

金色园地

第五期 (总第 197 期)

北京科技大学 离退休职工党委 编
离退休职工工作处

2021 年 6 月 8 日

主编:乔哲 责编:刘淑红 侯佳 制作:高晓森 网址: <http://ltx.ustb.edu.cn>

依托教育开放构建人类命运共同体

——写在国家主席习近平给北京科技大学全体巴基斯坦留学生回信一周年之际

(北京科技大学党委书记武贵龙)

2020 年 5 月 17 日,国家主席习近平给北京科技大学全体巴基斯坦留学生回信,勉励他们多了解中国,传播中国好声音,为促进民心相通,推动构建人类命运共同体贡献力量。

教育对外开放是我国改革开放事业的重要组成部分。党的十八大以来,我国教育对外开放质量和水平不断攀升,基本形成了全方位、多层次、宽领域的教育对外开放格局,成为我国日益走近世界舞台中央的一张亮丽名片。习近平主席的重要回信着眼于实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴中国梦的战略考量,为解决我国进一步扩大教育对外开放的方向性、根本性、全局性和战略性问题指明了方向、提供了遵循。

一年来,北京科技大学全体师生深入学习贯彻习近平主席重要回信精神,并将其作为一个时期学校教育事业发展的指导文献。作为新时代教育对外开放的排头兵,北京科技大学党委传承和弘扬“求实鼎新”的校训精神和“追求卓越,勇于争先”的新时代北科精神新特质,面向教育国

际化主战场，在推动民心相通、文明互鉴的进程中，努力为推动构建人类命运共同体贡献北科智慧和力量。

扎根中华大地办开放式教育

办学方向是立校之本、办学之要。作为新中国第一所“因钢而生，因铁而兴”的钢铁工业高等学府，学校始终秉持“特色化、精品化、国际化”的办学理念，把助推国家教育对外开放摆在突出位置。

正如习近平总书记在全国教育大会重要讲话中指出，扩大教育开放，提升我国教育世界影响力，要推进教育现代化，要坚持对外开放不动摇，加强同世界各国的互融、互鉴、互通。作为改革开放后与国外高校最早建立合作关系的高校（1979年与德国亚琛工业大学建立合作关系并开展实质性合作），学校始终牢记“钢铁强国、科教兴邦”的办学使命，坚持扎根中国大地办大学，瞄准国家重大战略和世界科技前沿，聚焦解决“卡脖子”问题和培养急需创新型人才，同世界一流资源开展高水平合作，致力于推动我国高等教育国际化建设。建校近70年来，学校先后与德国亚琛工业大学、日本东北大学、英国牛津大学和乌克兰国立技术大学等220余所国际大学和科研机构建立了深厚的合作关系。2019年9月，学校主办“中国—德国高水平大学校际合作40周年纪念会暨北京科技大学—亚琛工业大学学术研讨会”活动，与德方约定携手继续深化两国教育合作新局面，共同谱写中德友谊新篇章。

近5年，学校还先后与全球排名前300的18所机构新建合作关系，年均聘请1000余名高层次专家来校访问交流，与印度塔塔钢铁公司、英国伯明翰大学、日本东北大学等建立联合实验室8所，在先进材料研发与制备关键技术、人工智能及自动化装备控制等方面取得多项原创性成果，并在国家重大工程材料服役安全研究评价设施建设中取得决定性成就，相关内容获评14项国家科学技术奖励，形成了良好的跨国际、跨领域科研合作集群效应。

在教育合作中讲好中国故事

长期以来，学校深刻认识到培养友华人才对于推动我国教育对外开放的重要作用，始终着眼于“学生教育、师资培养、科研合作、创新创业、

文化传播”五个国际化，确立了“内外双驱”的国际化人才培养模式，实施“桥梁、种子、爱知”三个工程，打造以“两院”院士等高层次人才领衔的全员育人导师队伍，搭建起包括国际理解教育、国际大师进校园等多元国际化教育平台。通过加快构建新时代国际合作和立德树人国际化人才培养新格局，在来华留学生心中打牢相互尊重、相互学习、热爱和平、维护正义、共同进步的思想根基，在不断扩大教育对外开放的同时，主动承担起增信释疑、融通中外、传播中国理念的任务。

“能够参加庆祝新中国成立70周年群众游行，感觉简直太棒了！”“这是我第二次来到甘肃秦安，每一次都感受到很大的变化，中国政府的脱贫工作真的极为出色。”这些真诚而朴实的感叹来自学校留学生的朋友圈。为更好地让来华留学生认识中国、了解中国，学校开设“感知中国行”实践课程，带领来华留学生走出校园，走进老区，走向乡村振兴一线，借由体验式、浸入式教学模式，向广大来华留学生讲述中国共产党和中华民族的光辉奋斗史，赢得了广大留学生由衷的敬佩和赞叹。

近年来，学校通过国家来华留学质量认证，国际学生结构持续优化，呈现学历生占比高、高层次学生占比高的“双高”特点；入选首批“中非友谊”中国政府奖学金、首批“丝绸之路”中国政府奖学金项目院校，来华留学培养质量位居全国高校前列。

哈萨克斯坦籍留学生鲁斯兰，曾被习近平主席亲切地称为“中哈友谊使者”。他在中国期间，多次主动捐献“熊猫血”，截至目前献血总量超过6000毫升，相当于一个成年人全身的血液总量。鲁斯兰毕业回国后，致力于推动中哈两国交往。他多次表示，希望能有更多的哈萨克斯坦年轻人来中国学习知识，感受中国文化，增进两国友谊与合作。给习近平主席写信的主笔人、巴基斯坦籍留学生阿力夫在博士毕业后选择了留在北京科技大学任教，从事人工智能与先进材料的前沿交叉研究。用他的话说：“先进的科学技术是未来中巴友谊建设的重要基石。我愿意做一颗‘螺丝钉’，为继续推动中巴双边友谊贡献一份力量。”此外，学校还培养了全程陪护在异境遭遇严重车祸的素不相识中国游客的柬埔寨籍学生伯瑞卡，以及长

期热心参加敬老助老志愿活动的韩国籍学生权容载等一批友华人才，在世界范围内不断传递着中国好声音。

将科技创新转化为发展动能

“一带一路”倡议是我国对外开放的重点，教育对外开放也在深化对“一带一路”沿线国家的科技赋能中不断壮大。为此，学校实施科技创新服务“一带一路”倡议行动计划，不断扩大教育对外开放活动半径，先后成立中国“一带一路”发展研究院、世界钢铁发展研究院及矿业与钢铁行业中外人文交流研究院，打造集学术研究、决策咨询、技术服务、人才培养、人文交流和文化遗产为一体的开放性和国际性高端智库，搭建研究、资源与行业企业需求有效对接的新平台，为政府和企业提供政策咨询与服务。

近年来，学校牵头建成我国在东南亚地区首个材料腐蚀试验站网，并联合泰国、新加坡、印度尼西亚等国家建成“一带一路”东南亚环境材料腐蚀与防护教育部野外科学观测研究站，为沿线国家培养学生超过千名；突破关键技术瓶颈，助推中马（马尔代夫）友谊大桥和中泰高铁、印尼雅万高铁建设；全力推进中国标志性境外经济贸易合作区“中国—印度尼西亚综合产业园青山园区”建设，年产不锈钢达 200 万吨，年销售额近 50 亿美元，创造就业岗位 1.2 万个，为服务“一带一路”沿线国家经济社会发展作出了重要贡献。此外，学校还建立了非洲赞比亚中色集团研究生培养基地，在全国高校率先为驻外企业培养高层次工程技术人才。

“国之交在于民相亲，民相亲在于心相通。”新时代是我国日益走近世界舞台中央、不断为人类作出更大贡献的时代。习近平主席在给北京科技大学全体巴基斯坦留学生重要回信中进一步强调坚定构建人类命运共同体的历史潮流。教育，特别是高等教育作为心意相通的深层基础，更应顺应大势，积极作为。学校也将一如既往地加大教育对外开放的力度和广度，通过更加活跃的开放半径，携手为推动构建人类命运共同体贡献属于北科人的智慧和力量。

（选自 2021 年 5 月 17 日《中国教育报》）



花鲜五月·画成海，党建百年·诗开怀

——“共和国同龄人”曲开宏老师画展见闻

□退休三支部 刘瑞华

五月鲜花开遍山野，五月画展布满铭德。芳菲随春去，葱茏入夏来。我支部曲开宏老师的个人画展有四季天地万物之美。在离退休职工党委的支持鼓励下，于5月10—14日在铭德楼多功能厅如期而至。皆在描绘祖国的大好河山，颂扬人们的幸福生活，喜贺建党百年华诞！

