

# 写作研究

苏州老年大学写作研究会主办

主 编：黄海云

编 委：尤曙东 朱 莎 朱蓉芳 陆云霞

唐禾禾 魏惠然 刘婉英 徐丽霞

2019年10月15日第176期

## 晨曦，最美的那重门……

作者：黄海云

晨曦穿透薄雾，以黎明第一缕光芒轻拂万寿宫。

宫门前人群熙攘，走过相互问好的读书郎……

当年的皇宫而今成了鹤发童颜者幸福的港湾，《苏州市老年大学》的匾额庄严肃穆在每一位求学者的心头。

万寿宫，这曾经的皇宫如今书声朗朗歌飞蓝天。留意倾听，各类不同科目的教学声、互动声不时飘过窗幔。这儿只有没想着却没有开不成的课程。通过上万学员数百科目，可以看出这所学校的规模及办学者付出的辛劳与不易。

别问为什么也别说困惑，这儿是皇宫可她也是苏州市人民政府给予老人的福利，这个福利世界上唯有中国苏州才有。

在提倡人类应终生接受教育的今天，于中国尤其在姑苏早已不再是一种形式口号类的诗与远方。

苏州市教育部门，让最好的管理干部来这儿管理学校，聘优秀的教师来任课。办学数十年，在一届届不愿毕业的学员脸上见到大家对老年大学的依恋，从课堂互动课外交流的笑声听出教学相长的温馨。

一年又一年，无数陌生的面庞集积成了同窗，成了好友成了知音。一篇篇讴歌老年生活的作品跃上各类报刊的版面，一次次展示风采的演出走出姑苏走向北京，一张张彰显吴侬风情的靓丽摄影纷纷网红天下……。

用怎样的篇幅也写不完在老年大学的收获，写不尽在老年大学求知的充实与快乐。

今生能在万寿宫——《苏州市老年大学》——能在窗明几净的课堂中求知是自己老年最美的相遇。

感恩苏州市人民政府的豁达大度，将最美的皇宫给老年人作为再度求知的处所；感恩众位管理干部为

## 庆祝新中国成立 70周年特刊

学校为全体学员的无私奉献；感恩各位授课老师的多年辛劳。

建国七十年，我们的祖国从一穷二白健步转身。曾几何时举国处处可见扫盲教育，而今家家培养大学生，老了还进大学门。

今天的中国，教育不再是小众奢侈；文化也不再是贵族专利。旧时王谢堂前燕，飞入寻常百姓家。

一个十三亿人口的大国，能保障每个生活在这个国度的公民平安，让一些已不再年轻的老人老有所养，老有所依，老有所学，让他们定有所居，四季丰衣足食是多么的不易。

今天所拥有的一切，若没有毛泽东和他战友们奋斗的一生，没有千千万万个先烈的付出，没有中国共产党的领导，中国的幸福去哪儿找？

在老年大学，学校领导除了关心大家的学习进程，还时时关注学员校外的精神生活。对各类社团活动始终给予及时的指导与物力支持。

二十年来，我们《写作研究会》健康成长的每一步，都离不开校方的关心、帮助与支持。也正是有了这些满是正能量的校内校外生活，让大家觉得自己的老年时光不再空虚，精神世界非常富有。

可喜见到，学校的授课形式已不固守经年单调枯坐的形式，变得更灵活，更开放，更有趣味，更符合老年人学习的特点。老师同学时常林泉山道、市井深巷，去探幽观景、访古赏今。学以致用，成了今天的老年大学一个不可忽略的新亮点。

我们学校虽已是全国最好的老年大学之一，可校领导们从未懈怠过精神物质二个文明的建设，新的课程被循序推进，旧的校容正逐月更新，今天的校园更可爱。

想用最美好的语言赞美我的祖国，用最喜悦的心情诉说退休后的快乐，用最虔敬的文字讴歌我的老年大学生活。可是祖国日新月异、学校岁岁新颜、我不断拓展的视野和构思却总也跟不上时代前进的步

## 与老年大学结缘

作者：戴学文

文化程度的高低，能反映出一个人的水平上下。我仅是初中文化，按老底子的说法，墨水喝得太少，永远中不了状元。我就不信这个歪理，明知文化水平不高，偏偏敢于坐进万寿宫老年大学写作班学习深造。在校园校龄不算太长，也不是老资格那样的角色，可以说是一位羽毛没丰的老年学员，好在没有人用异样的眼光看待我。

2014年春天，是我退休下来的第七个年头，在同一个单位共事的梁春宜引荐下，才有幸步入万寿宫老年大学写作班学习。不来则罢，来了眼睛顿时一亮，万寿宫给了我一个全新的感觉，古为今用，今为老用。置身在飞檐翘角，粉墙黛瓦中留连；徜徉在林木葱郁，花香鸟语中陶醉；往来曲径通幽处，在宽敞明亮中的教室上课，仿佛又回到年少读书的辰光，从而一扫退休后萎靡不振的状态，还有一种幸福感油然而生。在学习期间，还真没想到会遇上仅仅在媒体上发表文章，从没见过一面的文友。其中就有老兵李名洲、闻玉海、周海飞，还有徐鸣岳、朱莎、徐丽霞等人。巧事实在太多了，还认识了大名鼎鼎，常在苏州日报和姑苏晚报上发表文章的张卫老师，笔名一壶碎月，他竟然是担任我们写作班的老师。

张卫老师是一个很有内涵的知识型教师，据说曾在市一中、二中等名校教过书，桃李遍天下，名不虚传。现在能成为我的先生，不能不说此生有幸。张卫老师在学校以教语文为主，在老年大学写作班教学员写作。他知识渊博，讲课精彩，环环相扣，内容极其丰富。由浅入深，从表到里，能引人入胜，听得台下的学员纷纷竞争发言，用大拇指点赞叫好。课后，师生如同一家人一样拉起了家常话，彼此缩短了距离，从而接近了关系。没有一点先生架子的样子。有道是强师手下无弱生。这不，经过他的文学点评指导，学员中还有不少人的文章，相继见诸报端的就有徐一凡、祝君雅等人。

老年大学自从扩大区域后，还加大了扩展各种学科的种类。随之，教学设施的更新又上了一个台阶，

.....  
(上接第一版《晨曦，最美的那重门.....》)  
伐.....

