

万寿宫

苏州市老年大学主办（内部交流材料） 第116期 2017年10月9日

学校网址：<http://www.suzhdx.edu.cn> 准印证号：S(2017)05000024



我校领导与来校考察调研的中国民主建国会梧州市委成员合影（办公室）

苏州市老年大学 关于切实加强校园安全管理的意见

根据市教育局《关于开展全市教育系统校园安全大检查的通知》苏教办[2017]31号文件的精神。为牢固树立安全意识，提高安全管理水平，消除安全隐患，确保校园不发生安全事故，经校长办公会议研究决定，提出以下工作要求：

一、加强组织领导，完善安全管理机制。成立学校安全工作领导小组，建立学校安全工作责任制，进一步完善以“一岗双责”为核心的安全体系。筑起安全责任的防火墙。（苏州市老年大学安全工作领导小组成员名单另见附件1）

二、加强宣传教育，提高安全防范意识。通过班会、校园宣传平台、专题讲座等方式，向学员普及防火、防爆、防盗安全等知识，提高全校师生珍爱生命和自我防护能力。

三、强化排查整治，消除各类安全隐患。办公室会同总务处、保卫处采取定期或不定期对学校校舍、供电设施、消防设施、教室电器设备进行认真检查，特别要重视重点部位如：古建筑、烹饪教室、热水器、空调等。以排查不留死角，整改不留后患为目标，将安全隐患消除在萌芽状态，保障学校安全和稳定。

四、落实安全责任制，形成齐抓共管的良好局面。认真履行校园安全职责，把安全责任落实到各部门和个人，落实到每项工作，每个环节，真正形成校园安全人人有责，齐抓共管的良好局面。（各部门安全责任人另见附件2；值班人员安全巡视责任人另见附件3；校园安全巡视责任书另见附件4）

（注：附件略）

我校本学期教务工作若干要点

一、总目标：

- （1）提高教学质量，提高学员的满意度；
- （2）提高管理规范化水平；
- （3）提高教学信息化水平。

二、强化师德规范：

1. 教师要充分发挥教育功能

到我们学校来参观考察的兄弟老年大学领导，都为我们精简高效的管理模式感到惊讶，这与我在班级管理充分发挥教师的积极作用有关。我的班级管理形成了系主任（引领）——教师（指导）——班长（实施）的三位一体的管理模式，精简了270多位班主任这一人力资源，大大提高了管理效率。系主任、教师、班长三位一体管理模式的完善与提升，需要我们教师更加重视教育功能的发挥：

（1）要负责任地指导班长搞好班级的常规管理，认真签到考勤、负责填写教学日志、制止窜班现象；及时处理班级的一些突发事件。

（2）传递正能量，宣传社会主义核心价值观，倡导积极向上、团结和谐的班风。

（3）教学过程中，发现班级的一些倾向性的问题或重大问题，及时与系主任沟通，使问题解决在萌芽之中。

2. 教师要增强法规意识，按照教学计划实施教学。

部分教师因故要改变上课时间或外出活动时间的，一定要在一周前提前告知系主任和每位学员——除了在课堂上口头通知外，还要在黑板上清楚地写上更改上课时间的通知（避免学员正巧离开没听见的现象）。上学期发生了几次部分学员因不知情而不能参加活动的现象，引起较大反响。外出活动有时间变更的，一定要由教师本人

和班长通知到每位学员。学校希望各班都建立微信群和班级通讯录，教师和班长手里有学员正确的电话号码，以便有什么信息能及时告知到每一位学员。

3. 教师要发挥表率作用，给学员以较完美的导师形象。

教师要努力具备良好的师德素养，做一位学员尊重的教师；教师要努力具备良好的教学方法，做一位学员喜欢的教师；教师要努力具备良好的专业素养，做一位学员佩服的教师。不少老年学员把教师看作自己崇拜的偶像。教师的言行举止对学员也是无声的教育，我们教师要充分发挥表率作用，注意以身作则，模范执行学校的规章制度，除了不迟到早退外，还要以积极、乐观的理念，诚信、友善的品格，认真、负责的态度感染学员。

三、几点提醒：

1. 要配合学校的总体安排，做好万寿宫300周年纪念系列活动。

2. 规范考勤——从第一课开始就要督促班长，请学员带听课证签到，防止窜班现象发生。督促班长，持之以恒。

3. 协助系主任，督促班长，更正学员的通讯信息，建立班级微信群。

4. 中青年教师尽可能常用现代化的教学设备，以提高学校总体的教学现代化水平。（学校拟在十月份后进行优秀PPT课件评比）

5. 继续做好每个系本学期举行一次公开课教学的活动，发挥教学评估的积极作用。

（教务处）

老年人的学习乐园

想不到退休后，会背着书包上学堂，仿佛回到了童年时代，而且上的不是小学，也不是中学，乃是老年大学，这真是钥匙挂在胸口——让人开心。有时邻居和我打招呼，我就笑嘻嘻地回答：“上大学去呵！哈哈！”

退休后，一度感到无所事事，寂寞难耐。我的老伴在市老年大学读书，就动员我也去继续学习。他说，现在提倡构建终身学习型社会，营造无论老小，人人皆学的浓浓氛围。于是我就去报了名，读中医保健班。后来又读西医保健班。几年来，听老师讲解养生保健知识，中西合璧，受益匪浅。

西医保健三（1）班 王凤驹

60多岁的老太，背了书包上学堂，自己也感到新鲜。回想小时候，因为家庭贫困，加上姐姐又患病，我不得不从小就帮着做家务，连小学也没有读完，后来就上织机做生活了。所以对读书有着一股渴望和不舍之情。合作化运动后，自己进了工厂。当厂里办起职工业余文化夜校时，我争先报名，像海绵一样吸收知识营养。在颁发到“业余初中结业证书”时，我的心情万分激动。

