

万寿宫

五十年
纪念
册

WAN SHOU GONG

苏州市老年大学主办 (学习资料 内部交流) 第八十八期
2014年5月1日 电话:65235830 电子邮箱:szlndx@126.com



市老龄委领导带领彩民来校查看福彩中心
捐赠资金使用情况。 金益龙 摄

人文与社会学系2014年秋季 学期课程介绍



冯圭璋

2014年秋,人文与社会学系根据学校要求,推行学制管理,进一步完善课程设置,更好地为老年人服务。在广大教师的努力下,人文与社会学系课程已初步设置了1-3年的学制管理,学员可根据自己兴趣和学校招生规定,学习新课程,温故知新复读老课程。

潘君明老师所授的“民间文学”有三部分内容:苏州掌故、苏州话寻根、苏州园林楹联,三年授完。《老年教育》杂志2014年3月号介绍了潘老师讲授的课程。张振雄老师新开设“世界遗产(中国)赏析”,从旅游、历史、地理的视角,运用视频、照片等教学手段,让学员领略世界遗产的魅力。潘家炎老师“苏州乡镇文化游”课已开设一年,班内学员数逾百。新学期另增开一新班,将苏州乡镇的文化古迹、历史沿革从头娓娓道来。读潘老师写的《遗弃的古代水利工程》(载校报《万寿宫》第八十七期),可知他如何寻古访幽;听他的课可以学会乘公交去旅游。张卫老师(笔名:一壶碎月)自2010年在我校任“写作研究”课后,班上学员已有100多篇散文在各种报章杂志上发表。张老师自己擅长写散文,又长期担任语文教师,善于分析文章,且愿意不厌其烦地与学员一起讨论、修改文稿,帮助学员提高写作水平。喜爱写散文的学员,可以选择报名写作研究班。

2014年秋将聘请苏州园林局专家沈亮来校开设“苏州古典园林”。沈老师专门研究苏州古典园林,他将向学员展示苏州古典园林的美妙和奥秘。蔡清旦老师悉心研究1993年在湖北郭店出土

的战国竹简中的老子三编,世称《竹书老子》,且写有专著。《竹书老子》反映的思想,与传统老子的形象有巨大差异,与春秋百家思想却十分接近。蔡老师开设“老子文化解谜”,与学员逐字、逐句解读竹书,力图破除历史谜团。

英语专业根据老年人出国旅游、探亲访友的需求,开设“老年出国英语会话”课程。此课程如从基础学起,每周二次,三年共六学期360学时。其中:英语国际音标,使用教材《英语国际音标入门》(康志峰编,上海科普出版社),半年共60学时;英语口语入门,使用教材《英语口语入门》(康志峰编,上海科普出版社),一年共120学时;老年出国英语会话,使用教材《老年出国英语会话》(刘爱仪编著,大连理工大学出版社),一年半共180学时,该书分社交生活、家庭生活、日常生活、紧急事件、出入境手续5个部分计34个常见场景,引导学员学习、使用英语口语。学员可根据自己英语水平,选择相应班级,需要时,还可在某一水平复读。新学期开设各个阶段的起始班。现有的《新时代老年大学英语教程》班级继续开设,自然过渡,但不再开设新班和招收新生。其中“口语九班”(原8班升入)和“高级口语班”的教学内容,将在2014年秋季学期完成。

老年人的每一天都是宝贵的,建议学员根据自己的实际选择学习课程。老年大学的教师是宝贵的教学资源,有些课程甚至难以保证重复开设,建议学员不要错过机会。愿学员选好自己的课程,在老年大学愉快地学习。

书画摄影系2014年秋季学期 课程亮点介绍

秦士钧

学校在本学期对系科进行了调整,书画艺术系调整为书画摄影系。共有32个班级:其中书法12个班,绘画12个班,摄影8个班。秋季招生为了更好地为老年人服务,满足不同层次学员的需求,我系课程设置1-3年学制(具体可见招生专刊),学员可根据招生规定及自我需求选择相应学科。具体主要有二个变化。

变化一:新开设书法入门班、摄影入门班,学制各一年。以满足有书法爱好、摄影爱好又无基础的老年人的需求。

书法入门班主要讲授:书法发展史,书法文房四宝的介绍,学习书法的方法,书法的基本笔法及间架结构,书法的章法,学习书法的几个基本问题等知识。由省书法家协会会员,资深书法教师杨志和授课。

摄影入门班主要讲授:摄影简史及流派,如何选购照相机,数码相机和单反相机的工作原理,摄影的概念和基本特性,摄影画面的构成要素,摄影光源种类及运用等知识。由苏州旅游与财经高等职业技术学校摄影专职教师裴东英授课。

变化二:摄影班为方便学员选择班级,摄影

班的课程设置为入门班、初级班、中级班、高级班,学制各为一年,学员在选择班级时可根据自我实际水平选择相应班级就读。

十件大事评选揭晓

自3月初在校报《万寿宫》上登载2013年学校十件大事评选告示以来,共收到选票280张(约占学员数3.7%)其中废票5张,有效票275张。根据得票多少,十件大事排序公布如下:

- 1.如期完成政府实事工程,新建校区投入使用。
- 2.建立学校医务室,保障学员健康安全。
- 3.招生规模再创新高,基本满足社会需求。
- 4.投保人身意外伤害险,解除学员后顾之忧。
- 5.成立学校董事会,创新办学理念。
- 6.全面提高装备水平,基本建成数字化校园。
- 7.改革招生制度,普惠老年学员。
- 8.加强教师队伍建设,提高教学专业水平。
- 9.成立万寿宫艺术团,提升学校内涵发展。
- 10.举办艺术节,丰富校园文化生活。

根据统计,全选中的人没有,其中摄影(4)班吕玉华、行草提高班马怀玉、交谊舞(2)班杜维卓等十二人选中率达90%。

计算机应用系2014年秋季课程介绍

张志遥

苏州市老年大学于2002年开设计算机课程,于2003年成立计算机系,于2014年更名为计算机应用系,从开设计算机课程初期借机房招收学员,逐步发展到具备四个计算机教室(200台计算机),开设初、中、高级课程,达到每学期可招收22个班级、900多名学员学习的规模。