爱听推开重门时的轧轧声，望着厚厚的朱漆宫门，时有兴叹——唯真正执政为民的政府，才会将最好的教育最美的校园给予不再华年的老人，重门内的校园生活给了我们未来的无限憧憬，读书是一场文化苦旅可我们无怨无悔。

当我白发飘飘时，有幸求学“万寿宫”。

学习是人生永不凋零的常青树！

纷纷吸引不少学员，进校园充实晚年的生活，让老年人有了用武之地。开设的有养生健康系、人文与社会学系、声乐戏曲系、舞蹈系、器乐系、计算机应用技术系等八个大系。常年设有60多门课程，有300多个班级，学员已超过万人。是一所面向全市离退休干部，包括各行各业的退休人员的综合性老年大学。她正在不断地成长，不断地壮大，给夕阳红的老年学员带来了精神上的寄托，使他们有了用武之地，从而发挥了余热，奉献于社会各阶层，还收到了良好的社会反响。归根结底，这与老年大学的校领导英明领导分不开的，功劳应归于付出血汗的校领导们，还有各个班级的老师们，感谢您们，辛苦了！

来到万寿宫老年大学写作班学习深造，屈指已进入第六个年头。在这短短的学习深造过程中，无论刮风下雨，还是天寒地冻，我都能坚持到校园上课。认真作好笔记记录，不懂虚心请教张卫老师，用心融入写作技巧。有道是流下的一份汗水，收获的是一份果实，有付出就必有回报。这不，出刊的《万寿宫》校报，常有拙文刊出。更令人值得庆贺的事在每期刊出的《秋实》校刊上，都有一篇至二篇文章见诸刊端，不能不说收获是满满的，成绩是卓越的，努力是成功的，换回的是春华秋实。老夫须努力，继续向高峰攀登而奋斗！

尤其在2018年11月9日出刊的《扬子晚报》A4版，登出“我家这四十年家庭故事”征集活动中，我的一篇《从童椅看车轮的变化》，在25832征文篇中脱颖而出，斩获一等奖，还颁发了中共江苏省委宣传部、江苏省文明办、新华报业传媒集团、江苏省广电总台等六部门的红印章荣誉证书。此生，能与写作有缘，可能与本人常年孜孜不倦进取写作有关。当翻开中奖记录册，一共收获2个一等奖，2个二等奖，13个三等奖，优秀奖无数。其中，大都是苏州日报、姑苏晚报、城市商报颁发的。在2012年4月，我把在报纸上发表的159篇文章，由作家出版社结集出版《春华秋实集》一书，博得了同事、同学、学友等好评。还在2014年4月，还有幸加入苏州作家协会，从此，更激励我要走好明天的路。

在即将迎来中华人民共和国成立70周年的华诞之际，我不禁心潮如涌，思绪万千！没有新中国，没有改革开放，就不会有我戴学文今天的成功，就不会有梦想成真出书的一天。我能成为市作协会员，并不意味着已有所作为。而更需向高点挑战进取，继往开来，把人生有限的生命，融在老有所学，老有所乐，老有所为的拼搏中，让青春永驻，让心灵放飞，让寿命延长。更愿万寿宫老年大学越办越火红，让一代一代老年人接受再学习，在发展中走向更辉煌，从而留下丰功伟绩，与日月共存。

## 老年大学是生命中的美景

作者：蒋海波

如果可以炫耀的话，那我一定捧出我的至宝——三十三枚老年大学听课证，与大家分享老有所学的获得感、分享老有所乐的幸福感、分享老有所为的成就感。老年大学给我带来了许多难忘的乐趣，这一大摞含金量蛮高的听课证，我随手拈起一枚都有可资回忆的画面，每个画面都珍贵无比。倘若把我这三十三枚老年大学听课证与三十三只股票摆在一起考量的话，我做如下评估：对股票持有者来说，不论绩优股还是潜力股抑或新能源股，从价格层面上看都可能会有好前景；对学员证持有者来说，不管是学的哪一门课程，从价值层面上看，只要开卷就会受益 持之以恒必有所成，一定会有好前景。证券有价知识无涯，人活在世上物质文明和精神文明都不可或缺，假使物质生活和精神生活无法均衡存在，我注重后者。退休时婉拒原工作单位的反聘留用、谢绝外单位的高薪和优厚待遇，回头想想很满意当时的选择，觉得很赞，不是大款，是大学生。二〇〇三年秋季入学至今十六年半，若以四年为一个本科计时 等于是读了四次本科。曾有一度乐此不疲年复一年留在一个班学习，不升级也不降级，开心地自己冠名“留学生”。

老年大学学习生涯提升了我的文化素养。万寿宫每学年都根据学员愿望和社会需要适当增添教学内容，我选学的课目多在文史范围，也听过书法、古筝、手工艺等课。通过学习，汲取有关优势文化中的书写及表述方面的营养。从熟悉的典故到街巷文化的历史出处融会贯通。老师的耐心指导，增强了我学习的信心。刚开始畏难是语言沟通障碍，憨直东北人要接受南方的吴侬软语颇有难度，后来想个最简单办法：别管什么系什么内容，只要任课老师用普通话教学就报名。久而久之竟然发现并没有哪科不好学 也没哪科学不好的，一俟进了教室就会全身心投入听讲、认真消化并小有成效地学以致用。我明白了这个道理，南北语言和习俗的差异不能只寄望于老师为照顾少数外地学员而放弃方言，不忍心同学们为了迁就我而不得不说不说整脚的东北话，听她们费力切换不常用的词挺辛苦的，觉得对她们不公平。反思之后给自己下令：无论是向老师请教问题还是与同学交流心得，尽量别让人为难，不会说苏州话至少要学会听懂。由此体会到只有真诚友善才会良好沟通、融入快乐的学习群体实现渴求知识的心愿。文化素养需要理解文化的相互影响并作出适宜反应，比如书面语、比如口语。老师和同学的热诚感动了我，我学会了设身处地换位思考。老年大学是我生命中最美的风景，有趣的读书生活给

## 最喜九月天

作者：周海飞

一年历四季，最喜九月天。

九月，桑拿似的酷夏，总算熬过。九月，金秋带着的凉爽，向我款款走来。九月，还是各类学校开学上课的时光。学生年代，每到这个时候，我都要走向开学了的小学、中学和大学，去接受一个新的年级教育，人也象春天里农田的庄稼，开始拔节生长。上班工作年代，我还得到单位举办的各类集训班、短训班、学习班去学习。

所以，印象中，九月是我人生道路上求知求学、成长进步、增长见识的月份。

许多年前，机关体制改革，我毅然选择提前退休，使自己有了大块充足的自由时间，可以大大方方地做自己喜欢的事情。就在这个属于自己的九月天，我报名参加了市老年大学的学习。

