# 绿色无毒健康人生内容作文(合集38篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2025-06-05

*绿色无毒健康人生内容作文1人生是张单程车票，生命只有一次，青春只有一回，但近年来，没心没肺的^v^把罪恶的黑手伸向我们的未成年人，他们把^v^改头换面迷惑我们未成年人，致使我们美好的人生划上句号，所以我们一定要擦亮眼睛，对^v^加强防患意识...*

**绿色无毒健康人生内容作文1**

人生是张单程车票，生命只有一次，青春只有一回，但近年来，没心没肺的^v^把罪恶的黑手伸向我们的未成年人，他们把^v^改头换面迷惑我们未成年人，致使我们美好的人生划上句号，所以我们一定要擦亮眼睛，对^v^加强防患意识。

我们拒绝^v^的同时，也要了解^v^，这样才能更有效地远离^v^。150多年前，它的名字叫^v^，也叫福寿膏。有一幅反映那时的生活的画面让我久久不能平静。画面的内容是：一群梳着长辫的士兵手中拿着两杆枪：一杆是锈迹斑斑的步枪，一杆是油光可鉴的烟枪。那些吸食^v^的士兵身体羸弱，精神萎靡不振。这样，英国殖民者轻而易举就打开了中国的大门，致使中国遭受了沉重的打击，这时，禁毒英雄――林则徐站了出来，“虎门销烟”浇灭了侵略者的嚣张气焰，但是由于清政府的腐败无能，中国人民从此陷入了水深火热中，过着暗无天日的痛苦生活。

现如今，我们生活在红旗下，过着幸福的生活，^v^乔装打扮又想来侵扰我们。随着科学技术的日新月异，^v^已有一个庞大的家族，常见的有^v^、^v^、^v^、^v^以及在一些娱乐场所屡禁不止、极易让青少年误入歧途的^v^等。^v^最大的危害在于它的成瘾性，任何人只要染上^v^，就会对它产生强烈的生理和精神上的依赖。

^v^就像一个身着盛装的女魔头，会将你一步一步拉入无底的深渊，并使你万劫不覆，悔恨终生。可是为什么不断有人跳进去呢？好奇是青少年陷入吸毒队伍的最主要的原因。人们常说：“好奇心害死猫。”其实，面对^v^，好奇心害死的是人。如果禁不住^v^的诱惑，或者为了赶时髦，寻求刺激而尝试^v^，那么你会成为下一个“一失足，成千古恨”的年轻人。

如果你是因为生活的打击，心灰意冷，为寻求安慰而盲目尝试^v^，那么你会被它送入“十八层地狱”的。^v^带给你的是梦幻，是泡影，更是痛彻肺腑的折磨。

“少年智，则国智；少年强，则国强。”我们青少年是祖国的未来，民族的希望，我们应该用我们的青春书写祖国的壮丽篇章。

**绿色无毒健康人生内容作文2**

“^v^”这个词一入耳大家就会觉得毛骨悚然。是的，我们都知道，被毒瘾所折磨的吸毒者们是如何的消瘦、痛苦，他们的亲人是如何的悲伤、绝望。那一个个原本幸福的家庭，因为^v^而支离破碎。吸毒者却是那样的无知。有人因为吸毒而使得自己家破人亡，有人因为吸毒而无情地杀害亲友，为了得到钱来买^v^，他们会去偷东西、抢财物、甚至杀人。^v^，使人类原本平静的生活变得慌乱无比。它就像一只可怕的魔鬼，甚至比任何猛兽更加狰狞、邪恶。它会不断残害人们的身心、击垮人们的意志。为了逃避痛苦，吸毒者最终会走上犯罪的道路，断送美好的一生。

长期吸入^v^，会让吸毒者丧失本性，出现幻觉，变得十分自私自利，不知羞耻，性格怪僻，谎话连篇。还会出现长期失眠、烦燥、易怒和颓废。严重的会导致精神崩溃，和未吸毒前叛若两人。

以前，我总觉得^v^离我们很远，似乎只是属于电视和电影里的故事，而吸^v^的人应该是那些行走在社会边缘的群体。可我看过一篇关于强制戒毒所的文章以后，才发现^v^其实就在我们身边。那些吸^v^者有的是司机，有的是小餐馆的老板，甚至还有家庭妇女，他们也许只是一时冲动或是好奇，接触了^v^，没想到把自己引上了绝路，直到进入戒毒所才感到后悔，感到绝望。总之，^v^不会给你带来一丝快乐，它就象一个恶魔，时刻在诱惑你去食用它，同时也在对你进行掠夺，包括财富、健康和快乐，直到摧毁你。我曾在一本书上看到一幅画，上面画着一座小别墅，下面写着“吸毒前的房屋”，另一边画着一个破破烂烂的小棚子，下面写着“吸毒后的家。”看看，吸毒带给人的损失是多么令人震惊啊!

同学们，为了我们拥有美好、安定、健康、快乐的日子，让我们远离^v^，珍爱生命，让^v^没有明天!

**绿色无毒健康人生内容作文3**

它，就像纯净里的一粒污点;它，就像万花中的一朵烂菊;它，就像整洁里的一处脏乱。有它的地方，就不能存在美好和幸福，它的存在，没有一丝优点。它就是^v^!罪恶之王!

什么是^v^?一粘染上就深陷其中，无法自拔。刚刚接触可能没有太大反应，但是慢慢积累，它就会侵蚀你的全身，使你对它无法摆脱。

一个完全健康的人类，会由于长期招惹^v^，而变得神志不清。看过这样的新闻，长期吸食^v^的人会患上幻想症，在自己独处的时候，会幻想有人追杀自己，会幻想自己跳楼自杀。有一位男子有无吸食^v^，而亲手用刀砍死自己的父母。。。这些道德的事情的来源，都是^v^造成的。长期吸食^v^，完全健康的身体，免疫力会大大下降，面黄瘦弱，弱不禁风。^v^的危害真的说也说不清!

每年总有很多很多人为了追求刺激和新鲜感，而去招惹这个罪恶之王，在招惹^v^之前，他们总会认为试一试没什么，一点点没什么，也很好奇吸食^v^后的感觉，带着好奇心走上了不归路。。。一旦你真的接触了，无论是份量再少，你内心有多么坚定自己，你毫无疑问的会尝试第二次，第三次，接着就是被^v^主宰。

在此，我想告诫大家。^v^面前，大家都很渺小，千万不要轻易尝试^v^，不要挑战^v^，只要约束好自己，管理好自己，就能更好的避免^v^的危害。

一，不要结交一些不伦不类的朋友，例如长期去夜店，长期打架斗殴的不良朋友，一定要做到交益友，不交损友!二，不相信他人的胡言乱语和诱惑拐骗，坚定自我，不被他人所惑!三，绝不因为好奇心而去尝试吸食^v^，绝不踏出第一步!四，绝不诱惑他人吸食^v^，不售卖^v^!五，自觉学习^v^相关内容，具有分辨^v^的能力，不被外观所惑!

^v^的存在危害很大，它就像深渊一样，莫不可测，一旦接近^v^这个深渊，那你将难以摆脱，深陷深渊。自觉了解^v^的危害，减少招惹的概率。

生活很美好，处处有花香，生活很美好，处处有美景，生活很美好，处处有阳光。我们要抵制^v^，让^v^无处可躲!珍爱生命，远离^v^!你我的共同见证更美的明天!

**绿色无毒健康人生内容作文4**

^v^对人来说是百害无一利的，因为^v^带给人的危害不只仅只有一点^v^的危害非常多，可以使人的精神麻醉让人吸食之后快速的成瘾。

并且为了购买高昂价格的^v^，人们又往往选择犯罪道路来获取金钱。这样用获取的金钱来购买^v^，形成一个恶意循环的训练，看起来^v^真的是非常的可恶，^v^对人类的事业有巨大的冲击，只要吸食的^v^，你就会沉迷于其中，无法自拔，最终在^v^，侵蚀你的身体，还有精神上的灵魂。有的人能认为能通过自己控制住吸食^v^的次数，但其实^v^不是你想的那么简单，它可以使你有心瘾，如果有了心瘾，你就会一直想着吸食，在睡觉时也会想着，而且每天无时无刻不在想着，这样会导致你的身心疲惫，无法专心的专注做某一件事情，使你的工作效率降低，有了第1次就有了第2次，所以说千万不要触碰^v^，再死亡的边缘，人的生命只有一次，请好好珍惜，错的是^v^，他不应该被人类发明出来，但人类有错，不应该发明出这么一个损害人类身体的东西。

珍爱生命远离^v^，从日常生活中点点滴滴做起。

**绿色无毒健康人生内容作文5**

科学的饮食，是我们健康成长、防治疾病的基础，持之以恒将使我们终身受益。

以前，我不知道什么是科学的饮食，看到很多人吃肯德基，我也很想吃，吃过以后觉得味道确实好，但现在我知道了那些食品大多数都是油炸食品，对身体健康很不好，容易导致肥胖症。从书上我知道了应该多吃谷物、豆类、蔬菜和水果，少吃含脂肪高的食物。我还知道了谷物中最好的是玉米，物美价廉，无论是啃玉米棒还是喝玉米粥，都有益于身体健康。

科学的饮食，不仅要注意“食”，还要注意“饮”，其实最好的饮料就是白开水，以前我总是喝可乐，其实它没有任何保健作用，多喝还对身体不好。

我们从小就应学会科学的饮食，养成良好的饮食习惯，这样我们才会有健康的生活，才会有快乐的人生。

**绿色无毒健康人生内容作文6**

看完了《禁毒教育》后，我的感受很深刻。“^v^”这个可怕、恐怖的词语，摧毁了多少人的生命!一朵朵含苞待放的花朵，碰到了它，因为无法克制自己，而凋谢、枯萎。是它，引诱着人们，致使那些朝气蓬勃的生命消失。《禁毒教育》正是讲了^v^的危害。吸毒，就像个无底洞，一旦上瘾，便永无宁日，变成了一个废人。

^v^，就像一双无形的手，只要他神不知鬼不觉地来到了你的身边将你牢牢地抓住，你便再也无法脱身，只能寂寞地望着美好的大千世界，眼里只剩下黑暗与迷茫。《禁毒教育》正是讲述了一些迷茫的人们。他们原来朝气蓬勃，活泼可爱，但是备^v^无情地摧毁了原来幸福美满的家庭，却被^v^搞得面目全非，黯然失色。原本家财万贯，门庭若市的人，被^v^弄得身无分文，门可罗雀。^v^恶贯满盈、心狠手辣，它摧毁了人生，毁灭了人生，危害了社会，它是多么令人可恨啊!所以，大家应该树立好正确的人生观与价值观，努力学习，不要搞那些不正当的活动，以身试法。并且要大力倡导禁毒戒毒，让今后的生活不整日沉浸在空虚与痛苦中。

