

万寿宫

三十周年校庆特刊

苏州市老年大学主办 (学习资料 内部交流) 第九十七期
2015年5月10日 电话:65235830 电子邮箱:szlndx@126.com



三十周年校庆灯谜活动场景 金溢龙 摄

热烈庆贺市老年大学建校三十周年

苏州市老年大学

在这春暖花开、鸟语花香美丽的五月，具有三百年历史的万寿宫欣然迎来苏州市老年大学建校三十周年的华诞庆典。

“三十功名尘与土，八千里路云和月”。回顾三十年的历程，在历届市委市政府领导的亲切关怀下，在教育、民政、老干部局等单位和有关部门的直接领导和支持下，苏州市老年大学一路艰辛一路歌，今天终于收获了累累硕果。

假如上世纪八十年代中期的某个初春，乍暖还寒，市老年大学仿佛小舟破冰、倔强前行的话，那么弹指一挥间，如今的市老年大学毅然经受了扩大校舍、募集资金、添置设备、完善体制、充实力量、强化管理、实施信息化、年年上台阶的历史性跨越。

三十年的共同耕耘，成绩斐然，如今的市老年大学，凭借占地十六亩，建筑面积一万多平米，现代化的设备设施齐全，共设8个系、25个专业、87门课程、250个班级、学员八千余名、计有近一万三千人次在校学习的傲人业绩，雄踞苏州市示范性现代化老年大学、江苏省优秀老年大学、全国先进老年大学的行列。

学校本着“增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、服务社会”的办学宗旨，以积极贯彻“改革创新、推进教育现代化工程建设”为既定目标锲而不舍、矢志而为。学校始终秉承“老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐”的理念，立足把老年大学建设成为老年人幸福的精神乐园，旨在惠及万千老年朋

友。目前，学校正积极准备创建“全国地级市十大名校”，旨在把苏州市老年大学办成“省内领先，国内一流”的现代化老年大学。

十年树木，百年树人。三十载光阴，对人生来说诚为而立年华、黄金岁月；就百年之久的教育事业而言正是风华正茂、大好时节。尤幸借助于苏州市万寿宫这一有着三百年历史的古老平台，寓示着老年教育事业如晚霞灿灿、夕阳正红；老年教育事业更是寿比南山、松柏长青。

三百年的万寿宫，是姑苏文化的亮点和光荣；三十年的市老年大学，更是苏州市老年教育事业的骄傲和荣光。相信苏州市老年大学终将会迎来老年教育事业更加辉煌灿烂的明天。

我校对35位老师颁发荣誉证书

我校自1985年5月成立以来，在市委、市政府的高度重视和正确领导下，在市有关部门和社会各界的大力支持下，坚持“增长知识、丰富生活、陶冶情操、促进健康、融入社会、服务民众”的办学宗旨，三十年来，学校在基础建设、办学规模、教学质量、社会影响等方面取得了显著成绩，先后被评为苏州市示范性现代化老年大学，全国先进老年大学，江苏省示范老年大学。

30年来，在学校发展过程中，涌现了一批辛勤耕耘、热情服务、无私奉献的教师，他们在我校老年教学的讲台上工作了10年、20年、30年。值此建校三十周年之际，对奚中和等35名教师颁发荣誉证书。以表彰他们的工作业绩。表彰名单如下：

- | | | | | |
|---------|-----|-----|-----|-----|
| 任教30年： | 奚中和 | 陈以帆 | 程志久 | 吕有新 |
| 任教满20年： | 徐剑初 | | | |
| 任教满10年： | 朱宏观 | 金克昌 | 章致中 | 杨建新 |
| | 金黎明 | 徐华 | 王良佐 | 金宝芳 |
| | 陶友华 | 高正莲 | 黄锡之 | 程美宝 |
| | 朱秀生 | 沈志朝 | 黎珩 | 朱敏琪 |
| | 汪健康 | 李智钊 | 蔡群 | 谢宗铮 |
| | 邹颖华 | 杨子英 | 吴敏 | 金红莲 |
- (办公室)

见证苏州市老年大学艰辛办学三十年

原市老年大学综合办公室主任 王光亚
原市老年大学文学咨询 甘立

苏州市老年大学办学的30年，是艰辛办学的30年，是艰苦创业的30年，是开拓创新的30年。30年来，在市委市政府领导的关怀下，从居无定所逐步走向老年教育现代化。我们是开拓者，也是见证人。

一、初创的艰辛

翻开中国将近三千年教育史，为老年人办学，从来没有。相传孔子在杏坛办学，“有教无类”，所收学生皆青壮年，“弟子三千”没有老年人。后来各个朝代，无论官学或私学，都没有为老年人办学。只有共产党领导的新中国，为了老年人的身心健康，度过有意义的晚年，八十年代初期兴办起老年大学。

1985年，苏州市委、市政府召集教育系统离退休干部和教师，筹办老年大学，请原教育局局长、市职业大学校长张友聚出任市老年大学首任校长。办公室设在五卅路体育场西南角锦帆路章太炎故居（现为章太炎纪念馆），当时是老干部局办公的地方，老年大学办公室是老干部局堆放杂物的房间。办公室共有三人：副校长杨泽海、办公室主任王光亚、管理教务的是王同萃老师。同时，还有甘立、徐林、娄家骅等同志分别任各专业的咨询。

万事开头难。老年大学是新生事物，当时全国只有少数地区在筹办。办啥样的学校，招收什么学生，设置什么课程，教学大纲、教材、学制、教师等诸多问题怎么解决，在全国没有经验可借鉴，只有靠自己艰苦摸索。

通过调查研究并充分讨论后，筹办办公室的初步方案向市委市政府作了请示汇报，市委市政府决定：由市老龄委、老干部局负责试办老年大学，先试招收离休干部和市级机关退休干部入学。市委老领导任校长，苏州大学、苏州医学院、苏州文化局、市委宣传部等单位的老领导任校委，通过这些老领导帮助解决办学经费、教师、教室、教学设备等困难和问题。

