

金色园地

第八期 (总第 142 期)

北京科技大学 离退休职工党委 编
离退休职工工作处

2015 年 11 月 8 日

主编:乔哲 责编:杨燕 制作:高晓森

网址: <http://ltx.ustb.edu.cn>

中国共产党第十八届中央委员会第五次全体会议公报 (节选)

中国共产党第十八届中央委员会第五次全体会议,于 2015 年 10 月 26 日至 29 日在北京举行。全会充分肯定党的十八届四中全会以来中央政治局的工作。全会认为,到二〇二〇年全面建成小康社会,是我们党确定的“两个一百年”奋斗目标的第一个百年奋斗目标。“十三五”时期是全面建成小康社会决胜阶段,“十三五”规划必须紧紧围绕实现这个奋斗目标来制定。

全会提出了全面建成小康社会新的目标要求:经济保持中高速增长,在提高发展平衡性、包容性、可持续性的基础上,到二〇二〇年国内生产总值和城乡居民人均收入比二〇一〇年翻一番,产业迈向中高端水平,消费对经济增长贡献明显加大,户籍人口城镇化率加快提高。农业现代化取得明显进展,人民生活水平和质量普遍提高,我国现行标准下农村贫困人口实现脱贫,贫困县全部摘帽,解决区域性整体贫困。国民素质和社会文明程度显著提高。生态环境质量总体改善。各方面制度更加成熟更加定型,国家治理体系和治理能力现代化取得重大进展。

全会提出,坚持创新发展,必须把创新摆在国家发展全局的核心位置,不断推进理论创新、制度创新、科技创新、文化创新等各方面创新,让创新贯穿党和国家一切工

作,让创新在全社会蔚然成风。必须把发展基点放在创新上,形成促进创新的体制架构,塑造更多依靠创新驱动、更多发挥先发优势的引领型发展。

全会提出,坚持协调发展,必须牢牢把握中国特色社会主义事业总体布局,正确处理发展中的重大关系,重点促进城乡区域协调发展,促进经济社会协调发展,促进新型工业化、信息化、城镇化、农业现代化同步发展,在增强国家硬实力的同时注重提升国家软实力,不断增强发展整体性。增强发展协调性,必须在协调发展中拓宽发展空间,在加强薄弱领域中增强发展后劲。

全会提出,坚持绿色发展,必须坚持节约资源和保护环境的基本国策,坚持可持续发展,坚定走生产发展、生活富裕、生态良好的文明发展道路,加快建设资源节约型、环境友好型社会,形成人与自然和谐发展现代化建设新格局,推进美丽中国建设,为全球生态安全作出新贡献。

全会提出,坚持开放发展,必须顺应我国经济深度融入世界经济的趋势,奉行互利共赢的开放战略,发展更高层次的开放型经济,积极参与全球经济治理和公共产品供给,提高我国在全球经济治理中的制度性话语权,构建广泛的利益共同体。

全会提出,坚持共享发展,必须坚持发展为了人民、发展依靠人民、发展成果由人民共享,作出更有效的制度安排,使全体人民在共建共享发展中有更多获得感,增强发展动力,增进人民团结,朝着共同富裕方向稳步前进。提高教育质量,推动义务教育均衡发展,普及高中阶段教育,逐步分类推进中等职业教育免除学杂费,率先从建档立卡的家庭经济困难学生实施普通高中免除学杂费,实现家庭经济困难学生资助全覆盖。促进人口均衡发展,坚持计划生育的基本国策,完善人口发展战略,全面实施一对夫妇可生育两个孩子政策,积极开展应对人口老龄化行动。

全会号召,全党全国各族人民要更加紧密地团结在以习近平同志为总书记的党中央周围,万众一心,艰苦奋斗,共同夺取全面建成小康社会决胜阶段的伟大胜利!

节选自(共产党员新闻网)



回乡有感

—我看十八大以来的变化

□退休八支部 何柏芝

在北京工作了二十多年，今年终于告别工作岗位退休了。暑假期间，我回到了经常萦绕在脑海中的故乡，我一生从事教育工作，自然而然地对家乡的教育发展，尤其是十八大以来的变化更加关心。

下了火车，眼前的一切是那么熟悉又那么陌生，熟悉的是家乡人的乡音—东北话，陌生的是经常出发又返回的落脚地火车站，已旧貌换新颜色，映入眼帘是一座崭新的城市，幢幢新楼拔地而起，道路宽敞，各种车辆穿梭繁忙。当汽车路过我读书的学校时，我久久注目，老的经典建筑仍在，粉刷一新，诉说着历史的光荣，同时又新添了教学楼与实验楼，每个教室的窗台上都开满了鲜花，室内书声朗朗。听当地人说是十八大以后国家大力发展教育事业，政府又为学校新建的，保证学生们能够充分接受良好的教育。

哥哥来接我，说家里正等着，我们要一起去参加一个“聚会”。我问什么聚会？哥哥说是堂哥的孙子今年考上了大学，要招待亲朋好友，我们也要去祝贺！我和堂哥一家见面的机会很少，这次赶上这样的喜事是一定要去祝贺的。堂哥家住在比较偏远的山沟里，看到我这个从北京远道而来的妹妹，堂哥一家更是兴奋！