为了构建和谐社会，为了不要更多的人误入歧途，走上犯罪这条不归之路，我们首先要以身作则，一点儿也不能让^v^接近自己还有身边的人，最好的，就是向这个社会大力弘扬珍爱生命，拒绝^v^。^v^一日不绝，禁毒一刻不止的思想品质。

**绿色无毒健康人生内容作文7**

倩何人换取，珠罗密布，不可自拔，留下寒蝉凄切的怆景;何时相邀，瓦缝参差。惶惶不可终可，残余茫茫休者谁的悔恨;何处觅寻，雄关漫道，浪子回头，重拾人间正道的沧桑。

十九世纪八十年代初，英国商人悄无声息的用^v^叩响了中国沉封了两个世纪之久的大门，当这座大门被推开之时，就预示着一场腥风血雨的“屠杀”展开了。^v^，在今天就叫做^v^。这个物质在日后的一两百年至今都成为中国，这一个古老而又悠久的民族永恒的伤疤。

“庭院深深深几许吗，杨柳堆烟，帘幕无重复。”^v^好似褒了上千层蜜饯的糖果，初试沁人心脾，令人回味，而后则使人魂牵梦萦，欲罢不能。^v^，顾名思义，有毒的食品。它不仅对一个国家的整体形象有巨大的损害，而且对人体的危害力度亦是无法估量的。如今一些青少年出于无知，染上^v^。一位家住偏僻山区的女孩小敏，由于对^v^毫无了解，她认为自己意志力坚强不会上瘾，不料却再一次尝试中成了^v^的俘虏。“花有重开日，人无再少年。”一位青年的未来，在白色的粉末中掩藏了起来。

“花开生折直须折，莫待无花空折枝。”对^v^的防范也绝不能体现在一朝一夕，“来恨不可恶，去悔何逐追”。云南艺校的一位女生以跳孔雀舞而在娱乐圈中小有名气。在一次胃疼时沾染^v^后，便开始了第二次，第三次的吸食，直到她在排练厅跳舞是犯了毒瘾，人们才得出这样的结论：^v^扼杀了孔雀，^v^埋葬了她的艺术青春。如果每个人都能在后悔前想清楚，世界上就没有遗憾。

1839年，英法两国商人在广州地区疯狂贩卖^v^，清朝政府派钦差大臣林则徐在两广总督邓延桢和广大民众的支持下，缉拿烟贩，整顿海防，招募水师。于6月3日下午，下令在虎门海滩当中销毁，向全世界表明了中国人民反侵略的无谓斗志。

在“国泰民安”的今天，”明着因时而变，知者随事而制。“我们强有力的政府，也应用一种强有力地手段来开展对^v^的打击和禁止。在依法治国的基础上。”有过则改之，无萌则戒之。”使我国能真正构建出社会主义和谐社会，使中国站在未来发展的制高点上，回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。

罪恶与救赎

**绿色无毒健康人生内容作文8**

生命对我们来说是宝贵的，是无价之宝。而^v^则是毒害我们宝贵生命的一种极恶劣的东西。^v^能损害人的大脑和心脏，危害中枢神经系统、循环系统和呼吸系统的功能，降低人体的免疫力。

长期的吸毒会使人产生对^v^的依赖性。另外，有些吸毒者共同用一个注射器，就会感染艾滋病、肝炎等传染病。因此我们要远离^v^，远离^v^给我们带来的伤害。可能有小学生不懂^v^是什么，不懂^v^给人带来的伤害;那就让我来告诉这些不认识^v^的人们吧!毒：兴奋中枢神经，具有使人快乐的作用。警觉及抑制食欲的作用，重复使用会成瘾。中毒症状包括多话、头痛、高烧、血压上升、盗汗、瞳孔放大、食欲消失等。

大剂量食用会引起精神错乱和思想障碍，症状类似妄想性精神分裂症，表现为多疑、幻听、被害妄想等。停用的脱瘾症状包括呆滞、昏睡、易怒、烦躁不安、忧虑、有自杀倾向等。□：对人体的毒性是吗的5倍以上，人在吸食两次后，大多数情况下会上瘾，长生心理和生理上的依赖。□的戒断症一般表现为焦虑、烦躁不安、易激动、流泪、周身酸痛、失眠、起“鸡皮疙瘩”、有烧热感、呕吐、喉头梗塞、腹部及其他肌肉痉挛、失水等，还可能出现精神亢奋、全身性肌肉抽搐、大量出汗或发冷等反应。□：有强烈的中枢神经兴奋作用，可使人产生很强的精神依赖型，对人体有严重的危害。

^v^不仅会摧毁人的意志，还会使人丧失辨别是非黑白的能力，甚至会丧失人性或丧失理智，因此，吸毒毁灭自己、祸害家庭，危害社会，会导致严重的刑事责任。正是因为我知道了^v^的危害性，我就会坚决不去吸这些^v^，我也要告诫全人类，不要去吸这些^v^。拥有健康、愉悦的人生几乎是所有人共有的理想;因此我们要远离^v^，珍爱生命!

**绿色无毒健康人生内容作文9**

不珍惜健康的人，是因为他们不明白健康的可贵；不珍惜健康的人，是因为他们不曾经失去过健康；不珍惜健康的人，是因为他们未曾重视过健康！虽然健康常常不打声招呼就出了门，但你只要重视它、呵护它，总有一天，他会自己回来的。

记得是三年级的时候，班上盛行水痘，而体制本身就不大好的我，也不幸中招了。记得那时是早上发觉身子痒。下午，妈妈赶紧带我去医院检查，检查时才发现我的胸前、背部，都长满了红豆一般大小的痘痘，才知道得了水痘。看着妈妈那着急的表情，我不以为然：不就是水痘么，还可以休息两周呢。谁知，厄运才刚刚开始。

医生说：“注意在这两周期间，不要吃海鲜。”晚上一回到家，我就闻到了一阵扑鼻的香气，哈，是外婆给煮我最爱吃的香辣蟹了。我满怀期待奔向了餐桌。“什么？水痘？”外婆听到消息以后，叹了口气，“唉——，真可惜。”外婆摇了摇头。吃饭时，看着其他人在哪里有滋有味地吃饭，看了特地为我准备的清粥小菜，有看了那鲜红的香辣蟹壳，一层薄薄的油在上面透着一层亮光，一条条红辣椒穿插在蟹肉上，让人垂涎三尺。再加上那扑鼻而来的辣香，这种菜，不要说吃了，就是看着都解馋了。算啦算啦，等好了再叫外婆给我做吧。

晚上，我躺在床上，后背是一阵奇痒，翻过来手臂也是奇痒无比，“即使是痒也不能挠，不然就会破皮的。”妈妈的话在我耳边回响。我翻来覆去，索性就掀开被子，做到了床头，随手抓起一本书来看。不过一会，我就觉着小腿隐隐作痛。原来是我在看书时，手不自觉的去挠小腿上的痘痘，把痘痘挠破了，出了点血，后来还留了一个疤。我又躺会床上，进行自我安慰：没事的，乐观一点，总会过去的。更悲惨的还在后边呢。

第二天早上，我醒来时父母已经去上班了，家里只剩下了我一个人了。吃过饭后，我便在家里东逛逛，西荡荡，晃荡来，晃荡去。半天才想起看电视，可这点也没什么好节目，不到十分钟，便“啪”的一声关掉了电视。打开电脑，看到一排排灰色的头像，往日那吵得令人烦的QQ群上也没有一个人。哎，好无聊。我又想起了那昔日的课堂，那熟悉的教室，那些亲近的同学，顿时觉得好孤单……

经过了两周煎熬后的我，终于回到了那向往的教室，看到了同学们还是那么亲近，我的心里轻松了许多。

我在这里感叹：朋友，珍惜你的健康吧，不要等它已追不回来时，才懊悔。实际上，不只是健康，其他的、友谊、挫折、包括水资源，也不应该珍惜么？不要等这些东西失去后，才体会到他们的宝贵。不要等这些东西失去后，才来追悔莫及！

**绿色无毒健康人生内容作文10**

人的生命只有一次，失去了就再也不能获得，人的生命其实很脆弱但又美好，因此，珍爱生命是我们对生命的热爱与负责，然而，在今天，^v^在盛行，可恶的它夺去无数鲜活的生命，^v^是威胁人类生命的杀手之一！

^v^，是指^v^、^v^、^v^等一些能够使人形成瘾癖的^v^品和精神药品。^v^，对人体生理心理危害极大，它损害精神健康，影响消化功能，危害心脏和大脑。毒瘾使人四肢无力，异常痛苦，并易患艾滋病、乙肝等直接威胁生命，而吸毒易上瘾，戒毒非常艰难。

^v^不仅严重危害人的身心健康，而且^v^问题诱发其他违法犯罪，破坏正常的社会和经济秩序；^v^问题渗透和腐蚀^v^机构，加剧腐败现象。总之，^v^的危害，可以概括为“毁灭自己，祸及家庭，危害社会”十二个字。

^v^既然万恶无比，为什么目前世界上吸毒者有3500万人，而我国吸者已达50多万人，其中青少年竟占80%以上呢？

一个吸毒者说：是朋友给的，不吸白不吸；又有吸毒者说：“吸毒有身份和品位；另一个吸毒者说：看别人吸时，样子似腾云驾雾，仿佛进入仙境一般，自己忍不住想试一试……就这样，这些人不健康的心理被利欲熏心的不法分子利用，他们从此沾上了^v^，倒在毒堆上。

^v^之所以毒，就在于沾上它后甩不掉，毒性在全身不断蔓延，毁坏人性，毁坏家庭与社会。

云南一家银行的一个工作人员染上毒瘾后，不顾一切贪污公款，后被判处无期徒刑；重庆南岸区有一名吸毒人员，毒瘾发作时向母亲要钱未成，用刀将亲生母亲活活砍死；她年仅15岁，已是第三次进戒毒所，每当毒瘾发作时，她浑身颤抖，涕泪横流，痛苦不堪，用手使劲扯头发，用头猛烈撞墙，失去了上学的大好时光……

^v^，它是一把杀人不见血的刀，是一个不吐骨头的白色恶魔，被^v^这个恶魔附身而演出一幕幕惨痛悲剧还在继续上演！切记，吸毒只会引人走向深渊，陷入死亡的沼泽，^v^千万沾不得，因为它害人！毁家！祸国！

