

S LAOGANBU GONGZUO
HANGHAI

上海老干部工作



2017 8

图文传真



▲ 7月24日，市委常委、宣传部部长董云虎走访看望离休干部王维。

(宣传 供稿)



▲ 日前，市委组织部副部长、老干部局局长方莉萍，徐汇区委书记鲍炳章为徐汇区离退休干部工作委员会揭牌。

(徐汇 供稿)



▲ 7月11日，市委组织部副部长、老干部局局长方莉萍为百岁老红军张建功祝寿。

(闵行 供稿)



▲ 日前，宝山区委书记汪泓向老干部通报区情。

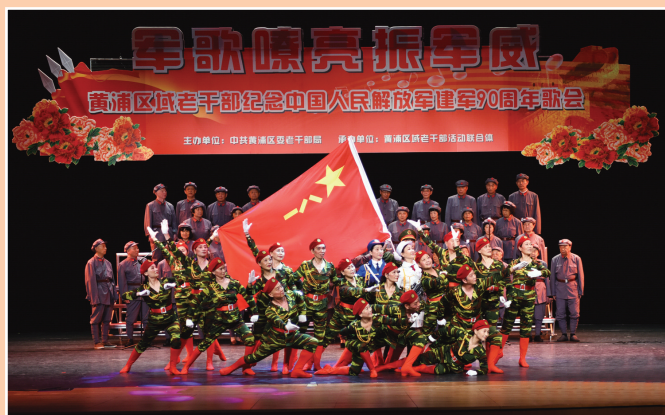
(宝山 供稿)

▼ 日前，杨浦区委副书记、区长谢坚钢向老干部通报工作。

(杨浦 供稿)

▼ 日前，黄浦区举行“军歌嘹亮振军威”纪念建军90周年歌会。

(黄浦 供稿)





同志们，今天，我们在这里隆重地举行沙场阅兵，以庆祝中国人民解放军建军90周年。

90年前，南昌城头一声枪响，宣告中国诞生了中国共产党领导的新型人民军队。90年来，人民军队高举着党的旗帜，脚踏着祖国的大地，背负着民族的希望，浴血奋战，勇往直前，战胜一切敌人，征服一切困难，为中国人民站起来、富起来、强起来建立了不朽的功勋！

历史充分证明：我们的人民军队不愧是听党指挥的英雄军队，不愧是忠心报国的英雄军队，不愧是为中华民族伟大复兴英勇奋斗的英雄军队。我们党为拥有这样的英雄军队感到骄傲和自豪！全国各族人民为拥有这样的英雄军队感到骄傲和自豪！

同志们，安享和平是人民之福，保卫和平是人民军队之责。天下并不太平，和平需要保卫。今天，我们比历史上任何时期都更接近中华民族伟大复兴的目标，比历史上任何时期都更需要建设一支强大的人民军队。我们要深入贯彻党的强军思想，坚定不移走中国特色强军之路，努力实现党在新形势下

的强军目标，把我们这支英雄的人民军队建设成为世界一流军队。

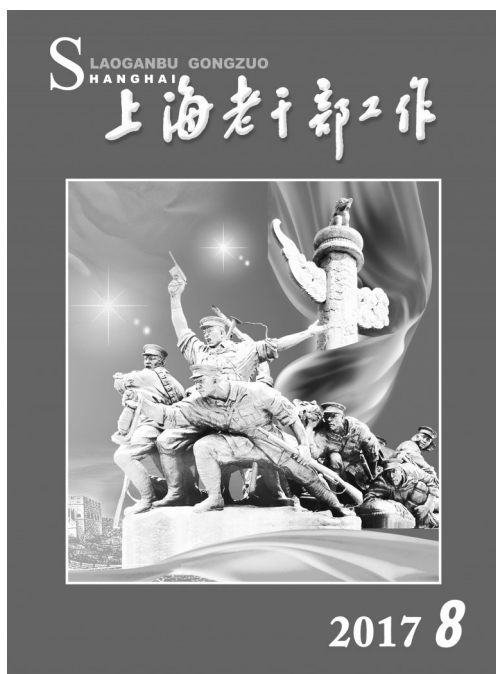
全军将士们！你们要坚定不移坚持党对军队绝对领导的根本原则和制度，永远听党的话、跟党走，党指向哪里、就打到哪里。

全军将士们！你们要坚定不移坚持全心全意为人民服务的根本宗旨，始终同人民站在一起，时刻把人民放在心头，永远做人民子弟兵。

全军将士们！你们要坚定不移坚持战斗力这个唯一的根本的标准，聚焦备战打仗，锻造召之即来、来之能战、战之必胜的精兵劲旅。

全军将士们！你们要坚定不移坚持政治建军、改革强军、科技兴军、依法治军，全面提高国防和军队现代化建设水平。

我坚信，我们的英雄军队有信心、有能力打败一切来犯之敌！我们的英雄军队有信心、有能力维护国家主权、安全、发展利益！我们的英雄军队有信心、有能力谱写强军事事业新篇章，为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦、为维护世界和平作出新的更大的贡献！



编委会主任 方莉萍
编委会副主任 杨飞云 包龙根
龚怡
编委会委员 (以姓氏笔划为序)

王伟伦 王欢平
王玲 刘虾冠
陈慧琴 张家科
范传伟 范剑桥
洪瑞霖 蒋新跃

总编 王玲
副总编 黄泽晖
美术编辑 陈丹凤

主办/中共上海市委老干部局
编辑/《上海老干部工作》编辑部

电子信箱/shlgbgz@126.com

刊期/月刊

地址/上海市岳阳路265号

邮编/200031

传真/(021)64334955

编辑部电话/(021)64312232

64371946×102、237、238

印刷/中共上海市委办公厅文印中心

2017年第8期 总第360期

上海市连续性内部资料准印证(K)第0081号

SHANGHAILAOGANBUGONGZUO

刊首

有信心有能力打败一切来犯之敌

..... 习近平 (1)

本刊专稿

全面做好本市离退休干部工作 (4)

本市老干部工作系统召开局(处)长例会

..... 市委老干部局综合调研处 (9)

认清形势任务 强化责任担当 扎实有效推

进离退休干部党建工作 胡佩艳 (10)

以老干部活动中心为依托 积极推进机关文

化养老工作 市国安局老干部处 (11)

喜迎十九大 奉献正能量

我眼中的城市生活变化 马浩然 (12)

奉献正能量 感悟美好退休生活

..... 松江区委老干部局 (14)

青松不老夕阳红 革命本色永不褪

..... 市级机关工作党委老干部工作部 (16)

工作集锦

中共工委常务副主任闵振环调研长宁区关工

工作 王 赞 (18)

嘉定区关工委成立十年成果丰硕

..... 徐 宏 (18)

浦东新区老同志深入未管所开展结对帮教

..... 浦关办 (18)

普陀区老干部积极参与社会帮教工作

..... 朱丙炜 (18)

SHANGHAILAOGANBUGONGZUO

徐汇区湖南街道举办纪念建军90周年史料展

..... 叶子青 (19)

虹口区老青结对开展网上正能量活动

..... 万俐俐 (19)

杨浦区举行“双先”事迹宣讲会

..... 张 盛 (19)

市老新闻工作者协会开展建军90周年系列活动

..... 劳纪榭 (19)

金秋颂歌

挥弦追梦奏新乐 常延体 马镇兴 (20)

学习之窗

学党章 讲政治 做合格党员

..... 程亚西 (22)

热点聚焦

将军之最 史 红 (23)

本市举行老干部庆祝建军90周年文艺展演

..... (24)

谈天说地

提升生活的品质 洪 敏 (25)

今日点击

老战士和老区的35个孩子 锡 根 (26)

军旅拾趣三则 姜德福 (28)

放牦牛 沈忠辉 (30)

人物专访

黄正岩：百岁老兵的精彩人生

..... 朱亚夫 (32)

韩德彩：将军与书法 浦锡根 (34)

黄福弟：老兵的精彩转身 龚寄托 (36)

陈艺：说到百姓的心坎里 陆 旭 (38)

刘建国：公安老兵的新篇章

..... 闵行区委老干部局 (39)