刚开始没有教室上课，就借用宣传部的阅览室，学员听课只有椅子，没有课

桌。开设了老同志喜欢的文学、历史、卫生保健、书法、绘画、诗词格律等课程。学的接纳能力初创阶段，由于各方面条件限制，只开了5个班，招收了377名学员。学员入学登记、注册编班，全由王同萃老师用手工抄写。

二、征途的艰难

老年大学才开办就受到全市老干部的热烈欢迎，有很多老干部要求参加学习。从第二年开始，逐年增加班级，报名入学的老同志越来越多，没有地方上课的问题越来越突出，学校的压力很大。到哪里去找教室呢？办公室的工作人员到处奔走，寻找可以上课的地方。市老龄委梁主任也积极想办法寻找，向人防办公室、市一中、青年宫（万寿宫）借地方上课。1987年，青年宫让给老干部局作为办公室，老年大学办公室也随之迁入万寿宫。万寿宫一半给老干部局，一半给老年大学。东偏殿几间平房做上课教室，并从各中学调来旧课桌、旧凳子，暂时解决了课桌椅短缺的难题。

老年大学的教师是市里各级领导请来的教授、专家、学者、社会名流，师资力量强，教学质量高，服务态度好，受到了学员的一致好评。越来越多的离退休干部和企事业单位的退休干部和职工都慕名而来参加学习。老学员没走，新学员又不断

涌来，老年大学的办学能力捉襟见肘。

(下转第三版)

我校卅周年校庆发来贺信的单位

- | | | |
|-----------|---------|------------|
| 中国老年大学协会 | 常州市老年大学 | 义乌市老年大学 |
| 江苏省老年大学协会 | 济南市老年大学 | 丹阳市老年大学 |
| 江苏省老年大学 | 广州市老年大学 | 新疆博尔塔拉老年大学 |
| 吉林省老年大学 | 芜湖市老年大学 | |
| 南京金陵老年大学 | 徐州市老年大学 | |
- (办公室)

我校表彰2013-2014年度优秀学员

为了表彰先进，树立典型，进一步营造和谐、温馨、好学的学习氛围，2014年10月学校下发了《2014》12号文《关于评选优秀学员的通知》，各系、班进行了广泛动员，采取民主评选和推荐相结合的方式，评出一批认真学习、尊敬老师、热爱集体的优秀学员286名，占全校学员人数的2.4%。

经系主任和学联会认真审核，报请学校批准，决定予以表彰，希望受表彰的优秀学员继续努力，戒骄戒躁，团结广大学员为学校的建设和发展再创佳绩，再立新功，以积极的姿态迎接苏州市老年大学建校30周年。

名单如下：

- 人文与社会学系 (29人)**
任焕珍 诸葛权 孙淑萍 朱基城
何平 李水生 陈玉萍 马国瑞
刘金鸿 龚涵华 薛宝祥 程招根
周焯红 巫瑞芬 赵月妹 严国妹
孔令平 钱嘉鸿 邓可人 侯国达
柳成希 史玲玲 胡振芳 谈薇薇
凌九华 何小红 吴士清 刘建华
张幼兰
- 书画摄影系 (46人)**
陈维新 王兰 沈国荣 汤素英
邵仲坤 陆玉兰 余永忠 盛永钊
王军炎 王荣高 滕士强 王华
张宝林 张尧珍 倪汉芬 戴钰玲
陆国顺 张荣舫 徐美云 姜焜
陆楚珍 范浩明 夏啟智 吴友根

- 吴菊珍 陈月玲 朱利平 仲善雯 翁小荣 王大由 申芬珍 高青
黄 梅 袁美娟 顾佩珍 余 讷 毛蓬英 徐兴华 刘鸣娟 黄小华
顾学珍 陶鉴泉 张一铭 卢承德 吴士平 刘玉芝 张劲松 金培侃
李 荫 周树德 唐技神 胡淑文 孙金林 夏家澍 张启新 袁 悦
张蓉华 张中英 周雅娟 张利民 王海佩 郭重新 徐伟江 陈懿宣
余惠珍 王士琦 周雅娟 张利民 吴季娟 陆惠娟 曹立国 施福琴
舞蹈系 (28人)
伍肖岚 何 英 陈大雷 马忠惠 胡建德 胡小平 汪文学 王蓓蓓
刘 于 杨慧英 刘淑仪 唐 静 夏大媛 陈玉萍 汪雪媛
吴美琴 任意珍 李一萍 彭小萍 范钦兰
沈 澈 吕建平 张冰清 王 笑
谢宗俊 江 源 夏小瑾 吴梅玲 陆京韵 黄 娟 邢富生 孙梅英
顾佩芬 胡 芳 夏小瑾 周耀生 项新兰 樊祥铎 刘永瑾 袁瑶琴
林秉洲 曹丽君 沈仁根 王 洁 陈文琪 邱立志 陈军征 陈勤生
李瑞民 徐根山
- 器乐系 (63人)**
金传珍 王建梅 印垣风 张承玲 李春美 王 影 邢雪敏 程蕙心
王 幼 凌萍华 陶悠悠 胡丽华 顾小英 张宛平 李海玲 计明珍
顾国华 高建良 陈锦燕 陈丽琴 王 茵 范丽娟 姜伟波 叶玲瑛 夏苏明
徐 玲 毛梅凤 陈志萍 孟云云 韩文蔚 沈国强 何淑英 王光宇
许小蓉 陈新红 黄小英 吴瑜红 谷秀兰 范金华 储可奎 云腊英
施红雁 黄云美 郭丽珍 郭荣荣 顾凤娥 马杏梅 平婉珍 杜兰娣
贾春春 高 红 薛惠芬 庄玉英 魏逸娟 宋雄根 王彩琴 张如荣
俞大鹏 蒋玉华 韩文玉 钱文娟 郭佩芬 许友惠 宋荷英 奚菊儒
周元蓉 周真波 杜正英 赵杏根 邹美琴 周振东 许 芳 马小萍
夏士莲 郭雪珍 陆斌奎 林建琴 陆坚勇 龚寿锡 沈 芳 居贤淑
陈丹英 徐汉雷 吴功纛 唐南秋 许福珍 顾正明 高惠康 陆培炎
陈丹英 徐汉雷 吴功纛 唐南秋 傅幼敏 陈全福 袁长庚 郑培文
金家忠 戴世清 徐宗明 朱建兰 殷明丽 李郁民 谢小牛 范敬国
朱静英 陈梅生 朱建兰 张红玲 吴安生 吴晓庆 吴敏娟 吴明德
沈杏坤 许 峰 声乐戏曲系 (45人)
李霞安 韩正超 胡玉梅 凌荣欣
许 卫 王淑芬 程 颖 黄建瑛