作为共和国的同龄人、有48年党龄的曲开宏老师，在喜迎中国共产党成立100周年之际，表达自己的喜悦心情。党支部“初心讲堂”绘画篇，《金色园地》2020年第八期有曲老师的学画、教画、赠画的故事。360多张作品铺陈开来，栩栩如生，画展前言这样写道：携初心、带画笔，走在阳光路上！赞共和国同龄人曲开宏老师画展，贺建党百年华诞！曲老师执一支画笔，画出祖国



山长水阔的大好河山：巍巍宝塔、滚滚延河，不忘初心、牢记使命……悠悠碧波随风，繁花惊艳、绿荫感激，余晖驻足、飞雪寻梅！远山近水渔歌唱晚，花红柳绿芳草安暖；树荫后檐，房屋俨然，青板路侧，乐享晚年……山遥水远绘笔间，四季优美意景连；五彩缤纷心中梦，画纸墨贺党百年！

“老有所为、老有所乐”校领导鼓励。5月10日上午恰逢“校领导接待日”，听毕接待后的杨仁树校长和保卫、人事、后勤等领导们，欣然参观了画展；“共和国同龄人曲开宏老师画展”几个大字在醒目位置，赏看张张美图，领导们都赞不绝口，个个点赞；杨校长上前握住作者的手，夸赞：画得不错！老有所为，老有所学，老有所乐，才能老有所安！曲老师亲手送上画作，意表赏识。

5月11日，党支部活动集体赏画，合唱《歌唱祖国》。老党员李延年老师早早远道赶来，在会议开始前，就先到多功能厅看了画展，激动不已：小曲这本事，好不简单呀！支部活动留下三分之一的时间大家观看画展，

四壁都挂满了画，南北还挂着三排，错落有致，蔚为壮观；现场还准备了签到簿和纸张、笔墨，老师们都可以即兴发挥、现场作画……曲老师讲解着、示范着。老师们纷纷在签到簿上留言，正如吴继庚老师说的：



小曲真棒！有毅力、有水平，有热爱、有想象，有耐心、有坚持，有积累、有内涵，有初心、有使命，梦想成真！一天一张、一张一天，天天在画、永不停笔，这就是乐趣啊！绘者不言，神自飞扬；唯有热爱，才能坚持。“共和国同龄人曲开宏老师画展真厉害，曲老师是我们这一代人的

骄傲，祝贺祝福！”管克智老师连连称赞。最后，《歌唱祖国》的嘹亮歌声响起，满满的爱党爱国的激动心情无法掩饰！

5月14日下午是画展的尾声，又是高潮；老年大学联系国际学生中心邀请热爱中国文化的留学生们前来交流，现场这些很有“神秘感”的墨画，深深地吸引和感染着留学生们！一位留学生拿着李白“举杯邀明月”的画幅爱不释手！兴奋之余，曲老师把他们带到纸笔墨都配备齐全的专业画室，一堂绘画公开课授讲，纸笔墨、线点勾……栩栩如生；跃跃欲试的学生们画的画、写的写、问的问，好一派“你在画中游、我在墨里行”的热闹场面，每位学生都完成了一张画；一位学生挥笔泼墨在画纸上打起轮廓，于惠莲老师和他合作的“石翁垂钓”浓墨重彩，横空出现；诗画本一家！有画无诗不精神，有诗有画才纯雅！正是：画展引来志趣投，铭德结庐画中游；浓墨重彩献党礼，诗情画意缤纷稠！



一程山水一程梦，一段时光一段缘。相信这世界有一种牵挂，即使时光老去，经年久别；即使青春不再，垂垂老矣，永远烙印在我们生命中的是“天地有大美”。愿我们微笑在脸，画笔在手；美景满园，友谊长存；墨香飘远一路诗歌，永远安暖终不褪色！

曲开宏老师的画展特别鸣谢：离退休职工党委、关心下一代工作委员会、于惠莲老师、张志宏老师。

发扬革命传统 传承红色基因

——两次参观一大会址有感

□退休七支部 张昶栋

习近平总书记在党史学习教育动员大会上强调：“回望过往的奋斗路，眺望前方的奋进路，必须把党的历史学习好、总结好，把党的成功经验传承好、发扬好。”从建党的开天辟地，到新中国成立的改天换地，到改革开放的翻天覆地，再到党的十八大以来党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革，党史记载着曾经的艰难与辉煌，汇聚着实现中华民族伟大复兴的浩荡能量。我们党的百年历史，就是一部共产党人为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴的奋斗史。对每一个共产党员来说，只有学好党史这门必修课，才能不忘初心、牢记使命，在新时代征程中不断取得新的更大的成绩，为党的事业不断增添新的动力与活力。

在纪念中国共产党建党一百周年之时，曾经两次参观中国共产党一大会址的经历至今依然历历在目，难以忘怀。50年代初，我在上海工作过一段时间，那时刚参加工作，只是在中国共产党成立三十周年的党史书中，知道了党的一大是在上海召开的。由于工作的原因始终没能走进一大会址参观。后来我被调到北京，参加北京钢铁学院的筹建工作，直到90年代初到上海探亲，才第一次与我的大哥一起走进一大会址。时隔几年后，我又再次走进一大会址。两次参观，内心受到极大震动。

1921年7月23日，中共一大在法租界望志路106号（今兴业路76号）一座典型的石库门小楼，李汉俊的家正式召开，董必武、陈潭秋、毛泽东等一大代表共13人，代表全国50多名党员出席会议。陈列室内还按照历史资料开辟了一个蜡像室，形象地刻画出当年出席中共“一大”会议的15位出席者（包括2位共产国际代表）围桌而坐、热烈讨论的生动场景。他们为着一个共同的理想和目标在热烈地讨论着一件石破天惊的大事：建设一个怎样的党、党的纲领、党的奋斗目标、如何改变旧中国面貌、担负起民族复兴的重任，栩栩如生的蜡像人物增强了陈列的直观性和历史感染力。

一大会址的纪念馆中的藏品主要是鸦片战争以来至社会主义革命和建设各个历史时期的文献、实物、报刊、书籍和照片。珍贵文物2万余件，其中国家一级文物118套（416件）。五卅烈士墓残碑，王孝和、李白等烈士的日记、遗书和遗物，解放战争时期欢送上海人民呼吁和平入京请愿代

代表团大会场景照片，上海学生抗议驻华美军暴行联合会宣言，解放初上海市人民政府第一枚印章和第一块木牌以及在龙华国民党警备司令部附近发掘出来的 24 烈士遗物等。其他珍贵文物还有《共产党宣言》中文全译本、秋瑾烈士遗墨《光复军军制稿》、李大钊使用过的英文打字机等等。中共一大 13 位代表群像浮雕显得庄严肃穆……

建党时期的每件文物都十分珍贵、每个情景都耐人寻味，不仅仅让我重温了这段历史，更让我身临其境。脑海中的记忆从历史画面转变为更加鲜活、真切的场景。宛如一幅巨大的跨越时空的画卷，中国曲折奋斗的近代史随着这些文物缓缓展开。画卷中的战火、灾难告诉我们，百年前仁人志士救亡图存的决心从何而来，也告诉我们建党、救国背后不言而喻的艰辛。我想一大会址带给我们的远不止那一次意义深远的会议，它留下的是时空中那一段跨越百年的历史，映衬出中国共产党人的火热初心，也时刻警示着我们前行不忘来时路，砥砺前行开创未来。

党的“一大”会议在白色恐怖中召开，在上海遇到危险后转至嘉兴，1921 年 8 月 3 日，中国共产党第一次全国代表大会在南湖红船上胜利闭幕，完成了缔造中国共产党的使命，从此中国革命的历史翻开了崭新的一页。

“红船精神”，是开天辟地、敢为人先的首创精神；坚定理想信念、百折不挠的奋斗精神；立党为公、忠诚为民的奉献精神。之后我们党在长期艰苦卓绝的斗争中，历经曲折而不畏艰险，屡受考验而不变初衷，由小变大，由弱变强，初心不改，始终如一，靠的还是这种精神。

今年是中国共产党建党百年，作为一名退休的党员，我将不忘初心，牢记使命，充分发挥老同志的作用，自觉发扬党的优良传统，传承红色基因，为了党的事业奉献自己的微薄之力。

感党恩 不忘初心

□退休十支部 张国强

具有五千年文明史的伟大的中华民族，由于清末腐败的封建统治，近代遭遇了世界列强的入侵，鸦片战争、八国联军入侵北京、火烧圆明园、数不胜数的不平等条约、割地赔款，又有日本鬼子的大规模入侵等等，伟大的祖国人民被这些强盗叫做东亚病夫。