情满人间

一套绿军装 周汝秦 (40)

源自锅盖的爱好 钱红春 (41)

战友情深 吴万根 (42)

畅游天下

杨尚昆故里 许永强 (43)

知识卡片

可燃冰的前生与来世 (44)

闲情雅趣

歌唱幸福 黄惠民 (46)

激情岁月

夜过侯镇 于庆本 (47)

艺林漫步 朱铁如等 (48)

封面：铁血军魂

封二：图文传真

封三：艺林漫步

封底：山川秀丽

陆根伟 摄



全面做好本市离退休干部工作

——市委老干部局负责人就《关于本市进一步加强和改进
离退休干部工作的实施意见》接受本刊专访

□ 本刊编辑部

2017年5月6日，上海市委办公厅、市人民政府办公厅印发了《关于本市进一步加强和改进离退休干部工作的实施意见》（沪委办发〔2017〕8号，以下简称《实施意见》）。近日，市委老干部局负责人接受本刊专访，就《实施意见》印发和贯彻落实等问题作出解答。





问：《实施意见》出台的背景和意义是什么？

答：2016年1月，中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于进一步加强和改进离退休干部工作的意见》（中办发〔2016〕3号，以下简称《意见》），这是自1982年干部离退休制度建立以来，第一个以中办、国办名义印发的离退休干部工作综合性、纲领性文件。市委、市政府高度重视《意见》的贯彻落实，明确由市委组织部牵头成立了文件起草组，研究制定本市《实施意见》。文件起草组在广泛征求各方意见、与相关部门沟通协商的基础上，完成文件起草工作。

制定《实施意见》是市委、市政府重视加强离退休干部工作的具体体现，是贯彻落实中央《意见》和习近平总书记在全国离退休干部“双先”、老干部工作“双先”表彰大会重要讲话和指示的具体行动，对于加强和改进新形势下上海离退休干部工作，具有重要的指导意义。

问：《实施意见》明确了哪些内容？

答：《实施意见》在总体框架上，共为六个部分18条。第一部分属于总论，明确了做好新形势下离退休干部工作的指导思想和基本原则；第二至第五部分属于分论，明确了工作任务和具体措施，涵盖加强离退休干部思想政治工作、充分发挥离退休干部的独特优势、完善和创新离退休干部服务管理工作、进一步丰富离退休干部精神文化生活等四方面；第六部分明确了相关保障措施。另有《附件》，明确了市有关部门的责任分工。

在遵循和落实中央《意见》的基础上，《实施意见》还增加了“充分发挥离退休干部的独特优势”、“进一步丰富离退休干部精神文化生活”两个部分。主要考虑随着本市广大离退休干部物质保障水平的不断提高，老同志对发挥作用和精神生活的愿望和需求愈发强烈，这两方面工作是今后加强的重点，有必要对工作任务、工作目标和工作方法作详细论述。

问：《实施意见》起草的基本考虑是什么？

答：文件起草主要有以下五个方面的基本考虑：一是对标中央要求，确保《意见》精神在本市得到不折不扣的贯彻落实。二是体现上海特色，充分考虑上海的实际情况和离退休干部的特点。三是坚持问题和需求导向，在总结本市离退休干部工作好的做法和经验的基础上，重点针对当前工作中存在的问题，对新形势下离退休干部工作作出了明确规定和规范。四是兼顾当前和长远，注

重前瞻性，对今后一个时期的离退休干部工作有一个总体思路。五是学习和借鉴兄弟省市离退休干部工作中好的思路和举措。





问：本市加强和改进离退休干部工作的指导思想和基本原则是什么？

答：《实施意见》提出要坚持以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观为指导，深入贯彻习近平总书记系列重要讲话和治国理政新理念新思想新战略，按照党中央和市委关于全面做好离退休干部工作的要求，牢牢把握为党和人民事业增添正能量的价值取向，以充分体现离退休干部特点和优势、更好服务党和国家工作大局为方向，积极稳妥推进离退休干部工作转型发展，激励广大离退休

干部为上海继续当好全国改革开放排头兵、创新发展先行者，加快向具有全球影响力的科技创新中心进军，加快建设“四个中心”和社会主义现代化国际大都市，为全面建成小康社会、实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦贡献智慧和力量。

《实施意见》强调，做好新形势下离退休干部工作要遵循“四个更加注重”的基本原则，即更加注重加强教育引导工作，更加注重发挥离退休干部的独特优势，更加注重做好服务保障工作，更加注重加强对离退休干部工作的领导。

问：《实施意见》的主要特色是什么？

答：《实施意见》强调，把为党和人民事业增添正能量作为老干部工作的价值取向，对坚持不懈在离退休干部中开展以“展示阳光心态、体验美好生活、畅谈发展变化”为主要内容的正能量活动作出明确要求和规定。一是组织引导离退休干部以积极的心态、历史的眼光、辩证的思维，正确看待国家和上海的发展变化，正确看待改革发展中的利益调整，客观分析党风政风和社会风气，正确理解周围的人和事，做心态阳光的模范长辈；通过传承党的优良作风、弘扬优秀传统文化、培育和传承优良家风、关心教育青少年、开展法治宣传、参与社区治理等方式传播正能量；采取多种方式，组织离退休干部讲好中国故事和上海故事，弘扬上海城市精神，传播好声音。二是以离退休干部党组织为重要主体，为离退休干部释放正能量创造有利条件。鼓励离退休干部通过相关程序担任居委委员、党小组长、楼组长和业委会委员、群众活动团队负责人等，引领带动居民群众积极参与居民区治理。三是注重发挥离退休专业技术人才的作用，探索建立离退休专业技术人才信息库，鼓励他们依托高等学校、科研院所、干部院校、各类智库、科技园区、专家服务基地等开展人才培养、科研创新、技术推广、青年创业、科学普及和志愿服务。

问：《实施意见》在加强离退休干部党员教育管理方面有什么要求？

答：一是牢固树立纪律和规矩意识，始终严守政治纪律和政治规矩，严格用党章党规党纪规范自己的言行，在大是大非面前旗帜鲜明、立场坚定；坚决拥护党中央的重大决策部署和方针政策，理解和支持全面深化改革，正确对待利益调整；自觉尊法学法守法用法，做社会主义法治的忠实崇尚者、自觉遵守者、坚定捍卫者；严格遵守党中央和市委关于讲座、论坛、刊登、出版、在企业和社会团体兼职（任职）、继续从业、出国（境）审批、重要情况报告等方面的纪律规定。二是按照有关规定落实“三会一课”、联系群众、情况报告等制度。身体条件允许的离退休干部党员，应当自觉参加集体学习、组织生活。三是各单位党组织要切实抓好组织关系仍保留在原单位的离退休干部党员到居住地党组织联系报到工作；街道党工委、乡镇党委要把到社区报到的离退休干部党员纳入工作范畴。四是离退休干部党员要按照规定交纳党费，有特殊情况的，经党支部同意，党费可以采取灵活的方式交纳。五是加强离退休干部流动党员教育管理。六是健全党内关怀帮扶机制，提倡和鼓励离退休干部党员在党组织内部开展互助关爱、传递温暖活动。七是离退休干部党员不能信仰宗教、不能参加宗教活动，同时要注意把党员参加某些民族风俗活动同信教区别开来。



