

遗失声明

“甘肃广辉建设工程有限责任公司”的公章，编码为6210020002817，声明作废。

甘肃广辉建设工程有限责任公司

遗失 咸阳市诚鑫房地产开发公司的咸阳市建设领域缴纳农民工工资保证金确认书缴费单位留存联，编号为094，声明作废。

咸阳市诚鑫房地产开发有限公司

遗失 何涛位于咸阳市西峰区陇东大道东、朔州东路南正洋凤凰大境12幢2单元2103号的不动产权证，证号为甘(2020)咸阳市不动产权第0004269号，声明作废。

何涛

系统药理学研究阐明清肺排毒汤治疗新冠肺炎作用机制

记者从上海中医药大学交叉科学研究院获悉，该院张卫东教授团队通过系统药理学方法研究了清肺排毒汤治疗新冠肺炎的作用机制，相关研究论文近日正式发表于植物药理学国际期刊《植物药》。

研究发现，从分子水平上看，清肺排毒汤口服后的12个人血成分可通过作用与新冠肺炎密切相关的56个靶点，进而在治疗中发挥重要作用。其中四种化合物(黄芩苷、甘草酸、橙皮苷和金丝桃苷)和7个靶点(AKT1、TNF-α、IL6、PTGS2、HMOX1、IL10和TP53)是清肺排毒汤发挥效应的关键分子。

从通路水平看，24条重要通路有55个重要靶点相互作用，一共形成5个功能模块，对应于清肺排毒汤在免疫调节、器官保护、损伤细胞清除、抗炎等方面的作用。

网络层面分析发现清肺排毒汤可调控6大生物学过程(模式识别受体信号、白细胞介素信号、细胞凋亡、凝血、生物氧化和花生四烯酸代谢)和4个器官系统(神经、感觉、循环和消化系统)对应的10个靶点网络，进而发挥免疫调节、抗感染、抗炎和多器官保护作用。

分子对接发现清肺排毒汤的化合物可能与6种与新冠病毒蛋白相互作用的宿主蛋白结合，提示清肺排毒汤可能有一定的抗病毒作用。

此外，研究者还采用实验验证了清肺排毒汤的多种功效，包括抑制IL6、CCL2、TNF-α、NF-κB、PTGS1/2、CYP1A1、CYP3A4活性，上调IL10表达和抑制血小板聚集。

研究团队专家张卫东教授、赵静教授认为，上述研究为清肺排毒汤如何治疗新冠肺炎提供了实验支撑，加深对清肺排毒汤的理解，促进该方剂在抗击新冠肺炎中的更多应用，也为以清肺排毒汤为代表的中药方剂的系统性分析提供了有益思路。(据新华社)

大家谈写作

谈起写作，有很多同学都会有这样的困惑：为什么我读的书也不少，但是一到写作文，还是没话说或写不好呢？阅读，是学习语文以及一切人文学科的根本，故古文谓学习为“读书”。但是，却有很大一部分同学，书读得不少，作文却写得不好！究其原因，也许是在选择书籍与读书方法上的不当，导致自己没有在读和写之间建立一条渠道。下面，跟着我一起去探究，看看以下这几个方面有没有符合你的情况！

看的书和应该看的书不是同一种书

古人曾经说：“开卷有益”，这句话确实很有道理，但必须以良好的阅读环境为前提。为什么古人可以把文字驾驭得那么好，写出那么优美动人或是气势磅礴的文章？很大的原因就是读的书不一样。古人在幼年的时候，靠“三、百、千”这样的启蒙读物，不仅扎实地掌握了汉字书写和应用方法，且对历史、地理、思想等方面的知识有了很全面的学习，这就是基本功。所以旧时的学生从来就没有出现过“阅读障碍”。显然，现在我们很难具备这样的阅读条件。其次，阅读名著，才是真正的“读

书”。中外的经典与名著，都是集众人、几代人甚至一个民族智慧的结晶，且经受了历史长河的检验，方能流传至今，所以，阅读名著，才谈得上真正的“读书”。所以，第一个问题出在看的书和应该看的书不是同一种书。

