我在湖南过大年（节选）

今年的春节与往年有很大的不同——我心心念念着的家的温暖。今年过年能在湖南衡东的一个风景优美、空气新鲜、远离喧闹、亲近自然的村子，与哥哥久别重逢，真是快乐无比。这次春节对我来说是一举多得，可不是嘛，一方面我可以有机会与哥哥相聚，另一方面还可以在中国的家庭感受一下浓浓的年味。除此之外，还可以提升我的厨艺。用一句话概括，这是一个收获颇丰的春节。

节前的一天上午我们一起去街上买年货。新春佳节来临之际，鞭炮、春联、烟花、灯笼、福字、红包成为街上热卖的物品。在路上走着，脚步都洋溢着喜悦。侄子指了指路上看到的春联，我们就买了他想要的春联回家。街上卖的最多的是春联和鞭炮，此外便是各种小吃零食，也吸引路上的行人。阿姨让我尝了一个我以前从来没吃过的食物，它闻着香甜，咬着嘎嘣脆，后来我才知道原来是芝麻红薯片，是用红薯做的。原来红薯可以做成各种各样的美食。到湖南后我吃到的另一种用红薯作的食物就是阿姨做的红薯粉，真是美味啊！

过年了，每家每户家里都有数不尽的好吃的，一日三餐也是花样繁多。除夕当天我们一家忙个不停，很少下厨的我也要帮阿姨的忙了，洗菜、剥大蒜和山药、切辣椒等等。在湖南，辣椒是每道菜必不可少的食材。之前我在网上观看《舌尖上的中国》，说湖南菜以辣为主。没错，事实就是如此，阿姨精心准备的各种美食都少不了辣椒。如：炒山药、炒芹菜、辣椒炒肉、土豆片炒腊肉、香拌金针菇、白灼清蒸鱼、炒青菜等等。阿姨做菜做得又快又香，厨艺还真不错。闻到炒辣椒的味道，稍有刺激就会引起咳嗽。在那儿呆了这些天，不会吃辣的我都慢慢习惯了，入乡随俗了。每次阿姨刚做好一盘菜，我就赶紧把它放在圆桌上，然后用保温菜罩盖上，让美食始终保持温热。阿姨担心侄子吃不了辣，就为他准备了红薯粉，他果然超级喜欢。当阿姨做好了所有的饭菜，就会用衡东方言大叫一声：“恰饭哒”（意思是吃饭啦），此时大家一定要赶快来吃饭，否则阿姨就会生气。嫂嫂向大家说：“过年咯！”她还对我说在家里吃饭一定要积极。哈哈，我就会想起我妈也是那样。菜凉了就不好吃了，再加上阿姨做饭也挺辛苦的。几乎每一次我快要吃完时，阿姨都会说：“还有饭呢，要不要加饭？”我不客气地直接往饭碗里加饭。阿姨还让我多喝汤，身体才会变暖和。阿姨的菜色丰富，营养丰富又健康，每次都使我们大饱口福。

快乐时光总是很短暂。不知不觉，我该回北京了。在舅舅送我去车站的路上，我心里十分感恩能有机会跟我哥相聚，感觉就像一场梦一样。心里非常舍不得，沉甸甸的眼泪滴在我手背上。

不同以往，今年春节适逢印尼总统大选。今年我不仅感受到了浓浓的年味，而且也积极参与投票，为选出印尼下一届总统和国家的未来做出贡献。再次恭祝大家新春快乐，龙年大吉，幸福安康，万事如意，也祝愿印尼与中国合作前景无限美好。

（印尼 许贤美）

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 3月15日 星期五

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2024年春季学期留学生开学典礼顺利举行

3月4日上午，首都师范大学2024年春季学期留学生开学典礼在北一区国际文化大厦二层报告厅顺利举行。首都师范大学党委常委、副校长马力耕，国际文化学院党总支书记姜国权、教学科研副院长李秉震、行政副院长贺立春、留学生管理副院长舒宁以及国际文化学院留学生招生、教学、管理等相关负责人员出席本次开学典礼。开学典礼由李秉震主持。

马校长代表学校对来自20个国家的留学生新生表示热烈的欢迎和诚挚的问候。接下来，来自越南的范氏黄霞同学代表老生发言，来自意大利的傅朗同学作为新生代表发言，梁德惠老师作为教师代表发言，发言中大家共同表达了对新学期的期待，都迫不及待地要开始新学期的快乐之旅了。