(办公室)

我与万寿宫的不解之缘

——写在老年大学三十周年校庆

工笔花鸟二班 戴树珊

我年轻的时候曾经在万寿宫工作过几年，想不到离休后又踏进了万寿宫，且一待十几年，如今已迈入耄耋之年仍然不舍得离开，也许这就叫“缘”吧！

据史料记载，万寿宫是古代官员恭迎诏书、设灵致祭的地方。日后几经战火，已破败不堪。解放后政府出资，几番整修，回归人民，建立了人民文化宫，成为第一个属于人民群众进行文化娱乐的场所。一九五六年我廿三岁，由市文化局调到第一文化馆当馆长，馆址就设立在万寿宫内，宫门外由郭沫若题写的“人民文化宫”牌楼，至今矗立在那里，当时宫内除正殿东西配殿、大门、仪门的建筑比较高大大外，其余一概是平房，占地面积6.67万平方米，总建筑面积为1600平方米，馆内设文艺组和宣传组，负责管辖区内各基层单位的俱乐部、群众文艺辅导。馆内经常举办图片展览、幻灯放映、读书读报、故事会等活动，最受受欢迎的是每逢周末节假日举办的群众舞会。大殿里挂起大电灯，光芒四射，地上洒满滑石粉；当“金蛇狂舞”、“步步高”、

“彩云追月”等备受喜爱的唱片，乐曲响起时，人们翩翩起舞，乐此不疲，直至深夜。人多时，东、西小殿就成了分会场，参加舞会的人员大多是机关干部、教师、医生、大学生还有街道工厂的文艺骨干等，大家跳得很开心。为保证安全，公园派出所也派出工作人员，配合工作，所以秩序井然，从未出过乱子。一九五七年为庆祝中国人民解放军建军三十周年，我们同6307部队联合举办了全市性的大型展览，展示了三十年建军的艰苦历程和光辉成果，有图片和实物，除飞机、坦克未参展，其余一应俱全。万寿宫内接待了一批批的部队、学校、工厂、地方机关的观众，达月余之久。让广大群众接受了一次生动形象的爱国主义教育。

当年一起工作的除十几名在编人员外，更多的是青年骨干志愿者，他们朝气蓬勃、不计酬劳、积极肯干，而今他们中不少成为有所长的专家学者，像王建生、朱康寿等都是有名的书法家了。

一九八八年我离休后参加

市老干部活动中心的艺术团和书画协会，巧的是活动地点仍然是万寿宫。只是这里已经旧貌换新颜了，原来简陋的平房全部翻建成二层楼房，宽敞明亮，院内花木扶疏，曲径通幽，令人心旷神怡。2002年后万寿宫全部划归老年大学使用，后来又原轻工局机关大院打通，合并过来，整修一新，建筑面积由最早的1600平方米，猛增到万余平方米。老年大学的现代化设施设备，丰富多彩的教学课程与30年前相比已经不可同日而语了。我在这里先后学习过“诗词格律”、“现代文学赏析”、“写意花鸟”、“工笔花鸟”等等。历经十几年，终于圆了我的“大学梦”。万寿宫成了老年人的天堂，这里园林式的幽静环境使我心情舒畅，流连忘返；这里多姿多彩的教学内容使我增长智慧，生活充实；这里和谐友好的氛围使我沐浴在爱的阳光下不忍老去。

也许不久我会因为年龄限制而不得不离开这里，但这里一切美好的回忆会永远留在我心里。祝万寿宫永远“万寿”，祝这里的老年人永远年轻。

校园之春

(日) 远藤实 曲
倪慧林 词

1=B $\frac{4}{4}$
稍慢

0 3̣ 3̣ 3̣ 3̣ - | 2̣ 3̣ 3̣ 3̣ 2̣ i 6 5 | 3̣ · 2̣ 1̣ 1̣ 1̣ 6 | 5 - - 0 |

1.金碧殿堂，巍然屹立，历尽了风和雨；
2.寿宫学府，三十壮举，屡经了春和秋；

6 i · i 6 i 2̣ i 6 5 | 3 5 · 5 6 · 5 1 2 | 3 5 · 5 i · 6 · 5 3 · 2 | 1 - - 0 |

万寿宫内夕阳红，校园之春天，啊 校园之春已来临。
庭院松茂碧连天，校园之春天，啊 校园之春已来临。

2 · 5 5 3 5 3 2 | 1 1 2 3 5 | 3 5 6 i 2̣ 2̣ 3̣ · 2̣ - - - |

老年朋友 老有所学，老有所为乐无穷；
老年朋友 容光焕发，昂然正气精神爽；

i · 2̣ 3̣ 2̣ i | 6 i i 6 5 3 3 | 3 · 5 6 5 3 2 1 | 2 - - 3 5 · |

欢歌笑语舞姿美，琴曲回荡彩云追。
夕阳不落红似火，锦绣天堂披彩霞。 } 朋友

5 · 6 5 3 5 | 6 i i 2̣ 3̣ - | 2̣ 2̣ 2̣ 3̣ 2̣ i · 6 | i - - - ||

啊 朋友，我的朋友，让我们永远乐开怀！

改编说明：作为一名学习多年，快乐不毕业的老年学员，为赞美苏州老年人老有所学；老有所为的一方乐土，颂扬老年朋友奋发向上，超越自我的“万寿精神”，值此苏州市老年大学三十周年校庆之际，特意借鉴日本民歌《北国之春》的歌谱另行填词改编了以上这首歌曲，并经汪一老师修正，希望与大家一起来欣赏。