酒席桌上，没喝几盅酒，堂哥就打开了话匣子，滔滔不绝的说起了近些年来家乡的变化。他说：我们一家人特别感谢共产党，感谢新一届中央政府。这些年政策好，一家人种地养牛，勤劳致富，正是这样孙子才能安心读书。新一届政府又特别重视教育，从招生到就业的改革都从老百姓的实际出发，力度也很大，大家都非常支持中央的改革。现在孩子考上了大学，就要从山沟里飞出去了到更广阔的世界闯荡，不但家里，全村人都跟着高兴。没有党的富民政策，没有高等教育的改革与发展，我孙子就得在家种地，哪有会上大学。

酒逢知己，哥哥也给我讲起了家乡的变化和自己的感受。哥嫂曾经遭遇“下岗”，当时孩子还在读书，生活艰难，党的十八大以来，中央出台了很多惠民政策，特别是社会保障制度、医疗保险制度等让老百姓受益，哥嫂也都拿到了退休金，生活有了保障。当谈到当今的社会风气，大家都非常感慨，有很多话要说。他们说：习主席不但温和亲民，同时又大力推进改革，中央全面推进依法治国、全面从严治党，反腐败“打老虎”“拍苍蝇”，大快人心。抓“八项规定”树正气，上行下效很管用，连村干部也不敢大吃大喝了。老百姓看到了希望，他们对党充满信心，对“小康社会”充满希望，对美好的“中国梦”充满了期待！

家乡有我儿时的欢乐，有我少年的梦想，离开家乡几十年，山水依然亲切，乡音依然悦耳，尤其是看到十八大以来家乡的变化和亲人们对美好生活的憧憬，我有理由相信：中国梦催开改革花，中国梦拓展中国路，中国梦共鸣世界梦，祖国会越来越美好！家乡的明天会越来越美！

纪念抗日战争胜利 70 周年和 新中国成立 66 周年征文



可恶的汉奸

□崔万兴

汉奸。原指汉民族中的败类。现泛指中华民族中背叛中华民族，投靠外民族或外国侵略者，甘心受其驱使，充当走狗，出卖国家和民族利益，残害人民的人为汉奸。所有的汉奸，全都是中华民族的叛徒，人民的公敌。但叛徒不一

定全是汉奸，因为叛徒是指革命组织或政党成员中，背叛革命投靠敌人或被俘后向敌人自首，出卖组织和同志，破坏革命事业的分子。

什么时候，什么人会变成汉奸。在外民族或外国侵略者大举侵略中国，中华民族面临着被侵略者占领，有亡国灭种的危险之时；在不幸被侵略者逮捕之时；在侵略者威逼利诱，严刑拷打之时；在自己或父母、妻子、儿女面临生死关头之时。那些自私自利之人；意志薄弱之人；为了自己升官发财一时“荣耀”之人；为了得到敌人给一点赏赐之人；为了自己或父母妻子儿女能活命而背叛国家，民族向侵略者投降，甘心受其驱使，充当其走狗，出卖国家民族利益，残害人民的人，就变成汉奸了。

有时民族英雄和汉奸只有一步之遥，就在生死关头见分晓。这并不是说英雄就不爱惜生命，就不爱父母、妻子儿女。也不是说父母不爱儿女，妻子不爱丈夫。而是他们为了国家，民族和人民的生存和发展，宁愿牺牲自己。他们死得其所，他们将永远活在人民心中。史学家司马迁说：“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛。”毛泽东同志说：“为人民利益而死，就比泰山还重；替法西斯卖力，替剥削人民压迫人民的人去死，就比鸿毛还轻。”

汉奸伪政权的建立。在 20 世纪 30 年代，日本国大和民族“天皇”的皇军，大举侵略中国，企图亡我国家，灭我种族。变中国为其独占的殖民地，奴役中国人民，称霸亚洲之时，高声叫唤着：我“大日本帝国”如何如何，其实他也深知，自己是个岛国，小国。不论从国土面积，人口数量，财力物力，资源都不如中国多，所以就制定了“以华制华”“以战养战”的策略，收买亲日派，培植汉奸。1931 年“九一八”事变之后，日本帝国主义就扶植中国清王朝的末代皇帝溥仪，于 1932 年 3 月，在长春成立伪“满洲

国”，溥仪为“执政”后改称皇帝，实为傀儡，充当日本帝国主义殖民统治中国东北三省的走狗。溥仪变成了汉奸。

1935年11月，日本帝国主义，又扶植官僚秦汝耕，在当时的河北省通县成立“冀东防共自治政府”。12月，又成立“冀察政务委员会。”“七七卢沟桥事变”后又先后在察南，晋北，内蒙，北平，南京等地建立起了傀儡政权。