根据学校要求,2014年秋季学期起,推行学制管理。本系将采取基础(初、中级)二年与选修(高级)课程相结合的学制管理,学员可根据不同需求选学。

基础课程:(注:从新招基础初级班开始执行)

学习时间:二年(四学期,240课时)。

学员从不会使用计算机,通过二年学习,能达到:会使用计算机,输入文字、使用一般软件玩简单游戏、写文章、听音乐、看视频、网上交流(聊天等)、网上购物、网上挂号、收发邮件等、简单修改图片、制作简单的幻灯片(电子像册)。

具体分基础初级(一年,120课时);基础中级(一年,120课时)。

选修课程:

(1)数码照片处理:学习时间:一年(二学期,120课时)。

老年摄影爱好者通过学习:能用专业的软件(photoshop)对数码照片(图片)进行修饰。

(2)视频与刻录:学习时间,一学期(60课时)。

老年摄像爱好者通过学习:可以对摄录的视频资料用专业的软件(会声会影)进行编辑并刻录成光盘在计算机或DVD机上播放。

(3)幻灯片制作:学习时间:一学期(60课时)。

老年幻灯片制作爱好者通过对专业软件(powerpoint)的学习,对图片、文字资料制作、编辑、修饰、播映幻灯片。

(4)动画制作:学习时间:一年(二学期,120课时)。

老年动画制作爱好者通过专业软件(flash)的学习,了解动画制作过程,如在动画中加入声音,视频和位图图像,制作交互式的影片等,能制作简单的动画。

(5)照片处理:学习时间:二一三年(四一六学期,120-180课时)。

针对有一定摄影基础的老年摄影爱好者,开设本课程,主要从摄影的角度讲述如何用专业软件(photoshop)修改、修饰照片。

欢迎学员加入学习队伍,跟上飞速发展的时代!

随着计算机应用的普及和发展,本系将开设更多的选修专业课程,以满足大家的需求。

作为苏州市老年大学开设时间最长的养生健身课程,多年来一直深受广大老年学员的欢迎。招生规模虽然逐年扩大,仍然难以满足大家的入学需求。

为了贯彻把我校办成省内一流、全国知名的老年大学的目标,养生健身系2014年秋季计划采取三大措施,进一步扩大招生、增设新班、强化特色,稳步推行学制管理,努力提高教学质量,更好地为老年人服务。

健美操是我系深受大家喜爱的特色课程,有七个班,五百余名学员。下学期,五位老师将充分发挥自己的特长,分别将歌舞、广场舞、民族舞、活力舞和瑜伽特色融入自己的教学之中,便于新学员的选择。

本学期推出新课——健身气功。健身气功是以自身形体活动、呼吸吐纳、心理调节相结合的传统体育项目,该课程简单易学,安全可靠,适合老年人群学习、锻炼,欢迎报名。

太极拳是一门广受大家欢迎的传统课程。下学期开始将开设三年制新班级,三年内安排24式、42式、48式不同系列,以便于学员循序渐进,逐步熟练掌握太极拳的动作和要领。

我系将以改革创新的精神,提升中医养生、西医保健等传统经典课程,完善太极、木兰、推拿、气功等民族特色课程,办好新开课程,千方百计提高教学质量,全心全意为老年学员服务。

养生健身系2014年秋季课程
新三招

徐中一

办公室

老有所学、老有所乐 集邮班里乐趣多

英语口语四班 陈国昌

集邮讲座班 郑其福

退休前因当时电脑并不普及，机械制图都是手工完成的，退休后我到了民企工作，办公桌上有了全新的液晶电脑，我有了在电脑上把图纸画出来的想法，听说CAXA电子图板是最容易自学的，于是我在网上下载了CAXA电子图板软件，按照它的实例教程进行图幅设置和画了各类零件图和装配图、进行尺寸标注，最后填写标题栏。总之，手工怎样画，在界面上都可找到相应的按钮，特别好的是画放大图，选中倍数，一点即成，另外软件中所带的图符、技术要求、构件库，使作图更方便、快捷、标准化。

用CAXA电子图板画出的视图，轮廓线和尺寸线粗细分明，圆弧、曲线放大不变形，直观好，图形漂亮。如果要转化成CAD图也很方便，只要在界面上点另存文件，在保存类型中填入相应的CAD类型就可以完成，不过反向转化是不可以的。

由于电脑上可以对图形放大，老年人不会因视力差而影响作图，加上修改方便，可复制，加上图形、尺寸精准、省了削铅笔和各种绘图器具，因此在电脑上作图，比较轻松，便于表达、校核设计理念，能活跃思维、丰富退休生活。

三年前，我报名进入市老年大学学习英语，高老师扎实的基本功和适合老年人的教育方法让我受益匪浅，假期里同学们在玉兰新村社区相聚，相互帮助，复习巩固，虽然学英语比学制图要难得多，但我不苛求、无奢望，经过近三年的学习，在读音、口语句型、和词汇量方面还是有了不小的进步，老有所学、老有所乐，老年大学让我的退休生活更充实和美好。

集邮是一项情趣高尚的世界性文化娱乐活动，是以收集邮票和邮品为主要对象进行收集、鉴赏和研究。

通过集邮可以增长知识、陶冶情操、丰富文化生活，从而获得无穷的乐趣。在我国社会主义两个文明建设中起着寓教于乐的积极作用。

邮票进入了集邮领域和集邮市场，它就成为具有很高经济价值的精美工艺收藏品和具有特殊商品属性的“软黄金”。如我国在80年发行的生肖猴票，面值8分，现市场价已达一万二千多元。

苏州市老年大学与苏州市老干部集邮协会于2011年春季合作创办了集邮讲座班，在党的十八大精神鼓舞下，遵循以人为本，老有所学和快乐集邮的教学宗旨，三年来进行了系统的集邮基础知识教学和集邮编组的实践活动。

集邮班还开展了适合老年朋友的多样性的集邮趣味活动。例如：1，邮票鉴赏和内部调剂、好多学员为补缺所需的邮票而得到了满足，都喜于言表；2，在自发和力所能及的条件下，进行一次“旅游集邮”活动，去上海集邮市场购买邮票，有学员兴奋地说：“哇！上海集邮市场这么大，品种这么多，总算开了眼界，真高兴。”3，第一学年集邮基础知识教学后，进行了一次快乐的开卷考试，优秀率达到85%以上，其中有郑琪慧、郁兆霞、邹月琦等学员都考得满分；4，三年来，学习雷锋精神互相关心、互相帮助的助人为乐好人好事层出不穷，班长郑琪慧，任劳任怨、无私地为大家服务；年近九旬的毛振环、钱慕秋等老同志，风雨无阻，从不缺课，总是班上前几位到校；学员章丽萍、李爱珍等多次乐意为大家照相，做好班里卫生工作，这些深受大家感动和好评。