转折发生在 1921 年 7 月 1 日中国共产党的成立，在伟大领袖毛泽东主

席的领导下，经历了 28 年的艰苦奋斗到 1949 年 10 月 1 日中华人民共和国的建立，至此正如毛主席所说，中华民族从此站起来了！此后几十年，如今我们伟大的祖国不仅仅站起来了，而是富起来了，强起来了。14 亿人口的大国，有 9899 万农村贫困人口全面脱贫这一举世壮举，全世界绝无仅有；在党的正确而坚强的领导下，又在世界率先战胜疫情，充分体现了祖国的伟大；特别是近年来祖国经济迅速发展，经济实力极大增强；具有强大的军事实力确保祖国的安全，领先世界的先进科技成果层出不穷，人民生活幸福安宁，都显示了中国共产党的英明伟大和社会主义制度的无比优越。

我 1939 年出生于河北省安新县白洋淀一个四面环水的小村。白洋淀现在被称为“华北明珠”，可当时，白洋淀位于九河下梢，即上游有九条河的水注入，然后经天津入海，上游没有水库，基本上是十年九涝。本来乡亲们生活就十分艰苦，可又来了日本鬼子烧杀抢掠，村民们更没有了活路，村子还被小鬼子烧过三次，越来越多的人被饿死。当时有不少人为了活命闯关东，我三岁时的 1942 年也被父母带着闯了关东，1945 年小鬼子投降后，又从东北返回老家。当时，老家是革命根据地，1947 年 6 月朱德总司令在聂荣臻司令员的陪同下乘船视察过白洋淀。村中 1947 年实行土地革命，贫苦农民分了房和地，此后，村民协会决定办一所小学校，没有校舍，就把一个破旧的奶奶庙当教室，可没有老师怎么办呢？这时，响应毛主席号召到我村体验生活的 1938 年参加革命的作家葛饶同志主动承担教学任务，此后四年他一个老师教四个年级的所有课程，直至 1950 年要有五年级时县里才派来新的老师。

1953 年我小学毕业时，在村里加入新民主主义青年团，然后考上了我县唯一的初级中学。三年后毕业，县上无高中，我考取了保定一中。三年后 1959 年要考大学了，受班主任启发，在当时正值全国农业以粮为纲，工业以钢为纲的大战略下，我报考了北京钢铁学院，后被轧钢专业录取，成为我村土生土长的第一名大学生。五年的大学生活完全是国家助学金资助，其间的 1962 年，我光荣地加入了中国共产党，至此确定了我的人生目标，一生要为党的事业而奋斗。

大学毕业后，我留校当学生辅导员，后在教研组工作，在老师们的帮助下，从事教学与科研工作。1975 年调去党委宣传部，后又到院长办公室工作，1979 年又回到教研组，1984 年又安排我去学校产业系统工作，其间的 1987 年还曾被派去日本研修过一段时间，1999 年退休。在校工作 35 年，

虽然我处的工作条件都挺好，也曾获得过优秀科研奖和学校的先进个人，但自己并没有做出过什么突出成绩，只是在频繁的工作调动中时时刻刻牢记一个党员的职责，无条件服从组织调动，平时注意关心和团结周围同志，认真做好各项工作，坚持严于律己，讲真话、办实事。

退休后，我参加了老年协会的工作，后又担任我校育新花园小区退休党支部书记近十年，其间的2011年为响应党的号召组织支部党员资助了我校的一名贫困生，她是2010届应用物理专业的沙小花同学，来自宁夏农村，三年半共资助17500元，使她顺利毕业并考取了研究生。支部一次被评为北京高校先进党支部，两次被评为离退休职工党委先进党支部，我个人也被评为2013—2014年度优秀共产党员。

80岁后我不再担任公职，在育新小区居住的我校职工有不少比我年纪大的，有的住进养老院，有的在外地养老，他们和我比较熟悉，有些不方便的小事，我来充当他们与党支部和离退休职工工作处之间的桥梁，也算发挥点余热吧。

党的100岁生日即将到来，祖国的巨变充分证明了党的伟大英明，社会主义制度的无比优越。我个人的经历也证明了，只有在党的培养教育下，才能不断地成长。让我们在党的英明领导下，不忘初心，坚定信念，再接再厉，乘势而上，为祖国进步、繁荣昌盛而努力奋斗。

新时代党支部学习型建设的根本指针（二）

——迎百年建党，建设学习型党支部

□退十二支部

三、学习习近平新时代中国特色社会主义思想的学习成果

1. 进一步深化了我们对十九大确立习近平新时代中国特色社会主义思想为党的指导思想的认识。研讨中我们回顾了我们党的指导思想确立的历史进程，在我们党的历史上以我们党的领袖名字冠名的指导思想，有毛泽东思想和邓小平理论，已经指导我们取得了中国革命建设改革的伟大胜利。党的十九大以习近平的名字冠名党的指导思想，在马克思主义中国化的历史进程中具有里程碑的伟大意义，必将引领我们党夺取中国特色社会主义新的伟大胜利。我们撰写和发表了《中国特色社会主义进入新时代》和《习

近平新时代中国特色社会主义思想的学习心得》两篇文章，集中概括了这一学习效果。

2. 进一步增进了我们增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”的自觉性。在学习习近平新时代中国特色社会主义思想 30 讲时我们以“什么是习近平新时代中国特色社会主义思想”为题召开了研讨会，对习近平新时代中国特色社会主义思想的形成条件、丰富内涵、伟大意义进行了深入地学习探讨，使我们深刻认识到，习近平新时代中国特色社会主义思想，回答了新时代坚持和发展“什么样的中国特色社会主义，怎样坚持和发展中国特色社会主义”的时代课题，深刻回答了“世界怎么了，应该怎么办？”这个世界之问，是马克思主义中国化的最新成果，这为我们在思想和行动上同以习近平同志为核心的党中央保持一致，奠定了理论基础。

3. 进一步激发了党员参加学习型党支部建设的积极性。我们支部远离学校，建在一个居民社区中，由来自学校各个学院、行政的 14 个单位的 22 名党员组建而成。十几年来，因病去世 9 人，现有 18 人中，许多身患疾病。在创建学习型党支部的过程中，有的老同志体弱多病，但仍坚持参加学习研讨；有的已过 80 高龄，仍自觉自愿参加组织活动，积极发言；有的同志睡不好觉，坚持写研讨讲稿，撰写研讨文章；有的老同志春节回家探亲，仍然思索支部学习研讨课题；有的表示离岗不离党，退休不褪色，活到老学到老，永远跟党走。支部班子坚持带头学习，善于引导，勤于思考，紧跟时代，紧扣主题，组织研讨，形成了浓厚的学习氛围，为党支部学习型建设付出了大量精力。

建设“学习型”马克思主义执政党，是党的十八大提出的伟大号召，中国特色社会主义进入新时代，习近平总书记进一步号召我们：“建设马克思主义学习型政党，推动建设学习大国。”建设学习型党支部，是建设学习型政党的组织基础，在我们进入全面建设社会主义现代化国家，向第二个百年目标进军的新发展阶段征程中，我们一定要在这一伟大号召指引下砥砺前行，为建设学习型党支部继续努力奋斗。在学史悟思中以开学习型建设新局，庆祝建党 100 周年。

庆中国共产党百年华诞

□退十三支部 曾树全 李素琴

一九七一年正是我党五十周年诞辰，我们正在上海从戎。七月一日我们党小组，组织一起学习的战友，怀着崇敬的心情瞻仰了上海兴业路 76 号党的一大会址。并在石库门前拍照合影留念。底层是一个小小的客厅，正中一张长方形西式餐桌。桌上摆着茶具和铜烟缸，餐桌四周围着十二只圆凳，东西两壁各一个茶几。中国共产党在这里诞生，中国共产党从这里出征，中国共产党的历史从这里开始！又一个五十年走过来了，迎来我党建党一百周年，怎不感慨万千，正是：



石库门头党旗红，燎原星火亮苍穹。良辰十秩普天庆，华夏复兴日正中。

听党话，能担当，工作路顺风

□退十四支部 王有巨

今年七月一日是伟大的中国共产党成立一百周年。以毛泽东主席为代表的老一辈无产阶级革命家年轻时接受马克思主义先进思想、苏联十月社会主义革命经验，结合中国实际，1921年7月23日—31日，在上海召开了中国共产党的第一次全国代表大会，宣告了中国共产党正式成立。中国共产党的成立，给灾难深重的中国人民带来了光明和希望，给中国革命指明了方向。经过二十八年热血奋战，克服各种艰难险阻，1949年10月1日中华人民共和国成立，从此中国人民站起来了。

我家在东北农村，也分到土地，建了新房。1950年18岁的我到鞍钢当工人，在毛泽东思想哺育下成长，18岁入团，20岁入党。21岁去市委党校学习五个月，回厂任团支部书记兼党支部副书记，22岁又去俄文学校学习俄文，23岁赴苏联学习援建中国的1562项工程技术，一年后回国，先后到北满钢厂、首钢轧钢厂筹建冷拔车间。在北满钢厂冷拔车间任冷拔工段党支部书记，组建生产班组，确定班组长，组织工人学习技术操作规程、安