再看看现在，虽然已退休，却还圆了大学梦，喜悦之情溢于言表。我就读的市老年大学，坐落在市文物保护单位——万寿宫内，（下转第三版）

安全通告

根据市政府关于做好安全工作的相关要求，为提高安全管理水平，消除安全隐患，校办会议专题研究了我校安全工作，印发了《关于切实加强校园安全管理的意见》[2017]23号文件，同时希望全校师生配合做好以下工作：

一、牢固树立安全意识。全校师生要了解防火、防爆、防盗等安全知识，自觉遵守学校安全管理的有关规定，提高自我防护能力。

二、严格遵守学校作息时间。学校上午7:45分开校门；中午11:30-12:30时万寿宫大门、亨通楼校区大门关闭；下午16时校内清场（除经系主任同意确系需课后排练节目之

外），关闭所有教室用电设备，学员勿在校内滞留。

三、按规定有序停放电瓶车（自行车）。为建设美丽校园，加强校内车辆管理，在扩建新校区时，预留了足够的停车空间。请师生将车辆有序停放在万寿宫校门口、亨通楼校区、6号楼西白线区域内。防止乱停乱放造成伤害事故。

四、严禁在教室、走廊（过道）、门厅、厕所内抽烟。积极创建无烟学校，自觉养成不在公共场所抽烟的良好习惯，防止乱丢烟蒂而引起的事故。

五、坚持“爱国守法、明礼诚信”的群规。班级微信群作为学习交流、通知发布的信息平台，师生要自觉遵守群规，积极传递正能量，做到与学习无关的信息不在群内发布。

苏州市老年大学
2017年9月18日

爱护美丽校园 争当文明学员

——苏州市老年大学学员联合会倡议书

广大学员朋友们：

经过三十余年的建设，苏州市老年大学实现了跨越式的发展，已成为江苏省示范老年大学、全国“五个十工程”地市级十大名校、全国示范老年大学。为充分发挥老年大学的示范引领作用，打造全国最美老年大学的学校品牌，苏州市老年大学学员联合会特向全体学员提出“爱护美丽校园，争当文明学员”的倡议。

一、确立主人翁意识。牢固树立美丽校园是我们共同的学习乐园和精神家园的主人翁意识，遵守学员守则，强化自我管理，积极主动地配合和支持学校、老师、班长的工作，弘扬正能量，展示老年学员的长者风范，营造文明和谐的学习氛围。

二、爱护美丽校园。积极响应学校提出的建设最美校园的工作要求，从我做起，从现在做起，爱护好一草一木，爱护好设施设备，爱护好校容校貌，每个学员都为创建全国最美校园作出自己的一份贡献。

三、争当文明学员。在校争当文明学员，在社会争当文明老人。以老年大学为学习平台，不断充实自己，提升自己，精彩地过好老龄生活，为社会和家庭继续发光发热，让生命之树常青，让学校成为苏州文明城市的重要窗口。

四、组建志愿者队伍。为加强学校的长效管理，学联会将建立苏州市老年大学志愿者服务队，颁布《志愿者服务队工作细则》，让我们人人争当志愿者，人人都是志愿者。

苏州市老年大学学员联合会
2017.9.1

徐宗荣拾金不昧弘扬正能量 老学员失而复得来信大赞扬

花鸟基础三（2）班学员吴世杰在12号下午课间因故提前离开了学校，到家后才发现自己的钱包遗失在了课堂，待再赶回学校，已是散学之后，而内有三张银行卡、若干超市购物券、上千人民币及身份证、高龄证等的钱包已被保洁员徐宗荣同志捡到并已缴总务处。失主得到原物后十分感动，当面欲赠券赠物，被徐宗荣同志婉拒说：“应该这样做的，不用谢！”失主难抑激动之情，连夜写表扬信给校领导提请表彰，呼吁老年学员向拾金不昧的徐宗荣同志学习。

据总务处统计，徐宗荣同志近几年来已十余次拾到手机和钱包主动交学校，失主的任何礼物都被徐宗荣同志拒绝。（办公室）

中国民主建国会梧州市委员会来我校考察调研

2017年9月14日上午，在中国民主建国会苏州市委员会夏海涛副主委陪同下，由中国政协广西梧州委员会副主席黄荣森率领的梧州市民主建国会一行10人来到苏州市老年大学就“健康养老”专题进行考察调研。董宙宙校长接待了来访嘉宾，并就我校办学体制、管理模式、课程设置、招生规模等基本情况及我市老人“健康养老”问题作了介绍。随后客人参观了校园。常务副校长顾洪、副校长皇甫志新陪同接待。（办公室）

学员求知意愿切 班长担当诚为本

——简谈班长的“六大员”职能

学联会 薛宝祥

班长是老师的好助手，是同学们的代言人，班长们普遍有担当意识，乐意为同学们服务付出，班长队伍是老年大学的中坚力量。

一、勤务员 班长工作从课前勤务开始，早到教室。开窗通风、擦拭黑板、检查音视频设备是否完好、发现问题及时联系专业老师解决，为老师上课提供良好环境。日常打印、分发学习资料、登记收款、发布通知等等。

二、考勤员 上课后首先做好考勤登记，了解学员出勤率，掌握人员变动趋势。一个班级几十号人，全勤的几率不多，但多日缺勤的同学必有原因，课后要适时询问了解一下，如生病则要问候关照，使该同学感受到班级的温暖，加深感情。

三、联络员 班长要随时了解同学们的想法和要求，以便向老师反映，同时对老师的想法和要求更要重视，要起到桥梁沟通作用。师生互动方能凸显教学活力，提高教学质量。班长还要与系主任保持联络，使校方上情及时下达，同时也要向校方反映学员们的心声。

四、观察员 班长要注意察言观色，特别是年老体弱的同学，要多加关心，尤其是酷暑寒冬或气候突变时节，以确保平安无事。日常要多走动、多闲聊，尽量不留“闷”角，捕捉信息、了解需求、加深感情，从而增强班级的凝聚力。

五、宣传员 老年大学的学员们，普遍年老志坚、求知上进，乐观开朗、心态平和，追求生活品质、向往幸福晚年。其中不乏感人事迹，有的同学热心公益、服务群体；有的积极上进、求知劲足；还有的身手不凡、乐施善教。这些都是非常好的有励志的鲜活教材。班长要善于捕捉信息、总结提高、积极推荐、大力宣传。