开学典礼让大家深刻感受到了首都师范大学多元的国际化环境和浓厚的治学氛围，增强了大家作为“首都师大人”的归属感。





我校开展2024年春季学期留学生法律法规及安全教育培训

为进一步加强来华留学生法律法规教育，提高留学生遵纪守法与安全防范意识，不断提升留学生管理服务工作质量，3月7日下午，我校在北一区国际文化大厦二层报告厅组织开展2024年春季学期外国留学生涉外法律法规及安全教育培训。国际文化学院党总支书记姜国权、教学科研副院长李秉震、留学生管理副院长舒宁及留学生招生、教学、管理等相关人员出席本次培训。北京市公安局海淀分局高校内保支队警官陆泽山，海淀分局出入境管理大队基础管控中队警官吕子如，恩济庄派出所第二社区警务队副队长、首师大社区民警侯腾飞应邀出席并作宣讲。培训由舒宁主持。

本次培训有助于同学们提高学法、知法、遵法、守法和自我保护意识，保障大家度过愉快的留学时光、顺利完成学业，使大家成为知华友华的优秀国际人才。 （刘艺 供稿）

观看《一带一路上的中国名片》系列视频有感

通过观看《一带一路上的中国名片》系列视频，我从中得到了很多新的知识，无论是对从长安出发的丝绸之路，还是对中国这个国家，都有了更多的了解。

第一个视频的开头，我重温了张骞出使西域的具体路线，还了解到了很多见证丝路繁华的文物，如来自拜占庭帝国的金币、苏丹大客栈、唐三彩骆驼载乐俑等。此前，我对于丝绸的价值也不太了解，可能是因为当代人太容易获得丝绸的缘故，直到得知当时的罗马为了获得丝绸每年都要花费不少于一亿罗马金币、一磅中国丝绸的最高价值竟然高达十二两黄金，我才体会到当时丝绸的珍贵。除了货物的流通，我认为最珍贵的就是技术的传承了，如撒马尔罕作为丝绸之路重要的枢纽城市，直至目前，还保留着8世纪从中国流传至当地的桑枝造纸工艺。当然，丝绸之路的贡献不限于此，我想更多的是共建了一个时代的辉煌，并且这样的辉煌是由不同国家、不同地域的人们共同构建的，这个史实也让丝绸之路显得尤为可贵。

中国国家主席习近平向全世界提出了共建“丝绸之路经济带”和“21世纪海上丝绸之路”的倡议，呼吁全世界复兴丝路精神，共同构建人类命运共同体。“共建一带一路”再次唤醒了人们对曾经繁盛、文明之路的回忆和向往，海上贸易的兴起也让古时的丝路精神受到了更多的关注。通过这些视频，我了解到“一带一路”的新名片是中国制造、中国建造、中国创造。我也不由发出感叹：“中国近些年真的发展得很快”。确实，无论是老挝中老铁路、马尔代夫中马友谊大桥、阿布扎比智轨列车，还是埃及建筑奇迹、埃塞俄比亚遥感卫星和地面站等等，都离不开中国技术的参与。中国真的做到了与世界共同进步，让中国梦和世界梦相连。我由衷钦佩中国广阔的心胸和乐于伸出援手的伟大。

“一带一路”在经济层面造福了人民，在促进各国关系上更是起到了重要作用，最好的例子就是连接了哈克萨斯坦和中国新疆的一对兄弟。“一带一路”倡议推进了霍尔果斯经济开发区的设立，也促进了中哈边境口岸的开放，使失散40年的两个家庭得到了重聚的机会。重逢后，它们也获得了稳定的经济来源，即跨国的蜂蜜生意。这也成为了续写21世纪丝路故事的代表。

同时，“一带一路”在铁路建设方面更具重大意义，如印尼的雅万高速铁路。这条铁路的建造能够带动当地的旅游业经济，还能让许多因长途交通而受苦的人们减少时间成本，尤其是给每天花费数小时往返雅加达的上班族们带来了很大的方便。而海上贸易的兴起也为货物流通提供了渠道，还推动了互联网和运输行业的发展。因为贸易的兴起会让大家更乐于网上购物，而网上购物会推动远距离的运输行业以及跨国商业的发展。例如，阿富汗的松子产业为十多万阿富汗人提供了就业机会，这不只是改善了当地人的生活水平，也直接推动了全球的经济发展。