临近结业，适逢第六届校园文化艺术节，每人都有向母校感恩和汇报自己学习成果的心态。在学校领导大力支持下，终于实现了这个心愿，于2013年11月13日—14日在西配殿短小精悍地举办了名为“晚霞生辉集邮展览”，共展出28部邮集50个标准展框，计800个贴片。

这次集邮特点：人人参与，热情高，人气旺。参展作品中有20部邮票为“处女”作。

邮展期间，很多学员深有体会地说：

瞿慰祖《虎丘极限片》邮集作者，从酝酿思考到收集，从不懂到懂，从不会到会，最后独立完成或编组这部邮集，有一种强烈的满足感，心里充满了喜悦。

钱慕秋《九天揽月》邮集作者，他用毛主席诗词中语句来命题，意在歌颂和介绍新中国航天事业的伟大成就。

注：用个性化邮品编组邮集是苏州首创。

毛振环《绿色发电》邮集作者，介绍电的起源发展到家电，电给人类创造了财富，给人们带来了幸福和光明。

周寿祺《邮品与苏州的“桥缘”》邮集作者，意在介绍人间天堂美丽的苏州的小桥流水的意境和苏州桥的底蕴，令人叹服。

徐佑丙《错票欣赏》邮集作者，中国邮票中错票很少，收集起来难度大。他通过努力收集到了一些供大家鉴赏。邮集中“官门倒印”、“限省新贴用”等都比较珍贵的邮票，花了很长时间才收集到，现展示出来，让大家共赏和评估。

邱刚《江山如此多娇》邮集作者，邮集中部分内容介绍了佛教传入中国和佛教佛学思想；中国四大佛教名山攀登集邮艺术殿堂；佛教劝人为善、助人为乐的思想。

周国荣《一枚贴片》生肖邮集作者，中国发行生肖邮票首枚为猴票，现在价值连城是因为感动了观音（联想中国古典名著“西游记”）感叹说：遗憾的是当年不当一件事，梦醒时用高价收集了一枚猴子旧票。

三年来，师生之间，同学之间感情非常融洽，课间谈谈说说，拉拉家常非常开心，尽管有时为编组邮集而有些争论，当找到了正确答案后，大家都会心的笑了。



精心从艺 朴实为人

——深切怀念顾超老师

吴正贵

苏州市老年大学原草书提高班教师顾超先生，因病医治无效，于2014年4月4日17时45分在家中安详逝世，享年84岁。

顾超先生，1931年5月生，江苏南通人，室名桂馨轩。1949年2月参加工作。渡江后，寓居苏州，从事经济工作，1991年在江苏新苏州股份有限公司副总经理任上离休。离休后参加市老年大学学习，从事书法、诗词活动，是中华诗词协会，江苏省书法家协会等文化团体成员。曾任苏州草书社常务副会长，苏州市草书研究会副会长，苏州市老年大学教师、校友联谊会副会长，苏州市书画研究会理事、副秘书长、顾问，苏州市诗词协会、沧浪诗社常务理事等职。

顾超先生离休后，在平生最爱好的诗书艺术上下功夫，为苏州市的诗词书法事业作出了贡献。他热爱市老年大学，全身心地投入到老年大学学习和教学工作中。他非常感激老年大学，曾高兴地说：“老年大学为我离休后提供了增加知识和为社会文明服务最好的最理想的平台，丰富了晚年生活。”顾超先生为人谦虚，朴实真诚，善良厚道；并且知识丰富，古文基础好，善诗文，精于碑帖研究。他在任书法咨询6年和书法教学10年中，热情服务，自编教材，精心教学，受到学校领导和学生的一致好评。

顾超先生20多年的学习和教学，成就斐然，硕果累累。他的书法作品曾获苏州市第一届老年书法大赛一等奖，《淳化阁帖》杯“二王”系列全国书法大赛二等奖。2011年9

月，苏州市书法家协会举办《吴门九老书法篆刻作品展》，顾超先生是“吴门九老”之一。他的书法作品还入选参加日本东京等地的中日书法联展并获奖。顾超先生出版了书法、诗词、散文等《桂馨轩集》四卷。他还为苏州园林、寺庙、农村、工厂和机关等单位，以及亲朋好友，赠送了大量的书画、楹联和诗词，为社会精神文明建设作出了贡献。

顾超先生永远离开了我们，使我们失去了一位好老师、好长辈。他为我们留下的许多宝贵的精神财富，将激励我们更好地学习。我们要继承老师的遗志，在弘扬我国的传统艺术上作出我们应有的贡献。