六、协调员 如果一旦班内出现不愉快苗头，班长要问明原委，及时消除，因为矛盾一深、感情大伤、团结受损，只有保持和谐氛围，大家才能心情舒畅、轻松愉悦，上好每一堂课。当然，最理想的状态是：这个职能“备而无用”。

苏州老年大学全校有几百个班级，班长工作虽然辛苦繁琐，但是使命光荣惠及社会！

点赞沈志朝老师

声乐三（1）班 闻玉海

在声乐三（1）班教室里，课间休息时，总会有许多学友簇拥在老师身旁，有的想请求课外辅导；有人挤进了为了讲几句悄悄话；有的递上几块巧克力；姐妹情让人羡慕令人敬佩。

老师名叫沈志朝，山东济南人，17岁那年，学习成绩优异的她，被点名应征入伍，艺术院校毕业后分配济南军区文工团担任女中音独唱演员。解放军大学校培养和锻炼，再加上她刻苦努力，先后拜学军内外名师10多位，思想觉悟和演出水平有了质的飞跃，成为军区名演员。这样一位既有声乐理论知识又有演出实践经验的老师任教，学友们讲：“难得，是福气，一定要好好学习加倍努力”。

沈老师上课有三大特点。一是高标准严格要求。课堂上规定不准玩弄手机；不准交头接耳讲话。只准认真听课放声高歌。她传授唱好歌的三大基本要素：一是声音要准；二是节奏合拍；三是咬字要清楚。要求每人要牢记在心，运用自如。每学唱一首新歌，有进度有检查和评比。严师出高徒，一个学期下来，有人就能准确的演唱新歌，全班学员倍受鼓舞。

二是把学员当成亲人。亲情产生动力，她和几位新老班长还有班里的几位骨干如同兄弟姐妹，有事和大家商量，经常研究怎样组织好班级里的学习先进活动、怎样搞好学期联欢会，制定了课前点名制度，对于没来上课的人要找出

原因，有的人因生病住院，要关爱和看望；有人因外出旅游缺课要帮助补课不能掉队。她以部队为标准：建设团结紧张严肃活泼的集体。

三是她把音乐课和学习文化、乐理知识、讲普通话、诗歌朗诵等内容结合起来，既唱好了歌曲又提高了文化素养。有一些同学普通话讲的不标准，沈老师一个字一个字地教，一遍又一遍地重复读，直到读正确为止。这样学习歌词不仅读音准确，而且提高了学习兴趣，学得快记得牢。

沈老师说：班级里绝大多数是女学员，我要与她们一起努力，让她们早日成为社区合唱团的骨干力量，为苏州市的精神文明建设做出贡献！

相宜、五彩点缀、淡雅幽静的中国水墨画，陈懿萱班长与张剑华同学用悠扬动听的歌声唱出了苏州水乡无与伦比的美丽。

八十八岁的李爱华大姐唱了《红豆词》，掌声雷动。联欢会上，我们欣赏了《梅花引》的优雅柔美；聆听了《我和我的祖国》的高亢激昂；细细品味着《江南柳》，体会青年情侣婉约纯真的爱情；男女声二重唱《松花江上》，歌声穿越岁月的时空，抗日的情怀让同学们的心灵受到一次洗礼；俄语演唱的《莫斯科郊外的晚上》，让人耳目一新；无伴奏混声合唱《半个月亮爬上来》，难度很高，竟获得成功……一首首歌曲如一道道亮丽的风景线，阵阵经久不息的掌声，如潮水般涌来。同学们在歌声中享受着音乐带来的无比美妙的感觉。

声乐老师顾克宽的演唱，将联欢会推向了高潮。顾老师唱了一首缅甸歌曲，他那华丽、宽厚的男中音将歌曲唱得那么优美，流畅，如春风扬帆，似雄鹰翱翔，大家感受到音乐的魅力，都被陶醉了。

这次联欢会，声乐演唱好戏连连，戏曲表演更是绚丽多彩。

越剧《红楼梦》的选段“问紫娟”，

夸夸我们的柯继志老师

花鸟基础二（3）班 浦英姿

去年在我们退协书画作品展示中，一幅幅山水花鸟画真漂亮，令人啧啧称赞。特别是一幅孔雀画色彩鲜艳，栩栩如生。一问，作者在苏州市老年大学学画才两年多。我十分羡慕，顿生学画画的念头，但没有基础怕跟不上，所以耽搁了近一年。

今年，同事介绍我先去柯继志老师旁听一课。那是开学后的第三次上课，正在教画兰花。柯老师先讲评学员的作业，他在表扬学员作业长处同时，也一一指出作业存在的问题，并示范正点墨、运笔、构图等方面的画法。他运用的自编教材，集几位画家之经典，再结合他自己学画时的感知、分析、过滤、提炼后的精华讲解，深入浅出，通俗易懂，大大激发我这个想学画的兴趣。一堂课，不仅让我对学画、读画有了初步的认识，更让我领悟到了在现实生活中怎样观察这些实物才能达到最美的欣赏效果。

第二课，新授画菊花。他讲清作画要领后，就一笔一笔示范给我们看。当天作业是画二个菊花头。回家后，我第一次拿起毛笔作画（以前只是用铅笔、粉笔画），尽管毛笔在手中作画根本不像铅笔那样如意，我还是竭力画得自己满意。下一次上课前，我把自己画作偷偷给柯老师看，他耐心又风趣地对我说：“花瓣不能画得太尖，要看得见笔触。再看你那画在花瓣后面边的一些花瓣，下面都画成了尖形，这种长法不是像仙人掌了吗？”我大笑起来，他一言击中要害，道破了我的存在问题。接着他在我画的花头旁简单几笔画了一个漂亮的花头，我心中暗暗佩服。回家我照着练起来，终于再没有把菊花画成仙人掌了。是柯老师的认真耐心教学，让我一个初学者充满了信心！

