

萬壽宮

WAN SHOU GONG

苏州市老年大学主办（学习资料 内部交流）第九十九期 2015年9月7日
准印证号：苏出准字 1513554 承印单位：苏州华美教育印刷有限公司

2015年秋季学期招生亮点多多

教务处 谢延新

在学校领导的正确决策下，学校各职能部门的精心设计和协调，各位系主任细致到位的工作，各位学员的有效配合，使2015年秋季招生亮点多多。

1. 学员信息化意识的提高，使新老学员网上报名数量比上学期增加了600多人。加上在窗口报名的前一天增加了网上报名者注册缴费的环节，1500多名在读学员提前完成了报名注册缴费任务。它不仅减轻了第十四周窗口报名的拥挤程度，而且有效推动了报名手续的便利化、快捷化和现代化。

2. 由于学校确保学制自然升级班级的每位在读学员在本班就读的机会，使大部分学员选择在上课日期该天报名缴费，使星期一拥挤的状况大大缓解，使五天窗口报名缴费的状况井然有序。

3. 本学期学员对招生工作流程和规范逐渐熟悉，加上我们招生工作人员的耐心解释和热情引导，整个招生工作减少了争执，增加了理解和体谅，呈现一派祥和气氛。

4. 15年秋季学期的听课证增

加了二维码，学期的表示选用了可变换的彩色，为今后学员信息的正确、快速辨认和考勤的有效识别提供了极大的方便。

5. 本次招生采用电子票据，提高了招生的速度和水平，使招生工作的信息化又上了一个新台阶。

6. 2015年秋季学期，学校开设的“老年心理学”、“吴式太极拳”、“诗词赏析”、“老年服饰搭配技巧”等新课程，出现了学员争相报名的良好景象。由于契合社会发展的需要，新开班级的招生数量都超出了预期目标。

7. 2015年秋季学校开设26个专业，258个班级，共招收学员8164名（在读7331名，新生833名），满足了在读学员选课的需求，也满足了新学员入学的需求，圆满完成了招生计划。

为了进一步彰显学校信息化招生的特色，确保上述亮点的顺利展示，学校设计并实施了相应的配套措施。

首先，学校专门召开了“2015年秋季招生工作研讨会”，形成了完善信息化招生的一致意见，为本次招生提供了充

分的思想准备。

其次，在学校领导的统一指挥下，教务处协同各系主任细致、严谨编制2015秋招生计划，一份表述较规范、简洁、字体放大一号的招生专刊在招生前一周发到了学员手中，为秋季招生制定了一个可行的方案。

再次，刘爽、张志遥老师和电脑公司密切配合，使纸质的文字表述成为网上可操作的信息指令，并保持二者的一致。招生指令的信息化为本次信息化招生开启了快速、顺畅的通道。

第四，报名前的教学进度表由简易粗放的塑料板张贴变为规范、统一、美观的橱窗展览，提高了可看性，产生了较好的视觉效果，体现了良好的文化氛围。

第五，学校组织学友会和计算机应用技术系的志愿者，利用4台触摸屏一体机帮助学员网上报名，以解决部分同学网上报名的困难。

本次招生工作的许多亮点，将为苏州市老年大学成为全国十大名校（地市级）增色添彩。

父亲的学员证

写在父亲李芸华诞辰100周年之际
校友 李新新



苏州市老年大学创建于1985年5月，至今已有三十年了。而父亲的一张1985年5月注册的苏州市老年大学学员证，见证了这一历史时刻。

我父亲1915年7月出生于河北省安平县，幼时曾读过简易师范，对诗词、书法、绘画十分喜爱，但早年参加革命，无暇顾及。父亲在1933年参加了地下党组织的读书会，接受先进思想，1938年1月加入中国共产党，从此全身心投入了革命。曾任冀中区安平县二、四区区长，县财政科科长，深北县县长，冀中区行政专署秘书长，石家庄市政府秘书长。解放后南下担任过南京市民政局副局长，市政府副秘书长，苏州市市长，苏州地委副书记兼专员，江苏省高级人民法院院长。文革后任苏州地区革委会副主任，常州市常委、副书记兼副主任。1980年父亲主动向省委提出让贤于年青干部，经省委批准退居二线，担任常州市顾问。1983年父亲回到了工作、生活了30多年的苏州，由苏州市委给办了离休手续。

离休后，父亲有了自己的时间，除了养花外开始了书法的练习，而老年大学的创办无疑给了他一个合适的学习平台，使得其书法、绘画的技能得到大大的提高。

从父亲留下来的当年老年大学讲义中得知，当时书法的授课老师是程质清先生，程先生主要教授了书法的隶书。

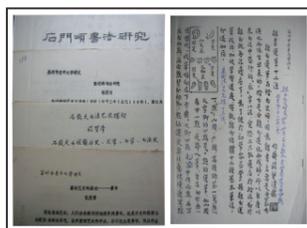
程先生编著的教材：有《张迁碑书法研究》，对张迁碑刻进行了简单的介绍；有《石门颂》的书法艺术、篆刻技术与书法风格等内容；有《石鼓文书法艺术探讨》；有《隶书运笔十二法》等让学员们感到细致而又贴心。《篆刻艺术的基础一篆书》讲义，让初学者知道，学习篆书对写篆书、印章文字有很大帮助，同时也是提高书法、书学的一个重要环节。

有了老年大学这样好的学习平台，有了程先生这样认真、贴心的教授，父亲对书法的学习如鱼得水，研习书法更加勤奋、刻苦了。在父亲留下来的讲义上，均留有父亲圈点、注释、勾画的痕迹。而下课回到家中更是细心研究，努力练习，每日早餐后的二个小时便是父亲研习书法的时间。范本选的是《张迁碑》和《曹全碑》，读帖、临帖是每天必做的事。空闲时会邀三、五好友到家，一边品茗，一边讨教和探讨研习书法。记得为了纪念抗战胜利五十周年，老干部局组织书画展，约稿。当时父亲因病已经住院许久。为了有一个好的作

品参展，不顾病体，积极准备。从定书内容，到查字贴找范例、章法布局、临摹练习，反复斟酌，不亦乐乎。参展内容“前事不忘后事之师”这8个字写了无数遍，一幅字中有一点不满意，就重新来过，直到交稿时间快截止前才交了书法隶书作品。

受益于老年大学、受益于程先生的悉心教导，加之父亲的潜心体会、细心研究、努力练习其书法作品曾在书画展中展出，并多次被苏州老干部局编辑的书画册选中刊出。在收获学习成果的同时，亦得到了精神上的满足和愉悦。