此外，“一带一路”也帮助了很多可再生能源水平低于全球平均水平的国家。中国为这些国家提供了重要的技术，更是直接派出了既负责又有能力的工作人员前往。最好的例子就是南非的风电厂，可以说中国是抱着“授人以渔”的态度去的。南非在中国的帮助下，它的未来只会更好，人们也不会再受到电力供应不足的困扰。“一带一路”为世界注入了源源不断的绿色动力，从而也会让世界变得更加美好。

中国“一带一路”的倡议使各个国家团结起来，它也的确一步步引领着其他国家与中国一同向前，共建美好未来。无论是经济的援助、技术的传授，还是知识的教授，中国都慷慨地赠与需要的国家。中国的发展源于自身的强大，更源于其“有一分热，发一分光”的伟大精神！

（马来西亚 覃慧翊）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

《美丽中国·云翔天边》观后感

《云翔天边》是《美丽中国》系列纪录片的第二集。名字最初可能不太好理解，但看了后会知道，“云”是指云南，“翔”的意思是飞行，“天边”是极远的地方。题目可以解释为：云南是个比较边远的地方，虽然现在网络和交通都很发达，云南也仍不是个举世皆知的地方。但事实上，云南不仅有众多非物质文化遗产，而且也有丰富而美丽的自然遗产。值得注意的是，云南是中国动植物最多的地区，因此，生物多样也确实是其特色。

首先，少数民族的节日是云南的非物质文化遗产之一，尤其是其当地原住民的传统节日。节目中介绍，傣族的传统节日是泼水节。因为这是一个佛教节日，所以也被称为“浴佛节”。具体来说，这个节日的时间在清明前后，活动包括泼水、浴佛、赶摆、赛龙舟等。我看到泼水的活动，觉得很有趣，非常想了解这种活动的意义。看起来泼水节源于印度——佛教的诞生地。随着佛教对傣族地区的影响越来越大，这个节日就流传了下来，已经有几百年的历史了。过泼水节的时候，妇女用清水为佛像洗尘，是为了请求保佑。“浴佛”之后，傣族人就开始相互泼水，来表示祝福，希望圣洁的水把疾病、灾难冲走，带来美好、幸福的生活。从表面上看，这只是个休闲娱乐的活动，但活动的内涵和佛教有着密不可分的联系，也很有意思。

其次，云南的另一个文化遗产是一种非常古老的技术——把竹子制作成家具、工艺品。我一看到这个技术，就想起了我们意大利人也会编制工艺品、椅子、柳条筐等等。事实上，这让我想起了我祖父母与外祖父母，因为他们有很多手工编制的家具。毫无疑问，这些古老的技术是文化遗产，过去人们无疑花了很长时间学会使用竹子、柳条编制工具，不断地尝试，最终成功地制作出工具。真的，生活也是这样的，不奋斗、不努力，就很难成功。我们现代人都要以史为鉴。

最后，云南的自然遗产极为宝贵。事实上，云南是中国动物最多的一个省。之前看到一条“中国云南大象突然离开森林走向城市”的新闻，我对此产生一些看法。事实上，大象向城市走去的时候，每个人都很着急，当地人要根据大象的位置改变自己的生活习惯。除此之外，这种问题也影响了当地人的工作，有时大象无意中破坏了收成，但人们没有办法，只能耐心地等待大象回到森林。我一看到这个部分，就想到了目前一个至关重要的问题，即人类与自然的关系。人类和自然的关系是十分密切的，应该是和谐的。事实上，人是自然的一部分，人类永远依赖于自然，可见我们的生活依赖于地球的福祉，比如生态系统和生物多样性。我们应该重视保护环境，要不然环境问题会对我们的生活产生非常大的影响。事实上，人类依靠自然，在自然的力量面前，人类是渺小的、无能为力的。除此之外，本节目也有个场景说明身体接触对大象也十分重要，大象的行为与人类相似。正是因为如此，我们应该尊重、保护动物。因为没有生物多元化，人类也就没办法存在。