柯老师是深受广大学员敬佩的好老师。

（上接第四版）二婶说现在种地还发钱，三嫂说工资又涨了……家家庭院里传出了大人小孩的欢笑声，处处传递着街坊邻居们心中的喜悦。

走近了那棵阔别多年的老槐树，那棵经历百年风雨的老槐树，依然显得凝重，每一片树叶都透露出岁月的阳光。轻柔的月光抛洒在宁静的树枝上。

离珍珠泉不远的那口溢满甘甜的老井，它与小镇上的几代人同生同乐，现在没有了排队担水的男人，也没有了端着盆洗衣的女人，更没有在了这里叫着喊着抢井水的人。今天的老井，像似一位古稀老人，孤零零的端坐在那里，透过井壁上零星点缀的青苔，依稀可见当年的风采。

记忆中家乡，暮色中的水车，随着岁月在不停地旋转着。今天，已经找不到那水车的影子。可在记忆中，仍然还有那缓慢转动的影子，似一曲优美的旋律，浓缩成了浓浓的乡情，

家乡，我回来了，思念您的人，来看您了！

上课时间到，我们如往常一样练习起拳来。沈老师还是不断地巡视着学员的练习情况、鼓励之声连连，不断地提示着动作要领、给有的学员纠正动作，语言还是那样清脆，动作还是那样干练，步伐还是那样有力，态度还是那样热情。一切如常。

然而，我们老年学员也是很敏感的。有学员在沈老师的外套上看出了端倪——左袖挂有孝布。在学员的追问下，大家才清楚原委。

一天早晨，沈老师的父母一起外出购物时，她母亲突然发病，虽经抢救，生命还是没有挽救过来。治疗期间，要不要来上课？可以向校方请假——沈老师担心麻烦学校。可以调课——沈老师担心麻烦学员。其实，她就是把我们学员的事放在了非常重要的位置！她在父亲的支持下，依旧照常为我们上课。

学员们知道真相后，纷纷围在沈老师身边，表示感激之情、慰问之心。有的平时被她手把手练习动作的学员，感动地攥住沈老师的手颤抖着不放。有的学员想到沈老师经常提前到校为动作不熟练的自己辅导，泪水也到了眼眶……

沈老师是一位敬业的老师。有这样的老师教我们，是我们的福气。我们感谢沈老师，感谢老年大学能够请到这样敬业的老师为我们教学。

为沈建兰老师点赞！为老年大学点赞！

有意义的结业活动

2017年春季学期末，声乐六（1）班全体学员在蔡群老师和班级骨干组织下，带着自己编排的文艺节目和三千多元的食品，更带着老年学员的关爱，赴相城社会福利院，与福利院的老人孩子一起分享我们结业的愉快，受到福利院领导的赞扬。

（韩正超供稿）

歌声笑声荡漾万寿宫

声乐五（2）班 尚侣云

这里是歌的世界，这里是欢乐的海洋，这里是苏州市老年大学声乐五（2）班在举办“2017年上半年声乐汇报演出暨联欢会”。此次联欢会，共演出了23个节目，曲目形式有12种。有男女声独唱、女生表演唱、无伴奏二重唱，京剧，越剧表演……师生精彩的表演获得了大家阵阵热烈的掌声。

啊！高亢激昂的歌声，声情并茂的朗诵，婉转美妙的戏曲，悠扬动听的旋律……歌声、笑声久久地荡漾在万寿宫的上空。

“星星和月亮在一起，珍珠和玛瑙在一起……”这是全班同学齐唱，一曲黎族民歌《在一起》，拉开了联欢会的序幕。

接着八十二岁高龄的刘志武同学演唱《啊，中国的土地》，刘大姐那激情奔放，充满活力的歌声，赢得了师生们热烈的掌声。

《大森林的早晨》是一首清新的，具有艺术性的新时期艺术作品，诗意般的歌词，色彩丰富的旋律，对大森林美景进行了生动的描绘。男生齐唱《大森林的早晨》，他们演唱得深情动听，自然平和，仿佛自己置身于大自然美景之中。同学们听着听着，仿佛听到清脆的鸟鸣，闻到阵阵花香，大家真有一种身临其境的感觉。

李干成同学有唱民歌的好嗓子，他演唱了《乌苏里船歌》，尚侣云同学任钢琴伴奏，歌声那么悠扬动听，钢琴伴奏那么流畅委婉，他们的合作显现出多彩的艺术效果，仿佛把同学们带到了乌苏里江边，见到了蓝蓝的江水，看到了灿烂的朝霞，太阳徐徐升起，给江面撒下一片金子，赫哲人正扬帆起航……

表演唱《苏州的月亮》，成为联欢会的一大亮点。悠扬的旋律，悦耳的歌声，那飘逸的舞姿，犹如一幅笔墨勾勒、浓淡

这是经典唱段，是越剧舞台艺术的高峰。陈班长与张大姐把“问紫娟”唱得字正腔圆，有血有肉，让人情不自禁热泪盈眶。

联欢会最激动人心的时刻到了，我们的特邀嘉宾——戏曲班的徐进老师上场，他身穿红蓝条纹体恤，精神抖擞，目光炯炯，他演唱了京剧梅派经典唱段《梨花颂》。他嗓音高亢甜润，他唱得时而高亢，时而低沉，缠缠绵绵，真真切切，意境深幽华美，令人感觉到花团锦簇中杨贵妃雍容华贵、光彩迷人的样子，及她对唐明皇真情实爱的表达。徐老师还与陈班长表演了沪剧《家》中“别梅”一段，他们发自肺腑，深情的演唱，感人至深，真叫人终身难忘，他们的演唱获得了经久不息的掌声。

“一份耕耘，一份收获”，这场绚丽精彩的演出，是老师的指导和陈班长的努力及全班同学齐心协力的配合的结果。春季刚开学，我们就酝酿、排练。伴奏的同学及排练的同学，每周四早到校，晚回家，紧锣密鼓地排练。“功夫不负有心人”。汇报演出终于成功。歌声、笑声久久地荡漾在万寿宫的上空，这里奏响了一曲“银龄师生展风采，歌声荡漾万寿宫”的凯歌。