学校是一座明清时代的古建筑，黑瓦白墙，亭台楼阁，花木掩映，绿树成荫，真是看着心里也舒畅。学校开设的科目真多，文史哲理、琴棋书画，一门不少。

（下接第四版）

（上接《老年大学是生命中的美景》）

我踏实丰裕和内心富足。这些美好感觉源于老年大学文化教育和理念传播，使我在老有所学、老有所乐的基础之上老有所为：每个大礼拜为狮山社区图书馆服务，常规的上架调整、一周报刊分拣归类、填写居民借阅及换书登记，导读过程中老年大学学到的知识得以发挥；零八年奥运会期间布置狮山街道文化展厅，我用仿水晶大颗粒编成五个栩栩如生的奥运福娃，是老年大学手工课杨泱老师教会的串珠技艺才有这皆大欢喜场面；为老干部科技协会平江分会讲古典诗词课，所有的知识都是听徐植农老师和潘君明老师传授的，我把所学的课堂笔记也给老科协的学员们传阅，大家都很高兴；市文明办公室派给我的工作任务是作为新苏州人代表，负责纠正苏州公共场所、各企事业单位及商店的牌匾、店招、宣传标语之类的规范欠缺或有悖时政的语法、修辞、文字或其他需改正的问题。我之所以能够不负使命，合格履行“苏州市文明监督员”聘书、工作证上的职责，多是老师教、同学帮，才有这多机会巩固知识。是老年大学提升了我服务社会的智慧和能力，我的晚年生活与老年大学结下了不解之缘。

感恩我的老年大学，老年大学永远是我的学习乐园。

(上接第三版《最喜九月天》)

开学那一天,我象当年当小学生那样,提前进入教室,找个靠前的座位坐下,然后静静地等候我们的老师和我的新同桌、新朋友。

想想也要笑起来,许多年前,我是一名完全不懂我门门爱好,科科想学。但贪多嚼不烂,欲速则不达。饭要一口口吃,课也只能一门门上。我暗下决心,一定要长期坚持,笃学不止,做个有品味、有知识、有道德的健康老人,成为我生活的新目标、新追求。

人生的小学生,就是这样走进小学校园的。如今,在人生的道路上,风风雨雨、天南海北,转了一大圈,最终又回来,又重新坐在教室里学习了。其实,人的一生不就应该这样吗,学习、工作;工作、学习,从感性到理性,从认识到实践,从知之不多到知之甚多,循环往复,不断提高,逐步达到完美和高尚,方能成为一个有道德、有修养的人。

有此想法和感悟的人,看来恐怕绝对不止我一个。老年大学每年招生,常常排起长队,人满为患呵。读书求学,不只是属于年青人,也属于我们这些老人啊!

走进书法班,我跟李务民老师学草书学毛体,走进绘画班,我跟章致中老师学山水学花鸟,走进民俗文学班,我听潘君明老师讲老街和小巷,走进写作班,我又听张卫老师讲文学与欣赏,乐在其中,笑在当中。

我们的学校办得真有生气,教师的教学也完全适合我们老年人特点,老师没布置那么多的作业,学生也从不背几十斤的大书包。选择学科,全凭自己兴致和爱好,在这样的宽松环境中学习,老师教得自如,学员学得轻松,学中乐,乐中学,名副其实的快乐每一天。

于是,每年又都有了个新盼头,过了春节盼三月,过了夏天盼九月,学校开学了,我们又都进入了一个新学期,学习也进入了一个新阶段。

工作了几十年,人到老年,还能到自己向往的学校去深造和进修,交友觅知己,吾知足矣!七十不算老,欢乐正当时,说得多好啊!

每个开学期,懂我心思的女儿都要送我一本精致的皮革笔记簿,算是对我上老年大学的支持。是的,拿起台历,在每个学期的开学的日期上,我都打了一个大大的钩号,提醒着自己,记牢再记牢,千万别忘记。

刀不磨不快,人不学不懂。九月呀,就是我求知求学的时光,洗去一夏的汗渍,穿上一件新潮的长袖衬衫,背起冷落了二个月的书包,我又要上路走向万寿宫啦。

是的,对于我来说,最喜九月天,欢乐在校园。

## 上老年大学的感受

作者:徐一凡

我爱老年大学,我的文化提高得益于苏州市老年大学,她是我心中的乐园。

我出生二十世纪三十年代的湖北农村,自幼家境贫寒,父母辛苦供我读了5年私塾。1948年不满15岁的我,来到苏州一家瓷器店当学徒。父亲曾一再叮嘱我要多学技术,可学徒主要是打杂跑腿,哪里有机会呵。

在瓷器店工作7年,所谓“技术”,就是学会了捆碗、识瓷、刻字。

苏州解放,对私营企业改造,统筹安排,1955年我被调入粮食部门工作,直至1993年从市粮食局退休。

要说学习文化技术,那是在解放以后。

我生性木讷,笨鸟先飞,有机会就学,在工作中学习,在学习中工作。

进入新世纪报读了老年大学,才算步入“正式”学习的序列。我没有想到老年会如此幸运,能有这般快乐充实的生活。

我爱苏州老年大学。来到民治路,飞檐翘角的牌楼正中上方,苍劲有力‘万寿宫’三个大字映入眼帘。背后,就是苏州市老年大学,她地处古城中心,紧邻大公园,闹中取静。每当我携书走进大门,目睹绿葱的校园,巍峨的大殿,我的心情格外愉快;校园两侧古色古香的大厅,书香味浓;再进,楼上楼下,一堂堂宽敞明亮的教室,师生济济一堂,个个春风满面,未到上课时间不知情者,分辨不出谁是学生老师。上课铃声一响,各就各位,台上老师讲课,台下鸦雀无声。

屈指算来,我在老年大学学习了将近20个年头,有人笑话我是‘研究生’,我学过书法,学过摄影,学过电脑,学过文学;其中体会最深的是学习散文写作。我在散文班学习时间最长,老师讲课有声有色,如主题的确立,材料的选择,段落的安排以及范文的剖析等等,鼓励学员多写,要求融会贯通,提高写作水平。

老班长是军转干部，文章常见媒体，沉稳和蔼，上课他总是坐在后排，关注教学气氛，人人尊威。我水平低，得到不少帮助。后来老班长因体质原因告退，接替的新班长是工程师，也为班里做不少工作。

在名著选读班，多半是古文，老师主要讲文章背景、要义以及生词生字，还常伴以现代科技电子荧屏显示，虽然内容不一样，但与散文写作班有异曲同工之功。

我在老年大学感到很温暖。班里高手多多，我自问相形见绌，并没有受到歧视，决心克服自卑情绪，试着投稿，写自己熟悉想表达的，居然大多被采用；十来个年头，居然在《万寿宫》、《秋实》、《姑苏夕阳红》报刊共登习作 50 余篇；其他，由于老师的鼓励帮助，在姑苏晚报怡园版也曾发表过文章。

更使我意外收获的，我成了《白云茶舍》的一分子。白云茶舍是老年大学写作研究会群体的一小部分，成员写作水平较高，大家有共同的文学爱好。我羡慕但因门槛高，望而却步不敢启齿。