总之，云南的遗产既丰富又珍贵，不仅有少数民族的传统节日，而且也有自然遗产，还拥有迷人的景色。云南既美丽又神奇，“彩云之南”名副其实。

（意大利 白明珠）

和谐的纽带（节选）

在青藏高原令人叹为观止的景观上，藏族人民与居住在他们高海拔家园的各种动物有着深厚而亲密的关系。在无数以西藏为家的生物中，藏马鸡和黑颈鹤不仅因其独特的美丽外表而引人注目，还因其在西藏社会中根深蒂固的文化和精神联系而引人注目。

藏马鸡是一种美丽的鸟类，其特征是耳朵状羽毛构成了它的头部。该物种原产于西藏的高山地区，在西藏文化中特别受人尊敬。在西藏民间传说中，藏马鸡经常与好运和吉兆联系在一起。当地人认为，它的出现会带来祝福，象征着自然世界的和谐。

黑颈鹤是另一个在藏人心中占有特殊地位的标志性物种。这些雄伟的鸟类因其优雅和美丽而受到尊敬，在西藏民间传说中，它们被认为是长寿、忠诚和好运的象征。每年冬天，黑颈鹤都会迁徙到青藏高原，在湿地和高海拔湖泊中寻求庇护。他们的到来受到当地社区的热切期待和庆祝。藏人相信，这些鹤的出现为该地区带来了繁荣，它们复杂的求偶舞蹈被视为神圣和谐的表现。

总的来说，藏人与藏马鸡、黑颈鹤等动物的亲密关系超越了单纯的共存；它体现了对所有生命互相联系的精神和文化崇敬。通过民间传说、艺术和保护工作，藏人展示了对人类和动物王国之间微妙平衡的深刻理解。藏族和这些标志性物种之间的和谐纽带证明了西藏织成的丰富文化织锦，在那里，尊重自然不仅是一种生活方式，也是文化认同的一个组成部分。

（意大利 张马乐）

《美丽中国》之风雪塞外（节选）

纪录片《美丽中国》第 4 集有一段让我非常感兴趣，并产生思考。在黑龙江，每到 11 月，诸多工作人员就会把河面上结成的厚冰锯成方块，采冰之后把它运到哈尔滨市，制作冰雕，并在冰雕里挂上彩灯。这些冰雕是冰雪大世界的主角，游客纷纷到哈尔滨参观这座由冰雕组成的小城市。我觉得他们建造这些建筑的方式非常有趣和神奇，即把大冰块堆叠在一起。这是最原始、最简单的建造复杂建筑的方式之一，就像宏伟的埃及金字塔一样。历史轮回，这是一个永无止境的循环，我们仍然使用过去发明的技术来创造一些世界上最伟大的奇迹，并根据现代需求对它们进行调整，创造出同样复杂且迷人的建筑。

（意大利 罗春野）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

“一带一路”主题视频观后感

以前，“一带一路”在我脑海里只是一个模糊的概念，但现在通过观看课程视频，我对“一带一路”有了更多、更深刻的了解。

“一带一路”是“丝绸之路经济带”和“21 世纪海上丝绸之路”的简称。中国国家主席习近平在 2013 年的 9 月和 10 月分别提出了建设“新丝绸之路经济带”和“21 世纪海上丝绸之路”的合作倡议。而中国作为“一带一路”倡议的提倡者，在这十年里也为各个发展中国家无私地提供了许多帮助。例如，在交通方面，参与建设交通设施，发展交通系统；在能源方面，为能源缺乏的国家按照其自然资源特征建设符合当地的能源设施，给人民带来了更加方便、更加美好的生活。另外，中国还在贸易、运输、科技、文化、医疗等方面做出了许多贡献。这些都有助于构建习近平总书记所强调的人类命运共同体。

我认为“一带一路”的建设有效带动了地区乃至世界各国的共同开放，互联互通有力促进了地区经济一体化的进程，使得各个国家之间的合作关系更加密切，也因此造福了各国人民，让各国人民有了实实在在的参与感、获得感和幸福感。

十年来，我们能看到在各方的共同努力下，“共建一带一路”从中国倡议走向了国际实践，从理念转化为了行动，从愿景转变了为现实，并且取得了实打实的、沉甸甸的成就。“一带一路”也成为了深受各国欢迎的国际公共产品和国际合作平台。