顾超老师，我们永远怀念您！

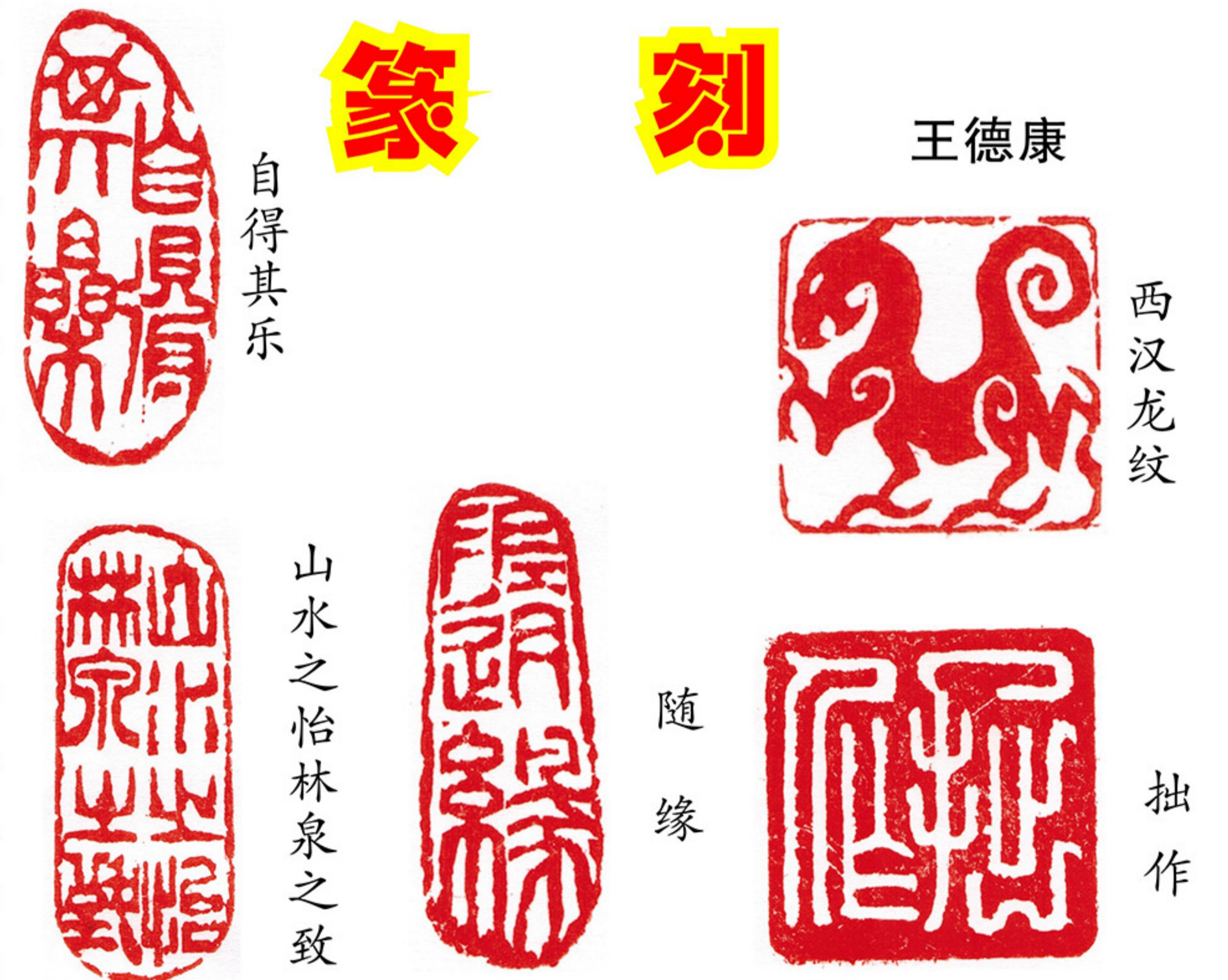
晚霞颂

舞蹈（二）班 詹永俐

许多人喜欢观日出，我却痴迷看晚霞。你依山傍水，宁静淡泊。把天地精华，柔柔缓缓地洒向人间。

有了东方鱼肚白的朦朦胧胧，有了旭日初升的喷薄欲出，有了红日中天的灿烂眩目，才能够有你，晚霞的博大、深沉、豁达、洒脱……

你是睿智的长者，是壮观辉煌的结晶，你还孕育着群星闪烁的苍穹。你微笑着，自信地向人们预示：明天又将是蓝天白云，雁字浪漫的晴空。



良师益友——曹幼徐老师

隶书基础班 老章

我们班级是2013年秋季学期新组建的，由曹幼徐老师执教。一个学期很快就过去了，在曹老师精心指导、热情鼓励下，同学们的学习热情空前高涨，决心跟着曹老师学好书法。

记得曹老师来上第一课时，他稳步走上讲台，用朴素的语言，谦逊地作自我介绍。他给同

学们的第一印象是和蔼可亲、平易近人。

在随后的每一节课上，曹老师总是深入浅出地讲解书法理论，有条不紊地完成教学计划，一丝不苟地示范临帖书写。他的板书极其工整规范，绝无马虎潦草字。曹老师示范书写时，总是边写边讲解点划撇捺的书写要

领，毫不含糊。这样，即使从未写过毛笔字的同学也能一步步跟上来。

曹老师对同学一视同仁，每位同学的作业都同样认真地读看、认真地讲评，甚至不漏看一笔一划。真是认真到家了。老师的认真，激励着同学们每次课后再忙也要认真完成回家作业。现在，认真——已在我班蔚然成风、俨然成了我们的班风。

曹老师和我们，上课是师生，下课是朋友。曹幼徐老师便是我们最好的良师益友。

谜底与答题思路

蒋海波

1. 民治（路） 贞观乃唐太宗李世民的年号
2. 何山 哪座峰？——何山 可驻仙？——“可”字驻到“仙”中也是何山。
3. 广济（桥）——大庇天下寒士 乐（桥）——俱欢颜 杜甫《茅屋为秋风所破歌》中的诗句
4. 文史系 履善——文天祥 逸仙——孙文 孟尝君——田文
5. 《秋实》 香炉前——秋，读后——头 “叮”字去掉“叮”只剩宝盖“宀”
6. 苏州老年大学 春回——苏，水纵横——州 师旷曰“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”





玉兰花开了

写作研究班 朱莎

春天是那样妩媚：田野沉睡的小草渐渐苏醒，河边柳条儿丝丝泛绿，路旁新发芽的石楠嫩嫩的红遮盖着陈旧的叶。

休息日郊外踏青，空气中弥漫着春的清香味。充满生机的植物园里，人们三五成群，仰着笑脸，沐浴温暖阳光。梅花犹在枝头，玉兰已然绽放，白的如玉、如雪；红的、紫的娇艳欲滴；阵阵清香，沁人心脾。站在一片盛开的玉兰花旁，想起儿时学校花园东篱有两株玉兰，一白一紫，每到春天，硕大的花朵缀满枝头，素净艳丽，落落大方。那一年，一夜春风，吹落满地花瓣，我和几个小伙伴眼睁睁望着昨天还好好站在枝头的花朵，今日却落英一地，恨不能把它们一一装上枝头……那一刻，竟是我有生以来第一次感到失落与无奈。