读得太浮，没有沉下去体验

杜甫曾说：“读书破万卷，下笔如有神”，请注意这个“破”字，读破的意思就是要把书读熟，要消化。如果没有这个“破”字，只是读书万卷，恐怕杜甫也未必会成为下笔有神的诗圣。语文学习一定要重积累，把真心喜欢的词句，一定要通过某种方式积累下来，最直白的方法就是摘录，但量绝不可太大。如果这一步没有做，就没有做到读转写的第一步骤，后面的基本都是失败，简而言之：要动手。

比如，有的同学爱读动物类的书，读了一小时，休息的时候，家长可以和它聊聊，比如可以问孩子：你最喜欢哪种动物，哪个情节？动物你为什么喜欢，因为长得可爱还是什么？书中哪句话是这么说的，可以给妈妈看看吗？哦，是这句啊，我建议你可以把这一句话写一写。再比如，孩子刚看了一篇童

话，文中有很多拟人和比喻用得真好，就让他说说，哪句最有想象力。读书，能做到这样仔细地咀嚼，那么你就能从中掌握写作的规律，文章中好的语言也就可以自然而然地运用到自己的作文里。这样，读和写之间的渠道，不就畅通了吗？

积累书面语言，需要一个语言环境去学习

刚出生的孩子，不会讲话，只能哇哇叫。后来每天听爸爸妈妈讲话，听周围的人讲话，也就慢慢学会了讲话。人不是天生就会讲话，人的语言，是从一个语言环境中渐渐学到的。这是讲的口头语言，作文使用的书面语言也是这样，积累书面语言，同样需要到一个语言环境中去学习吸收。

这个语言环境到哪里去找？一、一本书、一篇文章向你敞开着。但是，只是读一读、看一看还不行，记不住，就不能变成自己的语言。这就需要做到熟读背诵。文章背得多了，背得熟了，就会在规范的语言环境里受到潜移默化的影响，病句也就渐渐地少了，干瘪的语言便可以渐渐地丰满起来。而且，在不知不觉之中，你会

受到你所喜爱的那一类文章的熏陶，使你的作文也渐渐有了自己的特点。我们都知“巧妇难为无米之炊”的道理，作文的技法明白的“天花乱坠”，谋篇布局的技巧“铭记在心”，但看到了某个东西，想表达自己的感情，却张口不能言，为何？没词儿呗。同学们如能抓紧记忆的黄金时代，在大脑中储存一二百篇文情并茂的好文章(古文最好)，就不愁肚里没词儿了。

不善于在读书过程中吸取思想是重要原因

不善于在读书过程中吸取思想和知识的营养，这也是多读而不善写的一个重要原因。在作文中常常有这样的现象：对一个事物，认识透彻，感情充沛，知识丰富，材料充足，便能顺利地写出一篇好作文；反之，对这个事物既没认识，又无感情，知识贫乏，材料不足，是写不出作文的，即使憋出来了，也必定淡如白水，味同嚼蜡。这说明思想认识和知识水平对于作文有十分重要的意义。人的思想和知识从哪里来呢？当然，主要是从现实生活中产生，从实践中来。但是，宇宙是那么广阔，历史是那么悠久，什么事都要

事必躬亲是办不到的。在读书的过程中，扩大了视野，积累了知识，提高了认识，陶冶了感情，再提笔作文，自然会是一篇言之有物、感情充沛的文章了。把读书学到的语文知识，转化为熟练的写作能力，要经过一个复杂的过程，不是一朝一夕的事。沟通读和写之间的渠道是一个“慢功”，不能操之过急。只要在多读的过程中，注意消化、吸收和积累，给“写”打下坚实的基础，你就能达到一个多读而善写的境界。

兴趣来自于自我感知和外肯定

兴趣，大都来自于两方面：自我的感知与外在的肯定。像积累这样的事，如果没有很好的“输出”让他尝到甜头，积下来的词语用上了，但得不到好评，那很可能就没有兴趣了。西方管这个叫“任务教学法”，是非常有效的教学方法。任务只要适度，不引起反感，就是好的。

自己对文字、文学、文化本身的理解会不断深入，参与感和悟透感就会越来越强。到了那个时候，你也就不会再会为自己的阅读与写作而担心了。(作者系西峰区向阳小学教师)