三十年前，老年大学创办初始，条件十分艰苦，所用的讲义教材均是油印的，装订也就是用订书机将几页纸订在一起，十分简单，但丝毫不影响教学质量及学员们从中获得的精神上的满足以及知识上的提高。三十年弹指一挥间，如今苏州市老年大学的办学条件得到了极大的改善，能容纳更多的老年朋友在这里学习、圆梦，寻找快乐，重现价值，如果父亲能看到学校今天的变化，一定会为之感到欣慰。



8月13日市政府常务副市长周伟强，在市教育局局长顾月华的陪同下来我校考察工作。

返璞归真万寿宫

——写在市老年大学建校30周年

诗词创作班 韩玉英

座落在姑苏沃土上古老历史建筑万寿宫，经历了沧桑巨变历史轮回。解放后，万寿宫重新回归百姓身边，今年正值市老年大学成立三十周年，作为曾在这里工作过，退休后又在这里求学的学员，更是心潮澎湃思绪万千……

孩提时代，听父辈们讲起万寿宫是那么的神秘，却又是那样望而敬畏，因为这曾是帝皇官吏御驾巡视的行宫，老百姓无缘问津，更谈不上进出。我也曾发问：“为什么老百姓不能进出呢？”答：“劳心者治人，劳力者治于人。”这是封建社会驾于老百姓的精神桎梏。但作为古建筑史上这小小的行宫却留下了历史的印记。最早苏州有三公九观二十四坊之说，万寿宫即三公之一。追溯历史万寿宫由江苏巡抚吴存礼在清康熙五十六年创建，宫内供奉皇帝万岁牌（生位），每逢皇帝生日即所谓万寿节，全城官员在此举行朝贺大典，平时作为恭迎诏书的处所，在咸丰十年（1860年）毁于战火。时隔十年即同治九年，由江苏巡抚丁日昌重建。辛亥革命推翻帝制后，俗称旧皇官，一度为民众社会团体驻地。解放后，在市人民政府重视下，1951年，辟为群众文化活动现场，在牌楼上刻有郭沫若先生当年题写“人民文化宫”五字；七十年代经修缮为苏州市青年宫，这里成为全市青年学习、深造、娱乐、交友平台，提供了宁静的学习环境。那时我曾在这里工作过，看到许多资深的老师在这里办起了青年合唱团、器乐小分队、美术及舞蹈培训班，为指导各级团组织开展一系列寓教于乐活动的宣教活动。还多次与全市各界青年乃至国外友好青年代表团进行文化艺术交流。九十年代初，苏州团市委曾在这里筹建“苏州青年婚姻服务处”，在短短二年中，为30多对大龄上山下乡返城知青择偶成功。当时新闻媒体纷纷来此采访、体验并创作了文艺小品，宣传正确

的婚恋观。

随着社会经济的发展人们对文化生活的追求日趋增长，万寿宫也在悄然变化，尤其是当社会渐入老龄化，党和政府十分重视和关注老年人的业余文化生活。为实施“老有所学，老有所教，老有所乐”的政策，在1985年5月决定在这里挂牌成立“苏州市老年大学”，并出巨资于1991年后，多次进行全面修葺。如今呈现给人们全新的面貌真可谓：殿宇宏伟、庭院深幽、牌楼耸峙、石狮雄踞，不失为苏州城中一座建筑群。

而今的万寿宫已真正成为老年人的福地。退休后老年人可以按喜好报名参加各类学科的学习。我退休后重返此地，看到万寿宫日新月异的变化，给我极大的震撼和启迪，岁月虽然流逝，青春不再，却再唤起我又一次学习的欲望。十多年来我从学计算机基础知识起，分别学了图像处理、刻录班、参加摄影初、中、高班学习，乃至诗词格律创作班学习，充实了我的业余生活，补还了年轻时缺失的课程，同时享受到老年人热爱生活、提升生活质量的快乐。一幅幅真情入眼眼帘：夫妻同学，姐妹同行、父母与子女结对授学已为常态。多年在校学习，我深感每位老师均有一颗金子般的心灵，他（她）们热心、耐心、细心循循诱导每位学员，成功帮助我们掌握新知识，这种高尚的师德我永不忘怀！一位好老师能带出好的学生和团队。

市老年大学不失为老年朋友求知的神圣乐园，上下五千年灿烂优秀文化是取之不尽、学之不尽的宝贵财富，大家深感活到老学到老，如说家庭是社会温馨的港湾，那么市老年大学就是老年人不断追求新生活的驿站。我和我的老年同学们将会扬起新生活的风帆，在校方领导和老师们的带领下，向着美好的明天远航，市老年大学——我们将深深地爱着你！

拾金不昧的好师傅徐宗荣

徐宗荣师傅是我校的清洁工，2013年由我校聘用，负责学校部分教室和场地的保洁工作。徐师傅平时言语不多，为人憨厚；工作认真负责、勤勤恳恳；除了完成自己的份内事外，他还经常帮助别人，助人为乐；难能可贵的是徐师傅还拾金不昧。

在今年的4月和5月份，学校放学后徐师傅二次分别在书画教室和西配殿外语教室打扫卫生时，拾到学员遗忘在教室的二部价格都在2000元以上的高档手机，他立刻将手机交到校部，学校马上联系失主来校认领，失主十分感激。

上学期最后一个星期，徐师傅在西配殿教室打扫卫生时拾到学员遗忘的一个钱包，他立刻将钱包交学校总务处，打开钱包一看除了几百元现金外，还有好多张银行卡、身份证等证件。学校立即与失主取得了联系，此时失主正象热锅上的蚂蚁，为遗失钱包而发愁。钱包的失而复得让失主感激不尽，老夫妻俩一定要对徐师傅当面表示谢意。

徐师傅多次将拾到的遗物及时归还失主，他这种拾金不昧的高尚品德值得颂扬和大家学习。

（办公室）

我们的花鸟画老师——刘苏

花鸟提高二(1)班 张锡兰 金宜珍 吴加珍

刘苏老师是江苏省美术家协会会员，苏州市女书画家协会顾问，江南画院副院长、兼秘书长等职，作品多次在全国、省、市展览并获奖。尽管身兼数职工作繁忙，自2014年受聘于苏州市老年大学任教以来，备课认真、作风严谨，结合自己的绘画经验，由浅入深通俗易懂向我们讲解绘画基本知识，还常搜集名人字画在课堂上讲解传授给大家，每讲一堂新课，她都要利用业余时间，事先画好几张画在课堂上作示范，同学们上课时仔细听讲，课后认真动手画，下一堂课交给老师点评，老师也耐心指点好在哪里，不足的地方在哪里。她还经常说：“同学们学得这样认真，反过来也给我压力，我也必须认真备课”。