1938年10月，日军占领广州，武汉后，抗日战争进入相持阶段。日本帝国主义将对国民党政府以军事打击为主，政治诱降为辅的方针，改为以政治诱降为主，军事打击为辅。积极策划将其在察南，晋北，内蒙，北平，南京等地的傀儡政权统一起来，便加紧了对国民党中央政府的分化、瓦解、利诱，策动以汪精卫为首的亲日派公开投降日本。（此时，汪精卫是国民党副总裁，国民党中央政治委员会主席，国防最高会议副主席，国民党参政会议长）11月3日，日本首相近卫发表声明，表示如果国民政府“更换人事组织”，参加“新秩序建设”，日方并不予以拒绝。向汪精卫暗示，日方的“扶汪排蒋”方针。20日，汪精卫集团派代表与日本军方代表在上海签订了《日华协议记录》等三个卖国文件。12月18日，汪精卫与曾仲鸣、周佛海、陈公博、高宗武，梅思平、陈碧君等从重庆叛逃到河内。22日，近卫再次发表声明，提出“同新生的中国调整关系的方针”，其内容包括：中国承认伪“满洲国”；签订“日华防共协定”，内蒙古地区为特殊“防共”区；日本有驻兵权；日本人有在中国居住，营业的权利；在华北和内蒙古地区，中国应积极地向日本提供资源开发的便利等。29日，汪精卫以致电国民党中央蒋总裁的方式响应近卫声明，建议国民政府以“善邻友好”、“共同防共”、“经济提携”三原则为根据，与日本政府交换诚意，以期恢复和平。汪精卫还要求中国共产党“彻底抛弃其组织及宣传，并取消边区政府及军队之特殊组织”等。标志着汪精卫一伙的投降日寇，反共，甘当汉奸卖国贼的面目完全暴露，也标志着国民党亲日派和亲英美派公开分裂。在加紧策划建立以汪精卫为首的伪中央政权的同时，继续对重庆国民政府，国民革命军进行诱降。在日本军部的导演下，由汪精卫出面，同南、北方的傀儡头目商谈。于1940年3月拼凑成了统一的伪中央政府“中华民国国民政府”。汪精卫自任行政院长，代理政府主席。把重庆国民政府主席林森列为主席。诱使重庆蒋介石集团前来入伙。一大批国民党的军政要员，接受日本帝国主义的“招抚”，相继到日本和汪伪政权去的人数相当惊人。共计有国民党中央委员20人，高级将领58人，军队50余万。经过几年的经营，到1941年，在华北、华中的日本占领区的伪政权，伪军，警察及各种特务组织普遍地建立起来了。

汉奸的危害。1941年，日本帝国主义为了巩固和扩大占领区，把单纯的军事占领扩大为军事、政治、经济、思想、文化等多方面的殖民统治。日军和汉奸，伪军、伪政权相配合，在华北、华中大规模的推进“治安强化运动”和“清乡运动”。将华北地区

划分为“治安区”（即敌占区）和“准治安区”（即游击区）和“非治安区”（即解放区）三种。

对敌占区，普遍加强汉奸伪政权组织的力量，成立维持会，强化保甲制度，扩大警察特务组织，镇压一切抗日活动；大肆掠夺控制和禁运经济物资，掳掠压榨劳工，将数万名劳工押送到日本去做苦力，抓捕青年妇女做“慰安妇”；加强了对人民的征敛搜刮，将白面大米等送给日军作军粮，给老百姓吃杂合面，六十岁以上的老人连杂合面都不配给。征敛钢铁，铜，锡等金属运往日本造枪炮，制炮弹子弹，运回来屠杀中国人民。掠夺煤炭、铁矿石等矿物资源运往日本，沉入浅海备用；广泛的进行“中日亲善友好”、“经济提携”、“大东亚共荣圈”宣传，在思想上、文化上麻醉，欺骗中国人民。

对游击区，采取“囚笼政策”“蚕食”手段。通过大量的修筑公路网，碉堡群，挖封锁沟，筑封锁墙等。将游击区和抗日根据地的联系隔断，并使汉奸伪组织的统治向根据地的腹地扩展。

对抗日根据地，采取以军事“扫荡”为主。实行毁灭性的打击政策，由突击式的进攻到长期的“清剿”、“驻剿”；由小股兵力的扫荡到集中兵力的“扫荡”（即所谓“牛刀子战术”）由长驱直入的“扫荡”到步步为营的纵深“扫荡”，反复“扫荡”。日本帝国主义实行烧光、抢光、杀光的“三光”政策。疯狂的抢夺老百姓的粮食、牲畜，烧毁房屋，投毒施放细菌弹，集体屠杀，制造无人区，手段之残暴在近代史上罕见。汉奸们在日本鬼子驱使下，以自己是中国人，了解中国的地情，人情，生活习惯，活动规律，为日本鬼子刺探军情，出谋划策，引路前行，残害民众，着实可恶，危害极大。