2018 年秋的一天会后，茶舍带头人邀我加入白云茶舍，我满口答应，受宠若惊，有丑小鸭混进天鹅群的感觉。

白云茶舍要受纪律约束，每人每月要发 1—2 篇文章，每天并对作者当天发的文章进行点评，要有独到见解，允许发表不同意见，因为只有这样才能有助于开拓视野，提高写作水平。我感到有压力也有动力，鞭策我不得不脑子守约，从中受益。

苏州市老年大学经过 30 多年的发展，由几个班级几百人发展到于今 8 个系列，330 个班，11100 余人，学员来自四面八方，成为全国十大老年大学名校之一，被评为江苏省老年示范大学。老年教育发展如此之快，彰显市委市政府重视和广大员工的努力。

尽管老年大学这么多年陆续扩建扩招，仍有供不应求趋势。我今年 87 岁，不久可能难以容我继续学习。老年大学于我有深厚的情怀，我感激老年大学，不舍离开老年大学！

## 至乐莫如读书

作者：魏慧然

老了还要不要读书？去哪里读书？

战国时代的思想家荀子（况）说：“学不可以已”，就是学无止境，生命不息学习不止的意思。眼见许多老年朋友争先恐后去苏州市老年大学报名，把孙子送进小学后，我也来到了万寿宫。

朋友，当你踏着轻快脚步走进刻有万寿宫字样的牌楼里，是否有恍若隔世的感觉？当你像鱼儿遨游在苏州市老年大学知识的海洋里，是否知道这里曾是经幡档道闲人免进的地方？

万寿宫是当年苏州巡抚丁日昌主持，于清康熙五十六年（1717 年）建成，供苏州本地文武百官为帝王举行朝贺大典的场所，苍桑巨变，到民国时早已破败不堪。贺寿迎朝成往昔，天翻地覆慨而慷，解放后苏州市政府把修复万寿宫列为实事工程，经能工巧匠全面修缮，旧时宫殿获新生。之后政府又投入大量资金经过三轮扩建改造，终于使三百年万寿宫变身为面貌一新的苏州市老年大学，成为苏州市老年人终身学习的最美校园，学习乐园，精神家园。

牌楼再造宫墙起，照壁重修殿宇新，月门宫苑里处处回荡着夕阳圆梦曲。园柏塔松万寿宫，崇文重教诗意浓，满清官员朝贺处，老殿新府夕阳红。

这是一个融古代现代于一体，融中外文化于一体的老年大学，这里有良好的自然人文环境，有教学经验丰富的专家教授，有深受老年人喜爱的各门学科，我愉快地走进了这个四季树绿花香专属于老年人的学府。

科技飞速发展，知识需要更新。到老年大学读书，既可增长知识与时俱进，又能广交朋友丰富精神生活，而且对延缓衰老也有不可替代的作用。我报名上电脑班，两个学期后电脑会使用了，感受到的是数字化时代的便捷，写好稿件鼠标一点就发出去了，真爽！学习图像处理后，把自己沿途抓拍的照片处理得满意些，很开心。没去过的地方，可以移花接木把自己的影像“搬”过去合成一张照片保存，觉得很有趣。学会电

脑，还可以通过网络参政议政建言献策，做主人翁的感觉也是很不错的。

令人兴奋的是，自从学会了电脑，开通了QQ、博客，有了更多天南地北国内国外的朋友，还在不经意间“重逢”父亲的童年玩伴同学密友，从此，台湾有了叔叔，有了弟弟妹妹，真是两岸有亲朋，天涯若比邻，情不自禁高歌一曲：我们都有一个家，名字叫中国！

攒知识就是攒力量，攒朋友就是攒快乐。我爱好广泛，老年大学开设的各门学科都很喜欢，十多年来我除了学写作、还学绘画、学养生、学唱歌、学跳舞、学电子琴、学做丝网花、学葫芦丝、学烹饪、学唐诗宋词，每个班级都有许多老年朋友，老年大学成了我的最爱，每天最高兴的事就是去老年大学上课，感觉人到晚年，生活非常充实非常美好。

在散文欣赏写作班“留级”多年，让自己静下心来学习写作。许多良师益友给了我启发帮助，尤其是成立写作研究会后，学友积极投稿，定期出版《写作研究》刊物，许多美文让我赞叹不已。经老师指点学友帮助，我也有几篇习作在报刊杂志发表，欣喜之情，好像小学生登上了光荣榜。

近期智能手机成新宠，在写作研究会《白云茶舍》学友帮助下学会了怎样把电脑上的习作传到手机上，又学会怎样把手机上的习作压缩成聊天文件。老了还能跟上潮流，心里比年轻人玩蹦极还兴奋，

解放70年，改革开放40年，我们的生活充满阳光。感恩，无数先辈前仆后继建奇功；感恩，我们赶上了盛世享太平；感恩，老年人的生活也能如此美好！

令人备受鼓舞的是，在庆祝万寿宫建宫三百年之际，2017.3.召开的中国老年大学协会上，苏州市老年大学荣获全国示范老年大学称号。衷心祝贺你，青春焕发的万寿宫！衷心感谢你，优秀的苏州市老年大学！老了还能坐在树绿花香的万寿宫读书，人生如此，倍感欢欣。

闲居孤独寂寥，至乐莫如读书。

## 不沉的海洋

作者：朱锦胜

我做了一个梦。

梦见自己乘坐一艘大邮轮，航行在波浪滔滔的海面上，忽然乌云密布、电闪雷鸣，谁知道一阵飓风袭来，挟带着飞溅的浪花，船体似乎有点摇晃，我站在船头甲板边、顷刻间几乎马上要滑落到大海之中，一时间周围呼救声四起，……这时，我梦醒了！但心有余悸、惊魂未定。

这也许是日有所思，夜有所梦吧。

去年10月以来、我体重渐轻，胃口欠佳，每次饭后，胃里总是不大舒服。今年1月，我要到医院去检查一下，小儿子说：“老爸，你不会有啥问题的。”1月10日，小儿子开车陪我到苏州一院去做了全面检查；真是不查不知道，一查吓一跳！1月16日小儿子看到检查报告，就告诉我：“情况不好。”检查报告确诊我患有早期胃癌和肠癌的症状。小儿子怕我受惊，所以没有对我全面说明真相，但他立即和他哥哥紧急商议。

我曾参加过三香社区防癌宣讲团，经过多场宣讲，使我对癌症的预防和治疗，有了初步了解；所以我听到自己身患早期癌症并不恐惧；再说自己年已85岁，回眸以往，无怨无悔，更觉要坦然对待。

一人生病，全家震惊。我老伴及两个儿子为我的病情焦急万分，大儿子本来要赴美国出差，决定不去，他俩携带我的检查材料，立即到本市几家医院、还到上海肿瘤医院和群力中草药店去求教名医、寻求最佳的治疗方案。