眼前这片玉兰花开得好，每一朵精巧婀娜，风韵独特；每一个花瓣凝着一层淡淡的从容。她们无意与群芳争艳，不在温暖的暮春绽开，却在乍暖还寒时昂首怒放。人们络绎不绝，在玉兰花下徘徊、留影。忽然，一阵骚动，一个五、六岁大的男孩正淘气地摇晃着一枝幼小玉兰，尚在枝头的娇嫩花瓣禁不住他猛烈的摇晃，纷纷落地，几个大人嘻笑着站在一旁，丝毫没有阻止的迹象。一次又一次，没有人阻拦的孩子更肆无忌惮，小树被摇得东倒西歪……我心疼了，似感到幼小的玉兰在无声哭泣。继而，又为这些视若无睹的大人感到羞愧、愤慨，更为孩子的将来感到深深的担忧！忍不住喝一声：“不要再摇了，不能这样！”孩子惊诧地望着我。转而，我柔声说：“你看，多好看的花呀，小树、花儿也有生命的呀，我们要爱护生命呢！”孩子很听话，马上停止了摇晃，乖乖走到了他父母身边。

是的，植物也有生命，从小到大，从春到秋，接天地之精华而生长，它们各自呈现着红、黄、粉、白，给大地以五彩缤纷，给人们以赏心悦目。就说这玉兰花，她们优雅地开，沉静地落，象征着纯洁、爱意。玉兰还是一种很好的防污植物。眼前这片玉兰，不知从什么地方移植到这里，不知经过了多少人的手，也不知有多少人为它浇水、施肥、锄草……终于，亭亭玉立开在春风里。为什么要蹂躏“她们”？其实不能怪孩子，

他还不懂事，如小树般需要人呵护、抚育、引导。而作大人的不仅要让孩子吃饱穿暖，读书上进，更得培养他们的品行、爱心，让他们做一个正直、有道德的人；要让他们懂得热爱地球、珍惜生命，爱护与我们同在一个星球的动植物。因为有了它们的共存，我们的地球才生机勃勃、美丽多姿！

记得几年前有报道，北京某名牌大学学生用硫酸烧伤动物园黑熊。据说这名学生聪明、好学、成绩优良，并即将升读研究生。然而，他残忍、无知，毫无德性、爱心，竟用硫酸当饮料投喂动物园的黑熊。为此，黑熊伤痕累累，痛苦不堪，从此，暴戾地对待一切人。也曾有小学生用石块把湖中的水禽打死，或玩弄虐待小动物。而任意攀折花木、踩踏草地的现象更是屡见不鲜……这不能不归结于社会、学校、家长教育的失误！

在这样美好的季节里，让我们在分享春天的清新、花草美丽的同时，教育我们的后代富有爱心，让他们幼小的心灵善良美丽起来。这世界多么需要爱。爱会使人善良，爱会改变世界，爱会使我们蓝色的星球更加美丽！

让玉兰花在春风中微笑吧！



姑苏“中国历史文化名街” (古风)

写作研究班 陈铭诚

山塘漫忆

梦怀七里锦华图，凭兴山塘仰浮屠。
会馆沧桑融烟雨，寺庵栴比拾遗珠。
渡僧通贵携白姆，雕刻戏楼掩绿芜。
南社义风崇气节，千年独步看姑苏。

平江路上

平江碑树八百秋，古巷人家烟雨稠。
宅落前朝甄大户，光昭后辈溯名流。
洪钧赛妓逸闻起，昆曲评弹雅韵留。
循迹万三旗杆弄，思婆桥下水悠悠。

七绝·题苏州火车站 南广场铜雕塑像

古筝班 蒋海波

言偃

牛刀小试鸿儒笔，力透千层勒燕然。
郁郁孔林桃李盛，弦歌赓续响尧天。

伍子胥

尝水安邦上策源，象天法地惠黎元。
东门抉目徒忧愤，碑碣凄凄召伍员。

范仲淹

皓魄昭晖洒岳阳，洞庭住浪看鸥翔。
天平琅琇清音吐，忧乐希文绝版章。

泰伯

泰圣懿将天下让，星辉月朗照前贤。
千秋德雨滋吴郡，礼义高高一镜悬。

走

进

曲

园

名作选讲班

王琪华

前几天，我骑着自行车路过马医科，看到修葺一新熟悉而久违的曲园，顺便走了进去。

站在墙门间里，抬头望着屏门上高高挂着的“探花门第”匾额，开始以为是曲园主人的，实则是曲园主人俞樾大师孙子余陞云的，俞樾自己在三十岁成为了道光三十年的进士。这种祖孙共同获得清朝皇帝的恩赐与重用，很难得。使我油然而生出：这就是所谓的书香门第了。

雨水节气那天，雨后天晴，温暖的阳光普照在曲园之中，这里是窗明几净、古朴典雅，犹如山中吹来一股清新的风。

来到第二进，这里是轿厅。轿厅上方悬挂着俞樾同科同学李鸿章用楷书题写“德清俞太史著书之庐”横匾，字体遒劲、飘逸，尽显文人书法之功底。轿厅正中摆放着俞樾大师巨幅画像一帧，大师画像面容清癯，目光深邃，给人一种虚怀若谷的意境。轿厅东西两面墙上装饰八幅字画，其内容是“潜心著作，门秀三千，墨香神州，朴学大师，山川毓秀，书香家传，青年仕途，移寓吴门。”通过这些字画，我大致了解了大师的人生经历。

走出轿厅，穿过石库门，走在由花岗石铺就的天井里，来不及细细观赏左右栽种的玉兰与桂花树，迎面就是曲园主厅“乐知堂”了，乐知堂是大师取自《周易》乐而知命之意。乐知堂的楹联是俞樾大师亲自撰写的，上联是“三多外有三多，多德多才多觉悟”，下联是“四美之先标四美，美名美寿美儿孙”。使我感悟颇深，受益匪浅。前一时期，看到一篇报道，讲了一位无锡人士钱先生，他

是国学大师季羨林的门生，学富五车，出口成章。成名之后，穿着名牌服饰，开着宝马出入于会所。（我反对苦行僧的生活方式），但对于一个学者，一个公众人物这种张扬之个性，未免带给大家一种江湖术士形象。习近平总书记最近发表讲话，要继续继承和发扬中华优秀传统文化和传统美德，宣传社会主义核心价值观。

