体健康大有裨益。

总之，成为一个乐观的人，意味着能够以积极的方式应对生活中的挑战，用开放的心态迎接未来的机遇。无论遇到什么样的困难，乐观的心态都能帮助我们走得更远、活得更快乐。乐观不仅是一种选择，更是一种力量，赋予我们勇敢面对生活的信心和动力。

（柬埔寨 洪秀芯）

如何成为一个乐观的人

乐观的人往往都拥有一个共同点，那就是有一个好的心态，那么如何拥有一个好的心态呢？这就是我们接下来要讨论的。

第一，我们要设立合理可行的目标，不能过高也不能过低。目标设立得过于简单，完成时就没有什么成就感，反之，如果制定的目标过高，则容易给自己造成打击，产生挫败感。

第二，培养自己的爱好。如果人生中除了工作就是学习的话，那样的生活就太过无聊了，不妨让我们发现自己的爱好，尽量让生活变得更加多姿多彩。

第三，广交益友。结交几个能够为我们排忧解难的知心朋友，可以为我们的生活增添一些色彩，也可以学习朋友的长处并补足自己的短处，使自己不断学习、不断进步。

第四，健康的生活。要尽量养成健康饮食的习惯，保证足够的睡眠质量，参加一些体育活动。

总之，保持健康的身体和积极的心态，给自己制定一个可行的目标，找到志同道合的朋友，丰富自己的生活，就能成为一个乐观的人！

（厄瓜多尔 邹张宝伦）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

我与北京

当朋友问我为什么选择来北京，我总是笑着说，其实我也不知道为什么，莫名其妙地就爱上了这座城市。北京对我而言不仅仅是一个地方、一个城市，更是我的执念。

初见北京，我便被这座城市的繁华和喧嚣所震撼。高耸入云的现代建筑、宽阔繁忙的街道，处处充满着都市的活力和生机。这里是商业繁华的象征，也是科技创新的摇篮，每一天都是这座城市不断崛起的见证。

可在这个繁华的北京里偏偏也隐藏着一个平静的北京。漫步在紫禁城的青石板上，仿佛能听到它在轻声诉说着古老的故事。那些斑驳的墙壁和古老的殿宇都沉淀着岁月的沧桑和华丽。胡同里，传统文化与现代生活交汇，每一寸土地都散发着古老与现代并存的魅力，古老的建筑和传统的生活方式彷佛让我走进了另一个时空。

北京的文化底蕴和多元魅力更让我着迷。艺术馆、博物馆、剧院，无不呈现着丰富的文化内涵。街头的表演者、茶馆的传统演出，都传递着浓厚的人文氛围。而那丰富多样的美食更是触动我的味蕾，每一口都是对地域文化的一次次感知。

老舍曾说：“秋天一定要住北平。天堂是什么样子，我不晓得，但是从我的生活经验去判断，北平之秋便是天堂”。我是多么幸运才能亲眼见到这“天堂”啊！在阳光下，抬眼，满目的旧绿与新黄，又带着光影斑驳，我的心都融化了，这些美好仿佛定格在心底。

到了冬日，我体验到了从未有过的感觉。我与北京初雪相见，期盼已久的北京初雪漫天飘落，北京一下子变成了北平，生活节奏貌似也慢了下来。

春天来临，大地悄然苏醒。阳光洒在泛绿的草地上，柳枝轻摆，嫩芽探出头来，空气中弥漫着新生的气息。温暖的春风轻轻拂面，抬眼望去，旧黄与新绿交织的树木在阳光下显得生机勃勃，仿佛每一片叶子都在诉说着春天的到来。路边的花朵接连开放，整个城市被点缀得色彩斑斓。行走在阳光下，心情也不由得明朗了起来，似乎整个世界都在复苏。



夏天的北京，则是热烈而充满活力的。烈日当空，街道被阳光炙烤，走在柏油路上甚至能感受到热气的蒸腾。树木在这个季节显得格外葱茏，绿意盎然，为街道提供了难得的荫凉。午后的阳光热情奔放，空气中弥漫着属于夏天的燥热气息。人们穿着轻便的衣服，手拿冰饮，脚步匆匆，但也偶尔在树荫下停留片刻，享受一丝清凉。夏天的夜晚则是另一个世界，凉风渐起，灯火通明的胡同里，人们在树下乘凉、聊天。北京的夏夜带着一丝温柔，给这座城市增添了许多烟火气。