问：《实施意见》对加强和创新离退休干部党组织建设作出了哪些明确规定？

答：重点从五个方面作出明确规定：一是在落实党建工作责任方面，要求各级党委（党组）要把离退休干部党建纳入本地区本部门党的建设总体布局，加强谋划，精心部署，扎实推进。二是在建立健全党建工作体系方面，明确将离退休干部党建工作纳入全市基层党建工作总体规划、年度工作计划、年终责任制述职评议考核；各级老干部工作部门作为主体责任部门，负责具体指导和组织实施；人力资源社会保障部门根据工作职责，配合做好相关工作。街道党工委、乡镇党委要把社区离退休干部党建工作作为区域化党建的重要内容。明确依托市委、区委老干部局，探索成立市、区离退休干部党工委，负责指导本地区离退休干部党建工作；机关、企事业单位积极探索依托离退休干部工作部门成立离退休干部党委，加强离退休干部党建工作。三是在完善离退休干部党组织设置方面，明确按照有利于教育管理、有利于发挥作用、有利于参加活动的原则，灵活设置党组织。四是在加强离退休干部党组织班子建设方面，明确选配党性强、威信高、身体好、经验丰富、乐于奉献的离退休干部党员任党组织书记。建立离退休干部党组织骨干培训制度，把党组织书记培训纳入各级“班长工程”。五是在建立健全党组织工作经费保障机制方面，明确机关、事业单位列入年度预算，国有企业列入企业预算。加大党费对离退休干部党组织活动的支持力度，适当提高离退休干部党组织收缴党费的下拨比例，给予离退休干部党组织书记适当工作补贴等。六是在“两优一先”评选表彰方面，明确在评选表彰优秀共产党员、优秀党务工作者和先进基层党组织中，适当提高离退休干部党组织和党员比例。

问：《实施意见》对做好离休干部服务管理工作提出了哪些措施？

答：一是强调不断完善离休干部离休费保障机制、医药费保障机制和财政支持机制。逐步提高离休干部离休费和公用经费、特需经费标准。二是进一步整合各类资源，做好离休干部社区高龄养老服务工作。三是根据实际需要，不断完善提高离休干部医疗保障服务水平的有效措施。与此同时，结合实际，对离休干部入住养老机构、保障离休干部护理服务需求、做好易地安置离休干部服务管理工作等提出要求。

问：《实施意见》在加强退休干部服务管理方面提出了哪些措施？

答：《实施意见》强调要坚持统一领导、分工协作、分级负责、分类管理原则，顺应老龄事业发展趋势，坚持社会化服务管理方向，进一步完善退休干部服务管理办法，积极稳妥推进相关工作。一是建立健全基本养老金正常调整机制，进一步完善基本医疗保险制度，逐步推进医药费异地直接结算。二是探索创新服务管理方式。发挥家庭在养老中的基础性作用。统筹利用各类为老服务设施资源，通过政府购买服务、社会优待服务、志愿服务以及社会化、市场化服务等，健全就近学习、就近活动、就近得到关心照顾、就近发挥作用的社区平台，更好满足退休干部的养老服务需求。三是健全完善退休干部困难帮扶机制，加大对特殊困难退休干部帮扶力度。



问：《实施意见》对进一步丰富离退休干部精神文化生活有哪些要求？

答：一是加强离退休干部活动阵地、学习阵地建设。把老干部（老年）活动中心（室）、老干部（老年）大学建设纳入公益类文化事业发展总体规划，纳入公共文化服务体系。二是开展积极健康的精神文化活动。结合重要纪念日、重大庆典，依托离退休干部活动阵地、学习阵地，组织开展主题活动。三是建立健全离退休干部精神文化活动工作机制。把离退休干部文化体育活动纳入地区文化体育工作总体规划，把离退休干部教育列入上海终身教育和老年教育总体规划。

问：《实施意见》对加强离退休干部工作的组织领导提出哪些要求？

答：一是完善离退休干部工作领导制度。建立健全老干部（离退休干部）工作领导小组及其工作机制。全面实行市委、区委老干部局局长兼任同级党委组织部副部长。把离退休干部工作作为各级领导班子和主要领导干部考核的重要内容。二是明确相关部门职责。按照全面做好离退休干部工作的要求，组织、离退休干部工作、人力资源社会保障、财政、民政、卫生计生以及宣传、教育、文化、体育等部门要立足各自职能职责分工，各负其责，相互配合，合力推进。有关部门在研究制定涉及离退休干部的政策时，要事先征求组织部门和离退休干部工作部门的意见建议。三是加强离退休干部工作队伍建设。严把入口、畅通出口，选好配强工作力量。街道乡镇要根据离退休干部工作任务的新要求，配备从事社区离退休干部工作的专（兼）职人员。四是加大离退休干部工作宣传。充分利用传统媒体、新兴媒体等多种渠道，加强离退休干部工作部门主管主办的报刊、网站建设，在全社会营造尊重关心离退休干部、重视支持离退休干部工作的良好舆论氛围。

问：最后，请您谈谈对贯彻落实《实施意见》有什么具体部署？

答：本市《实施意见》是上海贯彻落实中央《意见》的一个综合性、纲领性文件，是市委、市政府立足上海经济社会发展大局，对新形势下离退休干部工作作出的长远谋划和部署。抓好中央《意见》和本市《实施意见》的学习宣传和贯彻落实，是当前和今后一个时期本市各级党委、政府特别是各级组织部门、离退休干部工作部门的一项重要任务。为此，市委还明确了贯彻落实《实施意见》的责任分工，确定了27项具体任务。

下一步，我们将重点做好三个方面的工作：一是抓好学习理解，凝聚思想共识。采取专题培训、工作研讨等方式，组织老干部工作部门和老同志全面学习领会、准确把握文件精神，真正把思想统一到中央和市委决策部署上来，切实增强贯彻执行自觉性。二是制定配套措施，抓好工作落实。坚持分类指导、分类管理、因地制宜的原则，会同相关部门研究制定有关配套措施，推进各区、大口党委研究制定实施细则。三是加强督查检查，确保取得实效。通过专项督查、调研检查等方式，及时发现研究文件贯彻执行中出现的新情况新问题，及时跟踪督促文件贯彻执行情况，层层抓好落实，促进文件精神尽快落地见效。





沪委办发〔2017〕8号文件专题培训

本市老干部工作系统召开局(处)长例会

工作总结部署和学习考察

□ 市委老干部局综合调研处

7月18-19日,市委老干部局在上海汽车工业活动中心举办《实施意见》专题培训班暨2017年第二季度全市老干部工作系统局处长例会。市委组织部副部长、老干部局局长方莉萍出席会议,并对《关于本市进一步加强和改进离退休干部工作的实施意见》(沪委办发〔2017〕8号文件)进行专题解读,对全市老干部工作进行总结部署。市委老干部局副局长杨飞云、包龙根、龚怡,副巡视员王伟伦出席会议。

方莉萍在讲话中指出,上半年全市在学习贯彻中央、市委对新形势下老干部工作的有关精神要求,在离退休干部为党和人民事业增添正能量活动,在离退休干部党建工作推进,在加强离退休干部服务管理和探索社区退休干部工作,在离退休干部活动和学习工作,在加强老干部工作部门自身建设等六方面,取得显著成效。各级老干部工作部门牢牢把握稳中求进工作主基调,紧抓重点任务落地,时间过半,完成任务过半;坚持问题导

向、需求导向,敢于破冰前行,工作创新力度不断加强;发扬求真务实好作风,深入基层调研,工作推进接地气、聚人气。

方莉萍强调,下半年要着重抓好六方面工作。一是以开展自查和督查为抓手,推动中办发〔2016〕3号文件的贯彻落实。要树立“没有督查就没有落实,没有督查就没有深化”的工作理念,切实通过督促检查有效推动本市老干部工作有新的发展和推进。二是以喜迎十九大胜利召开为契机,组织离退休干部开展好正能量主题活动。要持续办好老干部形势报告会和读书班,为老同志深入学习党的十九大和市第十一次党代会精神创造有利条件。要抓好关键环节和重点工作,确保“畅谈十八大以来变化、展望十九大胜利召开”正能量主题活动取得实效。要注重挖掘选树先进典型,善于归纳提炼工作规律,为持续深入开展正能量活动提供理论指导。三是以贯彻全面从严治党要求为遵循,加强和创新离退休

干部党建工作。要继续抓实抓好离退休干部党建工作体系的健全完善。要科学把握抓好离退休干部党建工作方式方法。要融入上海城市基层党建,探索推进社区离退休干部党建工作。四是以提升离休干部幸福感满意度为导向,努力为离休干部办实事解难事。五是以提高离退休干部文化养老工作水平为目标,大力加强老干部活动、学习阵地建设。六是以激发干事创业的责任感和使命感为动力,大力加强老干部工作队伍建设。