我们是祖国的未来，建设祖国的光荣使命还等我们去肩负，我们正处于人生最美妙的时节――花季，绚丽多彩，如诗如画，花样年华，为此，就让我们珍爱生命，远离^v^吧！

**绿色无毒健康人生内容作文11**

生命对于每个人都只有一次，我们要珍爱自己的生命，倡导绿色健康的生活，远离不安全食品。

在我们学校门口，每天放学后都会有许多小商贩在售卖一些垃圾食品。这些食品大多都是三无产品，价格低廉，质量得不到保障。有一次我嘴馋买了几包辣条吃，结果回家后就又吐又拉，后来到医院检查说是急性肠炎，住了几天院才好。后来我再也不敢买没有质量保证的食品吃了。

随着科技的发展，人们发明了食品添加剂，可以延长食物的保质期，让食物更美味。可是有一些不良商家为了个人利益，在食品中加入过多的食品添加剂，甚至使用工业原料加工食品。而且有的商家把^v^先放在食品添加剂里，再把食品添加剂到食品中。更有甚者用死猪肉、死羊肉、老鼠肉做成香肠、火腿肠等食品。人食用以后会对我们的身体造成很大的伤害，严重的话甚至会导致死亡。据不完全统计中国每年就有大概200万人死于不安全食品。

因此，为了大家的身心健康，我们应该倡导绿色生活：多做运动、多吃有机蔬菜、多和大自然亲密接触……，只有这样才能有强健的体魄和美好的心灵。

生命只有一次，无论是失去了健康还是生命，你就不再拥有，让我们一起行动起来吧！——远离有毒食品，享受健康人生。

**绿色无毒健康人生内容作文12**

“妈妈，妈妈，时间到了，我们该读书了!”晚上八点一到，我就把妈妈从客厅拉到了房间。“我们今天读什么呢?”妈妈问。我想了想，说：“就读《亲亲我的妈妈》吧!”……这样的一幕每天都会在我家出现。现在书已经成为我生活中不可缺少的一部分，啊，读书真是一件快乐的事情!

在小学一年级的时候，我曾经读过一本叫《石头汤》的书，说的是阿福、阿禄和阿寿这三个和尚来到一个饱经苦难的村庄，村民们长年在艰难岁月中煎熬，心肠变得坚硬，不愿接纳任何人。和尚们用煮石头汤的方法，让村民们不自觉地付出了很多，更明白了付出越多回报越多的道理。故事虽然很简单，可它却引起了我的思考：石头汤的美味是从哪里来的?毫无疑问，来自村民们的胡萝卜、洋葱、蘑菇……如果仅有和尚们的三块石头，是怎么也煮不出那么香醇的汤的!只有学会付出，才可能使我们得到更多的东西。

其实这样的例子在我们的生活中比比皆是。记得有一天，我在教室里写着老师布置的家庭作业，不经意地抬起头来，发现我的同桌没有动笔，还在东张西望着，怎么回事?为什么他拿着笔不写作业呢?我仔细一看，原来是他的钢笔没有水了，我急忙把我另外的一支钢笔递给了他，他看了我一眼，开心地笑了。过了几天，我忘记带字典，同桌看见我没精打采的样子，连忙问我怎么了，我说：“我忘记带字典了，怎么办呀?”他把他的字典往我这边挪了挪，说：“我们一起看吧!”这不是正如“石头汤”一样吗?当别人有困难时我帮助了他们，而当我有了困难时，他们也主动伸出了双手来帮助我。和我的付出相比，我得到的更多!

歌德曾说过：“读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。”的确，在书中，我不仅学到要主动付出，还知道了不能为小事斤斤计较，要学会谦让，学会原谅别人，这是每个人应有的美德……而且也正因为有了书，我才发现世界上有那么多动人的故事，我为卖火柴的小女孩冻死街头而哭泣，为长袜子皮皮的淘气而会心一笑，为白雪公主逃脱恶人的诡计而高兴……

书给我以知识和力量，在快乐的阅读中我正快乐地成长着。同学们，你是不是也在快乐阅读呢?就让我们一起来分享阅读的快乐吧!

**绿色无毒健康人生内容作文13**

^v^，是一个可怕的恶魔;^v^，是一个定时炸弹;^v^，是一旦染上了就难戒掉的东西。作为祖国的阳光少年，让我们学会坚定地对^v^说：“NO!”

^v^不仅摧毁了一个人的身体，还吞噬了一个人的灵魂。那恶魔正招着手，散发着那股味儿，想叫你过去呢，这个时候，你需要有坚定的意志，才不会受^v^的诱惑。我曾经看过这样的一个真实的报道，一个男孩，正值花样年华，学习成绩优异，本有一个美满幸福的家庭，过着无忧无虑的生活。可是，有一天，他与一些“朋友”去歌舞厅跳舞，他的朋友给了他一些“糖丸”，叫他以后常来。他真的这样做了，渐渐地，他发现自己吸食了^v^，然而，已经太晚了。于是，自暴自弃的他在毒海里越来越深，他没有钱，又不敢向父母要，就跟那些“朋友”到外偷、抢，在一次打群架时，他失手了杀了人，被关进了少管所……这，就是一个年仅14岁少年的悲惨经历。如果当初他没有接触^v^，或是早就认识到^v^的危害，对^v^有坚决抵制的心理，我想他的人生之路将是多么的美好!可现在，他让自己丧失了自我和尊严，让爱他的父母亲多么地痛心啊!

^v^使人妻离子散，^v^使人鬼迷心窃，^v^使人倾家荡产，^v^使人不断的偷、抢、去购买，^v^使人把自己的前途与自己隔绝，^v^使人丧失了大好年华，^v^使人浪费了大好青春。

看着那些吸毒的人，我不禁有些心痛，他们瘦得连一点儿肉都没有，只剩下皮和骨头了。当病情发作时，那吸毒者在地板上滚来滚去的场景，用东西砸自己脑袋的场景，有刀割自己时的场景，用头撞墙的场景，那是多么恐怖，多么残忍呀!这不用说，罪魁祸首就是^v^，当然，一部分责任也要怪自己，要不是当初抱着“试一试”的心理，今天会落到这瞳田地吗?不会，现在正和家人一起踏踏实实的过着幸福美满的生活。一次又一次的教训，告诫我们不能吸毒。

回来吧，吸毒者们，别在吸毒了，去戒毒所吧，这样会还你们一个美好的人生，让你的人生画了圆满的句号。^v^的折磨你们不是没领悟过，轻的头晕呕吐，重的如万刀切肤，万蚁啃骨，万针穿心。^v^是多么可怕啊!

同学们，朋友们，让我们拒绝^v^，远离^v^，再次对^v^说：“NO!”

**绿色无毒健康人生内容作文14**

“呜——，呜——”一个小孩趴在生病的妈妈的床前哭着，脸上是一道道的泪痕。她在想，健康真好，为什么妈妈不能像她这样健康？

平时，我们跑跑跳跳，无忧无虑，十分快乐；而在生病时，我们头晕，发烧，睁一小会儿眼睛，眼睛都会酸，无法下床跑跳，吃饭没胃口，看笑话没兴趣，还让家人着急。

医院里，有好多身患绝症的人与病魔战斗着，稍有不慎就可能会失去生命。他们痛苦地挣扎，不放过任何生存的希望，才可以勉强维持生存。可见，健康有多好啊！

生命只有一次，我们要时刻爱护自己，让自己健健康康地生活。只有这样，我们才能拥有一个完美的人生！

怎样才能拥有健康呢？这就要养成好的生活习惯，比如：勤洗手，勤通风，不吃过期食物，早睡早起，勤锻炼，多喝水，不喝酒，不吸烟，保持愉快的心情……这样，我们才能拥有可贵的健康。

**绿色无毒健康人生内容作文15**

^v^对社会的危害体现在家庭。家庭中一旦出现了吸毒者，家庭就会经济破产、亲属离散，甚至会家破人亡。吸毒对于人体的危害也很大，如果长期吸毒，人体将会产生身体依赖性、精神依赖性。^v^还会对人体的机理“发起攻击”，危害人体机理。^v^对身心的危害就更大了。吸毒会使身体发生毒性作用，影响戒断反应，使人有精神障碍及变态思想。

对于^v^，最重要的还是预防，千万不要听信那些社会上那些不务正业的人们，要控制好自己的好奇心，一定要十分小心，一不小心你的一生就毁了，假若你已经上瘾了^v^，将会不顾一切得想要吸上它，甚至会为之付出生命。

曾有些吸毒人士说：“当时有人在旁边吞云吐雾地吸着，心中抑制不住好奇心，就也吸了起来，当时吸的时候感觉到自己就是神仙，身体轻飘飘的，似乎要飞到天上去了，以后就再也忍不住了，不顾家里的经济情况，就拿着钱到^v^商人那儿去买了，就这样我几个月后家里就一点钱也没有了，那没^v^的生活真不是人过的，后来就被送到戒毒所去了……”

总之，^v^是一个能带给你快感的恶魔，他会诱惑你上钩，一但你吸食了，戒毒就异常困难，你悲惨的一生就开始了。

我们一定要远离^v^，认识社会，拒绝诱惑，和^v^时代说拜拜!

**绿色无毒健康人生内容作文16**

《无毒青春·健康人生》

^v^，与赌、黄，都属于我们不能接触的事物。但是偏偏有一些人抵制不了这些东西的诱惑，而去接触它们，从而毁掉了自己似锦一般的人生。

——题记

^v^，对于大家来说并不陌生。学校对于我们这些小学生都进行了远离^v^的教育，但是有些人就是有一些好奇，想去看看^v^是不是真的有“美妙的感觉”。但是当他们发现自己的身体开始有异常的时候，^v^已经占据了他们的意识、思想与身体，使他们变成了一个个“杀人狂”。而我们中国人抵制^v^的思想，则是从那一件事开始的……

1839年6月3日，林则徐下令在虎门海滩当众销毁^v^，至6月25日结束，共历时23天，销毁^v^19187箱和2119袋，总重量2376254斤。这就是我们再熟悉不过的“虎门销烟”事件。1840年，^v^和^v^首先来到了中国。^v^战争从此爆发。^v^是由提炼^v^而成，可作药用，但含有大量麻醉性毒素，一抽上瘾，人就变得瘦骨如柴，精神萎缩。中国人因此被称为“^v^”，这是多么可耻呀！经此一战，中国人民彻底扫除了近代以来任人宰割、仰人鼻息的百年耻辱，彻底扔掉了“^v^”的帽子，中国人民真正扬眉吐气了！虎门销烟从此成为打击^v^的历史事件。虎门销烟开始的6月3日，民国时被定为不放假的禁烟节，而销烟结束翌日即6月26日也是国际禁毒日。