全生产规程和设备维护使用规程，在生产过程中贯彻执行这些规程。我还负责组织试生产，新人新设备，都得手把手教，又保证不发生人身和设备事故。一九五九年我被调往首钢轧钢厂筹建新冷拔车间，我任车间副主任，首先负责车间厂房建筑施工检查和设备安装验收，后组织工人试生产和正常生产，事先还组织班组长去北满钢厂冷拔车间学习培训，对正常生产起了重要作用。一九六四年“四清运动”中又调我到轧钢厂党委刚下设的政治处任组织科副科长，负责全面组织工作。

由于中苏边界形势紧张，国家开始大三线建设，1969年又调我到青海省西宁五六厂五车间（后改名为西宁钢厂）冷拔车间任车间副主任，配合设计院设计国产冷拔机械设备，结合中国情况进行改进。1970年春天，我代表车间在江西南昌参加全国设备订货会，把我车间冷拔设备安排在河南洛阳矿山机械厂、云南重机厂和大连工矿一场生产制造。1971年春我组织部分工人到首钢轧钢厂冷拔车间学习培训，又配合厂部人事科同志去北满钢厂冷拔车间调来11名生产技术骨干到西宁钢厂安家落户，大家都非常满意，后来对正常生产起了重要作用。

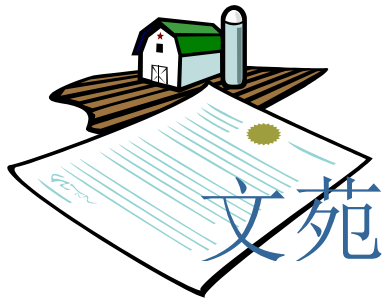
三个冷拔车间前两个是苏联设备，三个车间从无到有，到正常生产，在单位党委领导下，行政分工负责，党员起先锋模范作用，工人积极劳动，共同完成，其中不少钢材为军工用料，对社会主义经济建设起重要作用。

我非常感谢北科大，同意我来工作，令我终生难忘，我于1975年4月到修配车间轧钢车间担任车间主任、党支部书记。十三年后被提为实验工厂副厂长，为教学和科研服务。我于1993年6月退休。在主持两个车间工作时每年都有计划有总结，所在单位多年被评为先进党支部、先进车间。在评先进个人时，不评自己，把名额让给大家，1976年提升40%工资时，我先声明此时不涨，目的是为了好好工作，还参加断供等重体力劳动。

我在职工作44年，先后在四个省、五个大单位八次任职，服从调动，听党指挥，能担当，一路顺风，我这一生为党做的些许工作，都是党对我培养教育的结果。

我爱北科大，这里就是我的家，我会在党的阳光下继续快乐安度我的晚年。

（此文为庆祝中国共产党成立100周年写的回忆录）



初悟习近平治国理政的大格局

□吴焕荣

“格局”通义为对事物的认知范围。略加引申，即是认知对事物广度和深度等不同维度的认识，对事物的整体性、发展趋势、发展规律的把握。就可能性来说，“大格局”

可以全方位认识事物的整体，可以从过去、今天准确地预知发展走向和可能导致的结果；实践上可以因势利导，制定出趋利避害的方针政策，引导事物沿着正确的方向发展。

习近平治国理政的大格局，在党的十八大召开之后，七位中央政治局常委参观“复兴之路”大型展览，在习近平向世界宣告中华民族伟大复兴的中国梦时即已显现。一般理解，梦境是模糊、恍惚的。从2012年11月党的十八大至今九年时间，全国人民都感受到习近平的民族复兴之“梦”非常清晰，中国人民改变贫穷落后的面貌，只有坚定地走中国特色社会主义道路，才能实现国家富强、民族振兴、人民幸福的追求。实质上这是一幅定方向、定道路、定目标的治国理政宏伟蓝图。

展开这幅蓝图，处在最高位、最核心的是正确处理党和人民群众的地位和关系。在我国，党政军民学，党领导一切，党的核心地位不允许有任何动摇。同时，党的一切都是为了人民，人民的利益高于一切。党和人民的这种关系，在党章和国家宪法中都作出了明确的规定，习近平的每次重要讲话，也都把这种关系列为重要内容。习近平作为党和国家领导人，宣告“我将无我，不负人民”，强调党领导人民打江山，坐江山，江山就是人民。加强党的领导和人民利益高于一切，已经成为习近平治国理政的基石和最高原则。习近平一手紧紧抓住加强和改善党的领导，一手抓住维护和发展人民利益，恰如抓住了治国理政的牛鼻子，使党真正成为治国理政的核心，人民群众成为治国理政的不竭动力。

党的十八大以来，在全世界面前展开了一幅波澜壮阔的画面，这就是快速推进中国特色社会主义的经济建设、政治建设、文化建设、社会建设和生态文明建设“五位一体”的总体布局。处在普通群众的地位，我们无法了解“五位”中每一位的规划和组织实施，以及“五位”之间的相互衔

接和彼此协调，但由此发生的重大变化，我们都感受到了。例如快速、密布、高效的交通网络，京津冀共建、江浙沪皖城市群、粤港澳大湾区等新的发展规划，中东西南水北调工程、空天深海高端技术、网络化和数字化快速发展的落实等等，变化之大、之快、成果之丰，无不使人惊叹。脱贫攻坚战，党中央一个决定，全国人民齐动员，支助者踊跃参与，受助者奋发图强，短短几年时间创造了中国几千年、世界二百多个国家无人敢想、无人敢做的惊天之举。其中的每一项规划、每一个工程、每一个成果，都是全国人民实现“治国理政”理念的结果，也是“治国理政”理论和实践大气魄、大手笔和大格局的见证。近两年习近平提出“世界处于百年未有之大变局”，我国社会经济发展实施“双循环”布局，提出这些重大理念，开始许多人并未引起重视，随着世界形势的变化，越来越多的人感受到了这些理念蕴含的远见卓识。

习近平提出的“人类命运共同体”理念，继承了我国“世界大同”的文化传统，也是党的“为人民服务”精神的延伸。这是理性化的信念成果。习近平提出的“一带一路”倡议是一项蕴藏着极大潜力的构想和理念，具有很强的操作性。无论是“人类命运共同体”或是“一带一路”，都超出了国界，跨越了种族、民族、文化、生活方式和社会制度的界限。通过“一带一路”实现内外交流的不只是货物和技术成果，同时也实现了不同民族文化和思想观念的交流。提出这些观念，不仅体现了习近平宽广的视野和胸怀，主动承担的责任担当，同时也把“治国理政”的一整套理论和战略决策的重大措施，赋予了国际化的使命，极大地扩大了“大格局”的外延，丰富了内涵。“人类命运共同体”和“一带一路”早已成为世界性语言，并指导全世界人民为实现平等相待、共同发展、共享劳动成果的理想而奋斗。这会是一条漫长的路，但它是一个目标，也是中国人民向全世界人民作出的一个庄严承诺，即无论现在和将来，中国人民都将和世界人民站在一起，为实现全世界人民的平等和繁荣作出自己的努力。

在习近平“治国理政”的理论框架中，“顶层设计”、“底线思维”、“保持定力”等思想，也都成为重要的方法论原则。

历史唯物主义有一条领袖和人民群众辩证关系的原理，阐明了人民需要领袖，否则就是一团散沙，不可能形成创造历史的力量；反之，领袖也

离不开人民，否则就失去基础，成为孤家寡人。但是，领袖在历史上发挥的作用也是有区别的。中国人民因得毛泽东，他把马克思主义中国化，建立了人民当家作主的政权，奠定了社会主义道路的基础；同样，因得习近平也是幸运的，习近平开创当代中国特色的社会主义道路，从理论和实践两个方面形成“治国理政”的一整套体系，并且以“三步走”的发展目标，逐步把中国人民伟大的民族复兴愿望变为现实，使中国人民有坚定的信心赢得百年大变局的胜利。

必须重视学生人生观的教育

——庆祝中国共产党诞生100周年

□周建樑

什么是人生观？简言之，我们青年应该怎样度过自己的一生？客观上，我们每个人在行动上都自觉或不自觉地回答着这个问题，那么为什么现在必须强调重视对学生进行人生观的教育？

没有正确的人生观就等于没有灵魂。在历史上，我们党对青年学生进行革命人生观的教育是很重视的，有着丰富经验的。

在改革开放的大潮中，在许多方面忽视了这方面的问题，产生了严重的恶果，什么祖国的前途、人类的理想，在一部分青年学生中已认为没有关心的必要，他们孜孜以求的是个人的名和利，他们不愿到艰苦的地方去，贪图舒适安逸，追求大城市的生活，最好到北京、上海……不与工农群众相结合，个人主义泛滥。