冬天在哪里

(外三首)

向阳小学二(3)班 郭钰轩

冬天在哪里

冬天在手上  
手上戴手套  
冬天在空中  
空中飘雪花  
冬天在地上  
地上堆雪人

夏天在哪里

夏天在树上  
树上知了叫  
夏天在身上  
身上穿短袖  
夏天在床上  
床上铺凉席

风

风像一个淘气的孩子  
拿了我的手绢擦过汗扔到地上

雾

雾把运送的邮轮藏了起来  
我最希望它把学校藏起来  
我们就可以不写作业

坐上高铁回庆阳

闫怡冰

离开家乡上大学已经快两年时间了，身在外地的我时刻关注着家乡的发展和变化，无论在哪里听到“庆阳”两个字总能触动我的神经，让我感到深深的归属感和对家乡的思念。最近，“银西高铁正式通车”的消息“轰炸”了我的圈子，火遍了全网上下，我们期盼已久，不通铁路的庆阳革命老区一步跨入高铁时代，庆阳儿女终于实现了多年的“高铁梦”，作为土生土长的庆阳人，我为家乡的发展和进步感到无比的激动和自豪。

多年前，我的家乡只有一条柏油马路通往各县，出行很不方便，每当在电视上看到火车飞驰而过的场景，心中总是充满了无限的向往。现在贯穿庆阳南北的银西高铁历时六年时间，终于通车了，它的开通使陕甘宁三省的联系更加紧密，拉近了我们与银川、西安的时空距离，使我们庆阳的连接枢纽作用更加凸显，给家乡人民带来的不仅是交通上的便利，更是对庆阳的长远发展起着巨大的推动作用，具有里程碑的意义。

每每想起蔚蓝色的“复兴巨龙”驰骋在广袤无垠的陇东大地上，我都激动不已；每每炫耀起家乡庆阳，就像打开了话匣子，滔滔不绝，一发不可收拾。这里是一块神奇的高天厚土，随着高铁一路向南，你能感受到穿越半个中国的地质风貌变化；这里有沙漠戈壁的雄浑粗犷，有黄土高原的厚重朴实，有董志塬的平畴沃野，更有子午岭的山清水秀和鸟语花香。一路向南，你能感受到浓厚的红色革命足迹，这里有山城堡遗址旧址，有“两点一存”重要历史地位的陕甘边革命根据地，有毛泽东、周恩来、朱德等老一辈无产阶级革命家战斗和生活的种种印记。一路向南，你能感受到五千年中华文明的厚重底蕴，人文始祖轩辕黄帝在这里与中医鼻祖岐伯论医，著就《黄帝内经》流传千年。一路向南，你能感受到庆阳这片热土的独特魅力，这里有丰富的油气矿藏资源，是全国第二大石油基地，为祖国经济的发展默默奉献着。这里还有苹果、杏杏、黄花菜、中药材等多种优质农产品，有皮影、剪纸、香包等独具特色的地域民俗文化等等。大美庆阳，魅力陇东，银西高铁的开通必将成为一张新的名片，让更多的人熟知庆阳、走进庆阳、建设庆阳。

近年来，随着脱贫攻坚地深入推进和乡村振兴战略地深入实施，庆阳的发展已驶入快车道。庆平铁路、甜永高速、水利骨干工程等重大项目快速建设，民航线路通达北京、上海、深圳等主要城市，已初步形成了新时代“铁、公、机”综合交通网，庆阳明天的发展将更加美好。

看到家乡的发展成就，我倍感振奋，想到家乡的美好未来，我愈加期待。银西高铁的开通为庆阳的发展带来了机遇，作为一名公益事业的热心人，结合学校的青年学生社会实践，我创建了“西北益行人”公益实践团队，团结和动员更多的爱心人士为偏远地区支医、支教，为孤寡老人和留守儿童奉献爱心，使践行公益、传递爱心的正能量不断壮大，蔚然成风。同时，通过公益旅游、电商销售和文化传播等方式，宣传家乡的美丽风光，更好地开发和利用独具魅力的民俗文化和旅游资源。