谜底

1. 文明和谐
2. 勤学善思
3. 敬业奉献
4. 休闲体
5. 书法原作
6. 美而雅

难忘校园那些事

原写作研究班

章玉华

环境优美，古朴典雅的万寿宫，为我这异地退休的新苏州人提供了闲中补读的平台，是老年大学让我狭小的生活圈变得宽广，有限的知识面得到拓宽。我庆幸自己选对了退休后的生活方式，并有幸结识了一群令人尊敬、勤奋好学的老师和同学，在此谈谈那些难以忘怀的校园往事。

那是2006年9月至2008年6月的校园生活，我选择了上行书班。印象最深的是年近八旬的林允祺老师，他具有高度的责任心，讲课深入浅出，毫无保留地向学员传授着书法的理论与实践知识，从而得到了学员们的一致好评。

新老学员们在认真听课的同时，互帮互学，取长补短。特别是年长学员和病弱学员的学习韧劲，深深打动着我，更感染着我。有的学员带着额头上的摔跤后的伤痕；带着常年慢性疾病的疼痛；带着病魔后弯曲手指的后遗症，坚持带病上课，每天以惊人的毅力，顽强的练字习书。我在学长们的潜移默化、言传身教下，努力求知求学，与时间赛跑，认真完成老师每次布置的作业，在老师课堂点评的同时积累经验、通过坚持不懈的练笔，从中得到学习的进步，收获了意想不到的效果。

至今都记得，2008年上半学期的结束之日，当我向较熟悉的学员谈起：因女儿生育之因要停学几年时，有两位叫不出名字的学长，连声说出“可惜、可惜”。我顿时涌动着内心的感动，她们说道，你的作品进步这么快，就停了下来真可惜，甚至帮我出点子，家里请个保姆，我深知外婆的角色和责任是不可替代和推辞不了的。

令我感动的是，我的一点点进步，学长们看在眼里，记在心上。“可惜”二字，一直给了我莫大的学习动力和精神鼓舞。学长们的一片诚意激励我，在有空余时间的条件下，我还会继续去上老年大学！在重温校园生活的同时，感受知识武装自己带来的力量。

要说写作，我是从退休后开始喜欢上，自从2007年的第一篇习作发表在姑苏晚报后，我的写作欲望就一发不可收拾，用笔记录身边的变化和故事成了我的追求和梦想。

我在2007年2月上写作班的日子里，有的学长用真情实句赞美之语激励我！还是因为女儿生育之因，我向大家告别要停学几年时，当时班上的李元钦学长，连声说出“可惜、可惜，如果你能坚持下去，进步一定很快”。相逢是缘，相识真好！我会永远珍藏这一份份友情！每当自己借锁事多而想歇一歇、停一停时，校园里关心和厚爱我的人成了无形的鞭策和练笔的动力。

之所以我还能继续写作，是苏州这个既古老又现代的城市给了我创作的灵感；是因为曾经有诸多学长、朋友、老师的支持，还有那么多让我感动的人和事，需要我继续坚守。

我想：不管写作之路如何艰辛，我会以学长们的坚强意志为榜样，以不用扬鞭自奋蹄的状态，尽心尽力的“玩”写作，我坚信：只要努力了，总会有收获。就一定能活出晚年的精彩，活出晚年的灿烂。

谜语

1. 日就月将齐上进，皆以诚为先。(老年大学校风)
2. 改革功成前头字，乙未心田曲。(老年大学学风)
3. 李陵碑下忆忠烈，用真心待人。(老年大学教风)
4. 生命在于运动。(网络文学流派)
5. 著文当效楚辞篇。(收藏名词)
6. 腹有诗书气自华。(证券公司)

(谜底本期内找)



睡狮醒了 吴载颐 老年大学卅年庆 叶奕万 满园春色 许欣媛 松鹤长春 沈宣正



光辉三十年 繁荣发展 全面从严治党 全面依法治国 读书古今 乐喜多寿 全面深化改革 全面建成小康社会 (王德康刻) (余纳刻)

满江红·苏州市老年大学三十颂

顾超 (吴正贵帮忙送稿)

锦绣姑苏，抬头看，飞花走碧。古曲揭、敲诗振曲，人文咸集。万寿宫中花湧处，百年老树回春色。眨眼间、三十载风光，人人赞。

诗文发，彤天日。歌舞起，呼箫笛。醉眸盘电脑，故颜新哲。惟愿天虹虹不逝，老年大学争光泽。中国好，四海唱和谐，盈珠璧。

注：顾超先生曾在市老年大学创办初期任学校书法咨询6年；2004年至2013年任书法教师10年。曾在市老年大学诗词格律班上过十余年，生前是沧浪诗社理事。2013年因病去世，此诗是他生前为校庆三十周年而作。

沁园春·贺苏州市老年大学校庆卅周年

唐诗宋词欣赏班 蔡士道

绽菊初黄，枫叶凝丹，桂华飘香。看古宫学府，龙翔凤舞，白头桃李、学海行航。追逐真知、放飞梦想，奏响人生新乐章。骚人至、把诗坛大振，吟帜飞扬。

卅年硕果辉煌，喜校友师生聚一堂。有丹青瀚墨，诗葩词蕾，轻歌曼舞、戏鼓铿锵。花卉时装、旅游健美、尽发豪情年少狂。歌改革、颂神州盛世、杏苑流芳。

贺市老年大学成立三十周年

耕耘三十秋，硕果满枝头。借问窗前树，年轮可记留。(行草研究班 威维才)

老年大学桑榆梦，桃李芬芳万寿宫。学海徜徉余自乐，年年岁岁夕阳红。(行草研究班 陈子良)

万寿宫中新学府，吐苗枯木又逢春。卅年培出盈盈果，教育终生沐党恩。(诗词赏析班 周养志)