当时，上海的胞妹、常熟的内弟，得悉我生病的信息，立即发微信来开导我：“此刻你千万别胡思乱想。现在医学发达，你要听从医生的指导和治疗。多想点开心的事，别自己跟自己过不去。你现在配合医生积极治疗，应该说发现得早，问题不会严重到那里的。你有坚强的后盾，我们会与你一起面对，什么困难都能度过的！”

亲情诚可贵，友情价更高；人到患难时，两者都需要。所有亲戚、老同学、老朋友其实是一道无形的真情之网，当我患病之时，使我感触更深、毕生难忘。

我们勉强欢度春节。3月初，我们接到院方通知说

病房有空位,请在3月8日来住院治疗。

我有一群相处10多年情深谊长、亲如手足、爱好写作的老同学,他们时时刻刻、无微不至地在关心我、鼓励我。

3月7日中午,年逾9旬的祝君雅特地邀请李名洲、徐丽霞、朱莎和我等老同学到大公园茶室聚会,为我鼓舞士气。她自从得知我患有癌症以后,非常焦急,她像嫡亲老大姐那样三天两头来鼓励我:“我不相信你会得癌症。我很挂念你,你可去多个医院再查查,或去上海肿瘤医院查一次,不要先下定义,如果结论一样才标确定,别急。凡事不能急躁,三思而行,谨慎从事为好。”

朱莎也真诚地劝导我:“你要听医生的,该做什么治疗就做什么治疗,你体质很好,做手术应该问题不大。你现在第一不能思想负担过重,人说岁数大了,身体自会有病。您必须乐观一些,增加一点营养,加强自己的体能,这样接受手术比较好。我们原来有一个书记,他早期胃癌,切除了以后一直到现在都很好。您不要担心啊,好好的养着,然后做手术以后好好的调理,一定会好的。若无转移,最好术后不做化疗,化疗太伤身体。再说年岁大了,细胞不会分裂太快!老年人都会与病同行。积极治疗一定会好起来的!祝您一切顺利早日恢复健康。”

徐丽霞也极力鼓励我:“好好治疗,争取早日康复。”

经我家人一致同意,3月8日我住进一院,于12日顺利进行手术治疗,不化疗。在我住院期间,两个媳妇、堂妹堂弟为我们送菜送饭、忙个不停。23日我出院。回家至今已有60多天,我的身体和饮食渐渐恢复如以前。

4月26日上午,阳光明媚,柳暗花明。由写作班曹为工班长带领李名洲、祝君雅、朱莎、唐禾禾、徐一凡、李水生等7位同学特地到舍间看望我,我到公交车站去迎接他们。然后邀请他们到我家小坐,他们齐说:“看到你恢复得很好,我们都放心了!”

若把亲情和友情、两者相加,那就像浩瀚的不沉海洋,它会把不慎的落水者托出水面,重获新生。

## 梦想开始的地方

作者:陆云霞

万寿宫的早晨很美,雨天,宫墙老树古景朦胧;晴天,蓝天白云欢声融融。

入读四载,我看到校园生机勃勃,看到最美校园建设从市级、省级推向全国。有梦圆梦,随心随意地学习,成了我们这代人退休生活标配。但老年大学是近三十年兴起的,从前人们不知道老年大学,生活里会少许多乐趣,生活状态定与我们大相径庭。

查找建国之初资料,触目惊心,人均GDP158.12元,人均寿命活不过35岁,90%以上文盲。曾听母亲说,乍暖还寒的季节,她作为扫盲班教员,挨家挨户动员,拉不到几个学生。那时,大部分正值年轻的生命满脸苍桑,目光所及仅能周全一家吃饱穿暖,无暇他顾,这情这景应了一句网络流行语:贫穷限制了想象。

而今,我市人均GDP17.45万元,人均寿命达到八十四周岁。飞跃的数字背后,是毛泽东等老一辈革命家的励精图治,是习近平等国家领导人的运筹帷幄,七十年间国家逐渐强盛,人民生活得到了提高。人们到了古来稀年龄,仍健似壮年郎。

经济基础决定着思维,我们坐享其成,精神追求却日益丰富。老人的风貌,从万寿宫忙碌身影上可窥见一斑。琴棋书画,念唱跳打,只要开了课的课,教室里人头济济,有的还带编外生。老师倾其所有,学生提问、补充,敢于亮不同观点,活跃度空前,与青葱校园不同,头发稀疏,眼里充满着自信,分外精神。

精神与物质的统一性,正像文化与养老一样,我们生活在经济雄厚的城市,学校领导也正努力打造文化养老旗舰,高素质又实在的新潮校园指日可待。文化注入养老,养老得文化滋养,老年人可以身心愉悦,提升境界。但达到文化养老有一定难度:有了经济基础,文化底蕴却不是朝夕所得。纵观学校学科系列,能称得上文化与养老有效结合的,只有少数翘楚,写作研究会是其中佼佼者。

二十年来会长甘立、王仁林、王永顺以及现任黄

## 云在茶香

作者：刘婉英

海云，不断带领学员学习、写作，收集会员习作发行了175期《写作研究》、集结《白云茶舍》第一卷，第二卷正在商议中，写作与研究方式不断探索、创新，在学校领导的指导下发挥着文学引领作用。协会活动安排也多姿多彩，组织会员体验社会生活，采风，开展征文比赛，组织练笔投稿。去年组建的白云茶舍，相聚是茶座，分开是微信群，有形亦无形，很适合退休后的节奏。群员二十多人，校领导沈鸿秋、朱学标亲自督导，实行轮值制发文。在群里，岁月、年龄被淡忘；在群里，志同道合者，共同追梦。

会员不再年轻，但优雅与自信，与稀疏花白头形成反差。笔者才华洋溢，文笔气势磅礴，文风干脆利落。我在文学环境熏陶下，克服懒散，写作能力得到提高，练习了一系列随笔、写人叙事散文、议论散文、观影体会等，对于还没摸熟门道的我来说，素材要奇、立意要高、题目要新的要求有点难，我小心翼翼、亦步亦趋追寻老师、学长脚印，挖空心思写一篇，发现群里人人卯足劲，于是，又担心下一篇文章能否过关。

其实担心多余，有老师、学长点评建议，批评也好，鼓励也罢，哪一位不是循循善诱，悉心指导。在这样的集体中，只要向往文学，写作水平不能主动提升，也会被推动。我写《父亲的礼物》1600字，发往群里评议，生生砍去300多字，温馨的回忆、熬夜的心血被削去，心疼！但为得到认可，又狠心滤去200字。反复修改，文字精练、语句顺畅成好文时，我陶醉了。

梦想是执念，又高又遥远，充满着诱惑和希望；梦想是动力，不甘于平淡，就当奋力去追寻，等待换不回人生精彩。校园内建国七十周年庆典活动已琳琅满目，征文比赛也在紧锣密鼓中，莫道桑榆晚，微霞尚满天，万寿宫里不止于学习技能，更是放飞了无数人梦想。