我曾看过一个视频，上面犹如充满着悔恨的泪水。至今我还记得其中几句话：“我是一个卑鄙的吸毒者！现在，我很后悔，我吸毒太深，再三考虑，唯有选择死亡来解脱自己污浊的躯体和灵魂，愿以我的死来告诫我的同龄朋友们：‘小心呀！千万不要靠近白色的魔鬼’！”“我是一个卑鄙的吸毒者！”这不仅是一条年轻生命对吸毒的总结，也是对所有人的告诫与呐喊。在最后，钟南山爷爷用他那充满着威严的话语劝诫我们“一定要远离^v^！”，这使我对^v^有了一种危险的感觉，对它敬而远之。

有些人吸毒不是故意的，而是在^v^贩子的煽风点火下，或是在朋友的推荐下：“你就试一下而已，再说你意志力不是很强吗？没事的。”这样就会有人也这么想结果就去试一试。就是因为这么一试出大事了，真是“一失足成千古恨”。

^v^理当被人唾弃、遗忘。它会让一个人失去家人，失去一切人间美好的事物，让他觉得人间已无值得他留念的了，从而结束了自己宝贵的生命。会让一个和睦的家庭，充满硝烟的战火。^v^会让人意志消沉，会促进一个民族的兴亡。我们必须要远离^v^。

那么，怎样才能让^v^接近不了我们呢？1。即使是朋友向你推荐如“^v^”等事物，都不要轻易相信，因为这个东西很可能就是^v^。2。当家里的人贪小便宜，买回来一些廉家商品，也要小心提防。3。在学校外面的小卖部也不要买垃圾食品，因为^v^很可能会“伪装”在里面。

生命无价，时间宝贵。不要让那可怕的^v^侵吞了心，而要用爱和智慧在心中建立一道坚不可摧的屏障来阻隔^v^的侵袭，努力学习。为了祖国更美好的未来，请所有人远离^v^，关爱未来！

**绿色无毒健康人生内容作文17**

中国有句古话：民以食为天。我们每一个人都离不开食物，没有哪个人说自己可以不吃饭。随着社会的发展，文明的进步，现代人的饮食更是变得多姿多彩，鲁、川、粤、闽、苏、浙、湘、徽八大菜系，酸、甜、苦、辣、咸、鲜一应俱全，如今更有西餐逐渐被我们的味蕾所熟悉，我们的生活可以说是有滋有味。但在美食的背后，饮食的健康问题，我们又知道多少呢？

有一句公益广告是这么说的：“管住嘴，迈开腿。”这反映了当今社会的普遍问题：肥胖，过高的能量摄入，过低的消耗，让地球不堪重负啊！而却有很多人，忠心于炸货和烧烤中，不愿自拔。原因很简单，好吃嘛。作为一名吃货，美味怎么可能轻易放过？我承认，这个理由很强大，但咱能注意下形象吗？谁想一身肥膘？放眼我们的周围，有时候，总能在学校围墙边看到有同学在徘徊，在等待；放学路上，总能看到马路边，小吃摊上围满了学生；教室里，偶尔也会飘来辣条、薯片的味道。同学们，你们有没有想过这些充满诱惑的所谓美食其实就是垃圾食品，尤其是路边小吃摊，卫生状况更是让人担忧。

都说身体是革命的本钱，如今的我们正是成长的关键时期，所以我们一定要有一个健康的饮食习惯，一个健康的生活习惯。人生毕竟是漫长的，这期间我们必须养成许多良好的、健康的习惯，才能有个健康的人生。现在，我们是学生，要有健康的作息时间，早睡早起。这里冒昧的问一下，有多少人一到周末就成了“夜猫子”？其实晚睡对健康是有害的谁都知道，但成了习惯就很难改正。再说个实际的例子，我发现现在很多人“出口成脏”，不用否认，这个陋习一直存在。有的人情绪一激动，那脏字就爱如同浩荡的洪流奔涌而出，听得人都一愣一愣的。如果这样的人以后去应聘，让人家听出这毛病，完了。不要笑，这是真的。很好理解，一个把脏话当成一种乐趣的的人，正常吗？他的习惯是不健康的，其人生一般不会健康。

**绿色无毒健康人生内容作文18**

如果我告诉你，可以把学习当作玩，不但可以玩的开心，而且学习效率成倍提高，你相信吗？

在这里，你可以进入我们的《自然图书馆》，认识大自然的美丽，可以登上《健康快车》，享受健康、幸福的生活，可以和我们一起感受《健康新方式》地养生之道，还有……

在这本书中，我领悟到了许多大自然的奥秘，感受到了演员们的默契，让我真真切切的使自己提升能力、智力、合作力、创造力！

在《大脑的秘密》中，我明白了要多参加运动，多吃水果蔬菜胡萝卜，否则，会对大脑受到严重的影响。在《海马的新房子》中，我知道了孵化和养育小海马的任务就交给海马爸爸了！

当然不止这些，在这么多的科学故事中，我悟出许多道理，也不断地翱翔在神奇奥秘的大自然里，快乐飞翔。

这本书让我知道了彩排的重要性，让我们带着检验劳动成果的紧张和兴奋来参与彩排，从彩排中查漏补缺，不断提高。

**绿色无毒健康人生内容作文19**

我校位于河山镇振兴一路大街，近来学校两旁开满了各式各样的副食店。因为年轻消费群体不断注入活力，这些副食店生意兴旺，经久不衰。

每每到放学时间，校门前的大街上满是弥漫着烤羊肉串、烤香肠、炸鸡腿等香味。这些香味就像魔爪一样，一旦被抓住，就很难摆脱。可以说，能抵挡这些诱惑的人是少之又少。

如是这般繁荣景象，自然带来的危害也是非同凡响。

因为中小学生大多是弱势消费群体，消费金额不太大，所以那些花上5元钱可以吃个饱的零食特别受欢迎。但殊不知这些“物美价廉”的零食大多是“三无产品”。所谓的“三无产品”就是无生产日期、无保质期、无生产厂商等信息的产品。如果你吃了这些产品后，一旦有什么不良反应，则无地可以投诉，可以反映，可以索要赔偿。我有过一回亲身经历，让我毕生难忘。一次，因为嘴馋在小摊上买了一包干吃面解馋，但第2天全身是红痘痘，更要紧的是浑身痒得不行，那一天的课，我几乎全没听，全身心的和痒耗着。放学后回去看了医生。说是吃了过期食品的过敏反应。连续吃了好几天的药，这才褪了下去。自此，我就不再在这些地方贪嘴了。

这些副食品店除了这些“三无”零食有问题外，其中还有许多的文具、玩具也是假冒伪劣产品。例如假冒的“迪士尼”文具盒、不合格的计算机等等。这些的小摊主正是看中了中小学生对金钱的认识不够深，小学生不知道事物的好劣，以低下的价格进行引诱，骗得中小学生不少不法的盈利。虽然每件赚的不多，但购买的人数多了，赢利也不少，再则这些东西寿命不长，完了再买，更为这些小贩们制造了许多“商机”。

在小摊上买东西使同学们的合法利益受损，且不利于学校的校风校貌的规范，所以学校几次对学生进行教育，利用黑板报，广播宣传教育，并且多次采取多种行动，监督同学们的行为，杜绝买“三无”零食，确保他们的身体健康。目前我校还有一部分同学仍旧执迷不悟，我行我素。所以我借此安全周宣传的机会，呼吁同学们要重视自己的健康饮食，不要随便吃不健康的零食。

**绿色无毒健康人生内容作文20**

^v^，^v^，\_等，还有几百年来人们都耳熟能详的^v^――^v^，在我看来，这^v^就是中国^v^的根。它们都让人们失去编织人生的美好意愿，沦为一副没有灵魂的肉体。

多少^v^子为了利益不惜触犯法规，多少人在好奇心的促使下接触^v^从而走上不归路，多少家庭因为^v^而感情破碎，多少鲜活的生命被吸毒后失去理智的人伤害，这道不尽的“多少”，难道还不足矣让我们清晰地认识到^v^的危害吗？

长期吸毒对人的身心都有极大的危害，更令人感到恐怖的是，^v^如此高利润，很快就会逼得人把钱全部拿出来，没有了钱就有两条路在眼前，一是去做违法犯罪的事，二是戒毒。万一吸毒者属于那种比较严重的，就很可能一戒毒，身体各处的并发症也随之而来，基于心理精神障碍，还有身体的痛苦，很多吸毒者用头撞墙，在地上痛苦地蠕动，用其他的痛来分散注意力，更甚者忍受不了去自杀了。我在此向所有沉迷毒海的人说：“不要等到一切都覆水难收时才后悔莫及。”

因此我要介绍一位民族英雄，他不畏外敌的威胁，勇于维护国家尊严，对外表明中华民族反抗外来侵略的决心和勇气，他就是林则徐。他当时说了那么一句“誓与此事相始终，断无中止之理”。这番话在林则徐虎门销烟时兑现了。他就是禁毒的好榜样，我们都应该争当禁毒小卫士，向林则徐看齐，为社会添一份活力，不当“^v^”。

那么日常生活我们应该如何与^v^保持距离呢？

首先要对^v^有理性的认识，不要试图吸毒；其次，不去三教九流的场所，不违法犯罪，不包容违法行为等等。只要心中有明确的道德标尺，那就是最好的防御。对身边的吸毒者不要视若不见，要去开导他们，让警察去帮助他们戒毒。据我所知，自行戒毒有一定的难度，需要强大的意志力。因此，我们正确对待吸毒者，帮助他们找回人生方向

世界如此大，惊喜与冒险的戏码在世界各地上演，我们都想过平静美满的生活，或想做出一番壮举，或想在这个时代留下自己的名字，都对自己的未来寄予无限幻想，都想通过自己的汗水和努力去做人生的赢家。怎么能让^v^毁了一切呢？

我们远离^v^，让阳光投射到每一个人的心田里，用斑斓的丝线编织个性人生。

**绿色无毒健康人生内容作文21**

生命就像弈棋，一步失误，全盘皆输。――题记

毒，无处不在，无所不能，任时光飞逝，时代更迭。古有鹤顶红、断肠草、五食散……，毒害众生于无形。今有^v^、\_、^v^……残害身心吞食意念。穿越历史的长河，开启尘封的往事，林则徐虎门销烟，从此奏响了禁毒的高歌。