（越南 黄唯心）

“中国传统思想的当代价值”观后感

我认为当代世界人与人之间、国家与国家之间的关系怎样相处都可以从中国传统思想中得到启示，找到合适的、值得借鉴的东西。

儒家思想讲仁爱、民本，强调个人对家庭、社会的各种责任；道家思想则讲无为而治，强调不扰民，不与民争利，以及个人在社会上要保持一定的超然态度。可以看出无论是道家还是儒家，在这个方面上都有一个共同点，就是都强调以民为本，把人民的利益放在第一位。这也正是现代中国以及很多共产主义国家的治国之本。在国家与国家的关系中，也应该注重互帮互助、共享共赢的精神。而“一带一路”倡议的诞生和发展就是为了提倡和发扬这种精神。

除了注重发展经济和各国之间的合作关系以外，我认为当今世界的各个国家也应该注重对环境的保护。这种意识在中国传统思想中也早已有所反映。老子提出“人法地，地法天，天法道，道法自然”，随后，庄子、孔子、荀子等人也都提到并强调人与自然的和谐、人与自然的统一。儒家主张“天人合德”，就是认为自然规律和社会伦理具有高度的一致性。人是自然的重要组成部分，人与自然应相互依靠，人类要尊重自然、爱护自然，维护与自然的和谐与平衡。所以，在当代社会，如果人类想继续发展经济，提高生活质量，那必然要注重对环境的爱护和改造。

（越南 黄唯心）

我看中国的文化思想

人类思想文化的突破是人类进化的关键因素之一。德国思想家雅斯贝尔斯认为，公元前800到公元前200年之间，尤其是公元前500年左右，人类思想出现了“轴心期”，这就是人类思想文化出现巨大突破的重大阶段。在这期间，各个古老文明都出现了伟大的思想家，如古希腊的苏格拉底、柏拉图、亚里士多德，古印度的佛教创始人释迦摩尼。在中国，则出现了十教九流的百家争鸣——儒家的孔孟、道家的老庄、墨家的墨翟等等。这些思想家的思想有着很强的原创性和普遍性，又拥有自己文化的特色，同时也影响了人类文化的发展。

中国的“轴心期”起源于先秦时期的周朝，结束于嬴政统一六国。那时候，战争连连，各个国家出现了许多的思想家。道家的庄子提倡阴阳先天八卦，指的是所有东西都是对立的，同时也是相互依存、可互相转换的。道家的政治思想是无为而治，希望人们回归淳朴自然的生活，而现在仍有很多人都会为了满足欲望而失德。对于儒家学派而言，中庸之道是儒家的核心思想。孔子强调“仁”和“己所不欲，勿施于人”的观点。他认为这就是一个人内在的道德准则，也是成为一个“君子”的重要品德。有着亚圣之称的孟子主张人性本善，恶是后天的环境因素和社会导致的。他认为应该让仁者治国，实行“仁政”，减少刑法，降低税收，以民为本。和孟子观点相反的儒家代表人物之一荀子，他就主张人性本恶，认为“善”只是一种伪装，为了避免成为恶人，他强调学习的重要性。这两家的思想是春秋战国最具有代表的思想，同时也登上了世界思想文化的高峰，并且在此后两千多年中影响着中国思想文化的发展。

在儒家思想形成后的一千多年间，宋朝的朱熹成为了儒家的集大成者，他推崇理学，“理”指的是万物的源头，而“气”是材料，两者互相扶助。朱子认为“天理”是自然和社会的最高法则，而“人欲”是人们低程度的需求和欲望，强调要多节制自己的欲望。他提倡格物致知，指的是通过不断研究事物的原理和规律，从而得到对事物理性的认知。朱熹的思想还扬名国际，对朝鲜和日本的思想文化都产生了极大的影响。人们把朱熹的思想称为朱子学。南宋时期，除了朱熹的理学，还有由陆九渊创立的心学。很多人对陆九渊这个名字并不熟悉，我们更为熟悉的是将心学发扬光大的王阳明。王阳明心学的核心是“致良知”，即不断消除欲望，让心达到与万物一体的境界，能做到这样就能成为圣人。王阳明的另一个思想是“知行合一”，强调认识了某些事物并付出行动，这样便也能被称为圣人。