俞樾大师离开我们已经一个多世纪了，他的人生理想，人生追求，人生的核心价值观尽在这道德文章中，值得我们后人借鉴与弘扬。

走过一个侧门，就来到了曲园西路一个重要建筑“春在堂”了，“春在堂”是大师在此会友与讲学之处。大师年轻时在保和殿殿试时，试题为“淡烟疏雨落花天”，他的首句是“花落春仍在”，受到阅卷官曾国藩的赏识，遂提俞樾为第一。俞樾为了表达对老师的知遇之恩，二十年过去了，在他的房子落成后，还当时一个美好的典故在人间，曾国藩受邀亲自题写“春在堂”匾额，从此高挂在此，万古留念。这种他乡遇故知，文人之间这种亦师、亦友、亦兄亦弟之感人情怀、溢于言表。

走出春在堂，就来到曲园的后花园了。这里是曲径通幽，花木扶疏，池水幽幽，几株天竹，在雨水的滋润下，更显苍翠欲滴，硕果累累。园子里头静悄悄的，只有我一个人在此徘徊，偶然看到一位在此工作的苏大美女，随即与之攀谈起来，曲园历经了半个多世纪的变迁与劫难，如今故园得以修复开放，让更多热爱生活、热爱文化人士来此游览和

参观是我们苏州父母官英明举措。

曲园是俞樾大师在此生活和著作长达三十几年地方，这里到处弥漫着大师留下的人文精神与书卷气息。曲园主人将自己的园子命名为曲园，是大师出生在那个年代，长期受到儒家思想之影响，取自老子《曲则全》之意。曲园留给我的印象主人没有委曲求全，曲意逢迎之感。而是作为一个学者，一个士大夫终身上下求索，有的是洁身自好，刚柔相济的处世风格。

走在曲廊下，我流连忘返于一块俞樾用隶书书写的碑刻，字体古朴、饱满、有点北魏遗风，上面镌刻着惜事、惜衣，不惜财尤惜福、不求名求利，只须求己不求人的文字，这些文章通俗易懂，富含哲理。记得小时候妈妈也是这样教育我的，惜饭有饭吃，惜衣有衣穿。几十年过去了，今天的物质财富如此丰富，我还是拥有一颗平常心，生活也给予了我更多乐趣与希望。

离开曲园，已时中午时分，我虽饥肠辘辘，却精神饱满。

我想俞樾大师在天之灵能看到故园旧貌变新颜，充满生机，俞樾大师的子孙孙能来旧地重游，看到先祖的学术思想得到重视与开放，也是值得骄傲与安慰了。

再见了，曲园，你是我们姑苏城中，小巷深处的一颗明珠，拭去了岁月的尘埃，依然光灿夺目，熠熠生辉。什么时候我还要来这里，重温你的精神风采与深厚学养！

游沧浪亭二首

琵琶高级班 江幼青

鹧鸪天·立春游沧浪亭

曲水回廊垂绿绦，琼华凝碧万杆摇。
庭园香径萌苔藓，山色天光透绮寮。
风细细，竹潇潇，暖阳和煦萼梅娇。
独游小院诗思渺，亭下闲吟逸趣豪。

鹧鸪天·沧浪亭观兰花

欣慕沧浪花馥芳，惧何冬雨挟风狂。
修姿纤细亭亭态，娇靥含羞淡淡妆。
逾峡谷，进轩堂。素心慧质巧端详。
远山近水傍瑶草，竹畔梅边浮暗香。

春游石湖

诗词赏析班 卞业林

一

雅兴探春逸兴同，诗朋迟到一何匆。
良辰缘是双休日，车堵宽宽大道中。

二

山麓樱花积雪姿，湖边柳树濯青丝。
玉虹横跨碧波上，上有游人缓缓移。

三

垂柳烟波映带中，桃花满树脸羞红。
范公逸趣骚人觅，匿迹西耶抑或东。

五律·游苏州湾

写作研究班 杨昌杰

春风新雨后，天色转晴明。
灿灿林花笑，雍雍众鸟鸣。
轻舟浮远水，辘轳缓骑行。
览尽湖湾景，迟迟满别情。

七绝·清明在烈士墓前

钱振华

苍壁弹痕血作诗，青松遭折乃英姿。
为求真理丰碑在，又是鲜花怒放时。

癸巳纪事（古风）

校友联谊会 甘立

东海渔岛掀恶浪，南沙黄岩妖风狂。
小丑跳梁傍大国，一叶障目独眼狼。
十亿铁拳高举起，大小魔怪死光光。

如歌往事

烧饼送给新四军

李水生

苏州市老年大学旅游文化班的学员，怀着对新四军的敬仰之情，兴致勃勃地前往泰兴黄桥镇作了一次难忘的红色之旅，参观“新四军黄桥战役纪念馆”。

黄桥是泰州泰兴的一个镇，这里是新四军，国民党军队和日本侵略军三方势力争夺的地盘，经常在此进行拉锯战。

国民党部队主要是24集团军，这个军的总司令韩德勤，名声不好，非常反动。当地黄桥镇有个民谣：“天上有颗扫帚星，地上有个韩德勤。多少鬼子他不打，专门欺侮老百姓。”他视抗日的新四军为眼中钉，对新四军主动撤出姜堰视为软弱可欺，企图乘新四军在苏北立足未稳之际一举剿灭。于是，他气势汹汹地指挥了26个团共30000余兵力，南下黄桥与新四军决战。当时新四军7000余人，战斗人员仅为5000余人，兵力悬殊。然而，这场决战意义非常重大，关系到新四军能否生存和抗日。

1940年秋季，在这异常形势面前，陈毅、粟裕他们以黄桥为轴心，诱敌深入，断其后路，在运动战中各个歼灭敌人。并力促国民党军队中的李明扬、李长江保持中立。陈毅坐镇严徐庄指挥全局，粟裕亲

临黄桥前线指挥。

战斗是作了十分周密的部署，可遇到的困难不少，其中粮食的严重紧缺和指战员身上衣服单薄是突出问题。就在这关键时刻，爱国人士朱履先带头捐款，并动员了黄桥老百姓为新四军烧饭做烧饼，支援黄桥决战。他做出第一炉黄桥烧饼，亲自带领家人送往前线。当地流传一首《黄桥烧饼歌》：“黄桥烧饼黄又黄，黄桥烧饼慰劳忙。吃菜要吃白菜心，当兵要当新四军。”