生命中不能承受之轻，轻于鸿毛！那一张张抽搐扭曲的面孔，那一双双空洞死寂的双眸，那一声声撕心裂肺的呻吟，夹杂着亲人的愤怒、心痛、绝望，竟让人性本该有的真诚、善良、勇敢、坚强，在这白色粉沫中失去方向，节节败退。于是乎，年轻的生命从此烙上恶魔的印迹，任白色瘟疫横行，泱泱大国瞬间沦落、衰败。^v^成为中国人另一个称呼，带着耻辱刻进民族的血液里，勾画出一个懵懂无知、萎靡不振、颓败没落的中国。然炎黄子孙、热血男儿，岂能如贼人所愿，林则徐查禁^v^、重治吸食、虎门浅滩狼烟滚滚。总销毁^v^2119袋，19，187，总重量2，376，254斤。至此，6月26日承载着历史的厚重成为国际禁毒日。时至今日，我们何曾忘记，我们信誓旦旦，绝不重蹈覆辙。可残酷的事实却又一次将我们的信心无情地击溃。据我国禁毒组织统计，我国35岁以下的青少年吸毒者已占到了吸毒者总人数的85。1%。20\_年90后女毒枭24公斤^v^案告破、温州特大^v^案缴获^v^^v^约5公斤、^v^700余粒，以及大量新型^v^、明星子女吸毒锒铛入狱……年轻，无知、好奇……让他们迷失在^v^美丽的迷雾中，冲动、叛逆、天真、自负……使他们失去理智、迷失自我。白色烟雾中的飘飘欲仙让他们落入无底的深渊，甚至付出生命的代价。严峻的事实证明，一旦吸毒，自身将因^v^本身所具有的成瘾性特征产生对^v^身体，心理上的双重依赖，而无法依靠现代尚不完全的戒毒手段和个人意志走出深渊，终身成为^v^的俘虏，永远失去作为一个正常人的生活，整日苟延馋喘……

少年强，则国强；少年富，则国富；少年立，则国立。我们，二十一世纪的中华少年，中华之栋梁，华夏之脊梁。面对^v^，我们怒目而视；“我们愿意用生命去捍卫，远离^v^，看生命灿烂如花”这是我们庄严的宣誓。

**绿色无毒健康人生内容作文22**

如今，^v^犹如洪水猛兽，时时刻刻威胁着我们。面对一个个幸福和睦的家庭被^v^吞噬，我们应该怎么做呢？没错，就是禁毒。^v^一日不绝，禁毒一日不止！

所谓的^v^就是^v^、^v^、^v^等。^v^进入人的身体危害极大，而缺乏消毒的注射器是乙肝、^v^、艾滋病传播的元凶。^v^会使人、智能下降以及个性改变，几乎每一个吸毒的人均有人格障碍及其它多种并发症，最终，每年不知有多少人因为吸毒而失去了宝贵的生命……

许多失足的少年都由于好奇心去尝试，心里还天真地以为：没关系，我就那么一次，不会有什么时候大碍的，以后不碰就是了。可他们不知道的是，在他们第一次尝试后，就犹如海藻泛滥一般染上了毒瘾，再也无法自拔了……这^v^对于这些青年来说，极具诱惑性，但对于某些好的行为习惯的人来说，却没有丝毫的诱惑性。所以，洁身自好是预防^v^的良剂。

随着科技的飞速发展，这些害人害己的东西也是在更朝换代，从有形到无形，从有味到无味，还真令人防不胜防……

面对一个又一个鲜活的案例，我不禁踌躇满怀，百感交集！李某，17岁，正值“花开”时节，偏偏走上了一条不归之路――嫌学习压力太大的他，结识了一群无心向学的失足少年，后来学赌博，染上了吸毒，因此受到了法律制裁。陈桥，14岁，是桂林市民族中学初一的学生，事发当天，他从学校回到家中，坐在客厅沙发上，他的母亲在厨房里忙乎着午饭，突然听到噗通的一声，孩子从沙发上面掉在了地上，看到他脚手都抽筋了，她马上跑出来把他扶在沙发上。当时陈桥口吐白沫倒在地上，四肢抽搐，神志不清，家人赶紧拨打了120急救电话。后来医生诊断：“吸毒过量。”经过几个小时的抢救，也没能留住陈桥的生命。同时公安局民警也来到医院为他做了尿检，证明他曾过量吸食^v^而导致呼吸循环衰竭，最终死亡的。眼前一个个活生生的事例，希望青少年朋友们能在戒毒者悔恨的声音中筑起防范^v^的坚固防线。

同学们，^v^是个不好惹的家伙，它是一个丧心病狂的恶魔，它只会让我们“一失足千古恨”、家破人亡。鲜活的生命如鲜花般灿烂动人，我们在这开花般的年龄，应品味生活的多姿多彩，但我们千万不要让^v^的好奇心断送了我们尚未辉煌的人生。谨记谨记！

**绿色无毒健康人生内容作文23**

昨天就是弟弟他们学校在弄了一个心理健康测试吗100道题，然后自己是后来才下去的，因为一开始在楼上死躺嘛，然后后来下去的时候发现妈妈她很认真的在跟弟弟听那一些有关于心理健康的事情，就是其实妈妈她也挺关注弟弟的心理健康的吧，毕竟她之前也有说过说她为了弟弟不走歪路，然后她真的是费尽心思，其实这一点的话自己平时要自己去发现的话，自己是不会说去发现到的，但是呢，他有去踢的话自己又会发现，其实他确实是很用心的，就确实是这样子，但是如果真的要自己去发现的话，自己又觉得自己没有说发生什么异样啊，就一直都是那种正常的教育方式，所以可能就是真的是费尽心思吧，然后还有就是下去的时候他们就是很愉快的，因为在。心理健康测试的时候，那些题有些时候真的就是挺搞笑的吧，然后慢慢他就在那里关注着他的那一些答案，究竟是不是符合心理健康的那一些标准。

然后自己就突然间也是觉得其实妈妈她真的就是有很关注我们的成长嘛，就有这种陪伴的话，对于她的心理健康不会说差到哪里去的，其实后来她测出来的标准就是很高的，心理健康就是心理健康，一切正常，而且是非常好的那一种状态。我觉得也是理所应当的吧，毕竟妈妈她也是费尽心思了是吧，而且妈妈她的教育也是一直很好啊，就她的三观什么的都是嗯，街坊他们都参照的就想起。上次问90说，嗯，为什么他是他的奶奶带大的，然后为什么三观还那么正呢？然后他当时就是说，但是可能是因为他的奶奶的三观比较正吧，而且就觉得其实这一些家长辈啊，他们都是影响很大的，真的就是耳濡目染的这种感觉。然后就这段时间有一直和工程里面的那一个姐姐说到了这些教育的问题，然后他们就说，其实他们也一直在说很羡慕我们家的这种开明的家庭教育，再加上妈妈她有药给我们准备说教育资金啊什么的，就是说有钱人的有情商性的那一种计划性眼光啊，而且是很为我们考虑的那种计划性，眼光，他们的话就没有。

但是自己觉得其实就是站在不同的高度会认识不一样的人吧，自己现在正在这样子的高度，就是在高中认识的那些朋友，他们基本上那些家人都是很有这种眼光的，所以大概也是因为爸爸妈妈有这种眼光，然后才把自己衬托到了，这样子的高度吧，就觉得还是挺感恩的，真的跟家庭教育的影响太大了。所以就觉得其实真的就是你要好好的去疼爱自己，不要去作贱自己，不要去浪费自己的生意和健康，不要说因为哪一个陌生人，然后就去见他自己，真的没有必要，你的爸爸妈妈呵护了你那么久之后呢，你却因为一个陌生人然后去伤害他们的心，去伤害他们的劳动成果，真的就觉得这样子实在是没有必要。

**绿色无毒健康人生内容作文24**

今天我看了一些是以禁毒为主题的宣传图片，实在是太恐怖了。图片讲诉着一件件因为父母亲吸毒而将自己的孩子卖给他人换取金钱买^v^的可怕事件，也讲诉着一个个因为吸毒而使身体腐烂的惨状……因为“毒”，那些弱小的孩子要忍受折磨，那些原本快乐健康的人被它所侵蚀。看着图片上一条条生命的结束，我开始怨恨为什么世界上要有毒。在这之前，我认为所谓的毒其实对身体没什么危害，因为听说现在有很多人在吸食呢!但是看了宣传图片之后，我对“毒”有了新的认识，原来、、等都属于^v^。“毒”害人无数，是让人走向死亡的罪魁祸首，它拆散千千万万个幸福的家庭，是人类的最大敌人。

“对于这样的侵蚀难道我们真的束手无策吗?”我不禁这样问道。不是的，只要我们能够抵住它的诱惑、有坚强的意志力去战胜它，我们就能阻止它所带来的一切。

学校不是经常对学生进行禁毒教育吗?尽管这方面教育的力度很大，但还是听说有学生不以为然，仍抱着好奇的心理去尝试，结果被^v^所害。我们应该警醒自己不管任何人给我们什么香甜可口的东西吃，也不能随随便便接受，即使最亲密的朋友也不行。我在这里想送一句话给大家，希望牢牢谨记在心：“珍爱生命，远离^v^。”

**绿色无毒健康人生内容作文25**

“珍爱生命，远离^v^”这句标语时刻在警示着我们。“生命”是世界上最重要、最珍贵的东西。“^v^”是世界上最可怕、最魔鬼的东西，可是有些人却用^v^一点一点地吞食着自己的生命。^v^，是一个无声的恶魔，它表面上看似很白，很纯净，但是，它却会发出一连串的糖衣炮弹，伤害人们脆弱的心，扭曲人们温柔的本性，摧毁人们美好的生活。

忘不了曾在电视上看到的一张张痛苦的脸，你们可曾想到，那一点点小小的东西，就可以毁掉你们美好的青春时光;忘不了那满屋狼藉的房屋，你们可曾想过，那一次的好奇会带来家庭支离破碎的后果;更忘不了那从小生活在吸毒家庭中幼小的孩子，他们承受了多少那个年龄不该承爱的痛苦!

而种种发生在我们身边真真切切的吸毒事例更是随处可见：\_年，一位16岁少年在别人的引诱下，染上了毒瘾，最后因吸食过多，大脑失去控制能力，产生幻觉，在同年9月将自己的亲生父亲杀害。我们院子里有一个高三的学生，成绩十分优异。但学习的压力和身体的劳累，让他吃不消。他听别人说吸食^v^能让人精神振奋。虽然他也知道^v^的害处，但他认为自己意志坚强，而且只尝那么一点点决不会上瘾。在好奇心的驱驶下，他一步步走向深渊，陷入了^v^的魔掌，为了吸毒他想尽办法弄钱，最开始旷课打工，后来打工的钱远远不能满足他买^v^，他就去偷、抢，大好前途就这样毁了。最让我记忆深刻的是一位姑娘，她面黄肌瘦，枯瘦如柴，似一阵微风就能把她轻轻吹倒，但又有谁能想到她才十七岁，已经有两年多的“毒龄”了。导致她吸毒的原因却是：父母经常对她打打骂骂，让她感觉不到家的温暖，使她觉得自己是家中的“累赘”，于是借^v^来消散自己的忧愁和苦闷。但最后却弄巧成拙，把自己一步一步推向了戒毒所。

由此可见，^v^是吞噬生命的恶魔，让“好学生”变成“瘾君子”的魔鬼，是拆散家庭的凶手……所以我们千万不要抱着强烈的好奇心和侥幸心来“靠近”^v^;千万不要以为^v^能美容、能治病而吸食;千万不要接受陌生人的饮料和食品，而陷入^v^的深渊之中。

一个人的生命只有一次，那一次是无价的，它承载着亲人、朋友和家庭，乃至社会赋予的责任。所以我们应该珍爱生命、远离^v^、拒绝吸毒、打击^v^，让世界更美好!