“筑巢引凤，花开蝶自来”。在实现家乡快速发展崛起中，还需要更多的社会精英和有志青年。作为大学生，我们既是追梦者，也是圆梦人；既是青年队伍的生力军，也是祖国未来的建设者，更要努力学习本领，增长智慧才干，锤炼意志品质，常怀“乡恋”之情，不断关心和支家乡发展，积极投身于家乡的建设中去，为庆阳发展筑巢开花，广纳英才，用青春书写无愧于时代、无愧于历史、无愧于养育了我们的这片热土的华彩篇章。

一把雨伞

东方红小学六(9)班 付翊萌

说：“谢谢爷爷，要不然我就回不去家了。”

“没关系，拿着吧。”爷爷摆摆手说，“这把伞的爷爷有好几个了，上一个主人还是在医院门口给我的呢。”

“哦。”我点点头。“快去，等会天黑了。”

“好！”话毕，我打开伞，走进了蒙蒙细雨中……

(二)

“滴答，滴答……”一滴一滴雨点顺着伞滑到了地面。

“宝贝，我们再等等，等雨停了，我们就可以回家了。”

“哇，哇……我不要，我要回家！”

顺着声音望去，一位母亲正抱着一个大约两岁

的小男孩，站在屋檐下，小男孩哇哇大哭，母亲焦急地安慰着他。

我看了看手中的雨伞，又望了望那对母子，停下了脚步，内心处于矛盾中。“算了，反正我快到家了，她们还回不去，就给她们吧。”我心想着。

我快步跑到了那对母子面前，对年轻的妈妈说：“阿姨，我把伞给你，你快和小弟弟回家吧！”

“不，不，不，我拿了你怎么回家呢？”

“哎呀，没关系，我家马上就到家了，你就收下吧。”我把伞塞进了那位母亲的手中，顶着书包，快步离开了。忽然，背后传来了一声：“谢谢你，小姑娘！”

太阳也慢慢地从那黑色的乌云后面露出了笑脸。

小兔子的爱

庆阳市东方红小学六(11)班 赵梓惜

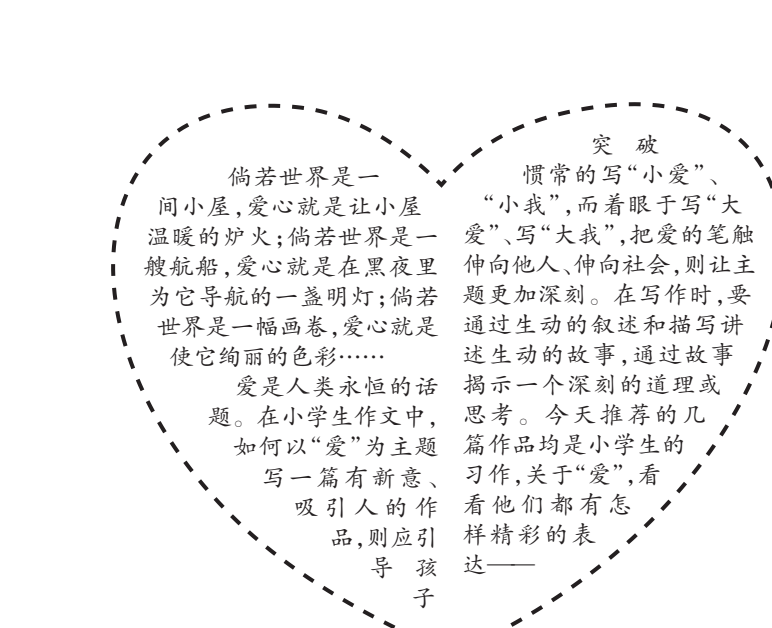
在一片郁郁葱葱的大森林里，有一只小兔子正在和她妈妈玩。小兔子任性地说：“再赢不了的话，我可就不玩了。”“好啊！”小兔子的妈妈慈祥地笑了笑。“哎，我又输了。”小兔子四脚朝天地躺在地上。