我在老年大学，有写作研究会助力，相信梦想会有成真的一天。

看到这四个字，别以为是在寻章觅句啊。它是个茶庄的名字。

虎丘山后，云岩塔下，泉水潺潺，竹林幽幽，一条弯弯小径通往。我们刚从山上凝望了春秋剑气，转眼眼前一片茶园，怀疑是不是到了杭州的云栖竹径。

在薄薄的秋阳里，我们几个人坐下来。这时过来个姑娘，让我深刻体会了什么叫袅袅婷婷。她取一撮绿茶，放入精致的茶杯里。冲泡后的茶汤颜色带白，清幽，喝一口，茶香味如兰。

茶水有点贵。为啥这样贵呀，聆听她娓娓道来。

因为虎丘云岩茶产量有限，小众茶，一年才20多斤左右，所以不对外销售。以前叫白云茶，但因被人家抢注了遂改云岩茶。只这儿和冷香阁供应。古代文人例如苏轼、文征明等，都为虎丘茶称绝。

这么一说值呀。看这幽幽雅舍，袅袅古琴，漏窗闲静，园林美景。还有个好听的名字——《云在茶香》。真婉约如江南美人，深邃似高山隐士。溪鸣，竹清，怡情超然。

其实以前也走过这儿，不太注意，藏在深闺，忽略了。

现在我们来了，听风品茗来了。我们是一群万寿宫老年大学散文班的学员。

一群喜欢喝茶的朋友，素心如茶，甘醇如茶，澹然如茶

品着茶，微甜香润间，犹如舌底鸣泉。闭上眼睛，细细回味，山涧的清风，仿佛卷着悠长的花香而来。鼻尖闻着茶香，一杯下肚，似乎喝尽了天地精华。

在氤氲茶香中，真个惊艳了时光，真个温暖了岁月。

从此，我们成了这里的常客。我们把老年大学课堂延伸到这里，每月一次，雷打不动。

在这里大家畅所欲言，交换心得，谈论写作。把大家最近课堂里学习的东西再温习。如果最近阅读了什么书籍啦，当然也要分享一下。

每次聚会，各自带上花色点心，小吃。如有人旅游回来，更能尝到各处特色风味。

在这里，飞出笑声，飞出茶香，飞出美文。渐渐的拟定出一个计划。

于是，一本刊物产生了，名称叫《白云茶舍》。

这本刊物汇集了大家练笔的习作。一篇篇散文诗词这里流出。更兼有相互启发，相互评鉴的心得。

于是，每次聚会，更有说不完的话题，叙不完的人生。茶香氤氲绕身旁。泡了再续，仿佛可以天长地久喝下去，让一颗颗心驰骋于文学之境。

喝完茶，景区走上一圈，一榭园，冷香阁。享受四季花卉，自然风光，洗涤心灵。多么美好生活，幸福的晚年，大家笑成一朵朵花。

一群老人，一群文友。来时是诗，离去是词。

真可谓云在茶香，茶在心房。

真可谓云来风轻，人在，云在，书香，茶香。

## 华发依旧笑春风

作者：唐禾禾

时光寸寸洗涤，洗尽我职业的印痕。光阴魔盒婉转清丽，声声唤我开启人生的另一场旅行。

进建校三十余年的老年大学成了我的首选，既为弥补青年时因下乡插队而失学的遗憾，又圆一个迟到的大学梦。

老年大学是老年人充电的灵魂书房，是精神寄托的神圣殿堂，是交朋结友的精神家园，是放飞梦想实现自我的福祉宝地。

我退休前不事运动，为健身锻炼少活动而僵硬的肢体，我选择健美操、舞蹈班。几年的历练，灵动了身体，协调了平衡，舒展了关节，收获了健康。

练了动兼顾静，动静两相宜。自小酷爱书法，把写字进行到底。从楷书温故，真、草、行、隶、篆尝个遍。规范学习与自习不可同日而语，改变了东一榔头西一棒的无序摸索，书法略有长进。但不敢自满，提笔挥毫时时舞，砚田墨海悠悠长，离书法家是路迢迢！

深陷岁月的缅想，多么需要用笔抒情怀，我进了散文欣赏写作班。班内同学藏龙卧虎，出书出刊出手不凡者众，诗者云集文者林立。如此浓郁的文学氛围，我结缘文字拥抱写作。把自娱自乐的小文请老师、同学指教，切磋琢磨毛坯终成文。学码字的时日里，有文字变铅字的小欢动，有征文获奖的小激动，有读者喜阅我文的小感动。

现我虽离写作班，但脐带不断。写作研究会组长建白云茶舍群，志同道合的校友，勤笔耕乐晚年，轮值发文。每天美篇佳作入目，如三餐之余不可或缺的一道点心，点心总比主餐可人，解馋解饥时时享用。目前已编辑成册《白云茶舍》第一卷，期望第二第三更多的卷源源不断呈献读者。

离了写作班，学起国画山水。

家父一直希望我能承他所好学习丹青。他在世时，我要为五斗米折腰。他远去了，遥望他远离的背影，学画的愿望灿然落地。每每学画总觉得父亲眯笑着注

## 追梦

作者：徐丽霞

君到姑苏见，巍巍万寿宫。古色古香、高高矗立的牌坊，飞檐翘角、气势恢宏的大殿，诉说着厚重的历史、曾经的沧桑；曲径通幽、庭院深深，金桂飘香、红枫绚丽……展示着今天的勃勃生机。

300年前江苏巡抚吴存礼创建了万寿宫，这曾里是一个庄严肃穆的地方，达官贵人于此恭迎京城诏书，寻常百姓难以踏足于此。在历史的长河中万寿宫几经颓败、毁损，如今修建一新，恢复了她的庄严、清丽、典雅。

清晨，这里开始热闹起来，一群特殊的学生披着金色的阳光，迈着矫健的脚步，来到这里，我也是其中的一员，我们的脸上刻有岁月的年轮，我们的鬓发都已染霜，但是我们一个个精神饱满，神采奕奕的来到各自的课堂。

我们这群不知老不服老的人，或在声乐班引吭  
(下接第十版)

.....  
(上接《华发依旧笑春风》)

视我，暗中助我挥笔如有神。且不论我的画作水平如何，必竟我迈出了学画的蹒跚步履，必竟我望父背影而无愧，必竟我今生今世学习过国画而无憾！

我享受了老有所学老有所乐，理应老有所为奉献社会。我忘却“廉颇老矣，尚能饭否？”参加苏州志愿者行列，每逢周一在医院助老陪伴门诊。

两天的休眠，周一巨人苏醒。来院就诊者挤挤攘攘，三个小时的站立服务，唇焦口燥，腰酸背痛。可我能尝到喝口水有如瑶池琼浆之美，睡张床有如按摩推拿之舒。不让蹉跎成往事，老有所为甘之如饴。