一位敬业的老师——沈建兰

24式太极拳班、42式太极拳班 学员

喜迎十九大

周养志

春风吹溢北京城，十九大开喜气腾。
代表自身打铁硬，同心戮力创新程。

七绝·祝友全运会夺冠

尤龙

流莺掠燕又春朝，绿嫩红肥别样娇。
走马江宁长啸里，蛾眉一展捷旗飘。

纪念中国人民解放军建军90周年

戚维才

心潮涌似赣江波，摸黑擒狼险若何？
抛却头颅全不顾，南昌义举求高歌。

沁园春

章苏

扬子黄河，岱岳珠峰，大漠岛沙。
赞雄浑壶口，晶莹长白；匡庐飞瀑，张掖丹霞。
锦绣江山，得天独厚，屹立东方谁不夸？
情深处，盼金瓯一统，圆月祥嘉。
神州仙草奇葩，恨海盜狰狞魅邪。
幸斧镰惩恶，乾坤澄沏；强军一梦，铁鹞钢鲨。
工匠精神，创新伟业，带路龙腾道劲加。
蓝天下，看红旗飘处，赤县吾家。

教师节赋

声乐班 陈铭诚

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。

正像古诗所云：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、如春蚕样的和盘奉献，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，送芳华苑绽珠兰。
灵魂工匠堪师誉，高洁情怀仰玉峦。

注：“圣言”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。

难忘英语班同学情

声乐二（1）班

任焕珍

什么是同学？同学就是同“学”，一旦同了“学”，就是永远的“同学”。在我的人生路上曾有小学同学、中学同学、师范同学，六十多年都保持着密切联系，同学之情至纯至真、悠长绵绵。

上中学时我学的是俄语，不懂英语一直是我的遗憾。2009年9月女儿赴美国留学，我已经60岁了，痛下决心学习英语，报名参加了苏州市老年大学英语班学习。我先学习英语国际音标入门、英语口语入门，又学习《新时代老年大学英语教程》第一册、第二册，再学《老年出国英语会话》，连续学习六年半13个学期，期间结识了不少老年大学同学，英语班同学之情难忘。

老年大学开设的课程众多，英语课是比较难学、比较费时的学科。英语班绝大多数同学年龄在60岁以上，最大年龄已超80岁，英语基础差异较大。几位八旬老人耄耋之年刻苦学习英语的场景至今难以忘怀。眼睛高度近视的老吴带着放大镜而孜孜不倦地学习英语。住在天池山的陆文秀，每天早早起床，转几路车才能到老年大学，每次都不迟到，且是戴助听器听课的。老胡每次交的作业是用电脑打印的，成为范作。庄彩凤医生由她媳妇助动车接送，风雨无阻不缺课，不但能记住每一课的单词，连较长的短文也能背诵出来。每学一新课，其他同学还刚能连贯地朗读上

口，叶承榴老师已能将课文背诵出来。学习不在年高，重在心态。他们的求学精神令人敬佩至极。

难忘英语班同学勤奋好学求上进的风貌。在英语老师的细心教授下，本着蚂蚁啃骨头的精神，同学们一课一课地耐心学习、理解、消化，自觉多下功夫，逐步掌握了识、读、听、写、记等环节，获得了较多的知识。《老年出国英语会话》更适合老年人学习、更实用，使老年学员在提高听、说能力上不断有所长进。我班改进值日制度，轮值者要在课前用英语作2~5分钟的演讲，大家都精心准备，有的表达对老师认真教学的感谢；有的谈学习英语的感受，有的介绍国内外旅游见闻；有的讲述健身娱乐的欢快……大家静静分享。王辉每天都要花5~6个小时学习英语，练习口语，现已能与外国籍女婿在视频进行简单英语会话。同学们都非常感叹。

难忘英语班同学团结互助共努力的精神。学习《新时代老年大学英语教程》，买不到与教材配套的磁带，热心的杨玲华联系音像店翻录磁带，解决了大家的燃眉之急。凌老师大病出院不久，大家获知后自发上门去慰问，同桌的王辉主动将听课笔记复印后送到凌老师家里。参加校园文化艺术节，全班师生精神饱满地合唱英语歌曲《雪花》。为了这短短的3分钟，从选歌、准备录音带、练唱，全班参与，练习了近两个月。在2015年12月

于无声处的关爱

唐诗词元曲欣赏班

王琪华

我在市老年大学上课已经好几年了，我爱这里的一切。记得青少年时期与同学一起去大公园游玩，走在民治路上，远远地看到那高高的牌坊，巍峨的宫殿建筑，总有一种好奇与神秘之感。退休之后，当我再次踏进这片神奇之地时，昔日的旧皇宫，随着时代的发展，已经成为了苏州市文明窗口——老年大学所在地了。这里一年四季，绿树环抱，殿宇宏伟，新的教学大楼是拔地而起，置身在这种优美环境中学习，真正惬意。

今年春天开启后，当我走在一条通往教室的小路上，发现曾经的草坪，已经被花匠师傅用锄头进行了深翻，变成了黑土地。我有点想不明白。下课之后我找到了总务的许老师，告诉他我的担忧。许老师面带微笑地告诉我，草坪深翻，是为了小草今后长势更好。清明过后，在阳光雨露的滋润之下，嫩绿的小草是破土而出，一派盎然生机。一颗曾为之担忧的心释然了。

五月的一天早上，我在阶梯教室聆听王立中老师讲解南宋爱国诗人陆游的词作《卜算子·咏梅》。记得当初我在学陆游的诗词时，我还是一个中学生，对社会对人生的认知是那么的幼稚与肤浅。我想诗人为什么爱把梅花写成“驿外断桥边，寂寞开无主。已是黄昏独自愁，更著风和雨”？整个作品是那么压抑、悲观与无助。这次在老师的导读之下，有了全新的收获。诗人陆游出生在南宋兵荒马乱、内忧外患，金兵入侵的年代。他爱国爱民，怀着抗击金兵，统一祖国的满腔热血与理想。却得不到朝廷的重用与理解。反而还受到投降派的嫉妒与排挤，罢官回到家乡也无人问津。心情当然是苦闷与无奈的。难能可贵的是诗人没有从此意志消沉，而是借以词作，“无意苦争春，一任群芳妒。零落成泥碾作尘，只有香如故”来抒发自己以梅花自喻，不与权贵同流合污的感情和决心。