各区、大口党委、部分中央在沪单位党委老干部工作部门负责同志、市委老干部局各处室及局属事业单位负责人出席会议。会议特邀市委宣传部原副部长陈东和市民政局老龄工作处处长陈跃斌,分别就《学习习近平总书记重要讲话精神 提升城市文化软实力》和《上海老龄事业发展的现状与未来》主题,作专题讲座。与会人员还学习考察了嘉定新城(马陆镇)希望社区邻里中心和嘉定区第一社会福利院。



认清形势任务

强化责任担当



扎实有效推进离退休干部党建工作

——在上海宣传系统离退休干部党建工作专题会上的讲话

□ 市委宣传部副部长 胡佩艳

一、深入学习领会中央市委有关文件精神，强化做好离退休干部党建工作使命感

坚决贯彻执行中央和市委文件精神，进一步提高做好离退休干部党建工作的认识，进一步明确做好离退休干部党建工作的任务，进一步增强做好离退休干部党建工作的信心，建立健全离退休干部党建工作体系，确保党的领导在新时期离退休干部党的建设中得到充分体现和切实加强。

二、认真做好离退休干部党建试点工作，扎实有效推进离退休干部党的建设

1、提高思想认识，确立工作方向。充分认识新形势下做好离退休干部党建工作的重要性、艰巨性和长期性，增强光荣感、责任感和使命感；牢牢把握为党和人民的事业增添正能量的价值取向，以充分发挥离退休干部特点和优势、更好服务于党和国家工作大局为方向；很好地利用社会资源、单位优势和老同志的专长，充分体现时代特征、离退休特色和单位特点。

2、加强组织建设，健全工作体系。按照有利于教育管理、有利于发挥作用、有利于参加活动的原则，灵活合理设置和及时调整充实离退休干部党组织，选好支部书记，配齐配好班子力量，建立有效的离退休党建工作体系。

3、明确工作原则，细化具体要求。面对新形势、新任务、新要求，找准定位，精

准施策，精细服务，实施形式上多样化、管理上科学化；加强督查机制，加大支书培养，加紧人财物落实，加快建立台账，助推精细管理。

4、加强思想建设，发挥党员作用。积极引导离退休党支部加强对离退休党员的思想教育，鼓励支持离退休党员充分发挥专业特长和经验优势，为上海文化大发展大繁荣作出新贡献。

5、加强制度建设，实行规范管理。各级党组织要加强领导，强化指导，注重引导，从实际情况出发，适应形势的发展，顺应老同志的需求，建立健全各项行之有效的制度，形成重实际、讲实用、求实效的长效机制。

三、深化“两学一做”学习教育，深入推进正能量活动，迎接十九大胜利召开

我们一定要把中央《关于推进“两学一做”学习教育常态化制度化的意见》精神，贯彻落实到离退休干部党建工作之中，要将“两学一做”学习教育融入于党建工作新常态，要用“两学一做”来助推离退休干部党建工作。要引导老干部，自觉在思想上政治上行动上与以习近平同志为核心的党中央保持高度一致，珍惜光荣历史，不忘革命初心，永葆政治本色，做全面从严治党的坚定支持者和模范执行者。

我们要很好地把发挥正能量活动与“两学一做”学习教育有机结合起来，努力引导老同志把智慧和力量凝聚到推动各项事业发展上来，继续讲好中国故事、弘扬中国精神、传播好中国声音。

(本刊有删节)



市国安局以局老干部活动中心为平台,积极探索构建具有本机关特色的“老有所教、老有所学、老有所乐、老有所为”的文化养老新形态。

一、加强文化养老软硬件建设

我局老干部活动中心自2008年即被评为“上海市示范老干部活动中心”。我们注重老干部工作职能部门干部、基层单位老干部工作者和离退休干部各兴趣组(团)队负责人队伍的建设。一方面引导这三支队伍树立文化养老的新理念,自觉转变服务观念,不断深化服务内涵。另一方面,注重提升队伍综合素质。另外,修订完善老干部活动中心内部管理制度,探索推进文化养老的新途径新办法,形成良好运行机制。

二、搭建和完善文化养老平台

1、完善知识学习和教育宣传平台。老干部活动中心是全局离退休干部集中学习的场所。几年来,我们利用现有的多功能厅等设施,加强对老同志的政治理论教育、形势政策教育、法纪教育和健康养生知识的普及推广。利用现有资源和设施设备帮助老同志更新知识。注重加强老干部活动中心的文化环境营造,大力选树离退休干部在文化养老方面的优秀典型,持续开展



以老干部活动中心为依托 积极推进机关文化养老工作

□ 市国安局老干部处

“银龄达人”评选等活动,这些项目已成为文化养老的重要品牌和内容。

2、完善文化娱乐和沟通交流平台。局老干部活动中心也是全局离退休干部固定的文化活动场所。几年来,我们利用重大节日,组织老同志参与文艺汇演,开展书画、摄影图片展览,让老同志展示才艺和风采。同时,开展丰富多彩的文体活动。几年来,我们加大对外合作,参与联谊交流活动等等。注重在学习活动中形成离退休干部文化养老若干品牌,并以品牌项目带动文化养老的一般项目。

3、搭建展示风采和发挥作用平台。我们以老干部活动中心为依托,引导离退休干部发扬“离休不离岗、退休不褪色”的精神,参与“老有所为”活动,以“展示阳光心态、体验美好生活、畅谈发展变化”为主要内容开展为党和人民的事业增添正能量活动。我们积极组织老同志参与“争当六大

员”活动,鼓励离退休老同志担任居委会委员、党建联络员、党小组长、楼组长和业委会委员、群众活动团队负责人等等,引导他们走进社区、走进学校,走进区域联合体成员单位,发挥引领和示范作用。

三、拓展文化养老的资源和内容

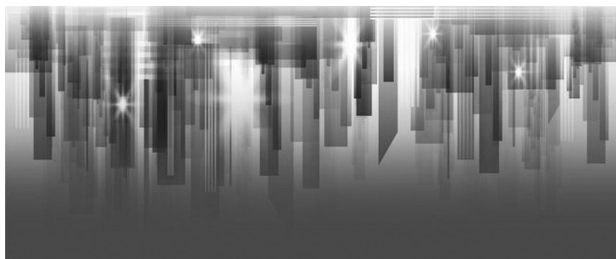
1、加大和市、区老干部大学文化养老合作力度。几年来,我们保持和市老干部大学的良好合作关系;积极引导老同志利用好地区老干部大学的优势;同时借助国家老年开放大学数字化学习资源优势,探索建立老同志终身学习的平台。

2、加大和地区文化养老共享力度。我们在盘活、用好我局现有各类资源的同时,实现从“内循环”到“外循环”的转变。努力铺设“四网”:先后建立了各大二、三级医院网络、各社区地段医院家床科网络、社区老干部工作者网络和徐汇区域联合体成员单位网络。



我眼中的城市生活变化

□ 马浩然



党的十八大以来，我国大力实施“网络强国”、“国家大数据”和“互联网+”行动计划，五年间，互联网已深度融入经济社会发展，融入百姓日常生活。作为一名退休人员，我有幸搭上现代高科技发展末班车，成为互联网世界的“老顽童”，亲身经历着五年间城市生活的巨大变化。

新型的社交

五年前与人联系大都用电话，如今已有超过50%的人使用微信。微信已成为新型的社交方式和社交场所。打开手机看微信已成为每天开门第八件事。“一机轻握在手，天堑变通途”：微信成了我的“顺风耳”，穿越千山万水，随时能与亲人朋友互通音讯；微信成了我的“千里眼”，五洲四

海，万千气象都展示在眼前；微信成了我的“收发报机”，与诸多朋友天天见面，时时交谈，进行全天候的情感交流和心灵沟通。

去年初，我的九旬家母仙逝，在思母、忆母、爱母和颂母情感的推动下，我用“美篇”制作了《忆慈母徐嫣春》微作品，并于母亲节那天，通过微信转发，意想不到的是：点击率竟然达到1923次，其中200余人次点赞、点评。可见，新媒体的传播力度和互动效应是传统纸质媒体所无法比拟的！