是充满了现代都市的繁忙与活力的新北京也好，是带着浓厚烟火气息的老北京也好，或许在某个瞬间，我心中已有了答案，为什么我爱上了这个人间烟火恰好的北京。我也相信，这份感情一定是双向奔赴的！

（越南 阮氏绒）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

故事新编之奔月

妻子：不能这样生活下去，我想给孩子们最好的，但我不知道怎么办。

丈夫：生活一直很残酷，但我们不应该经历这么多痛苦。这些太阳让庄稼都枯死了。

妻子：我已经为过去和未来受到了惩罚，神为什么不帮我们？

（此时，后羿试图解决问题，但不知道从哪里射下太阳。在他的院子突然出现了一只玉兔，后羿开始跟随它，玉兔一直跳到昆仑山顶）

后羿：你为什么带我到这里呢？你有原因吗？

玉兔：有啊，但你必须自己决定怎么做，你永远不知道什么事情会有怎样的后果，别的事我不会告诉你。

（后羿思考了一会儿，认为当前的情况不会更糟，于是用箭射下了九个太阳）

昆仑山上的女神西王母：你拯救了许多人，作为奖励，我给你一粒仙药，长生不老药。这种药不仅能给你永生，还能让你升天成仙，但如果你不把仙药全部吃掉，可能会有其他副作用。

后羿：我不想冒险，也不想离开我的妻子。

（后羿让嫦娥将仙药藏起来，并没有告诉她副作用的事，因为他担心嫦娥会把药扔掉）

嫦娥：你听到什么声音了吗，后羿？

后羿：我什么都没听到。

嫦娥：我出去看看。

（嫦娥看到玉兔，开始跟兔子走。玉兔把她带到湖边，湖中映出了月亮的倒影）

嫦娥：这些太阳只会造成问题，但月亮不仅美丽而且无害，我想知道在那里会是什么感觉。

（后羿的徒弟逢蒙正在家里照顾生病的母亲，哭着说道）

逢蒙：我会帮你，妈妈，你不用再忍受痛苦了。

逢蒙的母亲：我不会再痛苦了，因为我死后会去一个像月亮一样美丽的地方。你看，现在它发着光，是那么美，它不像阳光那么热、那么令人痛苦。

逢蒙：你不可能死的，你是个这么好的人。

逢蒙的母亲：每个人都会死，这是正常的。如果有能让人永生的东西，它一定会带来不幸，不能贪心。

（逢蒙无法接受这件事情，所以他持剑闯入后羿的家，强迫嫦娥交出药）

嫦娥：你干嘛呀，我不会给你，这粒药并不是你的。

逢蒙：但我更需要这粒药。

（他们开始打斗，药断成了两半，两人一人一半。嫦娥怕逢蒙得到全部，于是吞下了手中的那半粒药。她飞向月亮，在飞行中逐渐失去记忆。到达月亮时，她只记得爱后羿，但不知道为什么，也不知道后羿是谁）

嫦娥：月亮真美，每次想到它我就感到幸福，但想到我忘记的过去，我就感到非常悲伤。

（从这天开始，嫦娥每次哭时，夜晚便会下雨，帮助庄稼生长）

逢蒙：我会把这药给我妈妈，让她永远幸福地生活下去。

（逢蒙回到家时，他的母亲已经去世，到了更好的地方）

逢蒙哭着说：如果妈妈不能永生，那我便永生！

（逢蒙吞下了药，他也像嫦娥一样升天了，但到了太阳旁，永远在烈日旁受苦。他的眼泪和汗水给人间带来了白天的雨）

（后羿找不到嫦娥，跑到院子里，看到天上有满月，上面还有一只玉兔在跳跃）

后羿：告诉我，为什么嫦娥看着我就像不爱我一样？我为什么有这样的感觉？

玉兔：她爱你，只是记不得你了。

（嫦娥站在树旁，深情地看着他）

后羿：我帮助了人类，可为什么我的生活那么辛苦？真不公平！

玉兔：人类永远不会忘记你所做的一切，不会忘记你的力量和善良。

后羿非常想念嫦娥，于是在院子里设立了一个祭坛，摆上嫦娥最喜欢的食物，送上祝福。从此以后，每年八月十五，人人都庆祝中秋节，期盼家庭团圆。

（匈牙利 苏悦林）