宫墙学府业辉煌，校绩声名遐迩扬。主旨人文多见识，传承技艺助风光。勤劳体健精神尚，陶冶情操素质匡。发展创新俱与时俱进，随趋大政应昭彰。(写作研究班 杨昌杰)

七律·校庆三十周年咏怀

扬帆学海慕前贤，且喜桑榆逐逝川。畴昔流光难惜护，而今秉烛咏诗弦。霜秋鬓染情将老，雅韵新歌意更妍。借得高才神妙笔，心声写尽锦华笺。(琵琶班 江幼青)

七律·市老年大学“三十周年年庆”

文涛艺浪涌吴中，古韵今生万寿宫。三十年年丰硕果，万方林苑育花红。桑榆不老青葱立，耄耋新生气正雄。书画琴棋歌舞乐，童颜白发笑春风。(诗词创作班 陈梅生)

七律·庆祝苏州老年大学成立三十周年

行宫扩建做黄宫，与国同乘改革风。三十年间芳草绿，八千学子晚霞红。弦歌飞越姑苏外，欢笑回旋庭院中。交友求知怡老境，此门一人即还童。(二胡演奏三班 侯国达)

七律·老年大学“三十周年年庆”

丹桂飘香岁月悠，华年三十艳阳秋。清风剑舞凝疑雪，琴韵书声孜孜求。万寿宫中丰玉帛，长青苑里植桃榴。金蝉追梦天歌放，劲节巍然硕果酬。(诗词创作班 朱珏)

七律·万寿宫而立校庆颂

万寿宫悠春意浓，媪翁健诵声雍。古稀耄启兰亭本，花甲千锤百炼锋。怡悦虬枝金石气，留连鹤骨岁寒松。欢谐自得梦圆乐，而立校园桃李秾。(草书班 李全男)

古风·颂老年大学三十年华诞

三十春秋不寻常，殚精竭虑费思量。广聘名师善执教，赞美声誉四海扬。(诗词创作班 萧浩然)

七绝·贺苏州老年大学校庆

黄园盛事喜盈门，校庆声中笑语频。兴教火红翁敬傲，荣名铸鼎梦成真。(诗词创作班 陈忠尧)

老年人高雅去处——老年大学

历史文化一班

吴士清

不管什么人，无论地位高低、财富多少、能耐大小，老了都要让位给年轻人，到了退休年龄，一律是要下来的，即使工作需要挽留使用，也就三五年而已，最终还是要退的。退下来后干些什么，是摆在面前的现实问题，没有人能回避。由于各人观点不一，对老年生活方式各有选择。

有的老年人一生辛苦，老来要享福。想法不错，子女均已成家立业，且事业有成，应该安享天年。可是怎样享受法，大有讲究。我有两个近亲，幼时家境贫寒，青少年时吃了不少苦，成家后多子多女，经济拮据，熬到孩子成家立业，自己也退休，认为吃了一辈子苦，要在家享受清福，于是饭来张口衣来伸手，宅在家不外出活动，脑子也少用，认为这就是享福，结果很快体力衰退，不到该走年龄，分别中风和脑梗而去。殊不知生命在于运动，年老了，手足脑决不能停止运转，动了才能活得好活得长，才是真正享福。

有的老年人喜欢筑方城。老来常与老友搓麻将，是不错的选择，既让脑子继续运转，又可常与朋友交流活跃气氛。可是搓麻将绝不能入迷和激动。一入了迷，往往忘了吃喝，忘了排泄，对身体不利；激动了老人

更是经受不起。我有个熟人，迷于麻将牌，一次在牌桌上，手上一副好牌，只待自摸摊牌，心脏别别跳，运气总算降灵，摸到开和好牌，牌抓到手，急喜攻心，运气急转，伸出的手没能回到原处。凡事都要有个度，过度之事不是老年人的选项。

年老退休后，有的在料理家务，带带第三代；也有的发挥余热，继续贡献特长；还有的结交新友，海阔天空谈天说地，也有炒炒股票等等。各有各的去处，取其所好。

离退休老年人有个高雅去处——苏州市老年大学。市老年大学将迎来30周年纪念，我也已读了20年。为什么这么长时间还不肯离去，因为学校办得实在受老年人欢迎，借30年校庆之机，谈谈我的感受。

青少年学生求学，一是为了求知，二是为了有个文凭学历，为将来进入社会并博得储备学识和资格证。离退休老人的黄金时间已贡献给社会主义建设，退休后上老年大学没有文凭要求，就是为了继续充电增加知识。学校有着优秀的教师，不是教授就是有关专业知名人士，听着名师在讲台上宣讲，学生当然愿意去听课。再者学校课系广泛，有文史和现代化电脑，还有歌舞声乐、太极拳、保健和烹饪花卉等等，任由老年人根据

爱好选课，再有校领导的周密安排，使学校越办越好，所以不少老学员不愿离开，年年还有新学员报名入校。

三十年来，老年大学成果显著，作为一个学员，应该知道全面成绩。我看到，在学员中，原来坐办公室只能拿笔写字和用算盘计数者，能够使用现代化电脑，写文章和写信揪揪键盘即可，国内外新闻点击键盘就来看；原来对报刊杂志只看不会投稿的人，现在常能见到他大作；原来饭来张口的人，现在能烧出美味佳肴；原来体弱者，现在常可在舞场和晨练广场见到身影，舞台上也常能见到我们的学员。这些成果，促进了老年人的身心健康，增加知识，活得开心，减少了社会和家庭负担，也是我们苏州悠久历史文明城市的体现。

就我本人来说，读了老年大学，受益良多。至今，学会的太极拳已打了20年，在校刊和报纸上也写过几篇文章，并集所写散文汇编成册；历史知识比原来增长不少；种的花草比原来长得好；书画也读好几学期，我缺少画画天分以及信心和毅力，没有学出名堂，可也学到些书法基本笔法，有时自娱自乐，也会写上几笔；这些对我的身心健康有着许多益处。不过我的年龄已超过学校入学规定，我现在身体尚好，还想读几学期，想归想，最后我会遵从学校宽限期。