在艰苦的抗日战争中，涌现出了成千上万的抗日英雄，如东北抗日联军的女战士，在掩护大部队，干部群众撤离后，被日军包围无法突围，宁死不降，集体投江即“八女投江”；赵一曼的英勇就义；晋察冀军区的“狼牙山五壮士”砸枪跳崖，宁死不降的英勇壮举；抗日英雄马本斋的母亲，在日伪军包围村庄，威逼群众说出谁是马本斋的母亲。将群众打得死去活来，当场杀死数人仍守口如瓶。马本斋的母亲见情不忍，挺身而出。敌人对她威逼利诱，叫她写信劝儿子投降。马母痛斥敌人说：“我是中国人，一向不知投降二字。”坚贞不屈，绝食而死。表现了中国共产党领导的抗日军民的高尚品质和中华民族不可征服的英雄气概。但也有个别分子，经不起日本鬼子的严刑拷打，威逼利诱而背叛国家民族，出卖组织，成了汉奸为日寇提供情报。这种汉奸危害更大。东北抗日联军司令杨靖宇同志，就是因为他的第一师师长程斌和警卫排长张秀峰的相继叛变降日成了汉奸出卖了他。因为程斌十分熟悉杨靖宇的战略战术，带着敌人将抗日联军的70余处储蓄给养密营破坏，才使杨靖宇被困，被包围。日本帝国主义也曾以高官厚禄诱他投降，但他坚贞不屈，誓死不降，壮烈牺牲。

由于日军伪军汉奸相配合的“治安强化运动”和“清乡运动”再加上国民党顽固派

掀起的“反共高潮”，制造“皖南事变”，对解放区进行经济封锁等，对抗战造成了严重困难。表现在：到1942年八路军，新四军，由五十万减少到四十万，干部牺牲很大。华北平原部分产粮区，相继丢失，变成游击区，一些抗日民主政权被摧毁，根据地面积缩小，人口由一亿减少到五千万。生产遭到破坏，财政经济状况极端困难。有的地方的军民几乎没有衣穿，没有油吃，没有菜，没有纸，战士没有鞋袜，工作人员冬天没被盖。连毛泽东同志都穿着带补丁的衣裤，和用一块布包着一团棉花堵着窟窿的棉鞋。（冬天，毛泽东同志在窑洞里办公，将两只脚放在炭火盆边上，警卫员进来闻到臭味毛泽东才发觉脚上的一只鞋烤糊了。）困难真是大极了。为了坚持抗战，克服困难，党中央发出“发展经济、保障供给”。“精简节约、生产自救”，开展“大生产运动”“自己动手丰衣足食”的指示。勇敢地进行反“清乡”，反“扫荡”，反“蚕食”除奸肃反斗争，恢复扩大抗日根据地。逐步战胜严重困难局面。并为抗日战争的胜利奠定了物质基础。

汉奸的下场。20世纪30年代，中日之间发生的这场战争是日本帝国主义发动的全面侵略中国的战争，是非正义的。中国人民进行的完全是一场维护自己的国家主权和领土完整，维护中华民族生存和发展条件的，爱国家、爱民族、反侵略求解放的，民族革命的正义战争。正义必胜！和平必胜！人民必胜！中国人民经过十四年艰苦卓绝的斗争，终于将日本帝国主义侵略者驱逐出了中国，赢得了反侵略战争的完全胜利。日本帝国主义夹着尾巴逃跑了。全国人民欢天喜地庆祝胜利。那些投靠日寇甘心受其驱使充当走狗，出卖国家和民族利益，残害人民群众的汉奸们，再也得不到日本鬼子的赏赐了；再也不能仗着日本鬼子耀武扬威张牙舞爪的残害人民了，他们被永远的钉在耻辱柱上，被人民所憎恨、厌恶、唾弃。汉奸们变成了惶惶不可终日的丧家之犬，到处躲藏。头号大汉奸汪精卫死在了日本。溥仪被关进东北抚顺监狱接受人民的审判，有的汉奸改头换面，投靠了国民党蒋介石集团。大部分汉奸被捉拿归案，接受人民的审判。没收其征敛的全部财产，分别处以杀，关，管。罪大恶极民愤极大不杀不足以平民愤者，杀。罪行严重者关进监狱审查改造，罪行一般交代清楚表示悔改者交群众监督管制。

追求个人利益，私心杂念一般人都有，但要有一个限度，这个限度就是，绝对不能为了自己的利益而出卖损害国家，民族和人民的利益。不义之财不可取，不义之事不可为，要把个人利益同国家人民的利益统一起来。没有国家的繁荣富强，哪有个人小家的幸福安康。要牢记：“爱国，敬业，诚信，友善”是社会主义核心价值观中对每个公民的要求。为国家民族增光的事，抢着干；给国家民族丢脸、抹黑的事，坚决不干。做一个堂堂正正，遵纪守法，品德高尚，有尊严的中国人！对每个共产党员来说，都应有坚定的共产主义理想、信仰，都要践行“全心全意为人民服务”的宗旨。对党员干部，习近平同志说：要“严以修身，严以用权，严以律己；谋事要实，创业要实，做人要实”。做一个“心中有党，心中有民，心中有责，心中有戒”，拒腐防变，永不褪色的焦裕禄式的好干部。