今年是建国七十周年，和共和国同龄的我，品读岁月峥嵘，见证七十年巨变，亲历七十年风风雨雨，晚年适逢盛世。我想如果、如果、如果还能返回年少，我们也许能上北大清华，但终究会踏进老年大学。

老年大学人生中最后的驿站，充实了我的岁月，点缀了夕阳近黄昏的绚丽。学知识、陶情操、乐心扉、交朋友、结知己、举善行、献社会。驻步这个驿站，我舍不得离开。这里录下我们精彩的生活片断，引我们行者无疆读者无域，不断摇曳着我们心中的风铃。

风尘吹皱岁月，雁阵叫彻秋霜，青春虽逝，不老心可续，芳华不再当年，依然不负春光。

(上接第九版《追梦》)

## 千里江陵一日还

作者：朱莎

高歌，或在书法班泼墨挥毫，或在写作班漫游于文学的海洋，或在电脑班轻点鼠标纵横驰骋……

古人云：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。我们这群老年人追求的不是文凭，只因腹有诗书气自华，善于学习品位高，我们要增进知识与时俱进，跟上时代前进的步伐。我们要在这里追寻自己年轻时未能实现的梦想，老年大学是我们第二春的摇篮。

我喜爱文学，但遇上山下乡的浪潮，插队农村十一年，回城工作后，又忙于工作，还要修补因下乡带来的各种知识缺陷，那还顾得上曾经的文学梦。今天我的文学梦又鲜活起来，当我在明亮的教室里听课，在老师的引领下，漫步于文学的殿堂，仿佛自己回到了学生时代。我忘记了年龄，忘记了病痛。当我看到自己的习作变成铅字发表于各类报刊杂志，会有小小的喜悦涌上心头。

悠悠琴音、朗朗书声，昔日的“旧皇宫”已成了我们老年人的精神家园。退休后我一直没有离开过老年大学。

我在这里结识了很多志同道合的朋友，我们在花园般的校园内散步，闻着草木的芬芳，看着月季的妩媚，柔风拂面，让人心醉神迷。

我参加了写作研究会。我们去绸都之乡盛泽采风，了解水乡泽国的前世今生；去阳澄湖半岛亲近薰衣草的紫色花海，留下资深美女的靓照；去天平山赏枫，瞻仰先贤范仲淹的故居；去虎丘观山光塔影，看梅花初绽……我们徜徉在青山绿水间，陶醉于大自然的美景中，呼吸着清新的空气，一切烦恼皆忘，晚年生活平添了多少诗情与画意。

我们去《白云茶舍》喝茶，我们把酒临风听残荷雨声，抒心中喜怒哀乐，诗文如清泉流淌。我们在一起切磋交流，激扬文字书写春秋，既提高了文学素养，又增进了友情。

晚霞也绚丽，夕阳更妩媚。是老年大学让我们享受着当代的时尚、进步与文明，是我们的祖国繁荣昌盛国泰民安，才有我们老年人的幸福晚年。

在祖国七十华诞到来之际，我衷心祝愿我们的祖国在实现中华民族伟大复兴的道路上，砥砺前行再创辉煌。

我愿珍惜当下，做个万寿宫中追梦人，在学习中在对文学的追求中，优雅地老去。

“朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还……”这是唐朝诗人李白《早发白帝城》诗句。这首有名的“七绝”写得雄奇飘逸，惊世骇俗，又随心所欲、自然天成，被人们千古传颂。

初中读到这首诗，只觉得气势磅礴，令人神往，又觉得不可思议：从家乡到县城总共六十多里水路，坐小火轮不出问题也得走半天。“千里江陵一日还”不过是诗人的浪漫夸张！那时候家乡不通汽车，去县城必得半夜动身，步行十里到另一小镇坐小火轮。小火轮坐三、四十个人，清晨六点半从镇边出发，一声长鸣，穿过一条条木桥、石桥，经过一个个乡村小镇，每到一镇，抛锚停船。于是，身背肩扛，拖儿带女，上上下下，约莫停顿十来分钟，船篙一撑，鸣笛一声，继续前行。如此反复多次，才能到达县城。儿时曾随父母进县城，坐上小火轮新奇又好玩，趴在船窗看小火轮犁开河面，激两道白浪直扑河岸。岸边麦苗青青，油菜金黄，间或乡村人家袅袅炊烟，竹园漫出一溜水埠，有人汰衣、洗菜。时间一长，单调无聊，又晒又乏，渐渐睡去。一觉醒来，才知快到县城，已是过午时分。

直到参加工作远行，家乡通了汽车，才方便许多。不过，简易公路凹凸不平，坐在车上一蹦三高、东摇西晃。那也比常常“插蜡烛”的小火轮快得多。汽车到上海、苏州每天早上各一班，起大早才能赶上。从家到上海或苏州大约用三个半小时，住一宿，排队买车票、上街购物。上火车时肩扛、手拎几件行李，累得筋疲力尽，那时候，挨24个小时才能到达西安。唉！迢迢千里，就算一日能还，却绝不轻松！

近几十年来，随着改革开放，家乡面貌日新月异。如今县已改市，公路总里程竟达1300多公里。真的是镇镇有公路、条条通北京！每隔8分钟就有一班公交，一天可来回城里好几次。小火轮早退休了，可我却还常想起它那长长的鸣笛声。

## 为霞犹满天

作者：蔡景庆

如今家乡，公路路面宽阔平整，公交车崭新、漂亮，沿途绿树红花，田园风光，回一次家乡犹如郊游踏青。更没想到退休定居苏州，再回家已很少坐公交。儿女们都有了私家车（从前做梦也想不到），一个小时就把我们从苏州送回老家，当天可返回苏州。我们赶上了好时代！想起我那从未出过远门的祖辈和几度带他们坐20多个小时火车艰难外出旅行的父辈，深感我辈的幸福！儿辈的潇洒！家乡如此，外面的世界更精彩！

退休后，每年与家人、朋友国内、国外旅游，不说天上飞的，就说地上跑的火车，如今从上海到西安坐高铁只需5个多小时。如是当初，该有多好！去年与朋友相约北海过冬，回来时一路游山玩水，从北海到柳州行程3个半小时；从柳州至贵州也才3个多小时；从贵州至重庆买到刚刚通行的动车4个小时就到重庆，比从前普通列车节省了整整8个小时。在重庆回苏州的车上，记起李白的《蜀道难》：“问君西游何时还？畏途巉岩不可攀……蜀道之难，难于上青天。”上世纪80年代曾坐火车到重庆，跨中原大地，越黄土高坡，穿秦岭山脉，整整用了3天2夜；90年代也曾坐重庆到上海江轮，用了6天7夜。