见证苏州市老年大学艰辛办学三十年

(上接第一版)因此，扩大老年大学办学规模的呼声越来越高。市委、市政府、市老龄委和市老干部局的领导亲临老年大学视察、调研后决定：于1991年—1992年改扩建万寿宫，用作老年大学的校舍，并把该工程列为市政府实事工程。

改造工程将东西偏殿建成楼上楼下多间宽敞明亮的教室，购置了新的课桌椅、电脑。从此，老年大学有了自己固定的校舍。办学规模扩大了，还开设了外语、音乐、体育、烹饪、摄影、气功、旅游、电脑、诗词研究、写作研究等新课程。随着办学条件的改善，老年大学越办越红火，学员招收的范围也从离退休干部扩大到退休职工。至1998年，学校已从原来初办时的5个班377名学员，发展到30个班级2000多名学员。

通过老年大学的学习，学员们不仅丰富了自己的离退休生活，也提高了自身的知识和技能，学校还组织学员举办书画展览等成果展示；每年举办联欢会；外国老人组团也前来参观交流。苏州市老年大学越办越好，1999年被评为“江苏省先进老年大学”。

三、奉献的精神

老年大学的报酬是比较低的，不管是教授、还是专家、名流，每上半天(二节课)，讲课费是50元(苏大老师来校讲课，苏大党委觉得讲课费少，就由苏大再补贴50元)。苏大的老师曾对老年大学的学员说：“我们来讲课是为老年人作奉献的”。老年大学开办初期，经费很少。一次外地来参观的人看到简陋的办公条件，说：“你们怎么不改善一下？”管财务的陈大瑾老师说：“我们办公用的每一张纸，都要本着节约的原则，正面用了，反过来还用。”校领导和办公室工作人员为老年大学服务都是尽义务，没有报酬。后

来每月发书报津贴30元。管教务的王同萃老师退休后，中山业余大学聘她每月补贴120元，她没去，仍坚持在老年大学工作。她的邻居开玩笑说：“王老师，你每天去老年大学领一元工资”。后来，校领导觉得每月30元实在太少，遂改为交通补贴费，增加到每月50元。报酬虽然很低，大家并不在乎，一干就是十七、八年，无怨无悔，大家在乎的是为老年人奉献、为人民服务的精神。

工作人员到老年大学上班，不论远近，或坐公交、或骑自行车、或步行，都能准时或提前到校，为学员上课做准备。校领导与普通工作人员一起办公，工作上互相协调，关系融洽愉快。每个工作人员兼一门学科的咨询，每次上课和学员一起听课，并热情为学员服务，协助老师搞好教学工作，与学员的关系亲切友好。老年大学的办学规模一年比一年大了，学科和班级也增加了不少，每学期开学前，学生报名都排起了长队。学校规模扩大后，校领导由1人增加到4人，办公室工作人员由1人增加到8人。其中，张友聚校长、杨泽海、于淮副校长已经过世，葛同福副校长尚健在。工作人员黄振华、娄家骅、殷美龄、顾超、潘家珏相继过世，他们都是老年大学艰辛办学的开拓者。2002年，市委市政府决定，市老年大学划归教育局主管，原来的校领导和办公室的工作人员全部退了下来。

四、迈向现代化

苏州是我国著名的历史文化名城，文化底蕴深厚，又是沿海经济发达地区。老年教育作为终身教育的一部分，同样要与苏州的社会经济发展，以及其他几块教育的发展相匹配。2002年市教育局主管后，学校的两届领导班子不断开拓进取，提升办学理念，推进老年大学逐步走向现代化。2002年市政府又投入800多万元，将校舍进行了改建和

维修，并将此工程列入当年政府10项实事工程之一。2012年市委市政府为了进一步办好老年大学，学校进行了第二次改扩建，共投入1430余万元新建一幢教学楼，改造装修9幢老楼，使校园的占地和建筑面积分别增加到16亩和10000余平方米。学校开设的专业增加到8个系25个专业、250个班级，在校学员8000多人。课程设置更趋合理，增设了钢琴、电子琴、古筝、葫芦丝、京剧、越剧、评弹等班级；添置了53架钢琴，还有电子琴、古筝等乐器；为更好地满足老年人学习电脑的需求，购买了140余台教学电脑。

学校的教学、管理、科研、后勤服务逐步实现数字化、信息化。2004年以前的20年间，入学登记、新生报名全是手工操作，既费时又费力。现在逐步使用互联网报名，用电脑操作。学校开发的教学管理软件，运用到日常的教学管理中，使教学管理走向了现代化。苏州市老年大学有了跨越式的发展，2009年被评为“全国先进老年大学”。

办好老年大学必须与时俱进，紧跟时代的步伐，不断创新教学理念。近年来，学校实施了多项改革：如：2013年学校成立了“校董会”，后又设立了“苏州市老年大学教育基金会”；2014年成立了“苏州市老年大学学员联合会”；为不断完善办学条件，积极服务广大学员，与市立医院合作开设学校医务门诊室，与保险公司合作，设立学员意外伤害保险，为全体学员集体购买了人身意外伤害保险；自2014年起，学校建立了多所老年大学分校，逐渐形成苏州老年教育集团优势；同时，学校全面推进教学改革，扩大网上报名量，开设新课程，开发校本教材建设；进一步完善各项规章制度建设，全面规范学校管理；加强理论研究；成立《万寿宫》艺术团等等。2014年，学校成功创建“江苏省示范老年大学”。目前，学校正积极准备创建“全国地级市十大名校”，旨在把苏州市老年大学办成“省内领先，国内一流”的现代化老年大学。

咏事寄情

人生感悟



古代文学班

王琪华

年少时，母亲常叮嘱我，人生苦短，凡事要知足者常乐，我是整天忙忙碌碌，忙工作，忙家务，里里外外忙得不亦乐乎，对于亲人的嘱咐从不放在心上。如今看似这句简单的话语，包含了多少人生哲理，又寄托了多少父母对子女的殷切期望。