在50—60年代，遭批判的资产阶级个人主义，在许多青年学生中沉渣泛起，认为是天经地义的，正义的人们对这种现象稍加批评，他们会理直气壮的指责为“极左”。

在我们这个无产阶级专政的社会主义国家，出现这种现象，不得不引起我们深思和重视，这是为什么？

毛泽东同志曾指出，在生产资料所有制的社会主义改造完成以后，大规模疾风骤雨的阶级斗争已经基本结束，但是在意识形态领域里的阶级斗

争并没有结束，无产阶级和资产阶级、社会主义和资本主义两个阶级和两条道路的斗争还会高一阵低一阵的进行。存在着资本主义复辟的危险性，经过历史的检验，现在看来，这个论断是多么亲切。我们反对左倾机会主义，同时，也必须反对右倾机会主义。我们要保持高度警惕，必须重视对青年学生革命人生观的教育。

1840年鸦片战争以后，我国被西方帝国主义列强分割蹂躏，沦为半殖民地半封建社会，100多年来，成千上万的革命志士抛头颅，洒热血，前赴后继，不断觉醒、探索，找到了马克思主义——这个人类解放的普遍真理，建立了中国共产党。从此，中国共产党领导中国人民将马克思主义普遍真理与中国革命实践相结合，经过不屈不挠、艰苦卓绝的斗争，赶走了帝国主义列强，打倒了反动派，建立了新中国，我国广大劳动人民成了国家的主人。

建立了独立自主没有剥削没有压迫的社会主义制度，我国人民在党的领导下自力更生，艰苦奋斗，在较短的时间内已在多方面赶上西方资本主义，自立于世界民族之林，这已是铁的事实。

青年是祖国的未来，他们是追求真善美的，但他们缺乏社会生活经验。要在青年中进行忆苦思甜的教育，告诉青年，旧社会的人间压迫和剥削，新社会的民主和自由，还存在不足和缺陷。要教育青年树立崇高的革命理想，关心时事政治，关心国家大事，要教育青年刻苦学习马列主义、毛泽东思想，要学习胡锦涛同志关于科学发展观的论断，马克思认为科学是一种在历史上起推动作用的革命的力量，学好科学技术要加强学习习近平同志关于建设中国特色社会主义的理论，习近平同志的这个理论，是当代马克思列宁主义、毛泽东思想的新成果，要理论联系实际，脑力劳动与体力劳动相结合，到工农群众中去，参加必要的工农业劳动，与工农群众相结合，政治挂帅，走又红又专的道路，学习张思德、雷锋，全心全意为人民服务。历史是一面镜子，要教育青年学好中国共产党领导广大人民革命和建设的奋斗历史。

可以预见，在革命人生观的光辉指引下，我国将用难以想象的速度超越现代资本主义发达国家，成为世界强国，让我们欢呼这个时代的到来！
青春万岁！

万里遥相呼应的游行

□李仁超

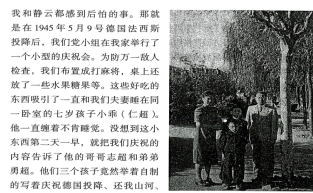
1945年5月9日，伟大的苏联红军战胜德国法西斯攻占柏林，德国宣布投降。整个莫斯科的人民走上街头游行，欢庆胜利的时刻，日本法西斯还在亚洲负隅顽抗，可就在被日军占领的远东最大城市——中国上海，竟然也举行了一场庆祝战胜德国法西斯的游行，与万里之外的莫斯科的游行遥相呼应。

当德国投降的胜利电波传到中共打入汪伪上层的李时雨孙静云（我的父母）情报小组的时候，他们便在当天夜里，在上海大西路1064弄153号家中，举行了一个秘密的小型庆祝会。为应对日伪军警突然搜查，会场布置成一个家庭的麻将聚会，桌上除了麻将外，还有丰盛的水果、花花绿绿的糖果以及名贵的香槟……客厅里的美食早就被我看在眼里，所以当妈妈安排我们提早睡觉的时候，哥哥和弟弟都听话地上楼去了，我却一屁股坐在客厅的地毯上，撒娇耍赖地哭着说：不嘛，不嘛，你们都不睡，我害怕……妈妈怕我的哭声大了会惊动四邻，也可能认为一个六、七岁的小孩子什么也不懂，便没有再坚持，叹了口气，对我说，那你得乖乖的不要淘气呀！我一看妈妈答应了，马上破涕为笑，嘴里痛快地答应着，还主动从桌上拿起一盘糖果，走到客人面前，学着妈妈的样子请大家吃糖，当天来的都是李时雨情报小组的人，他们也笑着把糖果往我兜里塞，转了一圈下来，我的两个兜里装得满满的都是糖果。妈妈看人都到齐了，便轻轻地拍了拍手，宣布开会，并指挥大家小声地唱起了国际歌，然后由我爸爸李时雨向大家宣布苏联红军战胜德国法西斯的好消息，并提出，虽然现在上海还在日本统治下，我们不能像苏联人民一样庆祝游行，但是随着德国投降，日本侵略者的寿命也不会太长，他鼓励大家努力战斗，争取早日打败日本侵略者，光复祖国山河……与会者听到这一振奋人心的消息，都非常激动，纷纷发言，为了防止惊动敌人，把声音压到最小，几乎是用耳语进行的。会议最后是在大家齐唱《义勇军进行曲》

附件 2

李静云

171



李时雨夫妇与两个儿子在上海中山公园（原英租界公园）



左为小敏（李静超），右为小乖（李仁超）

我和静云都感到后怕的事。那就是在1945年5月9号德国法西斯投降后，我们党小组在我家举行了一个小型的庆祝会。为防万一敌人搜查，我们布置成打麻将。桌上还放了一些水果糖果等。这些好吃的东西吸引了一直和我们夫妻睡在同一卧室的七岁孩子小乖（仁超），他一直睡不着。我想到这小东西第二天一早，就把我们庆祝的内容告诉了哥哥志超和弟弟勇超。他们三个孩子竟然举着自制的写着庆祝德国投降、还我山河、坚决抗战三面小旗上街进行了一个小型示威游行。后面还跟了一群上海的小把戏（小朋友），幸好我每早上买菜回来发现得早，立即没收了他们的小旗，把他们抓了回来。我一早上班没在家。静云得知后，真是又急又气又后怕。不由分说把两个大的孩子小林小乖打了一顿屁股板子，又把他们关了禁闭。我下班回来知道他们举行庆祝游行的事。虽然未被日本敌特发现，也是感到后怕。决定以后凡是共产党小组开会活动一律让我后每带三个孩子到大门外，以玩耍为名，进行站岗放哨，并约定，自己人来时由孩子领着进门，生人则大喊字辈作打架闹闹报警。这样一举两得。既防止了孩子的无知闯祸，又增加了我们工作的一道安全防线。记得当时建平说话有点大舌音，客人来时

的歌声中结束的。

对于父亲李时雨和战友们的讲话我是懵懵懂懂，虽然我连“德国法西斯”的名称都说不全，但我明白德国是和侵略中国杀人放火的日本鬼子是一伙的，现在德国投降了，小日本也就快完蛋了，这是大好事。尤其是他们那群情激昂、喜悦的气氛深深地感染了我。当夜，我辗转反侧彻夜难眠，第二天一早，我便迫不及待地找到哥哥志超和弟弟勇超，得意地把糖果分给他们吃，又神秘地把昨天晚上德国投降的好消息向他们诉说，他们一听也非常高兴，不知利害的我提议道：大人们不能出去游行庆祝，小孩子可以呀！于是我们兄弟三个便决定进行一次庆祝战胜德国的游行。说干就干，弟弟到院子里找了3根细竹枝，我拿出做手工用的彩纸裁了三面三角小旗，哥哥在上面用毛笔写下“抗战到底”、“还我河山”的口号。当写第三个口号时，我抓耳挠腮地说：红军消灭了什么西斯，德国就投降了，可是什​​么西斯？我记不得了。志超说：管他什么西斯，就写“庆祝德国投降”。于是，我们三人举着彩色小旗冲出大门，穿过弄堂，一路上喊着口号，在大西路的马路上，举行了一场由年龄最小——平均约7岁（李志超10岁，李仁超7岁，李勇超5岁），人数最少——三人组成的游行示威；我们的行动吸引了周围人的好奇，很快有十多个附近弄堂里的小朋友（小把戏）跟在我们后面，其中还有一个是邻居小玛丽（她们一家是从德国逃到上海的犹太难民），组成了一支小小的游行队伍。正在我们一行人兴高采烈地向当地的地标性建筑“九层楼”^②前进时，我的外祖母买菜回来正好撞见。她大惊失色，这几个孩子竟敢在光天化日之下，在日本占领的上海举行庆祝战胜德国和抗日的游行，简直是把天捅了一个大窟窿，虽然勇气可嘉，一旦被日伪军警发现后果不堪设想，她立即没收了彩旗，把我们三个抓回家。事后，因为这次擅自行动，我们兄弟几个受到了不同程度的处罚。为了避免日伪军警的追查，父母除了立即对昨晚参加会议的同志发出预警，做了必要的安排，还决定由外祖母带领我们兄弟三人暂时到扬州去避避风头，为了避免路上军警检查，没有坐火车而由高福海同志用汽车把我们送到镇江附近的长江边，雇了一艘小木船过江到扬州。我们在扬州住了大约十天，得知上海没有对此事追查，才返回上海。后来父母决定，以后他们开会活动时，一律由外婆带我们到大门外以玩耍为名站岗放哨，熟人来了迎接领进门，可疑的人闯入，就以小孩打架哭闹报警，这样既防止了孩子