永恒的经典

—纪念抗日战争胜利七十周年和谐乐团演唱会

□沈澍元

抗战歌曲的精典，经历时间的雷电、云烟、锤炼，背负着民族的兴亡，刀光利剑，心灵深处沉淀汇成的呐喊，今日一起涌来，心灵的震撼。

首首歌曲背后的故事，感地动天：感受国土沦陷，人民的义愤、流亡、悲惨；感受‘美丽家园’变成‘野兽屠宰场’的仇怨；感受“从敌人刺刀丛中杀回去”去的血性，正气浩然；感受正义之战，抗日烽火熊熊燃烧的烈焰；感受全民凝聚，铜墙铁壁，血与火的淬炼。颂延安，抗日中流砥水柱擎天，重整山河浴火重生的信念。民族千秋颂啊！内心发出致敬礼赞。

礼赞陈景榕教授，以奔腾的热血与歌、乐相连，夕阳彩霞妍；以全身心的投入情系国难，战犹酣；游刃在旋律之林，配音、旋律变幻，使和谐之情、战斗之力凸显；用心领航闪耀着灼灼光辉的乐团。用抗战精神传承历史，是中国梦中瑰丽的环。

参观纪念抗战胜利书画展有感

□滕建国

为庆祝抗日战争胜利70周年，科大职工干部处举办了书画展。老同志们挥毫泼墨，用书法绘画形式来纪念这伟大的日子。

刚进展室，映入眼帘的是对面悬挂着的一幅醒目的人物临摹画：“胜利日举杯”，画面上是一位在抗日战争中失去左臂的中国军人，他紧闭双眼，右手高高地举起满满的一碗酒，脸上写着刚毅和沧桑，军人要用这碗酒来祭奠在14年抗战中牺牲了的3000万同胞的英灵，来庆祝这来之不易的胜利。这幅人物画突出了这次书画展的主题，又给予人们以极大的视觉冲击与启示：中国人风雨百年，如今扬鞭策马回望，中华民族的复兴与国家的繁荣昌盛是在历经磨难的蜕变中前行。胜利、和平需要全民族齐心协力的付出来争取。人物画的线条苍劲有力，从他那紧闭着的双唇可以深刻地体会到心有千千结都付一碗酒，兄弟！举杯！干！

展室中的山水画牡丹图尤为突出，牡丹，花中之魁我们的国花，它历来是祥和富贵的象征。国家战火纷飞、民不聊生，牡丹萎靡不振。牡丹盛开，喜庆自来。胜利之日欣赏老师们那雍容华贵的牡丹图喜上眉梢！

山水画让人赏心悦目，中国的山水画作自隋唐以后从人物画的背景中独立出来，发展至今日，其磅礴之势与浩然正气以及作为时代精神的载体，早已成为中国画中的重要门类。这次的展出正切中主题。

70多年前的中国绿水青山枉自多，又惨遭日本帝国主义铁蹄十四年的践踏，大好河山遍体鳞伤，满目疮痍，国破山河在，消灭倭寇重整河山，靠全中国亿万人民的铁血忠魂！今天书画组的老师饱含深情地在庆祝胜利之日献上他们的得力之作，意义非凡。阳光灿烂山水间，层峦叠翠水涟涟，盛世祥和中国魂，歌声笑语满山川。

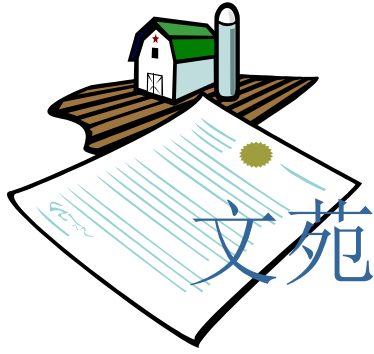
本次书画展的主要部分是与主题相关的书法佳作。老师们各显其能，甲骨文，石鼓

文，真、草、篆、隶等各种书体齐全，更有隶篆、行草、行楷、楷隶等不拘一格的结字形式。书法是中国乃至世界艺术殿堂中的瑰宝，一位久居中国的美国友人说，中国的一切艺术皆为中国书法的延长。有的老师一专多能，各种字体都会写。点横循章法，撇捺皆有韵。甲骨文，石鼓文有风神独具，气骨纵横的古拙。赏此类作品，与古人对话之感油然而生。其伟大功绩在于把人类千万年的历史变迁，哲学思想有序地传承了下来；看，那副草书同样让人浮想联翩，并萌生对当年草书之祖张旭，狂草之王怀素，以及留存至今极其宝贵的《平复帖》作者陆机等大书法家的敬仰之情。能写好草书是许多书法家一生的追求。从每个字的笔画勾连到字与字之间的勾连，能做到恰到好处，需长久的笔耕不辍；所展出的几幅行书尤显功力，行书字体灵动、酣畅、飘逸。由此可以推想，老师们一定不止一次地欣赏过、临摹过晋书圣王羲之天下第一行书《兰亭序》的各种摹本，并奉为之宝；还有各具特色的隶书作品，隶书取碑之雄浑，帖之清逸。蚕头燕尾，婉转圆润，展出的隶书作品确实有汉代大书法家曹全、张迁的遗风；而各种字体的结字写法为多数，这种结字书法汉魏时期便已有之，如今更是广大书法爱好者常用的书写字体，那楷隶结字，既有唐的体势，又有汉的风骨；有的老师的行草书写的如行云流水，自由奔放。那“警醒”二字如雷霆万钧之势，仿佛在告知全世界：中国人早已警醒了；在展出的书法作品中有的篇幅长达二百多字，从第一个字到最后一个字其大小、字体完全一致，仿佛一气呵成，且字字力透纸背，既前后照应又左右逢源，部署得工整匀称，这水平真让人佩服。