岁月荏苒，时间匆匆，弹指一挥间当年满头青丝的年轻人，已是华发初生的花甲老人了。退休后，回到家中，青年时代就养成的阅读习惯更使我是如鱼得水。窗前桌下，我是流连陶醉于书报杂志间，看到精彩处，拍案叫绝，忍俊不禁。读到伤心处，常常替古人垂泪，悲从心中来。有了书的陪伴，人生变得充实而有品味。偶尔心中也会被一种落寞情怀所影响。朋友告诉我，苏州市老年大学是一所集文化知识，娱乐于一体综合性老年大学，非常适合老年人学习的场所，我为之心动，然后就报名参加了这里的学习。

来到老年大学学习已有好几度春秋，每当我迎着朝阳，踏着轻松的步伐来到宽敞明亮的教室中，聆听老师精彩的演讲，深入浅出的道理，心情是愉悦的。在收获知识与烹饪手艺的同时，还结识了有共同爱好的同窗好友。课余之间，我们在一起谈古论今，兴趣盎然。

学习过程中，其中有一个学期，十五节课我们都在学习孔子与《论语》，使我受益匪浅。孔子离开我们已经两千五百多年了，作为中华民族史上最伟大的思想家、教育家，他所创造的儒家经典学说，我们今天学来一点也不为过时。我们是温故而知新，对于孔子提倡的天地人道，君子之道，人生之道，中庸之道，仁爱思想是构建人类和谐安定社会的重要元素与基石，也是为人处事的基本准则。子在上曰，逝者如斯夫，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。我想我们这些是过了五十而退休的老人了，不要再为发生在身边那些不愉快的事情怨天尤人，要怀着一颗平常心。耳顺就是过了六十岁对现实生活实现理解与包容之心，安贫乐道，有了这种平和的心态，我们的生活也就海阔天空了。

往事回首，我们这一代人虽然经历了三年自然灾害，十年的动乱，这一切都已经过去了。我们适逢改革开放，文艺复兴的年代，我们衣食无忧，我还有幸参加了老年大学的学

习。而我们的父母辈，他们出生在战火纷飞的年代，又生活在生产力低下，科技落后的社会，身不由己生儿育女好几个孩子，一辈子就是节衣缩食，含辛茹苦抚养孩子成长，根本没有办法能去考虑学习，旅游观光的奢侈生活。我们也终于告别了那个物资匮乏的年代，那时候吃水用水靠人提，靠人抬，洗衣服用手搓，用棒杵捶，清晨要生炉子下班要倒马桶的艰辛生活，如今是六月骄阳似火，当我提着一大包食材回到家中，已是大汗淋漓，气喘吁吁，但我只要站在天然气的淋浴器下，莲蓬头中流淌出来的热水一下子就洗去我所有的汗水与疲劳。冬天温暖的阳光从窗外照进我的房间，我坐在沙发上，手持遥控器任意选择我喜欢的节目，我感到满足了。我要感恩，唯有祖国的繁荣昌盛，我们百姓才能过上安居乐业的生活。

在老年大学，我发现我的同学都在认真学习，孜孜不倦。有的同学作品发表在我们《万寿宫》月报上，有的发表在《姑苏晚报》中，有的还出版了书籍。受此启发，我也跃跃欲试，感谢老年大学给了我机会，当我的文章《走进曲园》、《我上老年大学》发表在《万寿宫》报刊后，听到老年朋友对我的作品由衷的好评，我的内心犹如注入一股暖流，充满了感激与鼓励。

在迎来老年大学三十周年的大喜日子里，我要热烈祝贺，祝福我们老年大学在市委各级领导的关心下，越办越好，一定能获得全省、全国先进老年大学的光荣称号。每到春季，秋季在教室的休息室中都要举办展览同学们的书法作品、美术作品、摄影作品，我驻足其间，凝视观看，好生感动，课间休息我看到在万寿宫的平台上，同学们充满激情的朗诵，优美舞姿，这充分展示了老年同学个人魅力，独特的风采，真是夕阳无限美啊！老年大学是我们老年朋友学习知识的加油站，也是我们老年朋友放松心情情怀的美丽家园。在此我要感谢老年大学幕后为我们辛勤付出的园丁们，由于你们的努力策划，才成就了我们的成功。我将在这里努力学习，用自己的人生的一点感悟写成文字与同学们一起分享，共同珍惜度过这美好人生。

心香一瓣

老年大学情结

古筝表演班

尚建玲

初一那年，文革开始无缘大学。未曾想，退休后居然有大学可上。踏进万寿宫即将第八个年头，这里不曾改变过的是鸟语花香、琴声悠扬、师生互敬。这里是精神文明的净土，让我们的心灵坦然、快乐。

人总想圆梦，年青时候喜欢的东西一心想去学。我家庭观念重，学习不算刻苦，但我坚持，不言放弃。

记得古筝班4年结束，报名学画花鸟。听不到张敏老师的琴声和教导，功底太差的我渐渐迷失了方向，曲子越弹越难听，自己都不想

听。于是一学期后我插班回炉。虽然有的曲子是第二次弹，但是比第一次有了进步，有了感觉，上课也比以前多了一点从容。今年媳妇怀孕了，也想到了放弃，在家人支持和凭着对古筝的喜欢，我坚持

了下来，还在学校第一次参加了演出。自己的学习有了提高，很开心。于是改变了我的初衷“不考级、不表演”。因为坚持，才有了意外的收获，下学期我将进入古筝表演班。

学古筝后的一年半，我在书房添置了一架钢琴，并迫不及待地报名参加钢琴班学习。也是经过学习4年后，我插班进了周欣凯老师的班级。周老师和张老师一样，对同学一视同仁，上课耐心认真、语气平和淡定、点评易懂到位。老师的声音会把我们从紧张慌乱之中带出来。他们的共同点是不求数量求质量。周老师是钢琴教育专业的老师，教学特别有方法，非常注重基础训练。我们的教学进度是因人而异的，只有坚持闯过了才能继续。接受快的同学等一等、慢的同学