我们班的同学由于绘画水平参差不齐，有的同学学了二十多年，画得很好水平比较高，也有的同学画画起步较晚，刘老师都能以鼓励为主然后指出不足，并指出学画要勤奋、要有毅力、多练习、她耐心、细心、认真的授课，从而提高了大家学习绘画兴趣和信心。

刘苏老师刚执教于我们时，由于互相不熟悉，在教学方法上有的同学不适应，但她通过不断探索改变教学方法后，现在越来越被同学们接受，每次讲课结束都会发自内心给予热烈的掌声，以答谢老师的辛勤教学。她是一位值得尊敬、深受学生欢迎的好老师。

秉烛诗语

我校诗刊介绍

《秉烛诗语》是苏州市老年大学万寿宫诗友会主办的诗刊。
《秉烛诗语》创刊于2014年9月，在万寿宫诗友会《晚霞》电子版的基础上扩容诞生。《秉烛诗语》坚持开放、包容、和谐、友好的宗旨，面向校内所有班级中的诗词爱好者征集诗稿，既欢迎格律诗词，也欢迎新诗和散文诗，并可附与诗词内容相关的摄影、绘画、书法作品。同时，热情欢迎校友们的诗作。诗刊题材广泛，现有专栏：姑苏

风韵、闲情逸致、感事抒怀、江山揽胜、域外风光、时代风云、诗友酬唱和新诗园地，内容积极向上。计划每学期出版一册。

《秉烛诗语》欢迎诗词爱好者踊跃投稿，一经录用，赠当期诗刊一本，文责自负。由于诗刊编辑均由“万寿宫诗友会”的理事们义务兼任，为减轻工作量，只收电子稿，请予谅解。

投稿邮箱：lndxbzsy@126.com。

苏州市儒学研究会《国学讲堂》

2015年下半年讲座安排

2015年9月

日期	内容	主讲人	讲座累计
9月12日(周六)上午8:30	《五好人生》——国学与我们的关系	许峰本会副会长	年度8讲
9月26日(周六)上午8:30	《中华文化之绝唱，苏州——城三文庙》(二)历史上苏州官学的正确年代	本会会长张旭	年度9讲
10月17日(周六)上午8:30	《中华文化之绝唱，苏州——城三文庙》(三)苏州文庙府学	本会会长张旭	年度10讲
10月31日(周六)上午8:30	《中华文化之绝唱，苏州——城三文庙》(四)吴县文庙长洲文庙县学(长洲元和)	本会会长张旭	年度11讲
11月14日(周六)上午8:30	《浅谈儒家文化对中国古典小说、戏曲的影响》	本会会员市职业大学童李君老师	年度12讲
11月28日(周六)上午8:30	苏州儒学发展史(二)魏晋南北朝及隋唐部分	本会会员市职业大学蔡斌老师	年度13讲
12月12日(周六)上午8:30	苏州儒学发展史(三)五代宋元部分(吴越、大周)	本会会员市职业大学蔡斌老师	年度14讲
12月19日(周六)上午8:30	召开理事会(会议地点另行通知)	本会秘书处	
备注	上课地点：苏州市老年大学3号楼第一阶梯教室。听课者请从市老年大学公园路118号西大门进入。		

教师风采

编者按：《万寿宫》校报自九十四期起，新设“教师风采”栏目。此栏目将陆续登载各系部分任课教师的教学情况，以展示他们的教台风采。

我们心中的好老师——黎珩



黎珩老师，音乐教育专业本科毕业，中国音乐家协会手风琴学会会员、苏州市音协会员。2003年起在市老年大学执教，七年前创设了《音乐专修》课程，使音乐学科的建设，得到了层次上的提升。他为这门课程做了大量的准备：撰写了近万字该课程详尽的构成和设想。

黎老师热爱老年教育事业，教学态度极为认真、耐心、踏实、一丝不苟。他以充分的备课、多种教学方法和手段，循循善诱，帮助学员过好“发声”这个难关，上好每一节课。

黎老师对声乐、钢琴、手风琴、乐理、和声、电脑音乐、作曲、指挥等都有研究，教学经验丰富。他编著的《音乐专修班教材》，既有精深的音乐、声乐理论，又能具体地结合歌唱实践，从而比较透彻地讲述了怎样运用呼吸去支持发声，怎样利用共鸣去美化音质及扩大音量，怎样借助“高音掩盖”去唱高音等。教材里选编了古今中外各种风格的歌曲，包含了他对它们的二度创作，还有他自己创作的歌曲，还有他编写的为歌曲配钢琴伴奏的乐曲，内容详实，深入浅出，所有的曲谱都用专业的打谱软件制作，十分清晰，赏心悦目，确实是教材中的精品；还为所有的教材编配了音频资料，其中的钢琴曲和一部分歌曲伴奏是专门为我们老师在电脑上制作的，给我们的学习带来了方便，为我们的欣赏带来了愉悦。

黎老师在课堂教学中讲解耐心细致。练声时，通过反复具体地示范，启发我们去正确地理解与实践。教唱歌曲时，他逐字逐句地演唱，纠正我们学唱中的瑕疵。他充分注意到了我们在音区转换时的困难，给予了详尽的具体指导。

除了不断地探索老年人办学的特色以及教学内容、方法，使课程更适应老年学员学习外，黎老师还以自己深厚的音乐专业修养功底，为我校承担的中国老年大学协会课题“中国老年大学课程体系及配套建设的研究”中的音乐学科、专业与课程的分类，提出了宝贵的指导性意见，并提供了详尽的文字建议。

在黎老师的辛勤教导下，学员们在原有的基础上都有了明显进步，班上形成了虚心好学、互相帮助、心情舒畅的好班风。黎老师以他对音乐的执着追求和对教学的精益求精，获得了广大学员的爱戴与尊敬。

亦师亦友——柏银星老师



刚过花甲之年的柏银星老师给你的第一印象是可以实际年龄上减去十岁：白净端庄，衣着鲜亮时尚，除了上台演出拿着指挥棒穿着燕尾服外，生活中的他总是大红的、橘黄的夹克衫，鹦鹉绿、淡粉色的T恤。跟他交谈几句他会给你留下更深的印象：幽默睿智的谈吐，表情丰富的调侃让人捧腹不止。但你只有听过他的课，才会发现柏老师真正的魅力所在。

柏老师的音乐天赋来自于他的家庭。父母酷爱戏曲，姐姐会弹丝弦乐器，柏老师更是吹拉弹唱样样俱全，识得工尺谱，拿得起京胡、手风琴、钢琴。一家人上台一亮相，轻轻松松抱了个“家庭表演大奖赛”奖杯回来了。柏老师对音乐的热爱表现在他倾注一生的声乐教育事业上，身为江苏省音乐家协会理事的他更是苏州多个合唱团的指导老师，每天穿梭于这些团队间辛勤辅导，近年来他边教学边撰文，把较高的声学理论知识和几十年丰富的声乐教育经验结合在一起，在各大全国性报刊上发表关于声乐教育的文章，颇受业内人士的重视。

柏老师在市老年大学任教已十个年头，深受学员欢迎。他任教的声乐表演班，学员都是经过严格考试才通过的，分四个声部，难度高，要求严。每次上课柏老师边弹钢琴边示范，还要不时地

纠正各个声部不同学员的各种错误……。柏老师在教学中认真、严格并一丝不苟，如发音的准确、声音的位置、咬字吐字这些基本要点等，柏老师总要一个个指出，一遍遍纠正，不厌其烦。除此之外柏老师教课的另一个特点是风趣、幽默，他教学时语言生动、活泼、形象，善于启迪学员。当你发错一个音的时候，柏老师就会停下来回过头故作惊讶地瞪大眼睛看着你，引得大家哈哈大笑，在笑声中大家很快修正了，当你唱得非常到位时，柏老师也会回过头来给你一个灿烂的笑容。结合老年人喜欢听好话的特点，柏老师既当老师又做朋友总是以肯定、表扬为主，常常逗得学员象孩子一样开心地笑，课堂上学员们除了歌声就是笑声……多年的倾心教学，学员们和柏老师结下了深厚的师生情谊，学会了以情带声，声情并茂地演唱，使我校的合唱团成为全市具有一定知名度的合唱团，在多次苏州市老年合唱比赛中获得一等奖或名列前茅的好成绩。他还结合我校的特点组建了苏州市第一个男声合唱团。

柏银星老师是苏州知名的音乐人，他带领的一些合唱团多年来屡屡获奖：江苏省第一届茉莉花合唱比赛铜奖、江苏省第一届紫金杯合唱比赛铜奖，他还受中国合唱协会正式邀请赴维也纳金色大厅参加中国国际合唱节，荣获“中国文化传播奖”及“维也纳市长奖”。这样一位知名音乐人为何愿意抽出宝贵的时间用心地教着老年学员，柏老师的回答让人动容“我愿意跟每一位热爱唱歌的人成为朋友”。

热心老年古筝教学的一张敏老师



古筝被誉为东方的钢琴，许多老年朋友年轻时就喜爱却欲学未成。张敏老师为我们在退休后的圆梦作出了无私的奉献。

古筝是高雅和专业性较强的乐器，以教授青少年为主。老年人学习有难度、授教更有难度。十多年来，张敏老师耐心地、手把手地、科学地带领着我们一批又一批从目不识弦、高低音不分的老年初学者，从12345教起、从每个指法的拨弦教起。而我们像蚂蚁啃骨头一样，一点点地啃下来。

张敏老师教学经验丰富，对不同水平的学员实施分类教导。为提高教育效果，张老师科学地进行了回课制，在回课时大家都很紧张，尤其是欠乐感、反应较慢的学员更紧张。但张老师每次认真听同学们回课，都亲切地说：“有进步、要坚持。”在张老师的鼓励下，个别基础差的学员四年后进入演奏班，也能弹出3、4级的曲子，还被评上优秀学员。

张敏老师家中顶梁柱。但是她总是把授课放在第一位，家中的事再大、再急也不影响她的课。当大家看到张敏老师因高烧而满嘴起泡，还是按计划一丝不苟地认真讲解和演示，同学们对如此敬业精神无不感动，对她的尊重和尊敬油然而生。

大多数学员都跟张老师学筝都有四五年乃至数十年，有的还考过了七级。还想找地方能继续学习和提高，但一般的老年大学没有这样课程。据此，张老师成功组织了老年人很难涉足的“采茶扑蝶”三重奏的演奏表演，并向学校提出设立表演班的设想，经测试进该班的学员，学筝均在五年以上，大家都感到能在要求更高、更专业的地方继续学习提高，有一种说不出的满足感，热情极高。由衷感激学校和张老师又为老年人提高弹奏水平搭建了突破瓶颈的平台，再次圆了我们的又一个梦。

多年来，张老师用古筝美妙的声音唤醒了老年人对音乐欣赏的启蒙。现在，她又在努力描绘市老年大学古筝演奏新水平的又一幅创新亮丽的画卷。

为学员送去快乐和健康的——王良佐老师



王良佐苏州工艺美术职业技术学院副教授。毕业于上海体育学院。1965年任教于苏州工艺美术职业技术学院，(前身为苏州工艺美校)长期从事体育教学和学生管理工作，曾任学校体育教研室主任、学工处处长等职。

2005年开始在苏州市老年大学任教健美操。在十多年的教学实践中，王老师能充分考虑老年学员的兴趣爱好来选编教学内容，根据老年人的具体情况和

特点进行耐心细致教学。教学过程中能关注了你想要的身体状况及时调整活动强度。王老师热爱老年人，热爱健身操教学，平时平易近人，课堂教学操控有度，教学语言风趣幽默，课堂气氛活跃热烈，教学态度耐心周到。王老师既有丰富的教学实践经验，又有管理学员和学生自我管理的方法，教学质量好，长期以来深受广大老年学员的欢迎。王老师常说：苏州市老年大学是我们老年人自己的大学，教学中我给老年朋友送去了健康和快乐，学员们也同样的给我带来了快乐和健康。

余音袅袅唱越剧

越剧班
曹筱敏

越剧以其婉转悠美的唱腔，细腻传神的表演，赢得了无数的观众，拥有众多的戏迷，我便是其中一员。无论工作变迁，还是年岁增长，我对越剧的爱好始终如一。天天听越剧成了我的必修课。儿时曾梦想，什么时候能跟老师正规唱就好了。去年我终于如愿以偿，有幸加入市老年大学的越剧班。

通过这段时间的学习，我觉得受益匪浅。越剧班的蒋老师不仅功底扎实，擅长唱各种流派，还会表演。她不仅上课认真负责，平时还平易近人，是一位难得的好老师。她常讲、越剧有各种流派，每个流派都有它的特点，要唱好就要精琢细练，才能展示出越剧的唱腔特色。她的确也是这么做的，蒋老师经常会把大段唱腔分成几小节，逐句逐句的教唱，从不放过一个小腔。她规范的咬字发音点拨我们如何唱出流派的韵味。她边唱边用手打拍子，有时还即兴表演几个动作，让我们感到既生动又有趣。全班会唱了，她就要我们分小组轮唱，增加难度，最后是个人上台展示。学员们都会兴致勃勃、争先恐后地上台一展风采。记得我初上越剧班第一次上台唱时，由于紧张过门掌握不好，会慢半拍，当时蒋老师就在旁边提示帮唱，给了我很大的鼓舞，增添了我的勇气和信心。

在蒋老师认真负责教学精神的影响下，班上学习氛围浓厚。不管是初学者，还是资深票友，每个人都认真。遇到难点，在蒋老师的耐心指点下，学员们都能心领神会，一般反复哼唱一、二遍就能到位。不管谁唱，还是哪个小组唱，唱罢其他人都会友好地鼓掌。下课都会相互赞赏：“你唱得蛮好格”，大家心里都感到美滋滋的。

我们的伴奏方老师，不管谁唱，每节课都要不停地拉琴伴奏，配合我们练唱，不嫌其烦，不辞辛劳，脸上常是笑眯眯的，洋溢着一种和谐美，很令人感动。

抑扬顿挫的越剧曲调，伴着优美的二胡伴奏，回荡在越剧班，就是这样一种越音袅袅，琴声悠扬，令人陶醉，它丰富了我们的生活，美化了我们的灵魂。在此我要为市老年大学点赞，是你给了我们这样一个好的平台，学校里不仅拥有崭新的教学楼，美丽的古色古香的庭院，还增设了不少的特色课，不愧为省示范老年大学。我还要为辛勤耕耘的园丁点赞，深深地感谢你们，让我们老有所乐，乐在其中。

市老年大学越剧班办得真好！

小学时代，我对邮票就感兴趣，经常把家中来往信封上的邮票剪下来收集好，妈妈看到我的喜爱，也主动帮助我收集。但毕竟社会接触面小，又是生长在角直一个交通不方便的古镇，见闻少。

直到有一次在上海叔叔家玩，堂弟拿出他收集的邮票给我欣赏，才知道自己集邮还未入门。记忆中，他对每一枚邮票都不直接用手拿，而用镊子夹着放在专用邮册内，邮票不能太近看，怕热气吹着影响其质量，十分讲究。我看到后十分羡慕，同时也开了眼界。后来上海工作的大哥送了一本空邮册给我，我如获珍宝，也学着堂弟，一本正经地把自己的邮票装入邮册内，然后把这种在水中浸泡再用布弄干经书压平的不完全合格的旧票都一古脑的入册了。后来回忆，读小学时，大哥送我一本我想要的邮册，初中时大哥送一只我想要的口琴，这肯定都是妈妈关照的，现回想慈母为我所做的一切，眼泪止不住淌下。

1961年初中毕业，我离开了家，当上一名营业员，一切都不懂，一心扑在工作上，到70年代初被调入办公室做会计工作。正好当地税务所的老金同志是一位集邮爱好者，他经常来看我的邮票，而且我俩互相交换。我们的集邮是不花钱的，都是旧票，难得弄到几张新票高兴死了，后来才知道真正集邮爱好者有邮卡，年年能买新票，但当时的邮卡数量少，直到80年代末才弄到邮卡，才能年年买到年册。

90年代末，单位同事小王，他参加了

我的集邮之路

集邮讲座班 张雪枫

吴县集邮协会，也帮我办了入会手续，正好我也即将退休，不久我们这里也成立了集邮协会，得到吴县集邮协会周会长的大力帮助，他经常来指导我们，一有信息就通知我们，使我们有了正规化的活动。

2013年7月看到苏州老年大学招生简章上有“集邮讲座班”一课，马上报名。通过两个学期的学习，不但学到了不少集邮知识，还结识了不少邮友。

集邮是一项情趣高尚的世界性的文化娱乐活动。集邮是一门以邮票为主要对象，经过收集、整理、鉴赏、研究的现代化知识学科，通过集邮增长知识，陶冶情操，丰富文化生活，在我国社会主义物质、精神文明建设中起到了寓教于乐的积极作用。

正确的集邮目的及应持的态度，有许多集邮老前辈对此都作过精辟的阐述，已故前辈集邮马任全先生一段话：注意邮德，陶冶情操。增长知识，坚持业余。量力而行，持之以恒。爱而不迷，知足常乐。再有已故著名作家老舍先生的几句诗：集邮长知识，嗜爱颇高尚。切莫去居奇，赚钱代欣赏。

目前我的集邮心态，有打油诗一首来表白：快乐集邮，陶冶情操。邮市跑跑，邮友交交。动动脑筋，不易易老。投入不多，纯属喜好。不断学习，过程求得。水平不高，成果难出。留给小辈，一文不值。如有兴趣，延续集好。坚持业余，痴迷不得。

西湖夜（散文诗）

写作研究班 祝君雅

一弯月影悠悠，群星吐着青光。
独步苏堤，夜色如水，款乃软韵，碧水轻柔，一点灯影红。

潋滟的西湖水光，柔情似梦，看不清耸立的雷峰塔，望不见断桥故典人，却，独忆西湖岸边一桨一船荡向湖心的一代大师李叔同，一席终了，皈依佛门。

寂静夜空回荡“长亭外，古道边，芳草碧连天……”袅袅余音。

多少往事在清波里沉浮？谁问过，弄箫人是否已上奇楼？

只有水轻轻絮语，风微微叹息。
洞箫声已远……

长寿命健康，养生最重要。起居有规律，睡眠要确保。白天多跑跑^①，闲时做做操。体锻要坚持，勿忘多用脑。早餐讲营养，中餐要吃好。晚餐宜清淡^②，油盐糖要少。品种多样化，只须七分饱。烟酒都不好，最好都戒掉。凡事应知足，切莫寻烦恼。多做公益事，健康乐逍遥。

注：①跑跑：苏州话中的跑跑，主要是讲走路之意，并非指跑步。平地步行日走不停，或积累日行一小时，是老人最好的体育锻炼方法。

②早餐应占全天热卡的30%~35%，中餐应占40%，晚餐则应少至25%~30%。饮食宜杂，品种需多，然总量宜少。每餐吃到七成饱最好，最多不宜超过八成。

外孙女除了上学还有众多的课外班需要她接送。她还是苏州木兰协会的副秘书长，平时她协会的事多，家里的事更多。但从来没有耽误过我们的教学和训练，还常为我们加班加点。

六年多来，她带领我们的演出队，参加了各级各类的比赛表演，拿到过许许多多的奖项，为学校争了光；也为我们自己添了彩。但是，荣誉再多，也比不上我们在木兰班的快乐多；技艺上的收获再大，也没有我们在思想上得到的进步大。朱老师是我们这个集体的灵魂和领路人。老师，我们敬重的老师，正是你高尚的品格、宽广的胸怀，才有了我们和谐亲密快乐的木兰班！在此，我们深深感谢你，衷心祝福你：健康长寿！让我们的师生情谊长长久久！也祝愿我们的老年大学越办越好！

花

吴霞芬

净瓶中的三朵月季
主人很少过来
开卷的花瓣
只是偶尔
无力地落下
在黄昏伫立片刻
没有声音
它不想惊动谁
它盛开的热烈
没有人知道
它已经很累
没有人记得
曾努力地打开自己
也许明天
将芳香吐出
瓶中是一束静静地彼岸
在无风的阳台上
花

我们敬重的老师——朱白云

木兰班

云腊英

朱白云老师是我们木兰系列班的任课老师。她是2009年来老年大学任教的，而我正好也从09年开始来苏州老年大学上课，荣幸地成了她的“开门弟子”。

六年来，她的认真、执着，她的大度、宽容深深地感动了我。她的高尚人品深深地感动着我；甚至她的声音，她的笑容都深深地吸引着我。六年多来，她是老师，也是长辈。我们是师生，更是姐妹。在她身上我们发现——一个真正的共产党员就在我们身边。

她从不计较个人得失、报酬高低，经常加班加点，始终任劳任怨。俗称“拳不离手”——而学校每个星期只有一节木兰课。老师怕教了同学们记不住，几年来每个星期都安排在大公园加上一节课，并且从不收学费。她刚执教时就组织了一个演出队，“台上三分钟，台下十年功”，为了这个演出队她花了多少心力，流了多少汗水，赔上了多少的个人时间。每年的寒暑假她都在训练我们演出队，另外平常上课之余也在每个星期专门抽出一天训练演出队，从不计较一分一厘。有时学员们不忍老师辛苦，自发地想表示一下，也被老师全数拒绝。有演出时，学员们的头饰、化妆用的脂粉，都是老师自掏腰包。

学员的年纪都大了，反而经常会为一些小事产生分歧。朱老师总是耐心细致地做工作，解决矛盾。记得有一次，我跟一个同学发生了摩擦，心里不开心。老师分别找我们

两人谈心，化解我们的心结，终于让我们握手言和。这时的她像大姐也像长辈！其他同学有矛盾时她也如此这般，一一化解。还有时候，学员有情绪向她发泄，她总是笑笑、从不计较。而且在事情过后再找她们谈心。记得09年下半年时有次演出，一个学员因节目上的意见而对老师发脾气，老师不但没生气，仍然笑着向她解释，并且适当满足她的要求。我有时心里不平衡了也会发老师的脾气，老师总是慈祥的笑着逗乐，耐心交流，直到你心中的气消。老师你的心胸多么宽广，比那太湖水还阔！

对待学员，老师都是一视同仁。对人、对事，从不带着情绪。不管哪个学员有事，她都热心帮助。记得班上有个学员，上课时突然发病，老师扶她躺下，给她喂水，并打电话给她家人；放学后还一直等她的家人来了，自己才走。

2012年冬天我生病住院，正是隆冬季节，老师骑着电瓶车到医院给我送饭送菜。出院后，她冒着大风大雪，从团结桥骑自行车到官渎里上我家来看我。二十多站路啊，刺骨的寒风，冰冷的雪花都在阻碍老师的出行，可她还多次到我家看我。这份情谊永远深藏在我心中！

老师那平常中透出高尚的品格也给我指引着做人做事的道理。老师在家里是个大忙人。女儿女婿是双职工，顾不上家务，一家的买洗烧都是她一人“承包”。

七绝·石榴花

诗词创作班 陈梅生

喷火蒸霞五月中，百花开罢此花雄。
应春吐绿枝枝翠，涉夏扬珠朵朵红。

七绝·竹

诗词创作班 李长选

冬夜不凋成美景，亭亭玉立恋皎贞。
不同流俗品高雅，为有松梅气度清。

七律二首

诗词创作班 史玲玲

秋景

寒露晶莹濯晓晨，缀珠翠竹玉如真。
愁看小径青苔老，喜见篱边雏菊新。
桐叶凋零枝上冷，芳菲堕落湿香尘。
一塘秋水映清影，几尾红鱼戏绿萍。

月梅

银晖轻泻洒湾塘，漫步徘徊迥泽行。
月下光莹清影瘦，林间芳散绮衣香。
神迷庾岭阳生雪，情定罗浮岁晚霜。
暗麝袭人忘却冷，同心共语度潇湘。

五绝·梨花

诗词创作班 朱珏

带雨清无染，含春淡不妆。
溶溶千树雪，漠漠送寒香。

七绝·端午

钱振华

香蒲箬叶造玲珑，水波金莲灶火红。
一股清香风里送，青云半掩雪峰峰。

古风·蜡梅

诗词创作班 邹从文

冬日蜡梅报春来，暗香浮动枝枝开。
风雪满身何惧冷，只为点缀空瑶台。

校园春色

隶书基础班 章苏

莘莘学子喜同窗，桃李满园欣晚芳。
紫燕穿梭觅知己，群蜂采蜜酿希望。
长歌典雅韵悠远，翰墨传神情激昂。
疏雨沧浪唐宋脉，黄宫花草贵书香。

古风二首

诗词创作班 黄建萍

悬空寺

梵宫琼楼缀远天，殿宇参差凌空悬。
上载危崖下临谷，红墙纤木越千年。
雾蒸霞蔚翠屏倚，残月淡烟霄汉间。
飞梁架柱栈道险，飘然云端欲饮仙。

注：悬空寺位于山西浑源县，悬挂在恒山金龙峡西侧翠屏峰的半崖峭壁间，为北岳恒山的第一奇观。始建于北魏太和15年（公元491年），距今已有1500多年的历史，是国内唯一的佛、道、儒三教合一的寺庙。

晋祠

明珠璀璨耀晋源，亭台楼榭赛江南。
飞阁流丹圣母殿，宫犹犹是旧时颜。
周柏随槐沧桑历，唐碑宋筑气宇轩。
难老泉水碧如玉，涓涓泊泊泽乡田。

注：晋祠位于山西太原西南悬瓮山下，晋水源头。始建于北魏，是中国现存最早的古典宗祠园林建筑群，周柏、难老泉、宋塑侍女像被誉为晋祠三绝。

真知灼见

读杜牧《山行》

隶书提高班 马怀玉

远上寒山石径斜，白云生处有人家。
停车坐爱枫林晚，霜叶红于二月花。
每当枫叶红了的时候，每当拿起毛笔练习书法的时候，就会想起杜牧《山行》这首诗，这短短的二十八字，写尽人间无限秋色。

这是一首脍炙人口的唐诗，算得上典型的景物诗。作者十分巧妙地抒发了他对美好的自然景物的真切感受，并因此也感染了所有读他诗的人。诗的前两句展现的是一幅秋山远景图，白云缭绕的大山深处竹篱茅舍显现，这“有人家”使得这此山充满了活力，也充分说明了之所以山上有这曲曲弯弯的“石径”，就因为“有人家”。也印证了“世上本没有路，走的人多了也便成了路”这句话的实际意义。诗的后两句着力渲染的是那片火红的枫树林分外的艳丽，着实胜过了早春二月盛开的鲜花。这首诗就这么简单，可是诗人把整个秋天写得充满了生命力，也使得人们的生活充满了活力，也使这首诗充满了生命力，传唱千年。

我小时候就跟着私塾老先生写写毛笔字、读“三字经”、背“百家姓”、背“唐诗”。这是因为学校下午放学后，大人都在上班，小孩没人管，父亲就把我交给他的老师，一位私塾老先生来带。这样在接受现代教育的同时也接受一些中国传统文化的熏陶。

对于小孩子学唐诗来说，一开始只是停留在能记住、会背，慢慢地随着知识的丰富就想去理解这诗到底是说了些什么了。就象这首《山行》，记得我小时候是这样理解的：

诗人大老远的乘着手推车或是马拉车来到这山里，这山应该是张继的《枫桥夜泊》中写到的“寒山寺”旁边的山，所以叫“寒山”。是因寺而得名吧，或许是因山而寺得名。他

来这里为的是去山里人家那边喝喝小酒吃吃野味，所以呢没把山里风光放在心上，当他下得山来坐了车要回去时，回头一望忽然发现山里怎么有这么一片鲜艳的枫树林啊，我怎么早没发现呢？晚了晚了啊，我得回去了啊，于是就发出了后面两句的感慨。我这一说，老先生笑道，你说得还真有点意思，可这诗不能这样理解啊。他说了，首先杜牧是晚唐诗人，而张继就要早得多，他们不是一个时代的人，也许张继去世时，杜牧还没出生呢。就诗而言，张继诗中的“寒山寺”是实指，而杜牧的“寒山”是虚指，是泛指秋天寒冷的山。你说诗人去山里人家喝小酒这没有根据，诗题是“山行”，就是到山里来走走，来漫游的，他也没说去山里人家那边，只是说看到在远处有人家。这最难理解的是第三句，一是因了平仄的需要，“坐爱”、“停车”的词序倒装了，二是那个“坐”字不是坐下来的意思。乐府诗《陌上桑》中有“但坐观罗敷”，说的是都是因去看罗敷造成的，这“坐”就是“因”。所以诗中的“坐”说的是诗人之所以停下车来在山中行走，是因为他爱看这山中的枫林晚景。

当然，老先生的解释是绝对正解，我的别解呢现在想想也蛮有意思的，不是嘛，现在有不少人就在追求这种别解，好象还蛮有市场的，可我认为还是相信正解为好。但是，有时候某些诗句的引伸义倒也是可以采纳的，比如说诗中的“霜叶红于二月花”这一句，用来比喻当下的老年人，比喻我们老年大学的那些老姐妹们，由于她们的阅历和风度以及知识面的丰富，与妙龄少女来比毫不逊色；说“霜叶红于二月花”也不为过。

灯下随笔

蒹葭秋韵

校友 徐复美

读后感

看书名就获得一种诗的美感，陆恒作者用生动活泼的自然流畅的词语，富于哲理，令人深思的书名，为读者娓娓送来一个耐人寻味的人生理念。一路采摘他人的鲜果和鲜花。未来的天空会更加广阔与明朗，洋溢着浓烈的情感，给人以强烈的震撼力。看封面，为读者展开了一幅漂亮的生活画卷，美丽的荷花自由地飘飞在池塘上空，让人顿时闻了浓郁的芬芳，不仅画面鲜活，同时生动表达自己的思想深处的情感，紧扣书名，使读者眼睛一亮。看目录，在她坚持不懈努力下，完成了自身最重要的一次涅槃。清代学者李渔说：“开卷之动，当以奇句夺目，使之一见而惊，不敢弃去。”好的开头，能提炼中心，引领下文，令读者倦处生神。我有幸阅读，默默观察，用心感受，她的自信，她的执着，她的勤奋，尤其是他的“学而得其法”所透露的睿智更让我佩服。

看书中文章，文采隽永，情理交融，思想的翅膀在个性化语言的指引下，幻化出意蕴无穷而充满美感的文字，读来真是令人击节称赞。

（公交车上的故事），为争位之事，言之有据与言之有理的批评和分析，使文章思想高出一筹。文气酣畅，文词丰美，整散结合，错落有序，层次清楚，析理深刻透彻。故事深沉凝重也特别引人关切，让人读后满口留香，余味无穷。

（农村生活二三事），文笔带有浓重的乡土气息。创意新颖，引人入胜。就是这样纯朴的语言，清淡无味，能让人看到农村大世界“春风夏雨秋实冬雪”，草木家禽瓜果蔬菜生活氛围真实可感，可以品出千滋滋味。读到这样的文字，如啜香茗。

回忆乡村往事，独特的早晨，炊烟的傍晚颇具特色，令人遐想。乡村的厨房后院鸡栅猪圈，以及乡村的人事物深深地印在了作者的脑海里，弥久不散。“故乡遥，何日去。”体现作者对乡村的浓浓感情。谱写了一曲“乡村秀美，人文醇美”的性感颂歌。

（门前的一棵大树），大胆的假设，丰富的想象，深刻的思考，构成了这篇段文的三大的文风。作者细腻的笔触，情趣盎然的文风，情景交融写法都显示了其深厚的功底。作者对于生活的独特感悟源于深刻的观测，体现了作者睿智和洒脱。

我读了（蒹葭秋韵）书的全文之后，感觉作着“少年生活五光十色，亲切可爱”；青春时期“香甜亦有苦涩”；中年生活“甜淡而隽永”；晚年“一切都淡淡如水”。文章以第一人称贯穿全篇，再现了自己救赎自己思想变化过程。善于捕捉微妙的人性和情感火化，语言质朴淡然又极其流畅，以清新流利的文字，人事物描写细腻，以真实的生活打动读者，使人在默然无言中，感受到亲切温馨的韵味，是不可多得的一本好书。

旅游怡情

一日游三寺

老子文化解谜二班 李水生

吴江有三座寺庙即：小九华寺、泗洲禅寺和圆通寺。我是75岁老人，喜欢乘公交车旅游，乘公交车低碳出行好，只是化费时间多，一天游三寺只能是走马观花式旅游，主要是浏览一下佛教的建筑风格。

苏州92、93乘路到吴江奥林清华转238路到小九华寺下。

一、小九华寺。小九华寺坐落于风光秀丽的莺脰湖畔，相传创建于唐朝，明万历年间（1616）重建，咸丰十年（1860）毁于战乱，光绪十年又重建。寺庙起名为“小九华寺”，相传与地藏王菩萨的灵迹有关。朝鲜半岛上的新罗国王王子金乔觉（695-794）24岁时，毅然抛弃王族生活，削发为僧，携白犬“谛听”，航海来到中国。上岸后，停留的第一站，就在莺脰湖畔结茅参禅，盘桓数月，然后再西行，最终卓锡九华。

寺门面对莺脰湖，湖边有一个船埠码头，中间屹立一尊汉白玉观世音菩萨雕像。

天王殿供奉的是大肚弥勒佛，旁有一副对联：“大肚包容，了解人间多少事；满腔欢喜，笑开天下古今愁。”弥勒佛“法喜充满”，用自身的欢乐形象来感染和启发来客，忘却人间烦恼，欢度人生。

喜，笑开天下古今愁。”弥勒佛“法喜充满”，用自身的欢乐形象来感染和启发来客，忘却人间烦恼，欢度人生。

小九华寺站乘233路到黎里汽车站转汾306路到芦墟大桥北转汾316路到泗洲禅寺下。

二、泗洲禅寺。泗洲禅寺坐落于汾湖东岸的芦墟镇庄稼圩（现为新友路1618号），创建于唐景龙二年（708），有多1300年历史，经多次重建、扩建、修缮。

正值夏至，鸟语花香，树木茂盛，三白荡碧水声声，环境优美，是去除烦恼的人间净土。

泗洲禅寺与众不同的是庙中专设一间“神仙堂”，供奉道教的吕祖（即八仙中的吕纯阳）。相传农历四月十四是吕祖的生日，每年到了这一天，泗洲禅寺与苏州老阊门的神仙庙一样，有规模盛大的“轧神仙”庙会。轧神仙那天，庙里供应“神仙面”，给香客享用。寺内寺外到处人头拥挤，地道的“人轧人”。其实，轧来轧去获利最多的，倒是那些流动的小商小贩。轧神仙是吴地人的狂欢节，一派繁忙景象。

再乘汾316路到芦墟大桥北转汾301路到金家坝汽车站转261路到同里汽车站转205路到圆通寺下。

三、圆通寺。圆通寺位于松陵镇的体育西路，是“滨湖新城”的旅游亮点。相传圆通寺始建于唐代，全盛于明、清，期间曾历经几度兴衰。

圆通寺正门匾额“圆通寺”三个金色大字系台湾籍著名国学大师南怀瑾先生手书，旁侧楹联：“梵音钟声寂寂惺惺观自在；江帆渔火尘尘刹刹见如来。”亦系南怀瑾先生所撰写。

寺院西侧建成苏州园林式的景区，设碧波一泓，水上观音屹立其中。水上观音为实心花岗岩雕像，外贴黄金，高15米，她是一座莲花座观音立像，一手持甘露净瓶，另一手为手印，意为安慰印，神态安祥，如慈母一般，观音像头顶上的是阿弥陀佛像。园内小桥流水，水榭楼阁，绿树成荫，鸟语花香，移步即景，集休闲、游览于一体。寺院与花园融合，互映生辉，相得益彰，紫烟缭绕，梵音和鸣，置身其中，心旷神怡。

乘215路到吴江公园转93路返回苏州，或从吴江公园走到吴江宾馆转92路返回苏州。



张宏生 年八十三

晚晴

听爷爷讲抗战的事情

周志园

生活偶感

从居家养老到大阳山 晚晴山庄老年公寓安度晚年

写作研究班 吴美云

我与老伴均是建国初期国家人民培养的医学卫生系统高级知识分子，今年是我加入中国共产党六十周年。是落实“下放”政策全家三代六人定居于“上有天堂下有苏杭”的苏州三十周年。为尊重“老的习惯与小的自由”，在同一姑苏城内的三个儿女，各自先后建立了家庭另住，平时各忙各的工作与家务，仅于双休日节日国假日团聚圆着“三代”同堂梦……平时“空巢”，我退休后名利淡泊居家养老，逐步适应着“老有所学、老有所为、老有所乐”的生活。我坚持万寿宫市老年大学学习。我的第二代是由我的母亲带大的，而今“一代还一代”我与老伴曾共同协助抚育了第三代长孙女与小孙儿，真是天伦之乐子孙绕膝苦中有乐其乐无穷……。刚退休我曾参于短期专家门诊，以后尽其所能做“义工”“长期义诊，承担社区居民代表尽责尽力、助人为

乐、曾依法维权伸张正气……庆国庆六十周年期苏州报曾报导“民告官胜诉的吴老太”。苏州报及广播电视台等，组织主持首次苏州县市大型集体婚礼，从高新区到园区桃花岛豪华车船，特邀金婚老人我与老伴共贺，我们美美地“做了一天主角明星”……。我与老伴经常旅游浏览祖国大好河山，真是“谁不说咱家乡美”还是我们苏州最美，苏州报曾报导《爱旅游老人——吴美云》。

岁月不饶人，我与老伴步入高龄体衰耄耋之年了，虽然仍然耳聪目明、四肢活动灵活自如，但是老有所学及老有所为毕竟越来越“力不从心了”……。为减轻忙于工作，家务、健康已感透支孝顺儿女们的精神负担，并为防治老年人常见的“AD综合症”（即老年性痴呆又叫阿尔茨海默病，简称AD综合症）等时代病，我与老伴毅然进驻大阳山高新区晚晴山庄老年公寓安度晚年

了。老年公寓地理位置苏州高新区得天独厚“天然大氧吧”，三面环山位于凤凰寺景区及大阳山森林公园生态园景区，有20亩竹林和花卉树木绿化率达到百分之四十余，公寓楼为三星级宾馆标准建设中央空调电梯数码电视……。老年公寓管理服务人员，从书记院长部门主任及护理员均为本土人特感亲切，像生活在一个大家庭中，本来老人“空巢”而今“不空巢”了，久违的称呼：“阿爹阿婆”“爷爷奶奶”，而今声声抚慰着老人们孤寂的心灵……。不仅对老人生活无微不至地关注着，从早到晚有人主动问寒嘘暖，绿色营养适合老人的一日三餐送上门、换下衣服即时有人拿去洗净。尤其是健康保健24小时有人“监护”着，附近护理院及社区卫生院医生定期上门服务，友善的老人们互帮互助共园延年益寿。