听到动情之处，我竟忘了什么时候将记笔记的水笔掉在阶梯教室下面。当我弯腰捡笔时，意外发现了我们的课桌有角的地方都给鹅黄色海绵包裹起来了。因为有海绵的缓冲，身体碰在角上，也不会发生疼痛了。此时此刻，我确实很感动。退休之后选择了老年大学作为自己学习的地方，能得到学校于无声处的种种关爱，心里充满了温馨与感激之情！

（上接第一版）树木葱茏，庭院深广，环境整洁优雅。学校开设了上百门课程，共有近万名学员。校园生活多姿多彩，第二课堂特色纷呈，老师教育经验丰富，学员之间相互关爱。置身在温馨和谐的校园之中，心旷神怡，既学到了知识，开阔了眼界，又结交了朋友，陶冶了情操，心里由衷地感到老年大学真是老年人学习乐园和幸福家园。

我坐在舒适的阶梯教室里，近百人济济一堂，静心听老师讲课，内容很适合我们的胃口，贴近生活，贴近实际。可以这样说，那既是一种学习，也是一种精神文化生活的享受。听课回家后，我又把学到的保健知识“贩卖”给老伴。盛夏酷暑，他好喝冰啤酒。我则从保健角度对他说，刚从冰箱里拿出来就吃，胃受到低温刺激后，血管骤然收缩变细，血流量相应减少，消化液停止分泌，会引起腹痛等症状。他听了感到蛮有科学道理，就在吃饭之前先拿出来倒在杯子里，让冰啤酒回暖一会儿。我把老师讲课的内容用到实际生活中去，科学养生，我觉得越学越有劲。

古语云：“少而好学，如日出之阳；壮而好学，如日中之光；老而好学，如炳烛之明。”老年大学像磁铁一样吸引着众多的老年人，老而好学，其乐融融。我的几个老姐妹和邻居也都想去报名。看，老头老太背着书包上学堂，这是盛世时日里的一道亮丽风景线。

十月谜语谜底：依次为——纪念万寿宫三百年

结业仪式上，播放了王克平工程师与我合作精心制作的结业仪式PPT，一幅幅温馨的画面回顾了我们一起学习英语的经历和人生感悟，见证了老年学员在美丽的校园里老有所学，老有所乐的愉悦心情，表达了英语班同学友谊天长地久的感慨之情，留给大家深长的记忆。

改革开放好时代，终身教育福共享；大学之梦共同圆，重拾书包充电忙；万寿宫中求学路，英语学习同窗缘；夕阳余辉竞争艳，同学之情难忘怀。

十月谜语

蒋海波

1. 记者发言先指缪。
2. 朗读今从心底融。
3. 芳草珠藏千亿间。
4. 江涛依旧江水濛。
5. 飞入飞出帝王家。
6. 至高无上奉前盟。
7. 白首一登玉皇顶。
8. 日积月累满载丰。

（各打一字）

贺万寿宫历经三百年

侯国达

月门石径旧宫墙，燕子归巢新学堂。
帝业千秋逐水去，人民万寿著文昌。
春风桃李花呈艳，秋实琳琅果散香。
笑语走来群耆硕，弦歌曼舞向朝阳。

踏莎行·万寿宫三百周年有感

曹苏生

万寿行宫，春秋荣茂，兴衰几度终消旧，
风云辛亥暂风光，红旗擎立风华奏！
万寿黄宫，金闾安阜，新庠古建时兴秀。
素心翁媪拜师勤，园林书院风流透！

沁园春·咏万寿宫三百年

张桂生

万寿行宫，飒爽英姿，绚丽端庄。
溯行宫建造，五云焕灿，殿堂设计，一见辉煌。
翘角飞檐，廊环房绕，艺术精华耀日光。
宫妆俏，品古今房舍，世上天堂。
吴宫专媚君皇，现成老年萤窗教庠。
看莘莘学子，习研专注，众多翁媪，攻读真忙。
琅琅书声，乘风飘荡，奋进强如少壮郎。
欢心唱，谢祖宗恩赐，万世流芳。

万寿宫校园情

王立中

宫苑三番庆百年，春风再度艳千鹄。
殿堂依旧松姿立，教室翻新柳似烟。
昔日遥呼君万寿，今朝喜唱惠民篇。
花开花落乾坤转，珍爱桑榆意志绵。

调笑令·学校新气象

卜业林

欣闻苏州市老年大学在2017年暑假期间，对学校的有关殿堂撰刻了楹联，特填小词一首致贺。

堪赞，堪赞，学府皇官貌变。厅堂撰刻楹联，师生品味笑颜。颜笑，颜笑，翁媪重回年少。

鹤顶格·万寿精神赞

董士奎

万木葱茏景色妍，寿星求学胜童年。
精耕细作诗文通，神笔巧书锦绣篇。

别亦难

思绪

山水基础班 唐禾禾

和相处已久的老友分别，思绪如烟。

这学期我离开读了八九学期的写作班，很是恋恋不舍。我们班有太多的人，太多的事，太多的情，太多的谊，难以忘怀。

初进班，和我同桌的是位长者，我们的交集仅打个招呼而已。偶尔知他是位资深翻译，还是虔诚的基督徒，他多次劝我去听典籍教义，可惜我是个瞎忙的人，令他失望了。但我们的交流开始多了，在班上他是唯一到过我家小坐的人。他义务办英语班，邀我去听，我又让他失望，可我孙女，外孙女去学过，都喜欢这个邹从文爷爷。