赶一赶，无形中快带慢一一起走，无论教材的跨度有多大，老师总听得出你哪里弹错了，决不放过。老师曾形象地说：“你们的口袋是漏的学一条扔一条，学习要温故而知新，口袋才会满起来。”

怡情随笔

情系万寿宫——建校三十周年有感

写作研究班

祝君雅

姑苏万寿宫，翰墨芳香浓。古朴幽雅，树木青葱，绿草茵茵，花香浓浓的万寿宫是苏州市老年大学的校园，也是老年人的精神乐园。

岁月悠悠，不知不觉间，我在万寿宫里学习已经历了十二个春秋，十二年的上学路，让我倍感振奋，它使我开拓了眼界，增长了知识，陶冶了情操，升华了精神，焕发了青春，结交了诸多老年朋友，使我的夕阳晚年丰富多彩，充实美丽。

记起我第一次踏进万寿宫时，激动的心情至今难忘。那是因为几十年站在讲台上的我，如今重新做起了小学生，仿佛找回春天般的阳光心情，开始追逐自己的梦想，迎来了人生的第二春。

十二年来，我沐浴在万寿宫绿色的校园里，温馨雨露洒落在干枯的心田，给我的生命增添了新的活力。

由于我喜爱古代风雅的中国画，因此一开始就选读了中国山水画课程，重拾年青时的志趣，走上了学画之路，在资深才博的章致中、金克昌老师的指导下，开始懂得中国画的深厚历史，笔法和墨色的运用，经过不断的学习，终于能运用深浅墨色在那柔软的宣纸上勾勒出山石树木，飞瀑流泉，那一刻自己仿佛徜徉在山水间，

心旷神怡，自我欣赏，自享乐趣。间或送交老师点评，常被点滴的赞许而心乐陶陶。

后来我又同时学习写作课程，在知识的海洋里遨游。重读了古典名著，现代文学作品以及师生的优秀创作，丰富了自己的知识，激发起写作的情趣，在张卫老师的认真教学，热情鼓励下，在学友们的相互切磋下，逐步走上了写作之路。万寿宫的校报、校刊都为我们提供了交流作品的平台，因此多年来我常作为练笔的园地，耕耘其中，有时文章刊登了，征文获奖了，点滴的成绩，带给我的欢快和激动。

在万寿宫里像我这样追逐梦想的老年人多的是，无论写作、书法、绘画、摄影，或者唱歌、跳舞、戏曲古筝、钢琴电脑……都各自为自己的梦想而学，追求多彩的夕阳人生。

万寿宫，让青春不再的老年人，心态依然年轻，让老年人的梦想成真，让生命之花永远美丽，应该说来这里学习的老年人是幸福的。

弹指一挥间，我们即将迎来建校三十周年校庆，我怀着依依的眷恋，深深的情愫，衷心感谢老年大学对我的培养和教育，也衷心感谢老年大学的老师和学友对我的关怀和鼓励，让我的夕阳晚年从未寂寞孤独，生活如此充实，如此美好。

呵，心系万寿宫，情系万寿宫。祝愿万寿宫辉煌业绩千秋红。



师生共磋技艺

章玉华

姑苏风韵

评弹美誉——天籁之音

声乐(1)班

范钦兰

据报载，世界各地凡有华人的地方都能听到一代歌后邓丽君的歌声，可在我国南方诸省，凡是有茶馆的地方，也都能听到评弹的弹唱，更有许多古典园林中，也都安排为游客奉献评弹，以助游乐时的雅兴。因此说，虽不能同日而语，评弹的唱腔也不比邓丽君的歌声逊色。我虽是个土生土长的苏州人，过去对评弹既不喜欢也从来不听。记得有一年出门旅游，住宿宾馆的服务员说：“你是苏州人，一定会唱评弹的！”闻言羞愧万分，真枉为苏州人也！

2007年4月，有几个退休老人，都是评弹爱好者，想找一处交通便利地处中心地带所在，以便聚集评友探讨交流评弹技巧，慕名找到了我们小区。社区领导当时就满腔热情地表示接纳，答应每周来一次。从5月8日开唱，称之为“评弹沙龙”。想不到第一次就来了20多人，逐渐增多到三四十人，直到现在已快8个年头了，从未中断过。

我虽然不懂什么余调、祁调、丽调、张调……等等流派。但那优美的旋律、抑扬顿

挫的唱腔、琵琶弦子动听的音色、弦索叮咚啾啾莺声的弹奏技巧，弹来煞是好听。于是我从不受渐渐入门、熟悉并热爱以至不忍割舍。作为小区居民，自愿承担志愿者与另两位居民为大家服务：扫地、烧水、收拾桌椅，早到晚走，如无特殊情况，每周必到。弹唱人中，有的只听到声音，而听不清弹唱内容，于是央求各位老师抄给我，再重新誊清，装订成册，至今已抄录近200首弹词开篇。坐在第一排，遇到有人忘词，立即为之提词。每每以微笑点头作为回报。我也在边听边学中自我陶醉，每周做好记录，写文章报道，刊登于老人报刊“今日夕阳红”报上，并参与组织过二次，赴金阊区老年公寓慰问演出。老人们静听鸦雀无声，每段结束，报以热烈鼓掌。我还为每位演唱者赠照留念。临走时，老人们依依不舍，一再叮嘱期望下次的演唱以慰寂寥之心。这样的公益事业无异为社会分忧，为儿女分忧尽孝的好事呀！

中国四大名著是弹唱最多的重要内容。例如：《红楼

有时候，因为进度和全局的关系，会放弃一些。老师仍平和地说：“有一种爱叫放手。”看得出来他对我们的关爱和负责。

上老年大学已成为我生活的必须，是我晚年生活的重要一部分。学习使我们快

乐、充实……我喜欢老年大学，喜欢老师，喜欢坐在教室里听老师讲课的感觉，喜欢那些虽然上了年纪但仍不失可爱的同学们。