“闪光”的平台

在我加入的微信聊天群中，不少已成为“闪光”的平台。我们通过群聊，即时传播时事热点、国内外要闻、道德修养、保健养生、运动锻炼、兴趣爱好、文化娱乐、家庭和谐以及人生感悟等等话题，宣传党的主张，展示阳光心态，体验美好生活，畅谈发展变化，积极传递正能量。如普陀区老干部局“晚晴诗社”微信群，2016年，17位诗友紧紧围绕“建党95周年”、“长征胜利80周年”和普陀区“同心家园建设”等主题，在群里常晒诗，及时发布创作的新诗，与群友共享；常评诗，热心点评群友诗作，相互切磋；常论诗，交流创作体会，分享经验。

全年共发表原创诗词250余首，其中有30余首刊登在《新普陀报》上，并在上海市委老干部“庆祝建党95周年诗词创作比赛”中独占鳌头，荣获2个一等奖，2个二等奖，4个优秀作品奖。又如上海海运离退休干部的“三五成群”微信群（94人），有的同志每天坚持把主流媒体报道的国家政治、经济等大事转发到微信群，有的老领导经常筛选出网上的好文章，链接到微信群，与群友分享，还有热爱旅游和擅长摄影的老同事，所到之处都会拍下祖国大自然的美景



和异国风光，及时通过微信群，让大家共赏，同创绿色和谐的网络环境。中远海运（上海）公司还搭建了“海运老干部之家”微信公众平台，为离退休干部发挥余热提供舞台。我撰写的《入党的那一天》等两篇文章，曾有幸被推介上网。

便携的出行

五年间，我日常出行的方式也发生了很大的变化。每每外出，我先用“百度地图”，查询、选择最佳线路；然后用“公交实时到站”确定出门时间；公交车到站后，根据需要，或用“优步”打车，或骑上一辆“摩拜”单车，或按“百度地图”导航步行，哼着小曲优哉游哉地到达目的地。以前妻子总埋怨我是路盲，现在我再也不用担心方向感不强，找不到路了，妻子也改赞我为“识途老马”了。

轻松的网购

随着网络经济快速发展，网购已不是年轻人专属，手持智能手机，随时随地进行网购的中老年顾客已是屡见不鲜。我开通了网上银行，学习、掌握“支付宝”、“微信支付”等的使用功能，并在“京东”、“1号店”和“天猫”等网站注册了账号，从了解网站、尝试网购、体验服务到货比三家，逐步进入角色，也成了网购大军中的一员。如今家用电器、服装鞋帽、油盐酱醋等等，基本上都能在网站上购置到。

去年，我家需要添置两个古典实木圆凳。上海商铺虽多，但要找到理想的物品可不容易。我和妻子跑了多家商店，都没有找到。最后还是在网站上，寻觅到了相匹配的款式，且价廉物美，快递送货也很及时。我还在微信上注册了“付费通”，动动手指，水、电、煤气以及手机充值等等，分分秒秒搞定，尽情享受“指尖上的快乐”！

愉悦的旅游

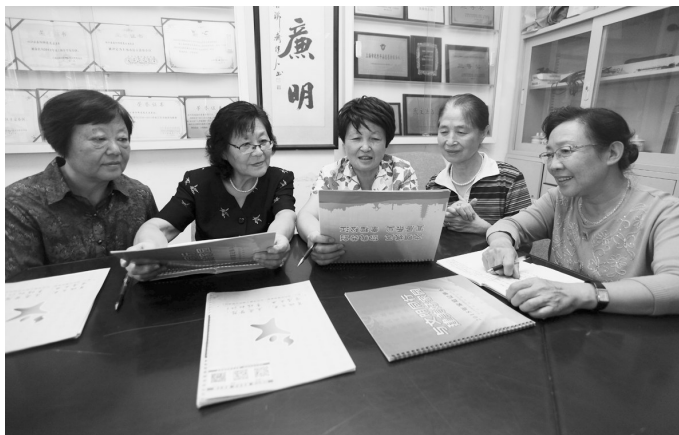
这几年由于融入了互联网，我和妻子外出旅游明显感到了轻松和愉悦。出行前，我上网通过照片、文字和视频，先将景点“模拟旅游”一遍，并参照网上他人的经验，拟订好详细的景点攻略；然后登录“携程网”预订好往返机票（火车票）和酒店旅馆；路途中，边观赏车窗外的风景，边上网观看影视剧或收听音乐，有效缓解了妻子严重晕车的症状，路途的时间也不显得长了；一到景点，因事先做好了“功课”，我们就能精准地将特色之处游玩到位，并有充裕时间，玩玩手机摄影，我和妻子互拍互乐，相互切磋。走过美景，手机一举，及时记录下美好时光。如夫妻合影，我们不用“自拍神器”，根据积累的经验，同样也能拍出满意的照片。拍好的照片马上可以通过微信转发，及时与亲人、朋友分享；每次旅游归来，我都要在电脑中建立电子相片文档，并通过电脑屏幕循环播放，妻子则坐在我的身旁，兴奋地对每张照片进行点评。

每次我们都要精选出几张满意的相片，储存手机，时时欣赏，每逢此刻，旅游给我们带来的愉悦感就会延伸，“互联网+旅游”也催化了老年夫妻感情的升温。此外，我还上网挂号、阅读、浏览、下象棋等等，在五彩斑斓的互联网世界里“遨游”，尽情享受“互联网+”给退休生活带来的精彩。

通过以上亲身经历的回顾，我深深地感受到：五年前，习近平同志当选为中共中央总书记时，郑重地宣告：“人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。”五年间，随着党和国家“网络强国”战略的实施、“互联网+”行动计划的推进，互联网发展的硕果，已改善了民生福祉，提高了生活质量，让城市生活发生了翻天覆地的变迁，也让我在美妙的网络世界中，尽情地享受着美好的退休生活，倍感幸福！

奉献正能量 感悟美好退休生活

□ 松江区委老干部局



2001年，方红从小学退休后，受区政府安排与其他退休同志一起参与创办松江区老年大学。当时老年教育对松江区来讲，是一门新的项目，课程设置，师资队伍建设，老年学员的学习兴趣和需求，都需要摸索和思考。方红不辞辛劳，努力工作，充分发挥创造力和智慧。2006年松江区老年大学被评为上海市示范性老年大学，成为松江老年人学习的新殿堂。

当好一名关工委讲师团成员

学校是立德树人的主渠道，社区教育是学校教育的延伸，作为岳阳街道关心下一代工作委员会讲师团成员，这几年，方红始终没有远离学校、老师、家长和学生，学校和社区始终是她发挥余热的平台。为了提升青年教师队伍建设，区教育局关工委多次邀请方红为青年教师开展培训讲座，与民工随迁学校青年教师结对子，从

教育理念到教学实践，一对一进行帮助指导。每逢寒暑假，社区都会为中小學生安排社区教育活动，方红都积极参与，同局关工委一道，将讲师团成员上课菜单传递到各乡镇、居委会，了解教育需求，方红都会身体力行，精心备课、上好每一堂课。

办好一份《松江乡音》报刊

方红是松江区台联会的理事，担任《松江乡音》报

刊的主编工作。她通过走访老台属，采访台资企业，了解企业文化，收集当地文化发展精粹，使报刊内容丰富多彩，成为松江区台联会的文化品牌。同时方红还担任岳阳街道台联小组负责人，她认真制订当年学习、活动计划，组织老台属积极参加区统战部举办两岸形势报告会和各类学习活动，坚持“九二共识”，反对台独。

做一名快乐的志愿者
退休以后，从单位人转

为社会人，角色随之而变。方红投身区妇联美丽家园讲师团、知心大姐工作室、岳阳街道市民巡访团等多项社会志愿工作。方红主动参与社区志愿活动的缘由，还要从一本记事本说起。2015年，区文明办与区妇联以创建上海市文明城区为契机，赠送每户家庭一本《与文明同行，建美丽家庭美德》记事本，倡议每个家庭将自己家庭所做的每一件好事记录下来，传承好家训、好家风，构建和谐社区。方红收到记事本后，她期盼身边更