**绿色无毒健康人生内容作文26**

父爱如山，他不求回报；父爱无闻，他是无形的感情。父亲节到了，你们都给自己的爸爸准备了什么礼物呢？是问候？是贺卡？还是礼品？今年的父亲节，我给爸爸送去了一份健康。

说起我的爸爸，最大的缺点就是爱吸烟。不仅在家里阳台上吸，就连骑车子送我上学的时候也不例外，为此我那漂亮的羽绒服也镶嵌上了N个小洞洞。他每天至少要吸一包烟，他吸的烟啊我估计能绕地球转几圈！我把那些关于吸烟的资料给他看了又看，可还是不起作用。我一直想帮爸爸改掉吸烟的习惯，但是没有机会“下手”，这个父亲节就是一个好机会。用什么方法呢？对了，神秘礼物即将登场！

我立刻联系上了老妈，又从我从我平时舍不得动得压岁钱里抽出100元。老爸刚好不在家，快行动吧！我们下了楼，找到了附近的一家药店，这家药店门口写了几个醒目的大字“出售‘戒烟王’”，我们进去一问，推销员拿出一盒烟，咦？这不是和平常的烟一样吗？推销员阿姨把烟盒打开，里面是满满当当的一盒烟。推销员说：“这和别的烟一样，也是用打火机点着后吸的，但是里头的材料不同，20元一盒。”我心想：这多好，我买上两盒才40元，老爸就能把烟戒了，这多好啊！我正想掏钱，老妈拉着我出来了，老妈告诉我：“便宜买不着好货，这里头的东西说不定会让你爸爸越吸越爱吸的！”我听了老妈的话，若有所思地点点头，向下一家商场奔去。

我们来到柜台边，我先问推销员：“这里有卖戒烟用的烟吗？”“有哇！”推销员说着从柜台里取出一盒烟，这个烟和刚才的一样，我皱了皱眉，心想：不会这里也没有了吧！没等我说话，服务员又拿出了一个盒子，这个盒子是蓝色的，上面写了几个字“公爵芙蓉替烟王”和“豪华礼盒装”。我和妈妈的目光不约而同的投向了这个盒子。推销员打开了盒子，我发现这个盒子里只有一根烟，上面是白色的，下面是蓝色的，随后又一个扁嘴是黑色的，我用手摸了摸，硬邦邦的，竟然是一根铁烟！

**绿色无毒健康人生内容作文27**

人生是张单程车票，生命只有一次，青春只有一回，但近年来，没心没肺的^v^把罪恶的黑手伸向我们的未成年人，他们把^v^改头换面迷惑我们未成年人，致使我们美好的人生划上句号，所以我们一定要擦亮眼睛，对^v^加强防患意识。

我们拒绝^v^的同时，也要了解^v^，这样才能更有效地远离^v^。150多年前，它的名字叫^v^，也叫福寿膏。有一幅反映那时的生活的画面让我久久不能平静。画面的内容是：一群梳着长辫的士兵手中拿着两杆枪：一杆是锈迹斑斑的步枪，一杆是油光可鉴的烟枪。那些吸食^v^的士兵身体羸弱，精神萎靡不振。这样，英国殖民者轻而易举就打开了中国的大门，致使中国遭受了沉重的打击，这时，禁毒英雄——林则徐站了出来，“虎门销烟”浇灭了侵略者的嚣张气焰，但是由于清政府的腐败无能，中国人民从此陷入了水深火热中，过着暗无天日的痛苦生活。

现如今，我们生活在红旗下，过着幸福的生活，^v^乔装打扮又想来侵扰我们。随着科学技术的日新月异，^v^已有一个庞大的家族，常见的有^v^、^v^、^v^、^v^以及在一些娱乐场所屡禁不止、极易让青少年误入歧途的^v^等。^v^最大的危害在于它的成瘾性，任何人只要染上^v^，就会对它产生强烈的生理和精神上的依赖。

^v^就像一个身着盛装的女魔头，会将你一步一步拉入无底的深渊，并使你万劫不覆，悔恨终生。可是为什么不断有人跳进去呢?好奇是青少年陷入吸毒队伍的最主要的原因。人们常说：“好奇心害死猫。”其实，面对^v^，好奇心害死的是人。如果禁不住^v^的诱惑，或者为了赶时髦，寻求刺激而尝试^v^，那么你会成为下一个“一失足，成千古恨”的年轻人。

如果你是因为生活的打击，心灰意冷，为寻求安慰而盲目尝试^v^，那么你会被它送入“十八层地狱”的。^v^带给你的是梦幻，是泡影，更是痛彻肺腑的折磨。

“少年智，则国智;少年强，则国强。”我们青少年是祖国的未来，民族的希望，我们应该用我们的青春书写祖国的壮丽篇章。

**绿色无毒健康人生内容作文28**

今天，天特别冷，窗外的风刮得呼呼的，可是我仍然想着去打球。

从8点半开始，我就一个劲地问妈妈：“到底能不能去了？”“到底能不能去了？”把妈妈都问烦了。一直等到十点的时候，才来了消息，可以去了。那时我才放心，因为我这个周又可以既锻炼身体有挣钱了，呵呵！

很快，我们就来到了篮球场，打起了篮球。比起上周，我自己觉得自己的技术又提高了。虽然天冷风大，我却觉得投篮的时候很顺手，一会一个，一会一个……老爸可能是看我进球太多了，所以告诉我，每球该成2块钱了。就是这样，我在不长的一个小时里就进了33个球挣来了66块钱，你说，我挣钱容易吗？

希望大家都来锻炼身体，都能有一个好体格。

**绿色无毒健康人生内容作文29**

处在班级体中的个体，不要忽视你自己的存在，你们中的每一个人都是班级体中的一份子。知道吗，你的一言一行都会牵动着班上每一个人的心。

早上，你换了与平时不一样的衣服，并非刻意的展示，却早已映入他人的眼帘，虽然她（他）并没有表现出你所期待的那份激动；中午，你买的是饺子而不是平时吃的米饭，这时候，你肯定没有发现别人的关注会悄然进入心灵的港湾；傍晚，你可曾注意到，你在运动场上矫健的身姿也不时引来她（他）赞赏的目光；卧谈会上，甚至你都是整晚话题的中心。知道吗，你们群体的每一个人都在关爱着你呢！他们注定可以成为你生命生活中的好朋友。

千万别忽视了你身边的人们，他们都在关心着你呢？只要你也把他们作为你的好朋友。如果遇到什么困难，想一想周围的朋友，想一想周围关爱着你的人，想一想组织，想一想你的父亲母亲，想一想你的辅导员，想一想为你付出辛苦劳动的人。他们是心地善良的，他们也是乐于助人的，他们更是关爱他人的。把这些挫折，这些困苦说出来，他们会伸出援助之手。人的一生中会遇到这样那样的困难，自己可能不会完全解决得掉，这时候一定记得向周围的人求助，求援。想一想你也是愿意帮助别人的人，别人也会十分愿意帮助你的。敞开你的心灵，放飞你的心情，爱始终在我们的身边。

呱呱坠地啼出第一个哭声，但是，所有的人都笑了。为什么？因为新的生命带来了不一样的活力。从此，你的生命就有了新的意义，你的父亲母亲，你的爷爷奶奶，你的外公外婆，你的亲戚朋友，你的老师，你的辅导员，你的朋友，你的室友，你的爱人，你的孩子，你的一切一切。看，所有身边的人都在关心着你，都在爱着你，生命因为他们的关心而显得格外有意义，生活也同样因为他们的关心而显得格外精彩。为了自己，也为了他人，让你的生命释放出更多彩的光芒，因为，别人都在关心着你，为了他们，你要珍爱自己的生命，你需要把生活变得靓丽起来。

**绿色无毒健康人生内容作文30**

我们五彩缤纷的童年，离不开书，因为“书籍是人类进步的阶梯”。

书，就是一位沉默的好老师，外表看上去平静的她，其实内心却蕴藏着丰富的知识。

书，就是一条通向成功的道路，只要你轻轻翻开书页，认真阅读，当你把一本好书读完，你就有了一大笔可观且任何人永远都无法偷走的“财富”。

名人成功离不开拼搏和勤奋。书，自然就成了他们通往成功的奠基石：牛顿凭着对知识的执着和思考，发现了“万有引力”;居里夫人凭着对知识的不懈追求，终于成为了“镭”的母亲。

一本好书就如同一位人生导师，给我们人生之帆导航。读《童话故事》的时候，我仿佛进入了一个神奇的世界，里面的一切人和物都变得那么美好，让我的心灵得到了净化和升华;读《漫画与幽默》的时候，我总是被里面那些幽默搞笑的话语和故事逗的笑个不停。在我不开心的时候，最爱看的就是《漫画与幽默》，因为她能让我忘记所有的烦恼，于是我就给她起了个别名叫“开心果”。读《钢铁是怎样炼成的》的时候，书中主人公保尔--柯察金那种坚强的意志深深地打动了我，教育我要在困难面前树立信心。总之一句话，书的好处多得数不清!

读书的意境，是我茁壮成长的氧气。书引起我无尽的思索，在这种思索中我快乐地成长。

好书让我写作文时驾轻就熟。很多同学一提起写作文就会头疼，可是我却从来没有过这样的体会。在不断的阅读中，我的头脑中积累了丰富的材料，在写作文时，我总能按照老师的要求，写出令人满意的作文。

书啊，您让我开心，让我忧愁，和您在一起，让我的童年生活如此的丰富多彩。您是我的良师，更是我的益友，谢谢您，一路伴我成长……

从读书中，我学到了很多，要想读好书，靠的是顽强的毅力、执着的热情，正如杜甫所说的：“读书破万卷，下笔如有神。”“冰冻三尺，非一日之寒，滴水穿石，非一日之功。”

知识是无穷的，学无止境，每一本好书都像一位启蒙老师，指引着我前进的方向，它告诉了我做人的准则，让我从中获得更多的知识，树起我人生的奋斗目标。

读书使我快乐，读书伴我成长!