书画创作需有水滴石穿，绳锯木断的毅力与坚持，要过的第一关是：都需要有扎实的基本功训练与一定的书画技巧掌握。书画组的老师们多数是从退休后开始捉刀弄笔，如今能拿出个人成熟的书画作品，其背后有着了不起的刻苦钻研，书法学习需无数遍的临摹千百种不同的字帖、拓片，各种不同字体的起笔、行笔、收笔、转笔、折笔等都有不同要求，目的是把汉字写的既合章法又有创新还要体现汉字的美感，又如：画一幅山水画，如何浓墨重彩或轻描淡写，又如何做到虚实结合，疏密有致，主次分明，云雾缭绕的山峦中主峰放到哪里才能更好的体现意境，这些需要千锤百炼才能逐步成熟。

其第二关功夫在书画之外，那就是：从事书画创作的首先应该是一个学者，自觉地接受历史文化深度与广度的熏陶，因为艺术品的价值不完全在于娴熟的技巧，更主要的是体现其深刻的国学内蕴，每位书画的作者头脑里肯定有百首以上的古诗词，且对历史、自然、地理等知识及其千年的文明传承要做到心中有数。知识才是书画创作的源泉，有技巧又有深厚的文化知识做智力支持，加之自己对历史演变、社会进化深刻的感悟与高尚的道德情操以及与时俱进的创作理念、积极的审美取向，这些都基本具备了，即胸有千秋史，掌上百万兵，画家便可以得心应手地对自己心中的千山万壑、自然界生灵及万物的千姿百态，实施布局谋篇任凭驰骋；书法家便可淋漓尽致的挥洒手中的笔墨，让各种汉字体势跃然纸上。所谓读书破万卷，下笔如有神，同样适用于书画创作。

老师们在欢庆胜利的日子里献出了自己最高水平也最能表达自己喜悦心情的作品，其背后有太多的润饰与筛选。书画创作者都有对自己的作品无数次的脱胎换骨的否定之否定的过程，有这种大刀阔斧地取舍精神，才能不畏艰险，披荆斩棘在书画的创作中去幽谷寻兰。



颂十八届五中全会

□ 柏士兴

金秋美如画，硕果喜盈枝。
盛会开新宇，环球仰远思。
胸怀华夏梦，情系庶黎期。
憧憬百花苑，春风得意时。

轻松

□王觉民

人至退休，树到中秋，有果无果，果多果少，已成定局。别再惦记，见人说，到处去找，会自找烦恼。就像一首歌里唱的：是你的跑也跑不了，不是你的，拼命也追不上。应该懂得笑对人生，顺其自然。干好眼前的每一件事，善待身边的每一个人。望天上云卷云舒，看庭前花开花落，去留随意。自己该做什么就做什么，没有必要看别人脸色行事。

反正已经退休，趁着腿脚灵便早点出去走走。想去看个朋友，想回老家走走，想到处的转转，想去出国旅游，不需犹豫不决，不需任何借口。结伴随团，朋友驴友，想去就去，说走就走。

趁着心情还在，找点快乐自由。有点个人爱好，不受任何约束，合理协调安排，时间总是会有的。

反正已经退休，不能放弃追求，趁着阅历丰厚，跟上时代潮流，穿衣讲究舒适，吃饭图个可口。上网拓宽视野，微信加强交流，养花养草养生，吃素戒烟少酒。

反正已经退休，花钱不要太抠，趁着青山还在，早点看破悟透。该花就要舍得，该穿还要讲究，该给你就早给，该留你就留够。儿女自立门户，不必倾其所有。

早点明白，早点享受。人去天堂，钱带不走。

情谊

—与矿 80-1 班同学相聚感怀—

□刘华生

三十六年前，29 名年青人，从祖国的四面八方汇聚到“满井村”的“钢铁摇篮”，在这个熔炉中生活学习、成长淬炼。在这里，师生间、同学间结下了不解的情缘；在这里，扬起了人生光辉里程的风帆；在这里，确立了他（她）们未来奋进的“方向盘”。三十六年后的今天，他们中的 24 名同学（29 人中有 3 人因公务繁忙，难以应约；有 2

人英年早逝，离开人间）继 2014 年（毕业 30 年）在张家界年级聚会之后，今天，再齐聚青岛和科大校园。他们从祖国的大江南北，从北美洲的美国、加拿大，从大洋洲的新西兰，从西欧的英国相约回来了。他们在一起笑谈人生旅途的艰辛辉煌，追忆当年大学四年的励炼。