而今，重庆至上海高铁只需10个多小时。一路走来，峰峦叠嶂、山路崎岖，列车在大山中飞驰，不停进洞、出洞。坐在车上，偶尔天光一闪，见两边千峰万仞，直插云霄，列车在连接大山的天桥上飞驰，两边峡谷既深又险；身边穿彩服，戴项圈的少数民族面带微笑与我们一车同行。不由衷心赞美我国开山筑路技术的高速发展，敬佩筑路工人与设计者的辛勤付出！是他们不分昼夜，在深山老林里默默为国家、人民作贡献、作牺牲才使天堑变通途，才使众多人享受到了现代化交通工具的便捷、舒适！

真正的“千里江陵一日还”！若太白在世，不知又该写下如何宏奇诗篇！

位于苏州古城区的万寿宫，始建于清康熙5年。现存有仪门，正殿，东西配殿等建筑，殿宇宏伟庭院深深，树木苍劲花红草绿。宫门口一座四柱三间三柱石拱的琉璃瓦牌楼坊，东西各有一只威武的狮子在守护着。加上配置现代化教学设施的大楼，现在这里是苏州市老年大学，市政府为老年人提供的接受终身教育的园林式的大学。

我们这个年龄段的人都经历了国家那段不平常的时期，很多人没能上大学。在结束了家庭单位两点一线的生活后，很希望能再次进校门，圆自己的大学梦。

心情放飞，行动也就轻松自然了，在这里，老夫要发少年狂，老妇要着女儿装的。他们在这里努力地用美丽演绎生命的第二春，退休后，惬意。

退休后的我，也来了老年大学。面对着名目繁多的课程，我不知道自己该学什么。只好一步步探索。每学期学两门课，下学期再换两门。最后，把自己定在了文学写作上。在赵敏老师及后来的老师悉心教导下，我开始有条理性写自己的回忆录。写自己对人生的感悟，我热心地投稿于“秋实”“写作研究”“老园丁”偶尔也有豆腐干人参条文章发表，在市里的征文中得个象征性的奖项，也到北京去参加过中华老人书画颁奖大会。我只是想在自娱自乐的基础上，以文会友，为自己的晚年生活增添些色彩。

随着生活水平的提高，我也有了去游览祖国大好河山的时机。出门在外，我随时记下自己的见闻，发觉自己太笨，有时竟无法写透景致玲珑剔透的精华，心想当时能拍张照片就好了。于是就去学摄影。学了摄影好几年，由于年龄偏大，为保证自己能长期玩下去，雨雪雾霾天，大清老早，夜晚时分，本是摄影的好机会，我不出去，少了锻炼的机会。但我保证了健康，就有更多的机会做自己想做的事。因为我学摄影，只是想在我写文章时起个补充说明的作用而已。

摄影课上老师讲的，我都很认真的记下来，努力

## 绿意《万寿宫》

作者：李元钦

特绿！绿意《万寿宫》。

一所卓而不凡的苏州市老年大学在《万寿宫》里绽放，靓目于全中国甚至于全世界。这是名至实归啊！

《万寿宫》坐落在苏州古城区文体中心，东有如红烛照天似的双塔和东坡居士住过的定慧古寺；南与教育博物馆“读书三元坊”相对应；西邻古老的大公园、以爱国运动命名的五卅路；北靠著名文化商业街——观前街，是黄金地段的黄金地块。她原是清皇朝的一处宫殿。解放后经七十年修葺一新，造福人民。在改

（上接第十一版《为霞犹满天》）

去实践。2014年，在武汉荷花节，我背着尼康D90单反机，到处寻找拍摄目标。因为拿不动，没带三脚架。我按照老师上课讲的，两脚做马步分开，身体微微下蹲，两臂夹紧身体，对准目标，心不慌，手不抖，拍好！引来周围一片赞叹声。大儿子对游客说：“她是苏州老年大学摄影班的。”“啊，苏州的！好地方！”“能把老太太教得这样，苏州老年大学不错嘛！”

现在，我经常用文字记下自己的所见所闻，配以照片作补充说明，看看自己会被人笑话的“书画配”，心情十分愉悦。年龄往上长，体力朝下滑，我背不动大相机了，就买个小点的微单机。我很认真地记下老师的讲课内容，按老师的指导去写作，认真的听学友们的文章，从别人的文字中感受自己想不到的生活的美好，体会快乐。

在老年大学还结交了一些志同道合的朋友，我们谈文字论文章，在游山玩水中抒发自己的情怀，互相勉励，明显的感觉到和比我年轻的文友在一起，我的精神面貌会好得多。我的年龄是比较大的，得到的帮助也比较多。有事想不通，发条微信，打个电话，便可得到劝解帮助。

感谢国家给了我安逸舒适的生活，感谢苏州老年大学给我一个再学习的机会。

我的晚年生活有所学有所乐，白发苍苍笑声朗朗，晚霞犹满天。

（上接左《绿意》）

改革开放初期，国家又把这风水宝地投资老年教育，这是何等的亲老啊！

《万寿宫》，她的照牆古朴庄穆，牌楼气宇轩昂，宫门端庄肃宁，大殿雄伟大气，偏殿安详清和，一派皇家紫色的显贵呈现在花红草绿蓝天白云的空间中，让人如入仙境。有人赞称，阳光照进宫里也明媚柔柔，风吹进宫里也清凉徐徐。

白髮为之歌舞，童颜为之欢乐。啊多少幸福的老人在《万寿宫》里如沐春风！

“悦目拙政园、闻道万寿宫”

教室是明亮的，教师是睿智的，学生是知性的；校领导是明智的，设备是一流的，服务是到位的。一本本学员的散文集，诗词集出版了；一张张摄影佳作得奖了；一幅幅书画作品入选了；一个个旅游达人被推生了！喜讯，捷报，老人在追梦圆梦中完善自己，展示苏州老年大学学员的不一般的风采，超一流的素质。文化养老正在赫然升腾！

“窈窕淑女”在这里款款而行，优雅知性，她们与花谈心；“谦谦君子”在这里说经论道，儒雅淡定，弘扬正能量。更有甚者，那些“帅老哥”，“潮老姐”正在突破定式思维，塑造新时代新老人的形象而探索！

时装T台，激活迟暮气短；诗与古琴，淡定铜臭金迷！真善美就在《万寿宫》里！

这里是文明，文化，开放苏州的一张闪金灿银的名片。要了解文化养老，请到《万寿宫》里来！

退休后，我把余生寄托在这里，让新时代的老人，开启一扇通向理性养老的窗，净化，升值，老而弥坚！绿意《万寿宫》，妳读懂了老人的心！

写作研究邮箱：szldxzyjh1@163.com

本期责编：陆云霞

承印：（星文印刷）