多人能在记事本上留下自己的笔迹，经过思考酝酿，方红毅然向居委会党支部提出在小区内成立“家庭记事本推进小组”。

常言道，“一枝独秀不是春，百花齐放春满园”，在居委会的支持下，方红带领一部分居民组建“家庭记事本推进小组”。组员们热情交流，互相激励，在居民会上，在青少年课堂上，在党员学习会上畅谈好家风、好家训小故事。

退休后忙碌而充实的志愿者生活，让方红感慨良



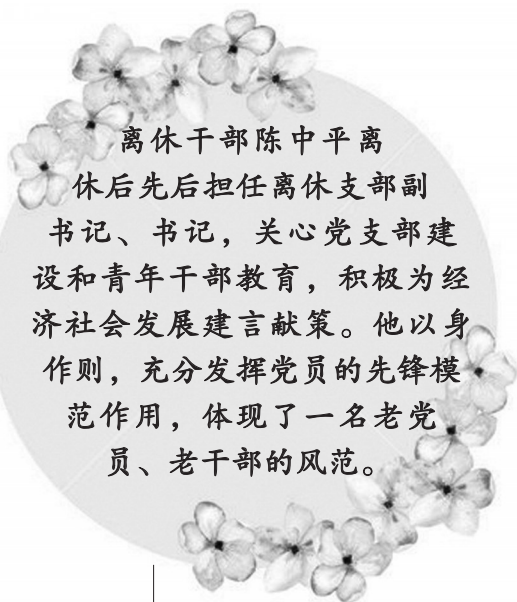
多：“家和万事兴，心齐国安宁。在新的形势下，要不断探索家庭建设的新途径、新方法，培育家庭美德，打造家庭文化，构建和谐社会是大家共同的目标。”



青松不老夕阳红 革命本色永不褪

——记市工商局机关离休干部陈中平

□ 市级机关工作党委老干部工作部



他是离休支部的好书记

陈中平担任市工商局机关离休干部党支部书记以来，始终带领老干部在思想上、政治上与党中央保持高度一致。作为支部书记，陈中平十分注重提高理论素养，对自身的学习抓得很紧。为了多学一点，学得早一点、学得好一点，他订阅了大量报刊杂志，认真自学，做好摘记；他腿脚不便，还经常到市、社区参加各类时事形势辅导报告会听讲，拓展自己的视野，增加信息量，使自己的思想能跟上时代的发展。担任支部书记六年间，为确保支部学习质量，他每年年初亲自起草计划，使学习有主题，讨论有提纲，始终关注国家大事，关心民生。每当参加了市工商局召开的重要会议，他都及时向支部党员传达会议精神。平时注重对中央重要文件的学习研读，深刻领会精神实质，并在支部学习和组织生活会上带头谈体会，引导老干部加深对中央有关精神的认识和理解。

陈中平充分发挥支部一班人的作用，定期与支委会成员沟通，研究支部工作。如在“两学一做”活动中，他与支委成员共同商量，按照市局部署，结合市委老干部局要求，认真制定学习计划，开展支部学习和组织生活会，支委成员对照职能职责，进行党





性分析，查摆在思想、组织、作风、纪律等方面存在的问题，严肃认真开展批评与自我批评，针对薄弱环节提出整改措施，取得良好效果。



他是关心青年的好前辈

陈中平带头弘扬正气，热情做好关心下一代的工作。近年来，在各类讲座交流上，他多次应邀为青年讲课，内容丰富、语言生动，受到热烈欢迎。围绕“迎七一”主题，陈中平为团员青年们开展了“坚定理想信念，深刻认识中国特色社会主义的历史逻辑”的党史知识讲座。

2016年，市工商局机关离休党支部与人事处党支部联合开展了迎“七一”暨“两学一做”主题教育活动。活动中，离休党支部书记陈中平以“重温入党时刻，做合格党员”为主题，围绕“四讲四有”合格党员的标准，从坚定理想信念、增强党性修养、遵守政治纪律、加强组织观念等方面教育引导大家尊崇党章、遵守党规，切实成为一名“讲政治、有信念”、“讲规矩、有纪律”、“讲道德、有品行”、“讲奉献、有作为”的合格党员，帮助青年干部树立正确的人生观、价值观和道德观。陈中平以自己的实际行动诠释了一名老共产党员对党无限忠诚、对党的事业高度负责的精神，在年轻干部中起到了良好的示范作用。



他是无私奉献的好党员

陈中平积极参加单位、社区组织的各种社会活动和公益活动，切实争当党的政策的宣传员、社会道德的示范员、和谐社会的促进员、教育青年的辅导员、社会风气的监督员、社区文化的倡导员。每年，单位都会收到陈老所在社区居委会寄来的感谢信和表扬信，肯定其在社区党建和社区建设中发挥的作用。陈中平还十分注重在老同志当中开展思想上的互帮互助，支部有14名党员，他通过电话访谈等形式，及时了解掌握党员的思想动态和要求。针对个别老同志和家属的思想问题，他主动做好思想工作，并热心为支部党员化解矛盾、排忧解难，赢得老同志们的一致好评。

陈中平热心公益事业，在国家发生重大灾害时，踊跃捐款捐物奉献爱心。市工商局机关离休支部荣获“上海市离退休干部先进集体”称号后，离休支部党员一致决定将奖金捐献给上海慈善基金会，用于西藏地区地震灾民救助，用实际行动传递了老干部关心爱护祖国下一代的崇高精神弘扬了“一方有难，八方支援”的中华传统美德。

陈中平就是这样一位活到老、学到老、奉献到老的老共产党员。他满怀爱心，真诚关心，无私帮助灾民，展现了一名离休干部的高尚情怀。



长宁区

中天工委常务副主任闵振环调研长宁区天工工作

日前，中国关心下一代工作委员会常务副主任闵振环来到长宁区调研关心下一代工作，市委老干部局副局长、市关工委副主任龚怡陪同考察。

长宁区委副书记、区关工委主任韩志强汇报了长宁经济社会发展情况和区委对

关心下一代工作的主要举措。区关工委常务副主任陈观法汇报了长宁区坚持26年举办“青年马克思主义读书会”的情况。“马读会”指导老师李仁杰等老同志汇报了工作体会。闵振环对长宁区关心下一代工作给予充分肯定，对“青年马克思主义读书会”给予很高评价，并对下一步开展好关心下一代工作提出要求。（王赞）

嘉定区

天工委成立十年成果丰硕

日前，嘉定区举行企业关心下一代工作推进会暨安亭镇关工委企业实践基地授牌仪式。市委老干部局副局长、市关工委副主任龚怡，嘉定区副区长傅俊，区人大原副主任、区关工委副主任王品祺，区委组织部副部长、区委老干部局局长、区离退

休干部党工委书记、区关工委副主任夏峰等出席会议。

会议全面总结回顾了开展企业关工委组织拓展试点工作情况。4家单位做了大会交流发言。

会上，宣读了中国关工委主任顾秀莲对嘉定区关工委上报材料的亲笔批示。（徐宏）

浦东新区

老同志深入未管所开展结对帮教

日前，浦东新区关工委及老同志帮教团一行来到上海市未成年人管教所，看望浦东籍学员，开展结对帮教工作。老同志们向市未管所赠送了近200册书籍，并给学员带去了生活用品。

市未管所向帮教老同志们介绍了学员情况，帮教团老同志与学员一一结对，深入座谈交流。

近年来，浦东新区关工委及老同志帮教团多次深入未管所开展结对帮教工作，一批浦东籍学员在他们的帮教下加速改造，提前回归社会。（浦关办）



普陀区

老干部积极参与社会帮教工作

近日，普陀区委老干部局与区司法局举行老干部社会帮教工作签约暨“普老伴成长”老干部志愿者工作室揭牌仪式，双方领导共同出席活动并表

示，将继续深入合作，为推进“平安普陀”、“法治普陀”建设作出积极贡献。

会议回顾了离退休干部参与矫正帮教工作情况，老同志代表作了交流发言。与会领导还向老干部志愿者颁授了聘书和常青树护照。（朱丙炜）



湖南街道举办纪念建军90周年史料展

近日，徐汇区湖南街道党工委举行《战火中的青春——纪念中国人民解放军建军90周年史料展》，向建军90周年献上



一份礼物。

该展览展品都来自于居住或曾经工作在湖南街道的离休干部个人珍藏，其中，现年106岁的市人大常委会原副主任兼秘书长施平的文集和摄影集；有上海电影集团著名演员袁岳受到领导亲切接见的历史照片；有上海电影集团著名作曲家黄准为《红色娘子军》这部经典影片所作的主题歌——《娘子军连歌》歌谱影印件；有上海越剧院原副院长陈捷收藏的华东军区第三野战军第一届英模代表大会纪念章等等。（叶子青）