我的第二位同桌沈小慧，我见证了她一篇“我的外婆”到“苦百合”的蝶变，写作水平神速提高，风景四面袭来。我和金沪生、朱蓉芳也同过桌。她们一个思想有深度，一个思维活跃，善于发言。

我的几任同桌都是极聪慧的人。坐一桌，学一生，我幸运！

我班同学都是写作高手，送我书者甚众。我捧着张老师的《因果结》，我拜读朱莎姐的《望月》，我聆听笑笑的《小河静静流》，我翻阅《尘缘随笔》，我回味不寐客的《青楼旧梦》，我仰望梁春宜的《时空之光》，我品读戴学文的《春华秋实》，我倾听祝老师娓娓道来的《秋雨丝叶》，我细听慧然姐的《心雨滴答》，我赏读李水生的《追梦楼诗文集》，我纵观邹从文的《岁月回眸》，我敬读老前辈吴晋升的《车溪旧影》。

书里含香，字里有情，世间还有什么比赠书，阅书更雅的事？在此由衷地向各位赠书者道一声：谢谢！

班内李名洲、闻玉海、朱锦胜、徐一凡等，耄耋之年，笔耕不辍。一篇篇文章屡见报端刊内，甚至遍及苏、沪。

我们班学习气氛浓厚，每堂课讨论热烈。写作研究会会长黄海云在班时，对范文分析头头是道，一通发言，甚比有声文章。其实每个人的发言都有精辟，独到的观点，有时会令人捧腹、有时会令人沉思、有时会有争辩、有时会有惊人的一致。

我们曾经的插队知青，更有共同的语言。每逢期末联谊会，徐丽霞会撰写朗诵稿，邀我共诵。有一次是知青题材“我们这一代”，知青们不约而同，连没下过乡插过队的张玉怀也欣然参加。

朱莎、徐丽霞、张玉怀、陈铭诚都是佳篇累累，又热心热肠热心公益。在《姑苏夕阳红》杂志当编辑，为我班同学和“姑苏夕阳红”俱乐部牵线搭桥。

我们班的新同学，也都让我刮目相看，他们的写作水平不容小觑。新来乍到，文章发表的数量之多，质量之高，今生今世我望尘莫及。是该让位，让更多的新同学来我们班深造。

纵然不舍里复藏着不舍，但天下没有不散的筵席。我想领略新知识，有所新尝试。去年我学国画山水，一年中学石、学山、学树，现在能涂鸦“江南水乡”和“明月松间照”小品。虽然不象样，但自己很有成就感。我不图能成个画家，就图个自乐。

相见时难别亦难，同学友谊深似海，我忘不了你们，再见，老同学！

感恩 启蒙老师

声乐四(1)班 沈瑾

在启蒙之前，便是懵懂。

“懵懂不知摘星事，直到流萤舞成眠”，沿用这句话，仅是拿来印证我对于声乐的无知和迷茫。说起来，小时候的故事里有过音乐和歌唱，也有过表演的欢畅，可是，哪懂呢？外公的嘴里说出来的话很不中听：你这个小姑娘，尖声嚎啕喊歌啊？是的呢，唱歌不应该是喊的，喊出来，声音戳破天，听见的人，心里直发毛，把歌糟蹋了。听歌容易唱歌难，大半辈子过去，“有一种渴望在心中深深埋藏，历经了岁月的沧桑”，歌里的词，现实中的我，渴望着哪一天学会唱歌。

冬去春来，苏州市老年大学校园里花团锦簇，百花仙子送来踮跹姑娘，一个貌若天仙的老师，果然来了，她姓吴。一架钢琴，斜倚在教室的窗下，好像一幅静止的油画，轻轻打开琴盖，泉水叮咚跳下了山岗，风儿吹动了竹林，唰唰地响，时而激越，时而委婉。油画动起来，徐徐展开去——溪水、草地、山峦，直上蓝天，飞翔……飞翔……吴老师似“琴娘”，十指纤纤，琴键跳跃，一首舒伯特的《摇篮曲》轻轻摇荡，全班整齐地哼唱，随风起落。琴音袅袅，仿佛撩动一层帘纱，春色妩媚着，旋转起满园姹紫嫣红。

随着悠扬的琴声，歌声飘渺起来，学歌的人不是依样画葫芦，“嗓门大——白声，不是唱歌”，吴老师说，“气息的练习要有个过程，需要科学发声”。吴老师在讲台上一站，就是一个模特儿形象，颜值很高，连我这个老女人都会盯着，放出“眼毒”。估计全班学员的“眼毒”能把这个姑娘家镇住。“身体坐直了，坐三分之二椅子，不许搁二郎腿，挺胸吸腹松肩，气息沉下去，声音往上走……”吴老师的规矩一套一套，套住我的身体、耳朵、嘴巴，还有始终紧盯她的眼。



新学员参观校园

李香荪 摄

对于我来说，这种启蒙与阔别的校园生活，相隔了半个多世纪，重新拾起的感觉变得新鲜而富有特殊的情调，这情调里有我不老的童心，有我对于这门艺术的眷恋，还有一份丢不弃的学生情结等等。吴老师的认真让我超乎想象，她的执着竟然是奔着一桩老人的事而来，要把这一份不关她的事情做得同样的圆满。来吧，我的老年生活。“咪——咪——咪，玛——玛——玛”，在吴老师布置的回家作业里，我的小腹一收一吸，随着气息在身体里上下鼓胀，阳光在也我的头顶上越来越敞亮起来。那一次，吴老师带着我们去歌厅“实习”，在我不知道如何运气、拖音的时候，吴老师当场示范指点，这种“手把手”的体验真的让我激动不已！那不是“小课”的练习，仅是老人的一点乐趣而已，吴老师至于吗？

是的。就这点老人们的乐趣，吴老师没被大家“毒死”，反倒因此而镇住了学员。

春夏秋冬，循环往复，我和同学们都愿意留级，名副其实“年年读本老大学”。班级像馒头发酵一样，80名学员的编制迅速发展到了130多名，教室出现了“爆棚”现象。在前胸贴后背的日子里，虽然吴老师的女高音发挥了很大的作用，但是她常常累得开不出口。当她疲惫地从自己的学校，赶路十几公里来上课的时候，脸上的汗水粘住了她美丽的卷发，可她的眼睛里仍然闪着灼灼的光亮。