在人民群众的支援下，震惊中外的黄桥战役取得了伟大胜利。黄桥决战后，所有的烧饼馒头等粮食费用全部由朱履先个人结算给黄桥民众。黄桥烧饼就此驰名大江南北。

参观纪念馆后，导游带我们去黄桥镇著名的烧饼店，品尝了刚出炉热乎乎的烧饼，又香又酥真好吃，体验到当年的军民鱼水情。军民团结如一人，试看天下谁能敌。

吴中揽胜

置身于四季皆画的太湖，有着山居闲适的感觉，它优雅而恬静，清澈而潋滟。秀山秀水的自然美景“水光山色与人亲”，构筑了现实中温馨安宁的世外桃源，每次游览太湖自然胜境，都有一种享受而舒适的快意。

假日里，我随家人自驾游太湖，沿途景致开阔、宁静、宜人，车速由家人自控，人在车内尽可观赏享受，不必顾虑市区人多、拥挤、嘈杂，足以感到怡静与舒畅。当车行致太湖大桥上，我纵目远眺，一望无垠的水面如镜如画，刹那间我被眼前的太湖美景所陶醉。万顷碧波的太湖，水天一色，渔舟轻泛，让人眷恋。我仍觉不过瘾，索性提议就近停车，逗留在大桥边的码头旁，真正体验享受太湖，亲近自然的感觉。

身临其境地临湖、登岸，在途中赏景、留影，是那么惬意。太湖犹如锦绣堆中的翡翠，美不胜收。大桥穿越其间，一如白霓贯虹，再细看大桥，桥孔隐现，巧如玉笛的笛孔。当大小船只穿梭般进出桥洞时，又似乎是节奏明快的音符，在不息地流泻喷薄。

一往无际的湖水波光粼粼，熠熠生辉。此时，湖面上的鱼鸟时而展翅欢鸣，时而盘旋湖面，斜掠着寻找鱼儿的身影；湖中的野鸭在自由地戏水，一会扎扎猛子，

休闲太湖山水间

章玉华

一会探探头，我立即将这样的场景定格在镜头。

返程时我们特地前往太湖湖滨公园，临近公园只见附近的车辆早已排起了长龙。我们一行人推着童车，穿梭在如织的人群中，虽然蜿蜒曲折的木栈道上站满了游客，尽情享受这纯真朴实的自然美，沿着湖边走一走，听听拍浪的声音，吹吹清新的湖风，使人心旷神怡。水面上不时有快艇飞驰而过，也有船工摇橹的小船缓缓而来，留下一串串欢声笑语。

太湖湖滨公园的亭子中，游客们正在嬉戏、拍照，留下心中最美的瞬间；远处的一对新人正以太湖大风车为背景，偎依在一起，正在拍摄着甜蜜的婚纱照呢。他们占尽了色彩、空间、氛围的极致，笑得那样的妩媚、乐得像太湖一样灿烂。

游览区域里的欢乐来自于：或全家同行、或夫妻相伴、或情侣相随、或同事相约的游客，他们尽情享受着太湖边异样的风景。看着身边湖光山色，这太湖山水间的闲情逸致，交织成一幅独特的自然山水画。

太湖真是人见人爱的人间天堂。在这里，人们“贪婪”地汲取的是湖光秀色，在这里，人们体验释放着心情和享受自然的感觉。太湖天地间，这种纯属天然的本真之美，给人以明洁怡然的好心情，已近乎是禅的境界了。要不然，太湖怎么会越来越吸引人呢！



天平山范公祠碑 载名言千户颂，先忧后乐万家师 刘啸虎 摄

话说苏州

姑苏情韵

计算机照片处理班 钱天恩

姑苏，一个久远而美丽的名字，被人称为“天堂”的地方，千百年来吸引了无数人的向往，她就是生我养我的故乡，作为苏州人真是“三生有幸”。在这梦幻般的土地上，这里有两千五百多年悠长而灿烂的历史，多少祖辈先人、英雄豪杰、文人贤士、能工巧匠，在漫漫岁月里留下了丰厚宝贵的文化遗产。

这里有秀美的湖光山色，三万六千顷浩淼太湖，七十二峰葱郁山林，锦绣般的田园，明珠般的村落，还有古城、古镇中的小桥流水、枕河人家、幽幽曲巷、深深庭院、粉墙黛瓦、春雨小楼。

这里有像珍珠般点缀在古城各处精美绝伦的园林，还有那高耸的古塔，雄伟的古寺，深邃的古宅，苍劲的古树。

这里有淳厚的民风、民俗，那甜糯圆润的吴侬软语，天籁之音般的昆曲、评弹，巧夺天工的刺绣、书画，玲珑剔透的工艺品，精细可口的美食……

然而，两千五百多年的苏州像一部巨著，要读懂他、认识他不是一朝一夕能达到的，即使你身在其中、住在其中，古人说：“不识庐山真面目，只缘身在此山中”，要领略她的博大精深，需用心去感触，用情去体察，以虔诚的心，炽热的情，像孩儿吮吸伟大母亲乳汁那样的情感，才能感悟她那深厚的历史底蕴，丰富的文化内涵，她那昔日的风采，今日的艳丽。

苏州，像一幅长长的画卷，需你慢慢地鉴赏；苏州，是一部优美的乐章需你静静的聆听；苏州，是一坛千年酿制的美酒需你细细地品味；苏州，是一部缠绵抒情的诗章需你一章章一字字精心

阅读，尽情吟赏……

我深深地眷恋着这片热土，钟情于秀美的山水，古朴的街巷，风雅的园林，精深的文化。

我爱那晨雾中水巷边飘拂的杨柳，夕阳下太湖中闪烁的金波，早春淅淅沥沥落在小巷石板路上的雨滴，夏日里月光沐浴下的荷塘，深秋染红的天平，雪后银装素裹的虎丘……

啊，苏州我热恋的故乡，我在孜孜的追寻着你远古的足迹，感悟着你那从古到今生生不息的脉搏，寻觅着先贤们的踪影。

在七里山塘我仿佛看见白居易当年体察民情的身影，听见了人称“木铃衲子”名叫达贤的和尚，为修河堤化缘的铃声；在天平山范氏义庄，范仲淹正奋笔疾书写下了：“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”那千古不朽的遗训；枫桥边那盏不灭的渔火仿佛还在寒山寺悠长的钟声里闪烁；在金鸡湖上的一道不溃的长堤，记叙了一代父母官李超琼关心人民疾苦的故事，留下了“他是佬老百姓的好官”的美名；六十多年前，一九四九年四月二十七日“天亮了”，灿烂的阳光照亮了古城，南下的人民解放军经过浒墅关、枫桥一路向前开进了苏州城，从此这个被侵略者和旧社会蹂躏得满目疮痍的古城得到重生；三十多年前，南海边“春天的故事”里传来的一声春雷，震撼了神州大地，故乡你犹如雄鹰展开了腾飞的翅膀高歌猛进，开始了迈向新世纪的征程……