半夜，小兔子离家出走了。“嗯，一定要去看看外面的森林是什么样。”小兔子心里想。于是，小兔子带上了自己最喜爱的又大又红的胡萝卜向森林深处走去。

不知走了多久，她来到了一个巨大的湖面前，湖水清澈透亮，在月光的照耀下，微波粼粼。忽然，湖里伸出了一只像章鱼一样的触角，想要勾走小兔子，小兔子一个机灵向后退了一步。水里升上来了一只巨大的霸王乌贼，他咆哮着说：“是谁惊醒了

我！”小兔子吓了一跳，说：“噢，你是怎么了？”原来这只霸王乌贼的胡须掉了一半。小兔子一想到万一霸王乌贼看到自己浓密的毛发会吃了她，就把自己的毛发揪下来一点给了乌贼。乌贼开心地说：“现在我有了一黑一白两种胡须，我就放你一马吧。”于是，小兔子划船到了湖的对岸。

黎明的时候，雨突然大了，像酒、像浪、像倒。小兔子好不容易找到了一个又黑又大的山洞，刚准备坐下吃她香甜可口的胡萝卜时，一只体形庞大的狮子走了出来。狮子说：“你为什么在这儿？”小兔子说：“哦，对不起，我不知道这是你的家，不过请让我在这喝完水吃完胡萝卜我就走。我想我妈妈会来找我的。”狮子露出了它雪白的牙齿，说：“可恶，我刚失去了亲人！”小兔子温柔而又胆小地说：“没关系，动物都



小粉的秘密

东方红小学五(5)班 张玉婷

在古老的森林深处，住着一群小动物，松鼠小粉便是其中之一，一双水灵灵的大眼睛，藏着许许多多的秘密。她总是拖着伞一样的大尾巴，在森林里跳来跳去，好像在寻找着什么。

“要找一个什么样的树洞才能装下我的秘密呢？”小粉心里想着，不自觉地加快了寻找的脚步。

太大的，不行！太小的，也不行！太深的，好像不行！太浅的，哎呀，也不行！至于太低的，那更不行了。

苹果树的洞，不行！梨树的，也不行！杨树的，槐树的，松树的，那也不行，都不够漂亮嘛！小粉苦苦寻觅了好些日子，都找不到一个如意的树洞说自己的秘密。

小粉心头揣着一个让她着急万分的小秘密。终于，在一个晚上小粉找到了一个樱桃树洞，她终于把这个让她不能安心吃饭、睡觉的秘密对樱桃树说了出去，然后她飞快地啾溜啾溜跑下树去，捧起土，

把秘密用土压在了树洞里。这时，老樱桃树说：“小粉，你的秘密太大了，不能一直在洞里。”“那怎么办啊？”小粉着急地问。“这个秘密在一百天后会变成果实，在它长熟后，一口吃了，再找一个大大的树洞说出去就好了。”老樱桃树说到。

这时，天上下起了雨，冰冷的风吹过樱桃树，吹在了小粉身上，雨点打在樱桃树上，打在地面上，也打在了小粉的那颗碎了的玻璃心上。小粉呆呆地坐在树枝上，用树叶挡在身上。在以后的一百天里，我能干什么呢？我把秘密埋在樱桃树洞里，会不会不安全呀？小粉心想。

接下来的日子里，小粉每天都守护在樱桃树旁，装出一副很凶的样子，喊走了所有打樱桃主意的人，可是小粉一点也不开心，因为她本想买一位温柔的女孩子的。在夜深人静的时候，小粉才敢下树，在地上走一走。

终于，樱桃熟了。可是小粉还没来得及吃到樱桃，熟透了的樱桃就从树上掉了下去，掉入了一条正在树下呼呼大睡的小青蛇的嘴巴里，这条蛇就是小耳。“这是？这是樱桃！”这时，小耳肚子里发出了声音：“我知道了小耳喜欢青蛇。”小粉一听，不好，樱桃把小耳的秘密说了出来，她连忙对小耳解释说：“对不起，我实在找不到合适的地方守护你喜欢青蛇的秘密，于是我把这个秘密告诉了樱桃树的树洞，可是我不知道秘密并没有消失，而是跟着樱桃树的果实长出来。”小耳温柔地说：“没事，这不怪你。”“你不怪我？”小粉吃惊地抬起了头。“真的不怪你。”小耳肯定地说到了。

从此，小粉心里的一块石头终于落地了。