聚会中，当回忆起在大学的四年里，大家纷纷言道，班主任、老师给予了我们生活上关照，思想上解难，方向上指引，学业上帮教。老师在上课后，晚上还到我们宿舍答疑、查房；毕业前，老师给考研的同学提建议，选导师。有位同学在读本专业时，还对财经类学科有着浓厚的兴趣（那时候高校还不允许攻读双学位），当时老师就鼓励他在学好本专业的同时，要挤时间，苦研修财经类专业的课程。后来这位同学考上了财经方向的研究生，并出国留学，他现在已经成为中央财大的教授、金融研究所所长、国内知名的财经专家；还有一位同学毕业后在校读研，后前往美国攻博，继而在亚利桑那大学任教。然而不幸的是，他突患胰腺癌后便返回国内治疗，同学们想方设法帮他联系就医，并纷纷解囊相助。这种手足之情令我们感动不已，这就是北科培育出的莘莘学子，他（她）们给我们在人生的道路上描绘出了一幅幅精彩动人的画卷。

聚会最后，同学们纷纷表达了对母校、对老师的感谢之情，并表示要更加努力，创新业绩，回报老师，回报母校，回报祖国。在聚会时，我吟诗一首，略表感怀！

“满井”四载结情缘，	忘年之交释怀难。
今朝喜聚“净雅”店，	师生相拥深攀谈。
求实鼎新育心田，	校园攻读勤实践。
曾经旅途多辛艰，	牢记校训互共勉。
顽强拼搏抗风险，	名归业就更思源。
期盼来年相聚时，	园梦共庆在校园。

心暖重阳

□羽佳

岁岁庆重阳，乙未又重阳。
共祝八十寿，笑语欢乐扬。
领导同庆贺，心窝暖洋洋。
贴心服务好，年年都一样。
荣幸谢意归，满脸喜洋洋。

重阳节集体祝寿

□许可

水绿山青又重阳，笑语欢声聚一堂。
赏菊何须东篱下，桃李芳菲有余香。
皓首团拜铭德楼，共祈人寿国运昌。

八十祝寿感怀

□王尚槐 王光雍 夏琦 倪瑞明

九九重阳，金桂飘香。

多功能厅内，一百三十一位八十寿星欢聚一堂。

花儿艳，满屋香，灯如虹，暖心芳，笑声爽，浪飞翔，红火火，亮堂堂，挽起五湖四海的爱，交织成祝愿福寿安康。

我们这一群，拥抱校史成长：求实鼎新是我们的脚步；乐于奉献是我们的信仰；挥洒汗水，辛勤耕耘，桃李遍洒东西大洋；大地、领海、领空谱写美丽篇章。

生命与校园结缘，已是夕阳，仍彩霞辉映。

今日有太多的感动，更珍爱校园的昌盛、霓裳，感受代代传承发扬。

送上深深的祝福，祝愿关爱我们的人*，福如东海，寿比南山，大家共享。

注：校院领导，离退休职工处全体。

细节含情

□沈澍元

一 健步走

健步走，缓缓行，领队之人压阵营，

爱当头，护在行。

人四百，队长龙，团聚牵手喜盈盈。

聊国事，家事评，练腿脚，太阳迎，

互鼓舞，毅力撑，健康理念贯全程。

改下午，便参与，享公平，

近九老人敢出征。

服务型，点滴中，涓涓细节包含情。

二 留影

八十已知秋，影像纪念留。

温馨热土不知愁，春在眉梢头。

人守候，笑迎送，椅上备有梳。

理发丝，整衣衫，瞧看不停眸。

动作轻微微，情含深柔柔，

八十被当老小孩，唯有中国特色有。



修行

越剧《追鱼》的结尾有这么一段对话，观世音问鲤鱼：

“不知你愿大隐还是小隐？”

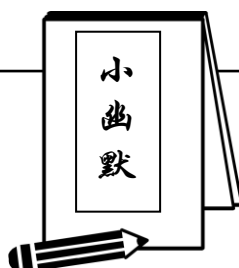
鲤鱼回问：“大隐怎的？小隐何来？”观世音回道：

“大隐拔鱼鳞三片，打入凡间受苦；小隐随吾南海修炼，

五百年后，得道登仙。”听到这一段，内心无比震动，我们都以为随菩萨修行是修行，其实比随菩萨修行级别更高的修行是在人间修行。

确实，人生就是一场修行，活于人间是一场大修行。可能要经历上千亿年的机缘，你才终于可以来人间一趟，可是如果你闭上双眼，合上双耳，不修不行，随波逐流，生命荒芜一片，这该是多么让人伤感的选择。

（摘自《读者》）



真爱就是任性

在民政局结婚登记处门口，碰到两个刚领完证的小青年。

男的很浪漫地对女的说：“老婆，结婚仪式那天，我们就烧掉结婚证，因为只有离婚需要它，我们一辈子不离婚”。

女人很幸福地说：“老公，我爱你。”