**绿色无毒健康人生内容作文31**

打篮球不是我的长项，欣赏篮球可是我的专长。爱某些事物，似乎不需要理由，但我喜欢欣赏篮球却有我的理由——感悟篮球，品味人生，健康快乐。

喜欢狂傲的湖人小子科比·布莱恩特，科比有狂的能力，有傲的资本。五十多分对科比来说只是试牛刀，八十一分才是他向球迷交出的答卷。人生在世，有时狂傲一下又何妨？

喜欢阿伦·艾佛森，1米83的小个子穿梭在高人如林的赛场上，脚步神出鬼没，出手变幻莫测，而他，有大小伤17处。有人说他继承了乔丹精神，而我则认为他比乔丹还能拼搏。艾佛森是拼搏象征，人生短短数十载，又能几回搏呢？搏他几个回合，人生岂不更快乐。

喜欢“石塔”邓肯。身为NBA头号大前锋的他总是默默地为球队工作，苦累从不溢于言表，只是踏踏实实干好自己应该干的，只有脚踏实地，人生才能健康快乐，有朝一日才能登峰造极。

喜欢大鲨鱼奥尼尔。力拔山兮的他坐阵篮下无人撼动，当穆大叔被评为最佳防守时，他笑着说：“他能防住我吗？”这句，让人感受到了奥胖的自信和豪迈。人生之路我们要充满信心，才能健康快乐地成长。

喜欢闪电侠韦徳，背身投篮、人秋分过、终场压哨这些很少出现的镜头总是发生在他身上。快若奔雷，疾如闪电的韦德总是将不可能变为可能，就像那句广告词一样：一切皆有可能。

喜欢小霸王斯塔达迈尔。超乎常人的身体素质让他在内线无所畏惧，不管面前时大鲨鱼还是小巨人，都无所谓，他会用爆扣这种充满霸气的方式来目击对手。小霸王霸气十足，我们是否也可以偶尔霸一下呢？

很少有人喜欢史蒂夫·纳什，因为他不会扣篮，但我喜欢他。纳什的传球不可轻视，纳什的能力不容置疑，纳什的价值有目共睹。纳什，让菲尼克斯太阳从最滥的队伍到最炙手可热的队伍，纳什用传球将太阳队串成一个整体。纳什的传球出神入化，利如手术刀。有了他，菲尼克斯人知道了什么叫团队精神。我们也真正懂得了从小就知道的一句话：团结就是力量。

篮球场上风云突变，正如人生变幻莫测，NBA西区半决赛，湖人客场战马刺，比赛还剩秒时湖人还落后一分，但秒似乎改变不了什么，马刺的SBC中心已在提前庆祝胜利。但就在这秒，成就了名不见经传的费舍尔的惊人一投，湖人获胜。马刺的球迷也有热带雨林一下子到了南极冰盖。这也正如乞丐一夜暴富，富翁转眼破产一样。人生之路，你永远不知道下一步是什么。只有坚强、坚强、再坚强，人生才能永远健康快乐。

品位篮球，感悟人生，健康快乐。篮球是我的最爱。

**绿色无毒健康人生内容作文32**

现在的我们，正直青春的时候，这时候的我们，什么都没有，有的，只是青春活力。不过，正是这青春与活力，带给了我们健康的生活。

运动能使我们变得体魄强健，意志坚定，更能增加我们面对困难的勇气，真可以称得上是“百利而无一害”。

去年冬天，冰天雪地，气候寒冷，学校组织了冬季长跑活动，我们每天在课间操的时间内进行长跑。同学们迈着稳健的步伐，一股股白烟从大家的口中呼出，“一二一、一二一”整齐的口号在校园的空中回荡，一声声整齐的脚步声踏在坚硬的跑道上，发出“咚咚咚”的响声，虽然气温已经降到了零下，但是大家的脸红扑扑的，丝毫没有感觉到冷。无论周围的温度多么地寒冷，可是跑步却使我们保持着一颗火热的心，这颗火热的心，在寒冷的环境中散发出火红的灿烂光芒！以至于在整个冬天我们都没有感到特别寒冷，我想这就是学校的这个活动带给我们的无限益处。

今年过年回老家，不少亲戚朋友都说我长高了不少，有的人说我今年比去年又长高了不少。妈妈说这就是我经常锻炼的功劳。没错，过去的这一学期我确实是经常锻炼：每天中午都和同学们一起打篮球，每周五下午还要打球打到天黑，周日下午也要打一下午的球，平均每天都会玩一个半小时的篮球。篮球是一种竞技性很高的体育项目，要跳、跑，对各项身体素质要求也很高，起到了很好的锻炼作用，也许，这就是我的个子比一年前长高的不少的原因之一吧。

运动能增加人体的免疫力，提高身体素质。体育精神高尚，能增强面对困难的勇气，也能增强意志；体育不单单是纯属体力的竞技，对智慧的要求也非常高，多多锻炼还能促进大脑的发育，避免脑供血不足的症状，因此，多多运动还会增长智慧。记得奥运^v^的发源地古希腊有这样一句格言：如果你想聪明，跑步吧；如果你想强壮，跑步吧；如果你想健美，跑步吧！

体育是跃动的音符，体育是舞动的旋律，体育是运动的艺术。青少年的健康是国家的财富，更是每一个人健康成长和实现幸福生活的根基。有了健康的体魄，才能为祖国和人民做出更大贡献，拥有更加幸福的生活。“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的理念人人知晓，并深入人心。来吧，亲爱的同学们，让我们走到操场上来，走到阳光中去，呼吸清新的空气，沐浴和煦的春光，踊跃参加丰富多彩的体育活动，在运动中领略体育的魅力，感受体育的美丽，体会运动的快乐。为了健康，为了未来，让我们积极行动起来，满怀激情地投入到体育运动中去吧！

让我们在青春的岁月里，拥有一个健康的身体，拥有一个快乐的回忆吧。

**绿色无毒健康人生内容作文33**

世间千万事，而让尘世变得温暖、和谐的莫过于亲情、友情、爱情，还有最重要的感恩之情。从古代开始，感恩之说就已盛传。不单是人知感恩，动物亦是如此。羊有跪乳之恩，鸦有反哺之义。哲学家尼采说过：“感恩即是灵魂上的健康”。这么比喻，足以见得感恩占据着多么重要的地位。

古人云：“滴水之恩，当涌泉相报”。这不光是为了报答别人对自己的帮助，还是为了结个善缘。古时，人大都信佛，佛曾有一说：“救人一命，胜造七级浮屠。”从这种角度看，感恩也是为了积德修心。在现代人看来，也是如此。现代人思想开放，他们认为感恩可以拉近人与人之间的距离，释放内心的压抑，使自己快乐。久而久之，人便会产生一种说不明的气质，这种气质使人胸怀宽广，精神振奋，这就是所说的感恩即灵魂上的健康。

历史上也不乏感恩之人。三国鼎立时期，有一奇人，名为“诸葛孔明”，蜀国之所以能与魏、吴相并，很大程度上是因为诸葛先生。早年刘备为寻得人才，煞费苦心，得知诸葛孔明后，连续三次前往其居住之处请求出山，而诸葛孔明也正是为报这三顾茅庐之恩毅然出山，辅佐刘备，鞠躬尽瘁，最后帮其打下江山，建立蜀国。刘备离世后，他也一心一意辅佐阿斗，不改初心，只为报刘备礼遇之恩。可见，诸葛先生将感恩放在多么崇高的位置。感恩让诸葛先生的才智有了用武之地，让他的生活变得精彩灿烂，更让他整个人精神焕发，感恩即是灵魂上的健康。

帮助之恩、知遇之恩、授道之恩、养育之恩当中，养育之恩是必须要报答的，母亲十月怀胎生下了我们，父亲与母亲倾尽一生呵护我们成长，如此无私付出，难道我们不应该知恩图报吗？让我感触最深的一首歌曲，是筷子兄弟的《父亲》。是的，时光令我们成长，可它同样也令父母衰老。“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”，子女哪怕只是从千里之外打一通电话，或写一封家书给父母，父母都会感到无比幸福。知遇的重要，对其解释最详细的非《马说》莫属。“世有伯乐，然后有千里马，千里马常有，而伯乐不常有。”结合现实，那些有才却无人赏识的人正如《马说》中的千里马缺少一位伯乐。有人说：是金子总会发光，但如果没有人发现，当光芒被覆盖时，那么也就如常人一般，可见知遇是多么重要。知遇之恩我认为应与授道之恩并列。老师教授我们知识，让我们有成功的基石，他们与识才之人是我们生命中的贵人，这同样也值得我们去感恩。我国自古以来就有尊老敬老、尊师重道的优良传统，感恩增进了父母与子女、师长与学生之间的感情，增强了人们的自信心和幸福感，知感恩即是灵魂上的健康。

人之初，性本善，如今人们能保持这种本善，即是感恩的功劳，因为感恩即是灵魂上的健康。

**绿色无毒健康人生内容作文34**

如果有人问我，你最近健康吗，我会不假思索地说那当然啦！因为，我有一份快乐的心情，我就天天健康。

我快乐，因为上天恩赐了我一幅健全的体魄，使我拥有了一颗鲜活的心。试想，要是你成天都得面临输液、化验、吃药，你能健康快乐吗？不是说生命只有一次吗？谁不珍惜自个儿的命？身体的健康在于保养。个子的高矮，皮肤的黑白，容貌的俊丑，那多半是爹娘给的，自己无法作主，那就在合理膳食、适量运动上下功夫吧。

吃什么呢？咱小老百姓不希罕那山珍海味，就吃点自家种的粗茶淡饭，那叫“绿色”、“天然”，当年喂猪的红苕叶、牛皮菜不也是登上了星级饭店的餐桌吗？有了这颗心，你就不会成天抱怨自己咋就不出身名门呢。

“饭后百步走，活到九十九。”这话对于像我这样成天与计算机和学生为伍的人，自然十分应该。对于在田里、坡上终日劳作的农人来说，恐怕就显得多余了。春天，“有情芍药含春泪，无力蔷薇卧晓枝”时，他们却“晨兴理荒秽，待月荷锄归”；夏夜，“荷风送香气，竹露滴清响”时，他们便“开轩面场圃，把酒话桑麻”，何等惬意！没有了子女拖累的城里老人，女的天泡在秧歌队里，男的遛鸟、钓鱼，也是自得其乐！

我快乐，因为好友相伴和家人相依使我拥有了一颗年轻的心。朋友，在你的婚姻、家庭、事业、人生处在漩涡中或浪尖时，恐怕你最需要的不是金钱、美女，而是好友的劝慰，亲人的鼓励，哪怕是无言的沉默，也会让你有了希望，有了奔头！

生活，就像那锅碗瓢盆磕磕碰碰，就像那一团麻，缠缠绕绕。怎么办？一个好汉还四个帮呢，你不会向朋友诉说，让朋友给你一个支点，你不就把生活这千钧重担挑起来了吗？不是吗？当你“人自伤心水自流”之时，朋友不但会“垂病中惊坐起”，仍是“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”！