徐汇区

老青结对开展网上正能量活动

近日，虹口区委老干部局会同团区委共同开展“指尖传递正能量，老青共绘彩虹美”网宣主题活动，并共同为“指尖飞虹”虹口网宣达人工作室揭牌。

活动中，向阳花青年公益社和上师大青年志愿者与老干部结成网宣达人队伍。

据悉，除了线上交流，网宣达人工作室还将围绕喜迎十九大、共话虹口大发展等主题组织线下采风等活动，通过共同完成新媒体图文作品，展示和宣传虹口十八大以来取得的新成就新变化，为党和人民的事业点赞加油。（万俐俐）

虹口区

举行“双先”事迹宣讲会

日前，杨浦区委老干部局举行“上海市老干部工作先进集体和先进工作者”事迹宣讲会。6名宣讲员分别宣讲了殷行街道人才办、区教育局李时育等1个先进集体和5名先进个人的感人事迹，赢得全场热烈掌声。

区委老干部局发出通知，要求全区老干部工作者要认真学习先进典型，增强政治意识、大局意识、服务意识，努力提高综合协调能力、创新实践能力和业务能力。（张盛）

杨浦区

市老新闻工作者协会开展建军90周年系列活动

日前，市老新闻工作者协会纪念建军90周年系列活动启动。市老记协等新闻协会的离退休干部们以文化拥军的形式，来纪念建军90周年。他们走进南京路上好八

连、海军驻沪部队、武警上海总队一支队十中队等部队，献上自己创作的书法、绘画、摄影作品，送上一批适合战士阅读的书，并组织一台文艺演出，丰富战士们们的精神文化生活。（劳纪榭）

市老
记协



挥弦追梦奏新乐

——记普陀区长征镇新丝韵民乐队

□ 常延体 马镇兴



在上海普陀区长征镇社区，活跃着一支老年民乐队。几年来，这支民乐队除每年参加社区综合汇演外，还先后举办了四场民乐专场演出，其中有两场还是独奏音乐会。《韵》《茉莉花》《太湖美》《南腔北调》《红花遍地开》《北京喜讯到边寨》……耳熟能详的旋律，优美动听的乐曲，吸引了大批爱好音乐的观众，获得社区和周边居民的好评。有业内人士说，作为一支社区老年业余乐队，能够排演这样规模的民乐专场和独奏演出，在区里乃至上海都不多见。



请进名师铸队魂

长征镇社区这支老年民乐队，前身为“长征乡国乐社”，成立于1992年4月。当时，在乡政府的关心支持下，他们聘请上海江南丝竹学会会长、笛子演奏家陆春龄和上

海民乐队作曲兼指挥彭正元作为指导老师，经过10多年发展，在上海对江南丝竹音乐的传承上已占有一席之地，在文化部举办的全国业余乐队比赛中，由彭正元为乐队创作的民乐新曲《满园春》还获得了铜奖。

2010年7月，乐队进行改组重建，更名为长征镇新丝韵民乐队，意在继承江南丝竹韵味的基础上注入新时代音乐元素。为了提高乐队整体水平，2013年7月，镇社区文化中心聘请科班出身的宋海雄担任乐队辅导兼指挥。在大家的齐心配合下，宋海雄从制定排练计划、选择和提供曲谱，到传授音乐理论知识和演奏中的技能技巧，先易后难，循序渐进，使乐队面貌焕然一新，无论在声部的和谐、旋律的情感还是节奏的稳定、演奏的技巧上都有较大提高。队员们把这里当成自己的家，每周一次集中排练，风雨无阻，从不间断。在长征镇社区文化中心的大力支



持下，乐队从20多人扩展到如今的40多人，乐器配置也逐步齐全，有吹管组、弹拨组、拉弦组、低音组、打击乐组，成为一支较为完整的中型民乐队。



专场演出展才艺

新丝韵民乐队从实践中体会到，作为一支社区业余乐队，要保持持久的生命力和较强的凝聚力，不能仅仅满足于定期活动自娱自乐，而是必须积极创造条件，敢于登台亮相，公开演出，以此推动乐队提高演奏水平，同时活跃社区文化生活。他们的想法与文化中心不谋而合，中心全力支持，把社区剧场作为乐队的舞台，一有机会就安排乐队登台展示。每次演出，中心都派专人现场指导，设计舞台布景，调试音响灯光，和乐队一起忙里忙外。

为了搞好专场演出，乐队上下齐心协力，积极性、创造性被充分调动了起来。继2014年举办专场音乐会后，2015年6月，乐队按照镇社区文化中心的安排，举办了名为《江南丝竹音韵》的纪念非遗日民乐演奏会，共14个曲子，其中老曲子6首、新曲子8首。从定下曲目到正式演出只有10次排练时间，每次排练必须拿下一首新曲子，这对一支社区级的业余乐队来说难度不小。但乐队在指挥宋海雄认真、细致和务实的指导下，大家心往一处想，劲往一处使，迎难而上，攻坚克难，圆满完成了这场弘扬非遗文化的演出任务。

在专场演出基础上，乐队根据队员的技艺特长和乐队的整体条件，又尝试举办独奏演出，以提升个人的演奏水平和乐队的伴奏水平。这次排练难度更大，不仅十五、六首新曲子要在17次排练中拿下，而且好多曲子还需要到外面去寻找总谱，个别曲目还要请人写配器，有的线谱要改成简谱。但大家为了乐队的荣誉，为了演出成功，千方百计

克服困难。担任独奏任务的盛怀农更是全身投入排练，每次都累得汗流浃背。辛勤的付出换来丰硕的成果，这场一个半小时的笛子独奏如期演出，得到了广泛好评。



凝智聚力攀新高

2016年底，新丝韵民乐队再接再厉，又成功举办了《民族器乐独奏专场音乐会》，除竹笛独奏，二胡、扬琴、琵琶、葫芦丝等乐器也轮番上场，在舞台上各展独奏的风采。《牧民新歌》《塞上铁骑》《三门峡畅想曲》《洪湖人民的心愿》，一首首颇有难度的曲子，显示了这支民乐队三年多来在镇社区文化中心领导下的长足发展，更表达了他们传承民族音乐、弘扬传统文化的心声。登台演出展示才艺，让乐队的许多老人实现了多年未圆的梦想，在老有所乐中体验到一种满足和自豪，也让社区文化生活更加丰富多彩、充满活力，在构建文明和谐新社区的协奏中增添了一曲和弦之音。

在努力奋进中，长征镇新丝韵民乐队成长为一支团结向上、积极进取的团队。队委相互尊重，各尽其职，队员有活抢着干，主动挑重担。王磊每次排练新曲子前，先在家里为二胡声部的旋律一一标上弓法，再用手机拍好照片通过微信发给大家；高元昭、金顺才擅长电脑，主动承担打印曲谱的任务，为每首曲子提供全套的演奏曲谱；陈以麟在电瓶车上安装木架放置低音提琴，一路上摇摇晃晃从曹阳三村拖到排练场所，坚持了整整两年多；潘富珍负责乐队后勤工作，尽心尽力为大家服务，确保每次排练顺利进行。大家和睦相处，心情舒畅，形成了互帮互学切磋技艺的良好氛围。

长征路上不停步，挥弦追梦奏新乐。长征镇新丝韵民乐队的队员们都有一个梦想：有一天，能够走出社区，在更大的舞台展示自己，为更多的居民送去欢乐。

十八大以来这五年，以习近平同志为核心的党中央，全面从严治党、全面深化改革，经济建设、净化政治生态、城市发展、人民生活改善等方面取得了显著成效。中国共产党是中国特色社会主义事业的领导核心，党员干部要自觉增强核心意识，抓好学习党章这个“基本功”，始终在思想上政治上行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致，做新时期的合格党员。