闯祸，又增加了一道安全防线。此事虽然有惊无险，平安度过，但是由于我的无知和莽撞，险些给党的事业和家庭造成无可挽回的损失。现在回想起来还感到有点后怕。但是，我们在那关键的胜利时刻，呼应远在万里之遥的莫斯科进行了庆祝战胜德国法西斯的游行，体现了中苏人民反法西斯的心是连在一起的。果然，三个月后，苏联150万大军在中共东北抗日联军的密切配合下，以摧枯拉朽之势迅速消灭了号称80万的日本关东军，给日本侵略者

致命一击，迫使日寇宣布无条件投降，世界反法西斯战争终于取得最后胜利！七十五年后的今天，回想起来仍感到骄傲和自豪。

注：①李时雨回忆录《敌营十五年》，中国党史出版社2020年第一版。李时雨，1931年加入中国共产党，深潜在汪伪政权和国民党军统十多年。他组织抗日义勇军，经张学良推荐打入国民党西安“剿总”。他以天津高等法院检察官的身份从事地下工作。打入汪伪政府后，深得陈公博的信任和重用，曾五见汪精卫，为党组织获取敌伪方面的重要情报。日本投降后，他又打入军统内部，在戴笠眼皮底下搜集情报。军统怀疑他有共产党嫌疑，投入监牢，严刑逼供，他始终坚贞不屈。后经党组织多方营教于1949年出狱。

②“九层楼”即现在上海延安西路锦江都城经典达华静安寺店。

相 遇

□思考

多年不见的老同事相逢，时常会欣慰地对我说，你跟几年前差不多，没有老啊！于是我们俩兴奋地谈着，渐渐地彼此就问，你的牙齿拔了几颗？你的头发是不是染的？你的老花镜是多少度啦？比来比去，然后大笑说：老了，到底老了。

老原是一件极自然的事。最近几位80多岁高龄老人遛弯聊天，有位老教授说，遇事忙碌，我反觉精神愈佳，习画兴趣亦愈高，心情亦愈愉快，相信自己还可以做很多事。大家听了都感到很欣慰。此教授是我们最敬佩的前辈，教书育人60余年，对教育的贡献是众人皆知的，他那谦虚和和蔼人不倦的态度

以及那白发鬓然的风范给予每一位接触过他的人以无限温暖。

白居易有诗云：“镜中莫叹鬓毛斑，鬓到斑时也自难。多少风流年少客，被风吹上北邙山。”劝世人勿悲老迈，能入老境便是福。西哲阿米尔说：“懂得怎么老下去，是智慧中的重要课题，也是伟大生活艺术中最难的一事。”这最难的一事，是需要潜心体会，而于其中获得无穷乐趣的。

有四句流行的打油诗云：“七十不稀奇，八十多来兮。六十小弟弟，五十睡在摇篮里。”比起另一首：“人生七十古来少，前除幼年后除老。是间已是不多时，还有一半睡着了。”是完全不同的两种心境，一喜一悲，全在个人的领悟了。

清平乐·贺“天问一号”探测器成功登陆火星

□毛祖桓

迢迢银汉，“天问”殷勤探。何惧此行征路远，游子家书未断。

今朝梦想成真，“祝融”安稳着尘。全部中国制造，指挥喜看新人！

注：火星探测器总指挥赫荣伟是北京科技大学矿机（车辆）专业1993级校友，1997年毕业后放弃回辽宁工作的计划，进入中国航天工业总公司（中国航天科技集团有限公司前身）五院529厂工作。从普通的技术员到嫦娥四号探测器系统总指挥，再到火星探测器总指挥，赫荣伟从未停止前进的脚步。

建党百年颂

□郭鸿志

辛亥革命废帝制，反帝反封建帝王。十月革命炮声响，五四运动烈火旺。
半殖半封旧中国，反帝反封建风狂。欧洲幽灵徘徊，南湖画舫诞生党。
共产主义指航向，马列主义来武装。消灭剥削与压迫，领导人民谋解放。
永葆初心敢担当，复兴中华怀梦想。伊始党员几十人，坚定执着追理想。
党员九千一百万，古今中外最大党。高扬共产党宣言，百年奋斗历沧桑。
领导工农闹革命，镰刀铁锤党旗扬。南昌起义举军旗，朱毛红军会井冈。
古田会议指方向，战斗堡垒建连上。党指挥枪里程碑，工农红军忠于党。

武装割据建苏区，燧火燎原烧愈旺。四次反围剿制胜，遵义会议放光芒。
四渡赤水甩老蒋，越大渡河金沙江。雪山草地脚下踩，万水千山无阻挡。
长征两万五千里，抗日八年驱东洋。马列主义中国化，拥戴毛泽东思想。
三大战役如卷席，百万雄师过大江。消灭蒋军八百万，人民翻身得解放。
推翻头上三座山，五星红旗高飘扬。浴血奋战廿八载，开天辟地写锦章。
打败十六国联军，抗美援朝赢漂亮。复兴中华里程碑，雄伟屹立世东方。
一化三改向前闯，自力更生愤图强。两弹一星自研制，改天换地华夏昌。
四化建设为中心，深化改革与开放。跻世第二经济体，翻天覆地奔小康。
邓江胡习俱立说，发展毛泽东思想。廿一世纪新时代，惊天动地富图强。
当代马克思主义，习总思想武装党。高瞻远瞩看未来，洞察规律如指掌。
雄韬伟略驭全局，顶层设计铸辉煌。不忘初心铭使命，四个自信坚信仰。
伟业复兴中国梦，双百蓝图富变强。四个全面坚如钢，五位一体共兴邦。
四个意识两维护，维护核心党中央。一带一路亚投行，近悦远来臻万方。
人类命运共同体，合作共赢利共享。中华崛起焉遏挡，鲲鹏九天扶摇上。
雄心壮志薄昊苍，巨龙腾飞翱翥翔。万米捉鳖潜海洋，九天揽月取月壤。
问天一号巡火星，量子计算机首创。〇七五型两栖舰，三艘全下水试航。
东风十七巨浪三，双航母群镇海疆。北斗系统全开放，打破垄断自研创。
温度一点五亿度，科技领先造太阳。最大射电望远镜，中国天眼世无双。
昊穹独建空间站，发射天和核心舱。八载近亿人脱贫，打赢脱贫攻坚仗。
驻村党员三百万，一千八百人阵亡。新冠病毒肆症狂，白衣天使斗志昂。
众志成城战疴疫，十四亿人严控防。救死扶伤人至上，制度优越树榜样。
产值年逾百万亿，举世唯一正增长。把握新发展阶段，擘画十四五启航。
贯彻新发展理念，推动发展高质量。构建新发展格局，科技创新自立强。
畅通内部大循环，促双循环占市场。加快产业数字化，拓展工业互联网。
创拥数字人民币，金融风险防控降。就业一千一百万，振兴乡村稳产粮。
水净天蓝迎冬奥，绿色低碳控排放。产值年增百分六，调整结构稳增长。
十五年后再翻番，生活美好国更强。待到建国百年时，复兴中华圆梦想。

宋继林老师作品二首

七绝·辛丑满伤悲

三日忧失四楷模，苍天难忍泪婆娑，山摇地动齐声唤，众望来归再拄国！

感经管院庆

管院华诞四十载，历程幕幕映心田。教师干部急抽调，开会办公主楼前。
创建之初“三无”系，资金设备觅寻难。改革开放乘机遇，频办多科培训班。
日夜辛劳积累快，数年获益罐钵尖。生活改善不思量，建设投资最当先。
教学质量求过硬，科研成果举高杆。不忘初心常进步，为国为民再登攀。

军魂艳红

——306 骨科住院有感

□沈澍元

一好主任

骨科主任周大夫，刀技已经走巅峰。杰出英俊九零后，德技双馨封大夫。
有幸为我把刀主，效果显著令人惊。查房真情细询问，以实施治效突出。
扶我迈开第一步，真诚微笑感心灵。尊重生命释大爱，心理疗法爱更濡。
军魂军魄霞光艳，永葆初心子弟兵。长空常有云遮日，封医处处绽光烛。