一朵快要凋零的鲜花，咬一咬牙，也许就能看到明天火红的太阳，父母、妻子（或丈夫）、儿女就是你的天使，你的太阳啊！所以，你一定要珍惜这比金子还珍贵的情谊呀！不是说“军功章上有我的一半，也有你的一半”吗？

我快乐，因为“捧着一颗心来，不带半根草去”的事业使我拥有了一颗滚烫的心。教师干的是良心活，靠的是爱心、细心、恒心；对于一线教师的考核也比工厂考核工人复杂的多，换言之，更难做到公正、公平，如何真正奖优罚劣，的确煞费苦心。因此，保持一颗平常心，“不以物喜，不以己悲”就更加难能可贵了。一旦你拥有了好心情，你就不会为自己“起的比鸡早，睡的比更夫晚”苦闷了。

你看，那姜太公钓鱼，优哉游哉，居然钓到了周文王从而名扬天下；那陶渊明“不为五斗米折腰”，才能有“悠然见南山”的飘逸。因此，保持一颗平常心，你就能六根清净，永远激情四射，魅力无限！

**绿色无毒健康人生内容作文35**

“感恩即是灵魂上的健康。”这好像就是一种对“感恩”最亲切、最朴实的描述了。灵魂的健康，其重要性不亚于身体的健康，失去了感恩之心，人的灵魂就有了一个致命的缺陷，就无法在人类世界里长久生存下去。这一如一具干瘪无力的身体，拖着病痛，无法靠自己的力量生存。感恩，就是滋养灵魂的甘露

我们人类作为世界上不同于其他动物的种群，区别就在于我们拥有比动物更多的千万种情感，而感恩，就是我们在人类交往中坚守的情感原则。羊羔跪乳，乌鸦反哺，动物尚有感恩之心。我们将感恩视为灵魂的健康，那么更应该滴水之恩当涌泉相报，一饭之恩当倾囊而报。

感恩是自古以来我们中华的传统美德。有“子路负米”的千古佳传，有豫让“士为知己者死”的大恩大义，有韩信回报“一饭之恩”的品德流芳百世。这些伟大的人们、深刻的故事，无不使他们以“感恩”铸就了他们在历史长河中永生不息的灵魂。这一品质正让他们灵魂的健康得以保持，至今仍被人记住。感恩让这些优秀的灵魂得以闪耀于历史长河，让这些美德佳话生生不息得以传颂。所以，感恩是点亮灵魂的光华。

感恩让人的心灵日渐成熟。我们身边的每个人给予我们一点点的帮助，因为这一点点小小的帮助，我们也应该心怀感恩之心，当发生了矛盾时，如果你心怀感恩，想到他们对自己的一点点帮助，那么就会先入为主地学会包容他人、理解他人。正如《我们不是天使》中说的一样：“一个成熟的人往往发觉可以责怪的人越来越少，人人都有他的难处。”在人类社会群体中，不可避免的人际交往往往会产生矛盾，而每个人心怀感恩得面对这些情况时，就会有意识地将坏事当好事办，抛开抱怨的心情。这正是感恩塑造给灵魂走向成熟的一个标志。所以，感恩是教会灵魂变得成熟的先师。

当一个人没有感恩之心，正如所认为的，他就失去了灵魂的健康。如果把灵魂看作一个人，那么失去健康，就好像是一个双眼凹陷、面色苍白，枯瘦的身体佝偻前行的人，被大家逃避而忍受病痛和孤独。这样的人不会被人们可怜，因为失去感恩，同样也失去了别人对自己的信任和友好。“人与人之间，最痛心的事莫过于你认为理应获得的善意何友谊的地方，却遭受了忧烦和损害。”所以人没有感恩之心，失去的不仅是个体的灵魂的健康，更失去了人与人之间的友好，选择了更艰难的处境。

每一个馈赠都值得自己心怀感恩，它们是营养的果实，一点点滋养灵魂保持健康。几米曾说，他的世界每天开出一朵花，那么人生中的每一个恩惠就是我的世界里播下的花种，用感恩的甘露浇灌它们，就开出了灵魂的花朵。

**绿色无毒健康人生内容作文36**

不知道有多少只鸟儿欢快的从我的窗前掠过，只知道坐在窗前的我早已麻木了，我在绝望中挣扎，然而所得的顶多只有痛苦罢了，这一切都来源于心中的那片阴云。

“你有本事就滚呀！真是站着说话不腰疼。”“该滚也是你滚，你冲我吼什么吼！”接着，一阵碟碗破碎的声音随之而来。“吵！吵！吵！你们天天只知道吵，烦不烦呀！”我狠狠地将手中的笔摔在桌子上，我真恨不得拿棉花堵上自己的耳朵，省得再去听他们没完没了的吵闹，我关了灯，钻进被窝，不争气的泪水在眼眶里打转。“为什么一切的不幸都要在我的身上扎根？为什么我就不能拥有一个和睦温馨的家呢？”客厅里无止境的争吵伴着我不可阻挡的哭泣声，显得那么凄凉。

太阳又从云层中露出了笑脸，托出一颗倍爱打击的心，我翻身起床，慢腾腾的穿衣洗漱完毕，暖水瓶里空空如也，我只好空着肚子去上学。上午，好友问我是不是生病了时，我冷冷地抛下一句“严重性心病，说不定随时‘休克’呢！”“啊！有那么严重啊！”好友惊得不得了，我冷冷地笑着，连我的心也几乎在发颤。也许是好友看出了我的心思，午饭时间她提出带我出去散散心，反正我也不愿回家便随声应道：“噢。”好友便拉我冲向那片麦浪滚滚的田野，金色的麦穗在风的吹拂下翻滚着波浪；肥胖的蜜蜂嗡嗡的飞着；粗壮的大树抽出嫩绿的柳条；艳丽的花儿释放出诱人的芳香……我的心境忽然被这幅美妙的彩画点亮了，“看到了吗？它们只为自己开花，没有一丝忧愁，抱着乐观向上的心态去面对生活，你会从中收获很多很多。”好友摘下一朵油菜花轻轻的对我说。“为自己开花？”我问好友，“当然，为自己开花，芳香自我，何乐不为呢？”好友依然笑脸如花。我忽然明白：逃避不了的现实也就永远无法逃避。在好友的安慰下我感到心里疼痛终于解开了，我好轻松！之后的日子依然一如既往，父母之间的纷争永不罢休，我却不再像以前那样烦，我依然做着自己的事，依然只为自己开花，因为我明白活在阴云中永远无法开出美丽的花儿，父母之间的吵闹只是生活中的一个插曲，我应该大声的笑，欢快的迎接每一天的黎明，惬意的欢送每一个夕阳！

心中的阴云散了，永远不忘为自己开花，为自己的心灵开一朵花，挥洒一片芳香，让心永远艳阳高照。

**绿色无毒健康人生内容作文37**

大家好，你们知道食盐的危害吗?如果不知道的，可肯定会说：“你的说的不对，如果对的话，你为什么还有许多农村人都说，我们只要多吃盐力气就会变大，所以我们要多吃盐，因为只有这样力气才能变大。”许多农村人都说：“我们只要多吃盐力气就会变大，所以我们要多吃盐，因为只有这样力气才能变大。^v^下面，就让我给你们讲一讲盐的危害吧!

开门七件事：“柴米油盐酱醋茶”，说明盐是人们的必需品。宋朝大文学家苏轼诗句，有“岂是闻韶解忘味，尔来三月食无盐”。吃饭时菜里如果不放点盐，即使山珍海味也如同嚼蜡。盐不仅是重要的调味品，也是维持人体正常发育不可缺少的物质。它调节人体内水份均衡的分布，维持细胞内外的渗透压，参与胃酸的形成，促使消化液的分泌，能增进食欲;同时，还保证胃蛋白酶作用所必需的酸碱度，维持机体内酸碱度的平衡，和体液的正常循环。人不吃盐不行，吃盐过少也会造成体内的含钠量过低，发生食欲不振，四肢无力，晕眩等现象;严重时还会出现厌食、恶心、呕吐、心率加速，脉搏细弱、肌肉痉挛、视力模糊、反射减弱等症状。古时候，荷兰、瑞典等国对于触犯刑律的人，就规定在一个时期内不准吃盐，以作为惩罚。

但是，多吃盐也对人体有害无益。科学家们研究的结果表明：盐能使人体“水化”，就是说盐对水有某种吸附力，人体内盐分多了，要求水分也相应地增加，从而使过多的水分滞留在体内，因此引起高血压。有人调查过日本东京北部地区居民的饮食习惯，他们平均每天吃盐25克，患高血压的人占全体居民的30～40%;在世界的另一些地区，每天吃盐只5～15克，患高血压的只有8～10%;生活在北极圈的爱斯基摩人，每天吃盐量低于5克，几乎没有患高血压的。因此，专家们建议，成年人每天的吃盐量，最好不要超过12克。

所以盐吃多了病也来了。

所以，我要呼吁：“我们大家都应该少吃盐，当然也不要多吃盐，只有一天不超过6千克身体才会健康，所以为了让我们的健康，就让我们恰当的吃盐吧!

**绿色无毒健康人生内容作文38**

“健康使人快乐，快乐使人健康”这句话出自于美国散文作家爱默生之口。确实，长期的身体毛病会使最光明的前途蒙上阴影，而强健的活力能让不幸的境遇也释放出灿烂的阳光。今天我们班的几位小伙伴，就健康与饮食展开了讨论。

“机灵鬼”骆梦佳开始亮嗓门了：“随着家庭生活的富裕，我们小学生的零用钱逐渐多了起来。大多数的同学在放学回家时，总要过过零食这个“瘾”。”“嗯，我也认同”陈丹青说，“大家对油炸食品似乎有一种与生俱来的偏好。往往在油炸食品的\'摊位上，总是最热闹的。”我接着回答：“有些同学明知道油炸的食品并不卫生，可是那脚却不听使唤地跑过去，虽然好吃，可对身体的伤害不小。”“智多星”陆燕接过话茬：“我从电视上看到，某小学的一位同学，前些日子因食用过多的油炸食品，在上课疼痛不止，经过检查这位同学下是因为食用了不卫生的油炸食品而引起的。要知道这些小贩们在食物制作的过程中不讲卫生，任凭苍蝇、虫子在上面玩耍，吃了这样的食品肯定会给身体造成不适。”

看来多吃零食给我们带来的危害不小那！同学应该在日常膳食中注意什么呢？我想注意荤素搭配，粗细粮搭配，每天吃一些水果、蔬菜来补充人体必需的营养是我们正确的饮食习惯。只要我们合理搭配饮食，改善饮食结构，保证我们获得均衡的营养，不吃那些不卫生的食物，健康就在我们身边，我们将天天过得开心、快乐。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn