

萬壽宮

苏州市老年大学主办（内部交流材料） 第108期 2016年10月8日

学校网址：<http://www.szindx.net> 准印证号：苏出准字 1513554



我校领导和徐州老年大学领导合影于徐州街心公园 秦士钧摄

苏州市老年大学亮相国际论坛



为搭建国际养老健康领域专家学者对话平台，进一步推动两岸养老事业交流合作，促进养老照护产业健康、可持续发展，由台湾长庚大学管理学院主办的第二届国际健康照护与管理研讨会于2016年6月26日至30日在台湾长庚大学举行。参加研讨会的分别有来自美国、日本、荷兰、越南、印度尼西亚、印度、马来西亚、新加坡、泰国、韩国、中国以及香港、台湾等十几个国家和地区，共有40多位专家学者出席会议，其中有10多位教授、专家和学者在会上作了交流发言，他们分别从各个专业领域报告了养老健康领域的事业发展、面临的挑战以及对策，主要集中在物质的保障、医疗的救护、生活的护理、生理的保健和社区的关怀等方面内容。

会议主办者、台湾长庚大学管理学院院长古思明教授特邀苏州市老年大学董宙宙校长出席会议并作交流发言。董校长因故不能前往参加会议，特派苏州市老年大学协会秘书长朱学标出席会议并作交流发言。

苏州市老年大学作为中国大陆唯一的会议代表在会上参加交流。在会上，朱学标以“努力打造老年人的学习乐园”为题，分别从8个方面介绍了苏州市老年大学30年的发展历史与现状，介绍了这所具有“全国先进老年大学”、“江苏省示范老年大学”荣誉的现代化学校。朱学标介绍的8个方面内容分别是：（一）顺应时代要求，积极发展老年教育；（二）拓宽办学渠道，争取社会支持帮助；（三）完善办学条件，周到服务广大学员；（四）体现教育公平，积极服务社会大众；（五）适应社会发展，不断完善教学

体系；（六）注重内涵提升，建设文化校园；（七）改变传统模式，实行现代化管理；（八）发挥龙头示范作用，形成办学集团优势。

听了朱学标的演讲介绍，与会专家、学者对中国老年教育、老年大学的发展，特别是苏州市老年大学的发展现状激起了浓厚的兴趣，纷纷感到耳目一新，据他们介绍，在这之前他们对中国老年教育、老年大学的发展与现状了解甚少，缺乏研究。通过这次交流，加深了他们对中国内地老年事业发展的进一步了解。

在交流发言中，我们阐述的对老年教育事业的认识和老年大学的办学体会，得到了与会者的一致赞同。我们的观点是：老年人是国家的特殊群体、社会的宝贵财富、家庭的重要成员。老年人的精神需求能否得到满足，老年人的生活幸福指数能否进一步提高，老年事业能否健康发展，很大程度上取决于老年教育事业的发展水平。如果说，社会老年养老机构的重点是为了满足老年人晚年生活物质保障上的需求，而老年教育、老年大学的重点则是为了满足老年人精神上、心理上的需求，为他们打造一片属于自己的幸福蓝天、学习乐园。办好老年大学，打造老年人的学习乐园，这是时代发展的必然要求，是一个国家和社会文明进步的标志。老年人的晚年生活只有在物质保障和精神需求同时得到满足时才可以称得上是幸福的晚年。

对此观点，与会专家、学者给予了高度评价，他们一致认为，中国大陆的老年大学是非常具有特色的退休养老活动机制，值得国际健康照护与管理与养老事业发展借鉴。苏州市老年大学则是中国大陆养老健康管理中非常成功的典范。专家学者纷纷表示，要把苏州市老年大学作为养老事业机制的案例进行研究。

会议还组织参观考察了具有典型文化养老特点的长庚养生文化村和展示台湾著名企业家王永庆发展历史的台塑企业文物馆。

（办公室）

为进一步做好创建全国老年大学示范校的工作，苏州市老年大学领导日前率领系主任等管理人员火车前往徐州、济南，分别考察了徐州老年大学和山东老年大学。

徐州老年大学创办于1986年，目前在校学员有9282人次，还有99个校外活动站。山东老年大学是全国第一所老年大学，目前在校注册学员16595人次，累计毕业学员达数万人。

徐州老年大学的办学精神和教科研工作给我们留下了深刻印象。山东老年大学是所省级老年大学，他们的办学条件一流、管理水平很高、宣传和科研水平突出，赢得我们赞声连连。

苏州市老年大学自1985年创建以来，办学规模日益扩大，办学特色日益彰显，办学声望日益远播。近年来，不计国外境外的，仅国内的就有21所老年大学来校学习。我们决心不忘初心，找差距、寻问题，不断提高办学能力，不断提升办学水准，克服困难，创造条件，在已获省示范校荣誉基础上，再上台阶，迎接创建全国示范校的评选。

（办公室）



在山东老年大学参观

学习先进

迎接全国示范校的评选

《江苏省实现老年教育现代化的环境分析与路径选择》

苏南子课题组首次会议在我校举行

《江苏省实现老年教育现代化的环境分析与路径选择》苏南子课题组首次会议于2016年9月2日在苏州市老年大学举行。苏、锡、常、镇、宁老年大学领导参加了会议。子课题组组长，苏州市老年大学校长董宙宙主持会议并对会议作了总体安排部署。

《江苏省实现老年教育现代化的环境分析与路径选择》经江苏省社会科学规划办公室批准立项。我校董宙宙校长被聘为课题组成员。该课题于2016年7月19日在南京开题。会议根据省课题组的要求，正式成立了苏南子课题组，明确了各市主要负责人和联系人。为便于工作联系和讨论有关问题，子课题组还建立了QQ工作群。

会议首先认真回顾了省课题开题会议的内容，进一步明确课题研究的重要意义，重点明确了子课题组的主要任务。

一、认真完成调查研究工作，主要是填好两张表格，一张是两级老年大学（市、县老年大学）办学情况调查表；另一张是各县（县级市、区）及县以下基层老年教育发展情况调查表。根据省课题组总体要求，会议确定10月20日前各市完成调查研究工作，并将调查表汇总到苏州市老年大学，由苏州市老年大学汇总后再交省课题组。

二、根据省总课题组安排，11月，苏南子课题组召开中期推进会，各市将总结调研工作，探讨以调研成果为基础，深入开展课题研究的指导思想和工作部署，随后进入子课题的研究阶段，主要围绕子课题研究报告的撰写，开展研究工作。

根据省课题组分配给苏南子课题组的任务《苏南地区实现老年教育现代化的环境分析与路径选择》研究报告，会议决定由南京、苏州共同起草出研究报告的提纲。会议还决定了下一阶段的主要工作计划，即：拟于10月下旬在无锡召开第二次子课题组碰头会，总结调查研究工作，讨论修改研究报告的提纲，并作撰写分工，并于11月底前完成初稿撰写。12月中旬在常州召开第三次碰头会，交流讨论修改研究报告。2017年1月在镇江召开第四次碰头会，讨论修改完善课题报告。2017年下旬在南京召开第五次碰头会，总结交流课题研究工作，并上交总课题组研究报告。

（朱学标）



教师会议提出新要求

为明确要求，落实任务，鼓励教师具备良好师德师风素养，良好专业素养，良好教学素养，做一个学员尊敬；学员佩服；学员喜欢的“三优”教师，我校各系先后召开了新学期的教师会议。

学校十分重视教师队伍的建设，十分重视教学质量的提高，开学伊始各系紧锣密鼓召集本系教师，举行教师会议，各系主任传达了学校对教师的要求，重点提出：1. 继续完善教学基本功，不断提高课堂教学质量。教师要打有准备之仗，要了解学员特点与需求，善于改进教学方法，及时调整教学节奏和难度。2. 继续发挥教师的教育功能。教师要以身作则，指导好班风，营造团

结和谐的班风。3. 继续为学校发展出力。在教师会上，还通报了招生情况——①本学期招生8904名学员，比上学期多400余人。②征文征集情况——在由全国老年大学协会教学工作委员会组织的“教学大纲”、“备课教案”、“教学案例”三类征文征集中，我校教师的教学功底扎实，征文人选率名列前茅。③上学期教师调查表反映的倾向问题。

各系教师会议要求教师以自己的认真工作，迎接全国示范老年大学的评比和全国优秀教材评选。

（教务处）

背起书包去学堂俨然成了我们的日常习惯；走进教室读书学习给了我们精神享受；同学间的交流分享和点滴的进步传递着喜悦和信心，校园生活拓展了我们的生活视角。

我们班是英语会话一班，班上同学的英语基础和学习能力参差不齐。第一堂课，老师在黑板上写下了：“快乐学习，健康生活！”老师笑着说：不要有压力！千万，不要有压力！同学们舒了一口气。接着，老师介绍了他自己。他是一个土生土长的苏州人，就出生在学校东面的定慧寺巷，可是名字被爸妈起得拗口了点，叫：沈祖晓。看着这位瘦瘦高高、斯斯文文的老师这样风趣自嘲，同学们释怀地笑了起来。

英语会话班

茵

很快，同学们就喜欢上了沈老师特有的教学方式——绘声绘色外加肢体语言。比如讲解[dz]的读音时，沈老师用了“苍蝇在玻璃上挣扎的声音‘吱~吱~’”一下就让大家轻松掌握，不会忘记。

第二堂课，在老师的倡议下，班级建立了微信群，同学们有了练习场地和交流平台，课上

学的内容课后练习；校内学的知识校外消化。课堂变大了；课时增多了；老师和同学都满意、定心了。班长经常根据老师教的内容布置Homework，组织同学们复习巩固，也方便缺席的同学同步学习，而沈老师也不厌其烦，非常乐于和同学们的互动。

班上有两位同学分别去了美国和英国探望孩子，正是因为有了微信课堂，使她们能够及时了解班级的学习进度和内容，参与学习和交流，感觉还在班集体中，同学们笑说：咱班的“英语国标”群是国际化的英语大课堂！

晚上，通常是我们微信课堂的活跃时间，我们常能听到沈老师的一句：“I'm waiting for you here.”于是，同学们像学步的小鸭子接二连三地出笼下水。

看：钱志华和方元同学在一遍一遍地练习，进步有目共睹，得到了老师和同学们的一片叫好和掌声；杨采莲同学分享了一组实用资料，大家如获至宝，纷纷致谢和收藏。

听：“You raise me up...To more than I can be.”（你的鼓励，使我超越了自我。）这是戈

振扬、许康洁、魏萍、王翠同学率先学会了唱沈老师教的歌。嘿，对于在学音标的我们能唱出这首好歌是不是超值收获呀？

志华说：这种互相学习、互相切磋、互相帮助、互相鼓励的学习氛围真的太好了。张丽敏说：我的微信群很多，但是自从有了我们的学习群，其他杂七杂八的群全部被我清理了。沈老师说：第一次碰到这么好的学生呢！

夕阳无限好，只是近黄昏。我想，对于过着退休生活的我们来说，愿意学习、坚持学习，是一种非常好的生活态度，虽然有很多困难需要克服。但是我想说：Where there is a will, there is a way.（世上无难事，只要肯攀登。）为了兴趣爱好，为了健康生活，It's never too old to learn!（让我们活到老学到老吧！）

葫芦丝缘

葫芦丝班学员 王建发



当我和平时一样，穿越在浒关镇的大街小巷时，听到附近传出一种我从来没有听过的乐曲声音。这音调柔和恬美、飘逸绚丽。出于好奇，随着声音我走进一家院子。发现一位老者双手捧着乐器，认真地在吹奏。我准备询问时，老者也发现了，原来，还是认识的老战友呢。经战友介绍，这乐器叫葫芦丝，近年来学葫芦丝的人越来越多。特别是老年朋友。战友还对我说，快到苏州市老年大学去报名。受了战友的指点和葫芦丝吹奏出的美妙动听的乐曲的吸引，我马上来到万寿宫报了名。

教授我班葫芦丝吹奏的是宋乐老师。经宋乐老师近两个学期的训练，从吹不响、吹不准、吹不轻、吹不美、吹不飘，到逐步理解、掌握了葫芦丝的吹奏方法。宋老师上课时面带笑容，对技巧性的吹奏详细讲解，反复示范，不厌其烦，带领学生一遍一遍的练习指导。平时还经常鼓励我们慢慢来多练习。我班学员一致认为宋老师教态好，耐心、细致、风趣。

在宋老师的教导下，同学们进步很快。如我基础较差，领悟较慢的学生，现在也能吹吹练习曲“婚誓”，红歌“映山红”等。现在浒关惠丰社区中也经常有我吹奏葫芦丝的练习声。社区居民也鼓励我：吹奏的歌曲我们很爱听。我们也要去学吹葫芦丝了。

夏天的天气是炎热的。太阳撒了野般地把热洒向大地，风也懒得吹了，但木兰班师生坚持着每天的早训练。

不容易啊！老年大学木兰班的同学们有的住木读，有的住相城，有的同学住园区，但每天早晨七点钟必到大公园北门相聚训练，就为了牢记学校学的木兰拳，也为了自己对木兰拳的那份喜爱！

“学贵得师”，当然，我们有一位好老师——朱白云。老师每年的暑假都是最忙的，她有一个孙女要接送上各种课程，还有一位八十多岁的老父亲要去关怀，家里买菜洗衣、做饭都靠她。但她任教七年多以来，坚持着校外教学。以往只是一个星期两天，今年却是每天如此。她的想法就是要尽快尽好地把木兰拳都教给我们，让木兰拳传承下去。老师甘为人梯的奉献精神激励着同学们的学习热情。

老师教得认真，学生们学得刻苦。大公园的场地七点半后就阳光直射，老师总是站在阳光处，把阴凉留给同学们。场地上，音乐声阵阵，双扇飞舞，浸润着情意，拳拳优雅，汗如雨滴，心中一片清凉，夏日炎炎，同学们互问互候，升温着友谊。

啊，我的老师，我的同学

暑假里的木兰班师生

木兰班 云腊英

们，你们是最棒的！为了学好木兰拳，每天与高温相拥，与汗水挥手，你们的努力我看到了，I Love You！

整个假期2个多月，同学们都坚持下来，特别是费明、慎媛媛、苏莉英、刘开凤等同学，每天必到，到得最早。李益民同学七十三岁了，也是每天坚持；还有陈杰同学身体不好，也坚持来训练；苗萍同学家住在木读，还每天七点钟准时到训练场地。老师的辛苦没有白费，同学们的汗水也没有白流，整个训练过程很有成效，所学的木兰拳大家都熟练了，而且在这炎炎的夏日里，传来了喜讯——我们的老师被体育局评上了“苏州市最美全民健身志愿服务明星”，同学们都很开心，觉得老师的付出总算得到了肯定的评价。

2016年的暑假是炎热的，但木兰班师生在这热中有苦，有喜，有乐，更有了友谊！



浅谈京胡“反二黄”的指法

京胡一班 严荣林

戏曲音乐是戏曲艺术的“半壁江山”，京胡又是京剧唱腔的重要组成部分。在京胡的定弦中可分为“反二黄”、“二黄”、“西皮”三种式调，而“反二黄”的腔调则能体现京胡声音浑厚，音质饱满的特点。如想能达到如期效果，必须遵循操作“反二黄”的正确指法。通过一年多的学习，我对京胡“反二黄”的指法有了点初步认识。

“反二黄”为1、5弦，内弦为1、2、3、4，外弦为5、6、7、i，内外弦的关系是五度的关系，常用的指法技巧如下：

内弦1音可“弹音”又称拨弦，用手指急速的将琴弦拨一下，使其发出清脆的声音，模拟弹琴效果。

内弦2音和外弦6音均为迂回滑音，用食指操作进行，基本操作为本音向下再向上回滑，小二度距离的滑奏再返回到本音上，并要求做到手指在本音位置为实，滑到低处为虚，手指始终不离开音位。

内弦3音、外弦7音均可以加倚音，

倚音是装饰音，它是依附在主音前后的装饰性音符，在乐曲中根据内容需要适当运用倚音，可以大大的丰富乐曲的表现力。

内弦4音为虎音，它是用先虚后实的指法来完成一种强烈的音响效果，方法是指轻摁在要拉的音位上，当弓要拉出时，轻摁音位的手指由虚摁变为实摁，同时加大运弓力度，这样要发出似虎叫的浑厚声音，可起到渲染气氛的作用。

外弦5音可打音，用手指急速连续进行打音，要求力度均匀清晰，具有颗粒音的效果。

外弦音可凑泛音，在通常条件下，泛音的动作与实音的按音动作相同，只是手指需采用先虚点浮的按弦方式，贴弦松，迅速按实，从而发出清亮、具有透明感觉的水音、开花音的效果。

以上仅是我的粗浅体会。

教师节风采

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

让我们快乐的老师——陈庆



上课铃声响了，我们京剧班的课堂里顿时锣鼓齐鸣，京胡声声，各色唱腔或高亢或低沉或委婉，进耳入心，让我们一一听众——学员兴奋、激动、坐不住、跳起来，手拍红，恨不得自己也上去来一把。

这就是我们班的开学典礼。这就是我们陈庆老师设计的开学典礼。这个“戏班子”可是陈老师特地从张家

港、吴江等地邀来的曾经的学员。他们为了我们走进了我们的课堂，吊起了我们的胃口，增强了我们的兴趣，提高了我们的热情。

陈庆老师是专业琴师，操琴技艺高超，京剧理论精湛。他授课时总是那么精力充沛，又是那么生动活泼。深入浅出和妙趣横生的课，使课堂里笑声时起，氛围轻松。羡慕吧，在我们班级里既能学到京胡的知识和技巧，又能尝到欢乐愉快的滋味！

我们以琴为友，以琴为乐，在陈老师的教授指导下，兴趣益增、学习认真、进步很快。我们一起听课，一起练琴，一起表演，还一起建立了京胡沙龙微信群，天天忙着，天天高兴！

京胡班使我们忘了年纪，提了劲头。这些首先就应该感谢的是我们的老师——陈庆！

（京胡班 顾德强等）

征文启事

在我们老年大学学习过程中，班长作为学校管理工作最基层的工作人员，正扮演着不可替代的重要角色。为了进一步发挥班长的作用，构筑班长交流的平台，分享先进的工作经验，经研究，决定在班长中开展以“班长工作花絮”为主题的征文活动。为使活动顺利开展，现将有关事项告知如下：

- 一、征文对象：各系各班现任班长或曾担任过班长工作的同志
- 二、征文主题：班长工作花絮
- 三、征文要求：围绕班长日常的点滴工作，通过一两个实际事例，用生动活泼的语言，精彩纷呈的故事，或化解矛盾，或关爱学员、或率先垂范等方面展开；征文题目自拟，字数800—1200字。

四、征文时限及投稿方式：征文投稿时限为自启事发出之日起至十一月三十日止；投稿方式，电子文稿发送至学联会学习部邮箱，邮箱地址为：szldxxb@163.com请注明“班长工作花絮”征文稿件。

五、征文的评比和奖励：学联会将聘请相关人员组成征文评选小组，评出一等奖五名，二等奖十名，三等奖十五名。获奖者将发给获奖证书和奖品。获奖作品将在校刊或校报上陆续刊登。

苏州市老年大学学员联合会

2016年9月22日

记山塘街古戏台演出

戏曲表演班 陈颖南

当六月的热浪刚要涌入大地的时候，当白兰花飘香在姑苏城的时候，我们戏曲表演班的姐妹们正在做演出前的充分准备，暑假前的最后一次山塘街古戏台演出即将开始了。

时钟刚敲11点，我就开始“对镜贴花黄”了。每逢半个月的一次演出，与其说是期盼还不如说是责任。自从戏剧表演班两年前承担了古戏台的演出任务后，我就把它当成一项神圣的使命，任何事情都要为这个固定的日期让道。每当想起古戏台长廊前的那些翘首以待的老人们，我顿时信心倍增，浑身充满年轻时的激情。

时钟敲响12点时，我已经在地铁山塘街站了，走在出站的过道里忽然听到有人叫我大姐，回头一看，是一位50多岁退休工人模样的大妈，她对我说：“你就是每次主持古戏台戏曲节目的吧？每月两次你们演出我肯定到达，退休在家没事，喜欢听真人唱戏。”当时的我猛地一愣：“竟然有人认出我，竟然有人按时来……”当我还迷茫时，眼前的一幕又让我感动的不知说什么好，走在我前面一对老夫妇，看样子都有80岁高龄了，老翁手里拄着拐

杖，脚还是跛的，露出没有一颗牙齿的牙床，对着拿着小板凳的老婆婆说：“老太婆你快点走，帮我空好一个位子，现在不要等我。”听到这里我不禁热泪盈眶，我们班的演出就算不上高水平，可是它的意义却非比寻常。

当我到达后台时，徐进老师已经在连接音响了，平时负责音响的姐妹今天有事请假，徐老师是要身兼几职了，为了古戏台的演出我们的徐老师每次都很早来到这里，调试音响效果、安排节目顺序、辅导学员身段、指导服装、化妆……没有一分钱薪水的工作他是做得那么认真！

“欢迎你们到苏州来，欢迎你们来到古戏台”随着主持人主人翁般清脆的声音落下，舞蹈《欢聚一堂》拉开了今天的演出序幕，欢快、热情、奔放，尽显地主之谊的舞蹈彰显了苏州人民对来自世界各地游客的最真挚的欢迎！

“下面为大家演唱的是越剧《春香传》”主持人话音刚落，两位穿着古装服装的同学，像两只蝴蝶翩然而至，他们虽然是业余的，但是一招一式就像那么回事，绍兴戏味道浓浓的，唱法唱腔正宗的。台上虽

然只几分钟时间，可是台下她们流了多少汗、排练了多少遍是无人知晓的。为了追求完美，给观众留下好的印象，她们的服装几乎与正式剧团不相上下。为了一个头饰、为了一件披风，她们踏遍了苏州的戏剧服装市场。我们可是苏州市老年大学戏曲表演班代表啊！

每次把演出推向高潮的就是我们的徐进老师。他着一身蓝布长衫，围上一条白色真丝的绣花长巾，好一派名家名伶的外形。他唱的沪剧《小城之恋》字正腔圆、如歌如酒，曾迷倒多少南来北往的客人。你看台下的一位外国青年游客为此停坐在石凳上听出迷了。对他来说这是中国文艺。你再往人群里看，有一位漂亮少女听着听着就用脖子上的纱巾悄悄的、慢慢的遮住了半个脸庞……对她来说这是江南文艺。你再看那两位坐在长廊里的八旬老夫妇，堆满皱纹的脸上笑得像两朵菊花，对他们来说这是家乡文艺。

两个小时的演出在徐老师的带领下，在全班同学的共同努力下圆满完成了。我们这群志趣相投的姐妹们一起走下古戏台。我回头望着这座承载着戏曲班姐妹们多少欢乐、多少责任的古戏台，心里想着：山塘街的石板路上不会刻下来古戏台演出过人员的名字，可是这一段经历将会永远留在曾经听过戏的人心中。

念收娇·庆祝国庆67周年

唐诗宋词元曲班 卞业林

大江东去，看涛中舟楫，挂帆穿越。六十七年弹指过，猎猎红旗飘拂。彼岸鹏程，太多周折，幸有中樞骨。目标咬定，浪颠何惧出没。我欲吟诵征帆，乘风破浪，业绩骄人悦。皆曰腾飞惊举世，路带正掀新页。风雨仍狂，杂音聒耳，浪遏何尝歇？征途人喜，一轮江上明月。

虞美人·观G20杭州峰会文艺晚会感怀

唐诗宋词元曲欣赏班 章苏

春江花月如诗画。天上人间雅。西湖唯美赛瑶池，梦幻天鹅娇俏引虹霓。采茶舞曲亲民调，梁祝声情袅。高山流水架仙桥，欢乐颂中齐盼彩云飘。

人生如戏

校友 李名洲

演戏毕竟有人
演戏毕竟有台
吟唱着你自己
地球是舞台
配角是萍水相逢的群众
主角是你

人生如戏不需要演员
更不要导演
演员就是你自己
导演就是你父母

从早演到晚
从今天演到明天
从一年演到百年
从幼年演到青年
从中年演到老年

又是喜剧
又是悲剧
喜怒哀乐
甜酸苦辣
谁也难逃人生规律

有人一生坎坷
有人一生庸俗
有人一生冤屈
有人一生奸诈
有人一生唯利是图
有人一身正气

成为英勇杀敌的穆桂英
赵一曼
一位东北抗联的团政委
骑白马，挎双枪
战斗在白山黑水间
凶残而狡猾的日寇软硬兼施
但她坚贞不渝，从容就死
在押往刑场的囚车上
她写下了绝笔家书
“宁儿！在你长大成人后
希望不要忘记
你的母亲是为国而牺牲的”
赵一曼是名扬天下的传奇女杰

信仰
可以使白面书生
成为搏击暴风雨的雄鹰
夏明翰
一位从学校走出的年轻学子
大革命时期的地下党员
经风雨，见世面
在火热的斗争中成长
不管环境多么险恶
他都矢志不移
无论敌人施用什么酷刑
都动摇不了他钢铁般的意志
他昂首走向刑场
高声朗诵就义诗
“砍头不要紧，只要主义真
杀了夏明翰，还有后来人”
夏明翰是流芳百世的铁血好汉

信仰
曾指引共产党人和革命志士
为追求真理而献身
信仰
正指引我们这代人
为实现强国梦而奋进

七律·登穹窿

唐诗宋词元曲鉴赏班 江幼青

小晴雨歇苦夏长，探胜寻幽武圣堂。
仄道陡坡林似帐，攀枝拂草汗如浆。
穹窿放眼森森竹，轩榭听鹧习习凉。
苍翠吴山明泄水，溪边喜撷菜根香。

鹧鸪天·贺中国女排勇夺奥运冠军

二胡班 侯国达

呐喊声声王者风，布兵遣将自从容。
当年奋勇曾连冠，今日扬威再亮锋。

全力战，壮心同。夺关陷阵建奇功。
金牌熠熠虽称贵，拼搏精神更可崇。

致陆家国老师

陈梅生

精神矍铄瘦须翁，执教诗词万寿宫。
趣授比排声韵法，笑谈婉约纵豪风。
律细吟新曲，振玉铿金飞彩虹。
桃李三千终获果，诗园正盛满花红。

致陆家国老师

史玲玲

年年相约不寻常，离别无言倾酒觞。
茫茫诗海托沉浮，恩师助我到彼洋。

鹧鸪天·耕耘

——致陆家国老师

朱珏

春雨渐渐沃土滋，吟声朗朗几多时。
书山翻越年年乐，师教难离日日诗。
情万缕，语千痴，徐徐把盏研成词。
凌寒伴暑须如雪，更喜桃李醉墨池。

第一个教师节的回忆

声乐一(1) 任焕珍

尊师重教是中国的优良传统。1985年，第六届全国人大常委会第九次会议通过了国务院关于建立教师节的议案，会议决定将每年的9月10日定为教师节。1985年9月10日，是中国第一个教师节。从此以后，教师们便有了自己的节日。

1985年我在昆山一所乡镇中学任教。当教师们从报纸上、广播里得知国务院关于将每年的9月10日定为教师节的消息后，都异常高兴。开学初学校召开全体教职工会议，校长向大家传达了乡里要举行首届教师节庆祝大会的喜讯，大家翘首以待。校长要我负责庆祝会上少先队员献词的准备。时间紧，要求高，我全力以赴拟写献词稿，挑选学生精心排练。9月10日首届教师节庆祝大会在镇影剧院隆重举行，全乡中小学教师穿着整洁、神采奕奕地参加集会。首先由少先队员献词献花。“老师，你用心点亮了我的心，以爱培育了我的爱，有你，我才感觉到世界的温暖……；教诲如春风，师恩似海深，桃李满天下，春晖遍四方！教师节快乐！”学生们用稚嫩的声音表达了对教师们的崇高敬意，教师们由衷地感激。乡党委书记、乡团委书记先后致贺词，向教师们致以节日的祝贺；接着中学教师、小学教师代表先后发言，表达了对党和政府尊师重教举措的兴奋之情及要加强师德师风建设、为人师表、无私奉献于伟大的教育事业的决心。大会上对全乡评选出的优秀教师进行了表彰，受表彰的教师代表发言表决心。

最后乡长代表乡政府宣布，大会结束后每位教师到指定地点去领取两米多的布料，这是由乡办纺织厂新研发的黑灰色小格子相间的涤纶丝产品，作为对教师们的慰问，给教师们意外惊喜（此布料质量很好，我用此布料做的裤子至今还完好无损，正好作为首届教师节的纪念品保存）。会后，各校学生都以形式多样的方式向教师们致以教师节的美好祝福。教师们也以教师节为动力，更努力地勤奋工作，更好地教书育人。

教师节，旨在肯定教师为教育事业所做的贡献，其宗旨就是提高人们对教师为教育事业所做贡献的认识和评价。每年的教师节都有主题，30多年来加强了舆论宣传，营造了全社会尊师重教的良好氛围；着重加强师德师风建设，引导教师自觉崇德修身；大力宣传近年来加强教师队伍建设的政策、新举措、新成就、新进展，弘扬优秀教师的先进事迹及师德师风，充分展示新时期人民教师可亲可敬、可学可鉴的良好形象。今年9月10日是我国第32个教师节。今年教师节的主题是：甘守三尺讲台，争做四有教师。这体现了新时期鲜明的时代特征。作为一名老教师恭祝广大同仁教师节快乐！

为人民求解放谋幸福
为革命理想奋斗牺牲
这是共产党人的信仰
信仰无比崇高
信仰的力量无与伦比

信仰
可以使花季少女
成为坚强的战士
刘胡兰
一位十五岁的农村女子
为了保守党的秘密
面对敌人血腥的铡刀
两眼射出仇恨的火花
“怕死就不当共产党”
“共产党是杀不绝的”
惊天地泣鬼神的壮举
把刽子手吓得颤颤抖抖
“生的伟大，死的光荣”
刘胡兰是永垂青史的女英雄

信仰
可以使稚嫩少年
成为无畏的勇者
袁咨桐
一位十六岁的中学生
南京晓庄师范的地下党员
因为宣传民主和自由的人权
被南京国民党政府判处死刑
敌人诱骗他写自首悔过书
他舍生取义断然拒绝
他在给二哥的信中写道：
“一个人到了不怕死的地步
还怕理想事业不能成功”
殷殷雨花台，忠魂映苍穹
袁咨桐是名载史册的雨花英烈

信仰
可以使柔弱母亲

信仰的力量

共产党人风采颂
马如云

十月份灯谜

蒋海波

- 田家少闲月，小麦覆垄黄。
(猜江苏省地名一)
- 应物江南令，刺史伟人诗。
(猜江苏省地名一)
- 奉献大一点，完全过得去。
(猜江苏省地名一)
- 五岳选华山，喜庆生日宴。
(猜陕西省地名一)
- 碰头双神兽，镇宅护钱庄。
(猜福建省地名一)
- 南京底蕴厚，人文品行嘉。
(猜福建省地名一)
- 山水相依处，美景东南读。
(猜广东省地名一)
- 款款归心恰，溶溶月色下。
(猜安徽省地名一)

名家轶事

大

智

慧

著名收藏家王世襄的小故事

学联会 马怀玉

王世襄（1914.5.25—2009.11.28），享年95岁，号畅安。男，北京人，祖籍福建省福州市。汉族，著名收藏家、文物鉴赏家、学者。他使市井的“雕虫小技”登上了“大雅之堂”，他不但能玩，也能写，他玩物并研物，他玩出了文化，玩出了一门“世纪绝学”，他被称为“京城第一玩家”。2003年12月3日，王世襄从专门来华的荷兰王国约翰·佛利苏王子手中，接过旨在鼓励全球艺术家和思想家进行交流的荷兰克劳斯亲王最高荣誉奖，从而成为获得该最高荣誉奖的第一位中国人。然后，王世襄先生把他所获得的10万欧元奖金（约合百万元人民币）全部捐赠给中国希望工程，用于建立一所“中荷友好小学”。这是大家都知道的他的闪光的智慧。下面我来说说并不为大家所熟知的他的智慧。

大家都知道，他是位大收藏家，他倾其一生精力收藏了两大仓库的明清红木家具，按上世纪末的时值算，值七、八千万人民币。王世襄深知自己年事已高，来日不多，如何处理这批藏品，是他最大的心病。说实话，一下子转让出去，很少有人能拿得出这么多的钱。除非分开了转让，那就要流散了，这不是自己的本意。用尽一生心血，为的就是让这些宝贝留在国内。再说了就是拿了这七、八千万，分给子女，那是害了他们。

还有一条路就是分文不取，捐献给国家，这样这批宝贝留下了一个最好的归宿，但是又对不起子女。一生爱收藏，对子女没一点支助，王世襄一直感到内疚。特别是到现在，子女都没有象样的安生之处，总该给他们安顿好住处，留下一点养家糊口的钱。思来想去，一直没有万全之策。

王世襄寝食难安啊，一天他终于想到了一个好主意。他的一位香港老友，算得是对他和他的这些红木藏品最了解了。他把这位老友叫来，对他说，出于他的喜爱和对这批藏品的了解，准备全部转让给他。此君一听喜出望外，说多谢王老了。王老问他你看这些东西能值多少钱，你能出多少钱？该君说至少也得七、八千万吧，但是你想要多少我就出多少，你要一亿，我就给一亿。王老哈哈大笑起来，说真的我要多少你就给多少吗？该君说，是的，决不食言。王老说，那我开价啦，我要八百万。该君说，我有没有听错啊，你只要八百万？王老说是的，我只要八百万，但是我是有条件的。你给八百万，这批文物归你所有，这个我们可以立下文书。但是归你所有，不等于你能搬回香港去，我的条件是以你的名义把这批东西捐献给上海博物馆，让你去接受博物馆的捐赠证书，在历史上扬名。我得了你这个八百万呢，自己留一百多万，其余的分给子女，给他们置一所能居住的住房，再给他们留点生活费，这样我走了也对得起他们了。怎么样？能接受这样的条件就成交。

该君仔细一想，花区区八百万，能保住这批文物留在上海，而且作为捐赠人自己又能在历史上扬名立范，何乐而不为呢？于是一拍即合，立马成交。

如今你如果想看看这些古董级的红木家具，你可去上海博物馆参观，也许你能看到捐赠者的名字，但不一定能听到这捐赠背后的故事。今天王世襄老先生已作故，让我们怀念这位京城第一玩家，怀念他为国家做的大好事，更记住他这非比寻常的大智慧。

夕阳正红

年过八十登黄山

校友 李务民



啊，黄山！从一九八三年第一次登攀到二〇一〇年第四次登攀，三十多年来，一直像梦幻一样萦绕在我心中，心驰神往。它有奇松、怪石、变幻莫测的云海，雄伟而壮丽，神秘而奇特。它有画意和诗情，有画不完的画，写不尽的诗，难怪古人云“五岳归来不看山，黄山归来不看岳”，诚者，如是！

三十多年前，我第一次登黄山后，曾赋诗曰“天都遥望雾重重，绰约莲花缥缈中。起伏群山翻波浪，茫茫苍海舞蛟龙。”四次上黄山，几十里路，几千个台阶，都是徒步登峰。登“莲花峰”，攀“天都峰”，过“鲫鱼背”，览“始信峰”，眺西海群峰，犹如进入神仙境地，赞叹祖国之如此壮美。四次徒步登山，留下了大量照片和不少的写生画稿，但总是无法表达黄山奇特的雄伟壮丽和变幻莫测。

三十多年过去了，想念着黄山，从中年人变成了八十四岁的高龄老人，我还能攀登吗？要考验一下自己。五月下旬我随苏州夕阳红旅游团第五次去黄山。前四次是全程徒步登山，这次统一行动，上慈光阁乘缆车，但到达玉屏以后，则是徒步攀登了。时而上坡，时而下坡，全程约二十华里，几千个台阶，直至黄山第二高峰光明顶，考验着登山者的决心与体力。旅游团40多人中，半数人参加了徒步攀登，我算是最高龄者了。没有掉队，坚持到底，也不觉得那么吃力，算是经过了又一次考验。由于旅游团时间安排的局限以及考虑到大部分为六十岁以上的老人，因此未能去天都峰、莲花峰、始信峰……等更为壮丽精华之处。而奇丽的西海大峡谷。（超过世界七大名胜之一的美国科罗拉多大峡谷），是世界上最漂亮的峡谷，旅游团自然未能前往，心中留下遗憾。

黄山，以后再来吧！西海大峡谷我还未去呢！还有看不完的四季美景，特别是冬景……。八秩年登黄山，九旬高龄再登攀。我还要多次来黄山。有道是：“五攀黄山似梦中，奇松怪石雾绕峰。”“莲花”盛放浮天宇，“天都”巍峙冠苍穹。“始信”奇峰幻梦境，西海峡谷赛仙宫。健步八秩已登攀，豪迈九旬展雄风。”

旅痕处处

老林深处

写作研究班

陈宪炯

阿里山的姑娘美如水。

大陆台湾分隔的几十年间，听到最多的名字是阿里山，缘由这首脍炙人口的歌谣。

阿里山位于台湾中部，由十八座山峦组成，旅游大巴在盘山公路上一路爬升，山间穿行。向外观光，群峰参峙，溪壑纵横，悬崖峭壁。公路曲折蜿蜒，坡度上上下下，汽车左摇右晃，乘客颠来簸去。两个半小时到达阿里山停车场，下来排队等候小车，转驳去森林游览区。居住大观名园的沈家姐妹、杨门两女都晕车，旅游团内有人略通推拿，虎口与后颈穴位处点掐几下，立见成效，神清气爽。相逢不易，也属缘分。

台湾导游领我们进入森林步行道。好一片原始森林，几十米高的树木遮天盖地，云雾在林间飘逸。两旁桧树、扁柏、柳杉比比皆是，绿色浓浓，空气中散发着淡淡芬芳，深深呼吸，益益健康，享享森林浴。漫步林间，沿途鸟语啾啾，此起彼伏，路旁野花盛开，林深不知处，鸟鸣花自开。不远处两个相依相偎，碧绿清澈的姊妹潭，是阿里山姑娘的一双水汪汪大眼睛。湖区内有一座桧木为基座的相思亭。相传有两位山地姐妹为同一小伙子在此双双殉情，故潭此名，无需深究故事真伪，愿意信这美丽的传说。

走出森林步行道，就是山间崎岖路，旁有道教庙宇受镇宫，庄严肃穆，烟雾缭绕。再向前到达以奇著称的三代木，是祖、子、孙三代长在同一树根上，原先第一代树为十人围抱的千年参天大树，经砍伐后留下粗大树桩。不屈的生命力，又在根基上长出第二代大树，树围需三人合抱，但它又枯萎了，现仅剩数丈高，中间枯空的树杆，树根树皮青苔染尽，绿绿、茸茸、毛毛、濛濛。不知何故，在它上面又生长出来一人能抱的高高树木，欣欣向荣，枝繁叶茂，英姿挺拔。叫人不得不惊叹大自然的神奇和生命的顽强。

再往老林深处走，一棵探入云霄的大树，耸立在前，高不可测，苍翠挺拔，树叶翠翠，树粗要十几人才能围抱，此乃阿里山神木。生于西周时代，已有三千多年高龄，阅尽人间沧桑，饱受风霜雨露，一直屹立在阿里山上。叹，人生苦短太匆匆，百岁难逢。

莽莽林海，树多、树密，太阳光透过重重叠叠的树叶，亮洒下几缕，阴沉沉，平添了几分神秘。刚才结伴三人一起凭吊神木，稍不留神，只有同事老王在身旁。林密档视线，咫尺不见影，校友董兄在何处？没太在意。到停车场用餐时，导游清点人数，少一人，他失踪了。打手机信号不好，短消息联系不上。掉队后，他在叉路口走错方向，迷了路，没慌张，按指路牌找到了神木火车站，坐小火车回到汽车停车场，归了队。

阿里山风光美如画，故事也多。

晚晴



老人与小乌

顾学珍

八月桂花香的时节，来到俄罗斯夏宫花园，阳光明媚、海风微吹、花草艳丽，还有喷泉涌动，溅出漂亮的水花，犹如江南的春天。难怪有人说：“俄罗斯最美在夏秋”。

域外见闻

夏宫花园美如春

世界遗产（国外）文化班

李水生

夏宫在圣彼得堡市郊30公里处，位于芬兰湾南岸的森林中，占地近千顷，是历代俄国沙皇的郊外离宫。夏宫花园分为法式的花园和有众多喷泉的下花园，中间是宏伟的宫殿。

彼得大帝在北方战争胜利后，认为应当有相匹配的宫殿，以彰显大国的地位。在1714年，彼得大帝重金邀请了法国和意大利的优秀建筑师和工匠，以凡尔赛宫为蓝图，大帝亲自参与了设计。（据说，上世纪80年代维修宫殿时，发现了几百张彼得大帝的设计草图）。宫殿和花园于1723年竣工，2年后彼得大帝逝世。以后历代沙皇不断维修、雕琢，

七月流火暑气消，教师节临感慨频。九月十日，也即为社会各界所瞩目的教师节，已然到来。

在如此的日子里，油然想起我中华民族的人文先祖——万世师表、千古大成鼻祖孔老夫子，二千五百年前的杏风徐启，宏愿设坛，教化门生七十二，感召弟子三千众；尤崇南方夫子言偃，秉承儒家礼教天下、德泽黎民的初衷，励行弘旨，从此三吴大地慧风频开，姑苏桑梓更是文华荟萃、人才辈出，世代绵延……

在如此的日子里，又想起教师为培养学子殚精竭虑，鞠躬尽瘁的形象。正象古诗所云：春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。是的，正是教师们如红烛般的赤诚付出、如春蚕祥和的盘奉献，才矗立起忠贞教育事业、无私教书育人的光辉形象……

在如此的日子里，还想起教师们孜孜不倦、谆谆善诱的情操。放眼中华大地桃李芬芳，教育成果丰硕喜人，当是施教者呕心沥血如化雨之东风惠然；就像歌词中所诠释的那样：老师如米兰，净化着人们的心灵，满园送芬芳……

在如此的日子里，更加想起教师之亲切称谓。自古就有天地君亲师之说，而如今，教师作为人类

逐步完善。当时的许多大型舞会和宫廷庆典等活动都在夏宫举行。

夏宫花园美丽惊人，喷泉和人工瀑布使人目不暇接。其中最大的瀑布，从七级宽大的台阶逐级下降，每级台阶两边都有喷泉和镀金的古典神像及英雄雕像。《旧约》中的英雄参孙（《圣经》里的大力士），雕像安置在一个巨大的水池上，高3米，重5吨，正用手把一头狮子的嘴巴掰开，其力拔山兮的姿态可谓栩栩如生，狮子口中有一水柱直喷天空，高达12米。周围水花晶莹跳跃，还有假山、戏水仙女和人身鱼尾的海神正吹着号角，构成一派疯狂欢庆的场景。

夏宫花园北面濒临芬兰湾海洋，在堤岸上眺望，蓝天、白云和蔚蓝色的海洋，海水平静，海鸥在海岸飞舞，小孩在海边嬉水，海里有游船在遨游，真是休闲的好地方，使人流连忘返。

夏宫花园北面濒临芬兰湾海洋，在堤岸上眺望，蓝天、白云和蔚蓝色的海洋，海水平静，海鸥在海岸飞舞，小孩在海边嬉水，海里有游船在遨游，真是休闲的好地方，使人流连忘返。

人生感悟

教师节赋

计算机应用基础中一（1）班

陈铭诚

灵魂的工程师尤孚厚望，堪当斯称，弥为温馨亲切。君不见，青山巍巍，自是教师高古情怀的写照；其圣洁的品行、永恒的口碑犹与昆仑齐誉，亘古长存……

缘此，有感而发，赋句七律一首在此，以述衷怀：

教师节临作 师颂

吴韵徐开纪圣言，杏风长启慧聪坛。
殚精红烛呈真赤，竭虑春蚕奉合盘。
化雨东风润桃李，送芳华苑毓珠兰。
灵魂工匠堪师誉，高洁情怀仰玉峦。

注：“圣言”尤记南方夫子言偃；“合盘”指和盘托出之意；

“珠兰”，米兰（花）别称；“玉峦”，昆仑山之别称。