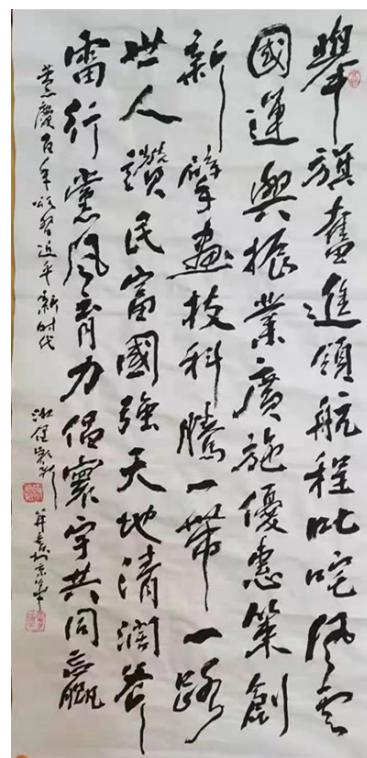
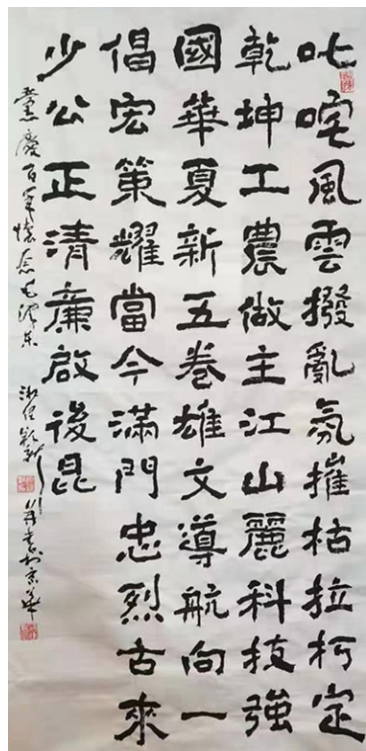
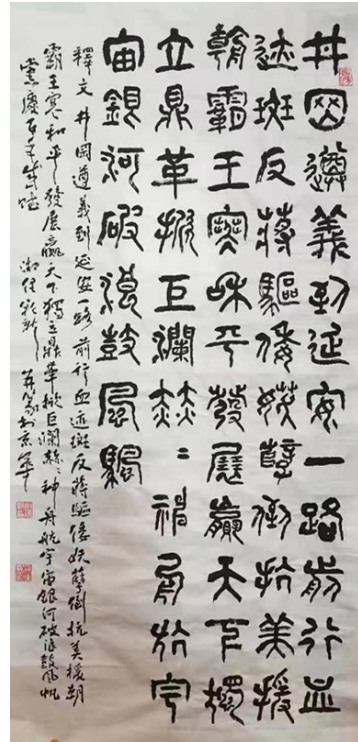
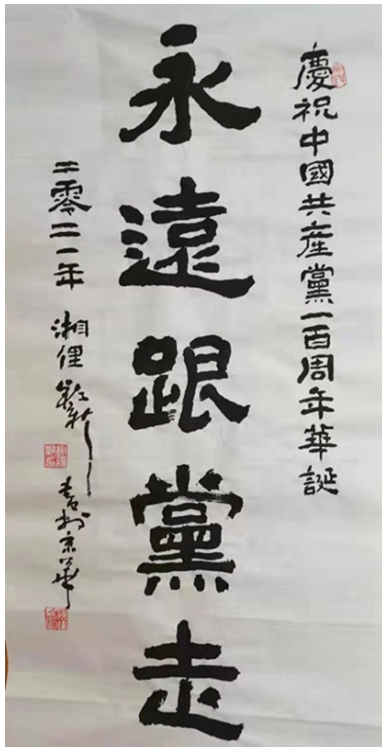
二好医生

三好护士长

工作正如您的名，巍巍昆仑高高擎。每天奶奶唤不停，稚嫩亲切透心灵。
朝气蓬勃一团队，爱岗敬业真英雄。犹如时钟不停转，点滴查验满含情。
住院接触日虽短，却如好友长久情。恰似后浪追前浪，朵朵浪花续奔腾。
解放军啊就是好，人最可爱情义浓。后代茁壮在长大，军魂军魄艳阳红。

四好护士

谢颖新老师作品



金园诗社诗词作品 12 首

百年党庆业绩辉煌翻天覆地，千载梦圆人民幸福饮水思源

李素琴 《七律·建党百年颂》

南湖举帜聚英雄，星火燎原九域明。
历久弥坚开伟业，图强自立展雄风。
改朝换代江山灿，继往开来事业兴。
十秩风华当庆祝，东方霞映满天红。

赵立合 《七律·百年大庆》

山河破碎忆当年，立党兴邦举步艰。
舟荡碧湖风浪涌，旗飘苍岭剑光寒。
抗倭多少云和月，倒蒋几番波与澜。
虎跃龙腾惊世界，神州日月换新天。

李素琴 《江城子·悼念袁隆平院士》

杂交水稻美名扬。不张狂，不彷徨。惠利万民，谷米满粮仓。国士精神昭日月，天有见，世无双。
一朝驾鹤渺茫茫。祭成行，泪翻江。会有来人，禾下坐乘凉。沙漠海滩翻碧浪，阳光灿，稻花香。

高澜庆 《七言绝句四首》

建党百年颂

筑梦神州今百年，前仆后继骨成山。
赢得旷古山河壮，又绘蓝图谱巨篇。

贺天和核心舱进入预定轨道

一箭冲天奔太空，天和主体启征程。
进入建宫新轨道，党逢百诞奠基成。

贺天问一号着陆火星

一次完成“三步走”，祝融着陆火星球。
成功喜讯惊寰宇，万众欢腾庆百周。

揭开美国和平民主的面纱

屠掠中心美利坚，病毒研制戴王冠。
制裁动武夺财富，国内枪杀也领先。

王月 《霜天晓角·登火星庆》

火星探测，一步成功乐。天问祝融无比，着陆准，智能射。
呈辉煌慧硕，显雷霆闪烁。制度势优越美，华崛起，世同贺。

王振声 《七律·老树新歌二首》

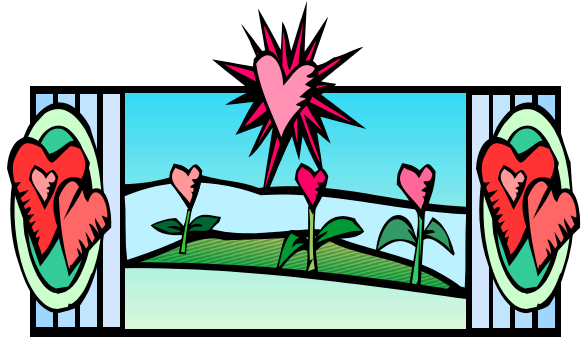
老树凌风腰不弯，挺身砂砾稳如磐，
朝迎曙雀开晨幕，夜送冰轮挂冷岩。
寒降枝繁迎瑞雪，暑蒸叶茂庇金蝉。
皮糙肤裂形神健，意守丹田气自轩。

老树抒怀对百川，坐观沧海变桑田。
云遮雾绕心不乱，风扫霜侵梦亦甘。
阅罢春秋明慧眼，历经坎坷守青峦。
凌空远眺三千里，气定神闲颐永年。

柏士兴 《回文诗·咏炎夏》

炎炎烈日似燔煨，阵阵惊雷伴雨来。
蝉噪喧声繁树盖，鹭鸣自语响塘涯。
泉清涌水涓涓细，月朗昭光烨烨玮。
莲爱钟情真善美，贤良揖拜寄高怀。

怀高寄拜揖良贤，美善真情钟爱莲。
玮烨光昭朗月，细涓涓水涌清泉。
涯塘响语自鸣鹭，盖树繁声喧噪蝉。
来雨伴雷惊阵阵，煨燔似日烈炎炎。



老年人呛咳常致命，如何防止？ 饭前练习两节喉咙体操

能否预知呛咳是长寿的关键？

人类是从喉咙开始衰老的生物。如果食物无法通过喉咙，就会失去吃的乐趣。吞咽能力从四五十岁年龄层，就开始一点一点地衰退，驱动喉咙的肌肉衰退了、连喉咙的反射神经迟钝了，咕嘟吞咽的时机就会出现一些误差。这样的「咕嘟时机误差」，会导致呛到、咳嗽。这是用餐中，食物或饮料快要进入气管而非食道时，身体瞬间察觉危险而反射性地咳嗽，试图把快要进入气管的内容物咳回去。

呛到是最容易看出来的喉咙老化警讯。

四五十岁年龄层的人，几乎没有人会把呛到当成是老化的警讯。因为在这样的年纪都觉得自己还很年轻，即使呛到或咳嗽也不会太在意。但是，继续忽视这样的警讯，经过五年、十年、二十年，吞咽能力会在不知不觉中衰退，很容易误咽。也就是说，喉咙的机能会不经意间慢慢地老化。届时，喉咙的机能处于低下状态，频频引发误咽，情况就严重了。食物进入气管，是与生命相关的重大情事，会大大提高死于窒息或误咽性肺炎的风险。