看到这恩爱的一幕，我在心里默默地对他们说：“真爱就是任性，以后看你家孩子怎么落户口！”

（摘自《长寿》）



生活百科

巧吃鸡蛋营养高

蛋类是优质蛋白质的最佳来源之一，其中含有 12 种维生素和多种矿物质，少量的 ω -3 脂肪酸，大量的卵磷脂，还有叶黄素、玉米黄素、甜菜碱等很多保健成分。除了胆固醇高点之外，蛋类简直是无可挑剔的食物。

鸡蛋中的脂肪、胆固醇和蛋白质，没有受到氧化之前，原本对人体并没有明显害处。但是，经过不当烹调之后，脂肪、胆固醇氧化，并生成糖化蛋白产物，对人体健康就可能产生潜在影响。特别是在身体的代谢能力下降之后，无法及时处理这些不利成分，很可能会成为致病隐患。

按照氧化程度和受热程度考虑，烹调鸡蛋的方法排名如下：

A 级：蒸煮鸡蛋，而且蛋黄煮得软嫩些；B 级：煮荷包蛋、蛋花汤；C 级：嫩蒸蛋、嫩煎荷包蛋；D 级：炒鸡蛋、老煎荷包蛋、鸡蛋煎饼；E 级：煎蛋饺、煮蛋皮等；F 级：焗蛋黄、各种表面裹蛋液的煎炸食品。

摘自《中国老年》

化解秋愁有良方

一场秋雨一场寒，气温随着雨水的增多开始下降，人的心情似乎也一落千丈，有时看着星星点点的落叶和萧瑟的秋风，心头会无缘无故的悲伤起来。平时活泼开朗的人变得内向，内向的人就更加郁郁寡欢了。大家不禁要问：这究竟是怎么了？

这就是老百姓常说的“秋愁”。您看“愁”这个字，上“秋”下“心”，很明显就是在描述秋天的心态。为什么会有这种心态呢？除了大自然的萧条对人体的影响外，从医学角度来说，秋天的时候，大脑松果体分泌的褪黑激素增多，它会抑制兴奋性的激素，

进而引起情绪的低落，而且有研究发现，低温会使人的新陈代谢处于抑制状态，因此心理学家们称其为“季节性抑郁症”。

无论是忧愁还是抑郁，都是一种负面的情绪。情绪长期低落，郁郁寡欢，会直接影响人的身心健康，不得不防，而用按摩可以缓解秋愁。

双手合十，双掌大鱼际置于膻中穴上，上下擦动，反复摩擦 20~30 次，以胸部有热感为度。然后双手五指并拢，从腋下开始，用手掌摩擦肋部，摩擦到肚脐处，反复十次，直到肋部出现热感。

人体其实就是一个天然的“大药房”，随身携带着能解除烦恼的穴位，如百会，内关，涌泉，神门和太冲穴，都能快速缓解悲苦，愁闷的情绪。

(摘自《长寿》)

给您祝寿

天增岁月人增寿，福满乾坤乐晚年。在您逢五或逢十寿诞即将到来之际，衷心祝愿您生日快乐、健康长寿。以下是十一月份过生日名单，恭请您领取生日礼金：

冯秀珍	张建素	李定一	柴晋梅	汪分田	静乃生	刘通生
孟秀珍	杨福友	齐秀菊	王淑兰	李 珍	颜世公	李波亭
王秀敏	费常荣	邱 路	李慧媛	姜宝才	张振强	张秀林
侯文馨	李淑兰	王桂英	王立海	张鸣秀	顾凤鸣	马慧玲
陈匡德	袁 康	叶煦琳	张景民	施 璇	孙松山	赵国遂
缪惠芳	殷惟杰	王 绪	陈 鹏	朱淑彦	戴绍德	叶锐曾
戚以新	任秀华	高素云	陈家祥	王 彬	张作光	

祝福您寿诞快乐，幸福安康！

离退休职工工作简讯



★10月15日，为了丰富校外离退休老同志的业余生活，离退休职工工作处协助育新小区党支部组织举办了老同志趣味运动会。小区老同志纷纷踊跃参与，共有40多人参加。趣味运动会共有四个项目：灌篮高手、打地靶、保龄球、打羽毛球。

处组织召开新退休同志迎新会，热烈欢迎2015年下半年新退休的教职工。

★10月22日，北京科技大学“高龄老同志重阳节集体祝寿庆典”在铭德楼隆重举行。此次庆典共为213位老寿星集体祝寿，80整岁有131人、85整岁57人、90岁及以上的寿星25人。校党委副书记权良柱、副校长王维才、原单位领导等专程到来为老同志祝寿。



★10月27日，为纪念抗日战争胜利七十周年，我校离退休职工党委组织党员前往中国抗日战争纪念馆和卢沟桥历史遗迹参观学习。



★10月份，我校老年大学新开设的柔力球班和老年瑜伽班正式开课。众多老同志踊跃报名，大家表示柔力球和老年瑜伽是非常好的健身运动，一定坚持学习，强身健体。



电子投稿邮箱：ltx@ustb.edu.cn

(离退休职工工作处)