接下来便是禅宗，这部分的内容对于身为佛教徒的我来说是更为了解的。禅宗是佛教的一个旁系，南北朝的时候战乱连年，而佛教恰好满足了人们终极关怀的需求，从而更多人了解了佛教。禅宗就是佛教中国化的代表之一，它强调佛在内心，修行的方法就是通过一些简单的生活习惯去挖掘自己的佛性，达到成佛的目标，这样简单的方法也吸引了大量的人去信仰佛教。禅宗的鼻祖达摩修为有成后便在一次救人中展现出了神迹，他仅靠一片树叶就把失足跌落江中的小孩救起。禅宗不止在思想上影响了人们，它还渗透到了文学和哲学中。例如，武则天曾为佛教写了一首开经偈，诗人王维有“诗佛”之称，宋朝文人苏轼也在文学中留下了关于禅的理念。

（下接第5版）

时光如水，流淌着国文的记忆；岁月如歌，微风过处紫竹留声

（上接第4版）

可见，传统的思维生活模式已经烙印在人们的心中。直到19世纪，中国经历了鸦片战争、甲午战争、八国联军占领北京城等事件，传统的中国社会才逐渐走了下坡路，以致民不聊生。20世纪上半叶，反传统思潮兴起，人们开始批判传统社会思想，转而推崇学习西方制度、科技及思想。这是中国向西方文化学习的时期，不断吸收了西方的文化。经此，许多人也开始反思自己的行为，意识到中华民族复兴的重要性，提倡保护自己的传统文化。在马来西亚，林连玉老先生是最好的典范，他祖籍福建，由于战争不断，不得不到马来西亚生存。在到达马来西亚后，他就极力推崇华文教育，他说过一句话——“横挥铁腕批龙甲，怒奋空拳搏虎头”。不管遇到什么困难，他都勇往直前，始终捍卫着中华民族的根。

中华传统文化拥有5000多年的历史，不同时代，思想家们的主张也有所差异，就算同时代同派别也会不同，最典型的就是同属儒家的孟子和荀子，前者主张“性善论”，后者则主张“性恶论”，而这些差异和争论恰好也让中国思想文化丰富了起来。现在，我们应该从中国传统思想的丰富性、差异性和互补性中找到它们的价值，进而保护好中国传统思想，营造良好的社会风气。传统的中国思想对社会发展有着重大的意义，这些思想告诉我们无论是人与人的关系，还是人与自然、人与宇宙的关系，都要保持万物的本性。儒家学派主张“天人合德”，即自然规律和社会伦理具有高度的一致性，这启示我们要尊重自然，尽力去维持自然界的平衡。这也是我来到中国后最想尽己所能的地方，因为我想让这个社会更美好！保护自然、保护这个美丽的地球，去遵从自然界的规律吧！我也希望未来可以见证中华民族的伟大复兴，看到人类社会和自然界和谐共生的景象。

（马来西亚 唐骏蔚）

北京——中国的政治文化中心

我从小便听说过北京这个地方。北京是一座非常著名的城市，但我一直没有了解过这座城市的历史，直到今天才算真正认识了北京。北京，这座古老而又现代化的城市，是中国的首都，也是中国的政治、文化、经济中心。作为一名外来人士，我来到北京已经有一段时间了，这座城市给我留下了深刻的印象。

北京的历史文化底蕴深厚。作为中国的古都，北京有着悠久的历史和丰富的文化遗产。在这里，我可以看到许多古老的建筑和文化景观，如故宫、天坛、颐和园等等。这些不仅是中国历史文化的重要遗产，也是世界文化遗产的重要组成部分。在这里，我感受到了中国文化的博大精深，也更好地了解到了中国悠久的历史和文化。

北京的现代化程度也非常高。作为中国的首都，北京是中国现代化建设的重要窗口和示范区。在这里，我可以看到许多现代化的建筑和设施，如高楼大厦、地铁、高速公路等等。这些不仅展示了中国现代化建设的成就，也为我提供了便利、舒适的生活环境。

北京的美食也非常丰富。北京有着许多美食，如烤鸭、炸酱面等。这些美食不仅味道鲜美，也代表着中国的饮食文化和地方特色。在北京生活、读书的日子给我带来了很多美好的记忆。我相信在未来的日子里，我会更加深入地了解北京，感受这座城市的魅力！

（老挝 林珊珊）