因此，我们必须提早察觉喉咙的老化，防止机能衰退。

当出现呛到或咳嗽的警讯时，请大家千万要趁年轻，踏上防止喉咙老化的道路，培养出无论到几岁都能顺畅吞咽的喉咙能力。

关键在于喉咙上下移动的肌肉！

吞咽能力降低，也会出现明显的警讯。那就是喉结的位置会往下降。

有很多老年人的喉结位置降得很下，这并不是因为天生就在下面，年轻时都是上面，随着喉咙能力衰退，才慢慢地下降到那样的位置。附带一提，喉结的正式名称是甲状软骨的喉头隆起。女性也具备喉结，只是不像男性那么突出。喉结会下降，是因为吊起喉结的肌肉或肌腱衰退了。

各位在咕嘟吞下食物时，会觉得喉结（喉头）上下移动吧？为了确认，请试着咕嘟吞一口唾液。这个动作的完成，是靠名为喉头上举肌肉群的肌肉，把喉结（喉头）往上拉、往下拉。在喉咙里，是由喉头负责把食物与

空气分开，而喉结就在喉头前面。在气管与食道的分歧点上，有名为会厌的喉咙的盖子。这个盖子在呼吸或发声时会张开，在吞咽食物时会瞬间往下盖，堵住气管的入口，这样食物就不会进入气管。

要关闭这个喉咙的盖子时，喉头会整个往上前方推动。这就是在吞咽食物的同时，用力往上移动把盖子关闭的作用。这时候，就是靠喉结的肌肉——喉头上举肌肉群——把喉头往上拉。每次吞咽食物时，喉结的肌肉都会用力地把喉头往上拉，关上盖子。

但是，随着年纪增长，这个喉结的肌肉会逐渐衰弱。这么一来，不但把喉咙往上拉的能力会减退，喉头的位置也会整个往下降。而且，支撑肌肉的力量会减弱，从外观上也看得出喉结的位置下降了。喉结的位置下降到这种程度，喉咙的盖子就不好关闭，很容易发生误咽。盖子关不紧，饮食物就会从那里产生的缝隙侵入气管，引发误咽。总而言之，误咽这个问题就是源自于喉结周围肌肉的衰退。

当然，引发误咽还有反射的衰退、喉头的知觉降低等其他种种要因。但其中又以喉结肌肉的衰退为最容易引发误咽的主因。

要预防喉咙的机能下降，关键就在于防止喉结肌肉的衰退。也就是说，保护我们的咽下机能的重要关键，在于如何维持喉咙的肌力，以保有使喉结顺畅地上下移动的机能、盖子顺畅地开闭的机能。

喉咙肌肉训练

强化吞咽能力的基础训练——咕嘟训练

首先来说明咕嘟训练，这是强化吞咽能力的最基本训练。通过刺激喉咙的各种伸展运动与体操组合而成，做这些动作，就能全面性提升吞咽能力。活动喉咙的肌肉、脖子的肌肉、脸颊、舌头等各个与吞咽相关的部位，做伸展运动，使各个部位的动作更加灵活，进行整体性的吞咽运动。

在一连串的顺序中，最主要的是「咽下额头体操」与「下巴抬举体操」。这两项都是喉咙肌肉的训练，可以直接锻炼使喉咙上下移动的肌肉（喉头上举肌）。靠手与额头、手与下巴相互推挤，对喉咙周围施力，就能锻炼喉头上举肌。这个训练看起来简单，但每天反复训练，就能确实锻炼喉咙肌肉，所以请确实做到，不要偷懒敷衍。



1 做「咽下额头体操」

这是把手根部贴放在额头上，做手与额头相互推挤的体操。头部的动作是以看着肚脐的姿态用力往下压，手根部的动作是用力往上推，以不输给头部的力量把额头推回去。手掌无法使出全力，所以原则是靠手根部相互推挤。维持相互推挤的状态五秒钟。重复这个动作五到十次。做这个咽下额头体操，在用力相互推挤时，最好能感觉到力量落在喉结附近。这样持之以恒，就能锻炼到喉结的肌肉。如果能边看电视边做、或是入浴时找到时间就做，那就更好了。

2 做「下巴抬举体操」

这是把双手拇指贴放在下巴上，相互推挤的体操。头部的动作是收下巴，把脸朝下往下使力。手部的动作是靠拇指使力，把下巴往上推回去。与上一页的咽下额头体操一样，维持相互推挤的状态五秒钟，重复做五到十次。诀窍是在强力相互推挤时，力量要落在喉结周边。每天重复做，就能锻炼到使喉结上下移动的肌肉。稍有空档时，就趁隙做做吧。

下巴抬举体操（颈部等尺性收缩技法）



每次用餐前或空档时间做五到十次。

（本文摘录自《练喉咙：不想死，就不能让喉咙老化！日本耳鼻喉名医独家传授让喉咙返老还童的「喉咙体操」，每天5分钟，延命10年！》，段凤英老师推荐）

小幽默

鬼斧神工

A：“你的发型可真酷。” B：“那当然，你也不问是谁做的。”

A：“谁呀？” B：“五、六级西北风。”（摘自网络）

学校动态

▲5月17日，教育部组建成立全国普通高校毕业生就业创业指导委员会。北京科技大学校长杨仁树担任全国就指委委员、科技服务行业就指委主任委员，学校担任科技服务行业就业创业指导委员会秘书长单位。

▲5月17日，学校举办贯彻落实习近平总书记重要回信精神一周年座谈会，认真总结学校收到回信一年来取得的突出成果，推动习近平总书记重要回信精神再贯彻再落实。

▲5月20日，北京科技大学脱贫攻坚总结表彰大会暨乡村振兴帮扶工作推进会在教工礼堂隆重举行。邬淑人、吴焕荣、张兴、于海龙、段凤英五位老同志获“北京科技大学脱贫攻坚先进个人”称号，离退休职工党委获“北京科技大学脱贫攻坚先进集体”称号。

▲5月25日，学校召开干部教师大会宣布教育部党组关于学校领导班子换届调整的任免决定。于成文、孙景宏同志任北京科技大学党委常委、副书记，郑安阳同志任北京科技大学副校长、党委委员、常委，张卫冬同志任北京科技大学副校长、党委常委，闫相斌同志任北京科技大学副校长、党委委员、常委，王鲁宁任北京科技大学副校长。因年龄、任期原因，权良柱、王维才、吴爱祥、何民庆、臧勇五位同志不再担任校领导职务。

为您祝寿

天增岁月人增寿，福满乾坤乐满园。在您寿诞之际，衷心祝愿您生日快乐、健康长寿。以下是离退休80岁以下逢五逢十、六月份寿星名单。

张静玲 梁彩英 安孝芹 李亚凤 范小芳 濮亮娟 陈红 李明英
王军 陈望 邹江江 林文兴 储少军

离退休职工简讯

★5月11日—14日，贺中国共产党成立一百周年——“共和国同龄人”曲开宏个人画展在铭德楼多功能厅开展，共展出曲老师个人作品360余幅。

★5月17日，北京科技大学离退休职工党委开展党史学习教育、党员轮训，组织老党员参观霹破石村昌延联合县政府旧址，退休二支部、退休

三支部等九十余名离退休党员和在职支部党员参加本次活动。在昌延联合县政府旧址，党员们了解了抗日战争时期平北根据地第一个联合县政府——昌延联合县政府建立及其抗战历史，随后，在党委书记乔哲的带领下重温了入党誓词。



★5月18日，在中国共产党百年华诞到来之际，为激励广大教育系统老同志抒发爱党爱国的真挚情感，全面展示老同志对党、对祖国、对人民的热爱以及永远跟党走的政治本色，由市委教育工委举办、北京教育老干部活动中心承办的“永远跟党走”系列活动之“百年铸辉煌 永远跟党走”第十四届北京教育系统老同志书法作品展（线上）开展。我校5名10幅书画作品参展，体现了老同志对铭记党的历史、传承革命精神的赤诚和真心。



★5月24日—30日，离退休职工党委开展党史学习教育和党员轮训——80岁以上党员党史竞答活动。

★5月27、28日，“庆祝中国共产党成立100周年”离退休职工健步走活动顺利举行，500多名老同志参加。

★5月31日，北京科技大学离退休职工党委组织支部书记、副书记前往平西情报联络站，开展党史学习教育。

★6月2日，新任命的党委副书记孙景宏出席离退休职工党委中心组理论学习暨党委扩大会（支部书记会），会后与老同志座谈，征求老同志意见建议。



电子投稿邮箱：jinseyuandi@ustb.edu.cn

（离退休职工工作处）