斗转星移，故乡你走过了两千五百多年漫长的风雨历程，但你的美丽容颜依旧，你的多彩风姿犹存；日月经天，你沐浴了新时代的洗礼，生机盎然，焕发青春。

夜幕降临，当你乘着游船荡漾在环城河里，巡望着那流光溢彩的景色，一幅远古连着今天的“姑苏繁华图”正在延伸。

风和日丽，当你驾着车驰骋在环城高架快速路上放眼远望，高楼林立，绿荫葱茏，一派“人间新天堂”的美景在眼前展开。

向东望，阳澄湖、金鸡湖、独墅湖如明镜般的镶嵌在锦绣大地上，这是一片神奇的风水宝地，两千五百多年前，干将、莫邪曾在这里铸炼出天下最锋利

的宝剑，而今，一个世界级的现代化工业园在这里拔地而起，展现了一个崭新的“洋苏州”。

向南望，一座千年古桥如玉练般俯卧在京杭大运河旁，“宝带桥”多么美丽的名字，她依然那样风姿绰约。先辈们在这里辛勤耕耘，拥有千顷稻菽、百里桑园，曾经是全国的“天下粮仓”、“丝绸之乡”，载誉着“苏湖熟，天下足”的美名，今天全国最大的丝绸之城在这里诞生，一条新的丝绸之路在这里启程。

向西望，狮子山如沉睡了千年后唤醒的雄狮，精神抖擞、雄壮威武，这里流传着“狮子回头望虎丘”的神奇传说和两代吴王恩仇的悲壮故事，今天这里已崛起一座现代化的新城。远处灵岩、天平、阳山、穹窿群山，像一位位历史的老者见证了这片西部山区的沧桑巨变。

向北望，虎丘山像俯卧在百里平川上欲将跃起的猛虎充满生气，那千年古塔依然昂首挺立。两千多年前吴王阖闾命伍子胥“相土识水、象天法地”，建造了显赫的顶级大城，如今，这里是现代化的交通枢纽，沪宁、绕城、苏嘉杭高速公路，沪宁城际、京沪高速铁路在这里交汇，无数车辆像穿梭一样奔忙，一列列高速列车如游龙般的穿行……

今天，吴都的后裔们建起了比当年阖闾城大几十倍的大城，这是一个从古到今，从传统到现代的立体化、全景式的城市，这是一个集文化、商旅到经济、科技多功能综合发展的繁华之都；古城区的古朴典雅，吴中、相城的丰盈灵秀、吴江的富庶醇厚，新区的现代豁达，园区的大气壮观，好一幅“人间福地”的美景。

怀古抚今，思绪奔涌，啊！姑苏之城，你历尽千古沧桑却不变那典雅的风韵；你承载着历史的厚重却焕发着勃勃生机；你拥有着“江南福地”物华天宝、人杰地灵的天分，却不放松“敢为人先”的步履；你包孕着吴中大地的钟灵毓秀却敞开海纳百川的博大胸襟。啊…苏州，这就是你的风骨和秉性，经过千古的传承和弘扬才孕育了独特的姑苏情韵，这深深情、浓浓韵，涌动在吴中的山水里，街巷中……融化在姑苏人的生活里，血脉中……

人生感悟

衷心感谢好朋友

摄影8班 朱锦胜

我们渴望和赞美亲情、爱情和友情；如果说：亲情是永不枯萎的青松，爱情是温馨可爱的玫瑰，那么友情可以说是培育万物的土壤。岁月奔流，弹指一挥间，我退休返回故乡苏州定居至今已经度过20个春秋的美好时光。

爱好决定朋友，爱好也决定人生。我从退休回到苏州以后，由于我爱好写作和摄影，从2003年开始走进苏州市老年大学，先认识了写作班一大批好朋友；我们曾经一起畅游重元寺、到西山赏梅，也经常到况公祠、东园、曲园、轻松一刻去喝茶谈心。在每年岁末举行的年会上，我们总是欢聚一堂，自娱自乐，翩翩起舞，放声歌唱。后来我和老伴又结识了摄影班里的许多热情洋溢的好朋友，我们同在一个教室里聆听张克新和姚秋群等老师的讲课，使我们学到了摄影基础知识；我们曾经结伴同行游览过大连、青岛，也曾游览过徽州、绍兴、江西婺源，记得2011年我们还一起到祖国宝岛台湾去旅游。在这10多年来，我们和好朋友在一起学习，一起旅游，唱啊、笑啊、相互关心，息息相通，这使我们俩的生活变得如此丰富多彩，又非常充实愉快！为此，我要向这许许多多真诚相待、亲切热情的好朋友表示衷心的感谢！

写作班是藏龙卧虎之地，拥有好多妙笔生花的写作能手，他们善于写古典诗词、现代新诗，善于写尖锐泼辣的杂文、写优美动人的散文，他们精彩的大作时常发表在苏州三报及外地报刊。摄影班里同样是人才济济，拥有许多善于发现美、捕捉美的摄影高手，她们不论是拍摄历史文化遗产的古村落，还是拍摄国内外的风光照片、人物照片，舞台演出、体育运动的照片，或者是身带相机进行扫街时，都能恰到好处地抓住美妙动人的一瞬间，她们的摄影作品经常发表在本市或外地报刊，并能多次得奖。他们都是我俩永远学习的榜样。我觉得：写作和摄影其实本来就是一对双胞胎的亲姐妹、好兄弟，因此让我们相互帮助、互为贯通，文武兼用，欢度晚年吧！

结交高尚情操的老友确实得益匪浅。祝愿我们大家的晚年生活永远充满阳光、充满快乐，身体健康、全家幸福、鸿运高照，马到成功！