我逐渐地脱离了懵懂，觉得自己能够独立歌唱，并且获得了同学们的赞誉，吴老师给我的赞誉更大，她说：你要是年轻二十岁，那就真的不得了！

那一段，从懵懂走向醒目，经历了整整6年。离开的时候，我享受了充分的自由，常常让歌声欢乐别人，也被自己陶醉。甜井悠悠，饮水不忘，我记住了自己的启蒙声乐老师，一个形神美丽而充满了爱心的大女孩——吴慧玲。

“感恩的心，感谢有你，感恩的心，感谢命运，花开花落我一样会珍惜”。这首歌，吴老师教的，永远不落！

疾风知劲草



随笔

校友

李名洲

对着窗口，有一片绿茸茸的草坪。草坪上有一枝独秀的无名草。她身杆挺拔、粗壮，两叶宽厚翠绿，真像北方黑土地上茁壮的麦苗。不知为什么我对她喜爱有加。可能是爱屋及乌吧。

无名草一直在随风摇曳、飘摇，从不知疲劳，从不知鸣累。高兴时，摆动得更潇洒，自然和美丽，洋溢着充沛的生命力。一阵大风袭来，她欲腾空而起，要与云雀比高底。她告我：她极愿意承受狂风暴雨的无尽的袭击，她的感受是一叶扁舟在万丈波涛中拼搏前进！好气壮！

无风时，在阳光照耀下，在草坪里，她独占鳌头，鹤立鸡群，高高的身姿，亭亭玉立，偶然一只白色蝴蝶停在无名草上，她柔软的身腰，宛似杂技演员口含花朵倒立在空中，好美啊！博得蝴蝶、蜜蜂、昆虫的喝彩。

我从窗外远望，喔！西边乌云密布，暴风雨来了！顿时，倾盆大雨从天降，狂风拔起大树，雷电闪鸣，整个天地掉进了大海。我却关心着无名草的命运。狂风骤雨千百次，千万次，压弯她的身肢，使我胆颤心惊，但她坚韧不屈，都有惊无险。暴雨过后，阳光灿烂，彩虹呈现。她如往日一样，挺立在草坪，迎接阳光、雨露和狂风的新的战斗洗礼！

你在人生的道路上也不是这枝无名草吗？



喧哗的街市减轻了行人的疲惫，璀璨的星空装饰着路面的华灯，轻柔的风儿吹拂着星空的清丽，圆月的月儿安详地抚慰着冬夜，时光纵横，记忆中有着太多的地方令我难以忘却。



思乡

散文赏析与写作班

杨忠玉

追逐着岁月沧桑，那通往小镇的水泥路，是否还是当年那样坑坑洼洼；家门口那棵百年的老槐树，是否还在四季轮回中枝繁叶茂；离家不远的珍珠泉水，是否还在不停地涌出，倒映着岸边行人匆匆脚步；那黄昏中小贩的吆喝声；那晚间广场上播放的音乐……

家乡的山水草木已在我的眼前，思乡的热泪盈满了双眼，站在珍珠泉边许久，那清澈的泉水在欢快的不停的流淌。

站在珍珠泉边的桥上，桥上行驶的车一辆接着一辆，桥下的水草依旧，岸边的花儿烂漫，水中的鱼儿嬉戏潜游。如果说昔日的珍珠泉水承载着童年的欢乐，那么今日泉边的青石桥承载着却是家乡的希望与骄傲。

漫步在家乡的公园里，那曾经寄托着少年幻想的玩物，如今已经被腾空转动的摩天轮替代，那庞然大物在不停地转动着，仿佛就是一首成长的岁月诗篇，在冬日的城市里转动着秋天金色的彩虹，在醇重的乡味里传播着浪漫的童话。

如今的家乡，面貌日新月异，小镇水泥路变宽了，楼房增多了，家乡沉醉在奔向小康快乐的氛围中。大娘说发了老年人补贴，

(下转第二版)

苏州市老年大学赋



咏诵

校友

易荫槐

按：本文曾在四五年前载于某刊物上。现重新阅读觉得作者灵活地用赋的文体把办在万寿宫的苏州市老年大学的面貌描写了出来，把老年学员热爱老年大学的感情表现了出来。适逢老年大学成为全国示范校、万寿宫建成三百年之际，阅读此文也可抒发胸臆，鼓励广大师生“更上一

层楼”。这也许是作者再次投稿的意图吧。作者为离休干部，曾任书画摄影系教师。

发青春添活力。招来上万学子，分入八种科系；老师德艺高，同窗情谊深。琅琅书声兮，飘入晴空，使行云停步；咚咚琴声兮，潜入草木，令鸣虫止音。

老年大学乃宝库，琳琅满目是学问。追求在这里延长，探索从此地发芽；学烹饪，炒炒炸烩，吃出健康来；学音乐，吹拉弹唱，玩出高雅来；学丹青，山水花鸟，画出幸福来；学书法，横竖撇捺，写出寿星来。时装电脑兮，走进新时代。中医养生兮，保健靠自己。诗词格律兮，陶冶好心境。山水旅游兮，金秋最畅怀。写作研究，与时俱进，文章不写一句空。历

史讲座，温故知新，每个故事有哲理。苏州寻根，古城风貌，街巷市井万花筒。文物鉴赏，收藏文化，增加新知风雅颂。喜爱的事情是最大的享受，自强的精神是真正的超越。苍龙日暮兮还雨，老树春深兮更著花。盛世不可虚度兮，学海无涯；红霞尚且满天兮，桑榆未晚！

书利身心兮诗利品，老年大学是乐园；鸟恋树木兮蜂恋花，老年大学是我家。恨不得天天到学校，喜不过日日有长进。构建新生活兮，康乐和谐多荣耀；展现新自我兮，彩绘夕阳分外娇！