习近平总书记要求广大党员干部认真学习党章，党章是我们立党、管党、治党的总章程，在党内具有最高权威性和最大约束力。党章

对党的性质和宗旨、党的路线和纲领，党的指导思想和奋斗目标都做了明确规定，对党内政治生活、组织生活都提出了明确要求，既为全党统一、思想统一、行动统一，又为党内其他规章制度提供了根本依据。学习党章既要做到真学、真懂、真信、真用，又要严格遵守党章，自觉学习、贯彻和维护党章，自觉加强党性修养，切实做到在党爱党，为党分忧、为国尽责、为民奉献，保持和发展党的纯洁性和先进性。

历史上的清官彪炳史册，如清朝的于成龙，百姓称他是“能吏”，康熙赞誉他是“天下廉吏第一”。我们党的好干部如焦裕禄、孔繁森、杨业功，都是清廉为民的好榜样。

历史经验表明，我们党作为马克思主义政党，就必须旗帜鲜明地讲政治，严肃认真地开展党内政治生活。中国共产党是最讲政治的马克思主义政党，这是党的性质和宗旨决定的，也是一贯要求的。从革命战争年代就强调革命的政治工作是革命军队的生命线；在社会

主义建设年代提出政治工作是一切经济工作的生命线；到改革开放时期提出到今后什么时候都得讲政治。讲政治是党取得一个又一个胜利的基本保证。中央通过的《中国共产党廉洁自律准则》《中国共产党纪律处分条例》，十八大六中全会通过的《关于新形势下党内政治生活的若干准则》和《中国共产党党内监督条例》、习近平总书记系列重要讲话等，都是对广大党员干部进行教育的好材料。

习近平总书记特别指出，讲政治是我们党补钙壮骨、强身健体的根本保证；是增强自我净化能力，提高排毒杀菌政治免疫力的根本途径。中国共产党是拥有8900多万名党员、450多万个党组织的世界第一大党，讲政治不松懈要求全党同志必须坚持正确的政治方向、政治立场、政治观点、严守政治纪律、增强政治敏感性和政治鉴别力。党员同志通过学习理论知识，进一步牢固树立政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识，保证全党在思想上、政治上、组织上能同党中央保持高度一致，只有这样，我们才能在前进道路上始终保持清醒的头脑，坚定信念，才能经受住各种困难和风险的考验，完成社会主义改革和建设的各项任务。





将军之最

□ 史 红

最幽默的将军



陈 赓

1933年春季某日,因叛徒告密,陈赓将军于上海被捕。后押送南昌,蒋介石召见陈赓曰:“陈赓,你瘦了。”将军对曰:“瘦吾貌而肥天下。”将军谓蒋氏曰:“校长也瘦了。”蒋氏对曰:“国家如此,生灵涂炭,寝食不安哪!”将军曰:“身为一党一国领袖,校长瘦而天下更瘦,这是为何?”蒋氏哑然。

1943年夏某日。毛泽东主席于延安作报告,陈赓将军忽直奔主席台。毛泽东一愣,问:“陈赓同志,有何急事?”将军不语,取主席搪瓷杯,“咕咚咕咚”喝之。而后,擦嘴、敬礼、报告,曰:“天太热,借主席一口水。现在没事了!”在场干部哄堂大笑,毛泽东亦微微笑。

据陈赓的夫人傅涯回忆:婚后,生活中总是少不了幽默的笑声。有一天,我问陈赓,你老实说,你多大了?“40呀。”我说,谈恋爱时你怎么少说了3岁?“缩小差距嘛。”

最有个性的将军



段苏权

段苏权14岁入党,曾任冀热察军区司令员,四野12纵司令员。段苏权还是新中国空军中最早一批亲自驾机飞上蓝天的将领。

朝鲜战争开始后,段苏权入朝作战。1953年,志愿军空司谎报军功,段苏权将此事上报彭德怀,并附上24名飞行员40天战绩和损失的原始资料。随后司令员刘亚楼、政委萧华为此作书面检讨,志愿军空司主要负责人党内处分和行政降职。遗憾的是,段苏权为正直付出了代价:1953年底段苏权成为审干重点,调查他是否有投敌的嫌疑。这一调查就是三年。1955年9月全军授衔,段苏权因“有历史遗留问题”被“暂授少将”,南京军事学院授衔仪式前半小时,深感不公的段苏权扯下将官服肩章上的那颗星:不去开会了,这个玩意我也不戴了!

最善绝活的将军



刘玉堂

刘玉堂将军是江西兴国人,木匠出身的他一生以艰苦朴素为荣,节俭清廉为乐。当了将军后,刘玉堂在业余休息之际还时常重操旧业,刨刨削削。还带着小儿子学会了一手木工的绝活。

1970年代,刘玉堂的小儿子要办婚事,需要更新一些家具,他的老伴准备了一笔钱,打算从商店里购买一套既时髦又讲究的新式家具。结果遭到刘玉堂的反对。他不是单纯为了省几个钱,而是不想在儿子婚事上大操大办。他别出心裁,提议亲自动手制家具。小儿子刘京胜对父亲的良苦用心,心领神会,说:“爸爸,那就你做场外指导,我来动手好了。”刘玉堂拍拍刘京胜的肩膀说:“很好,借此机会,我检查一下你的手艺学得怎样。”



喜迎十九大 永远跟党走

本市举行老干部庆祝建军90周年文艺展演

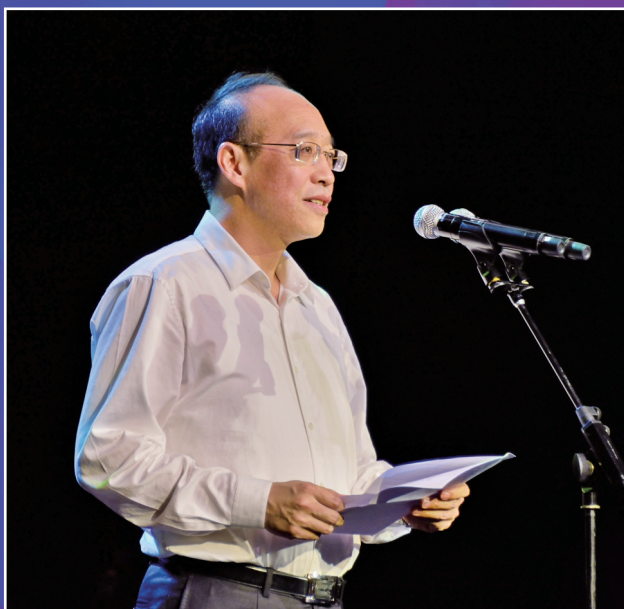
7月20日下午，“喜迎十九大 永远跟党走”上海市老干部庆祝建军90周年文艺展演在静安区大宁剧院举行。市委常委、组织部长吴靖平出席活动并致辞，代表市委向为中国革命、建设、改革事业作出重大贡献的离退休老同志表示崇高的敬意和衷心的感谢，向全市广大离退休干部，致以诚挚的问候和良好的祝愿。

在气势磅礴的《我们的队伍永远向太阳》歌声中，演出拉开序幕。节目共分“峥嵘岁月”、“鱼水情深”、“火红情怀”三个篇章。从南昌城头的枪声到井冈山上的红旗，从迈步罗霄山脉到穿越草地雪山，从抗日战争的硝烟到解放战争的风雨，我们的人民军队用血肉之躯筑成了民族精神的万里长城。在演出现场，来自区、大口及中央在沪企业等20家老干部文艺团体先后登台，热血澎湃，激情满怀，唱响一曲曲激扬的八一颂

歌，再现一幕幕感人的军旅故事。有回忆峥嵘岁月的大合唱《毛委员和我们在一起》、《七律·人民解放军占领南京》和情景诗朗诵《血色中国》；有讴歌军爱民、民拥军鱼水情深题材的舞蹈《幸福花儿》及歌舞组合《映山红》、《万泉河水清又清》、《九儿》；也有抒发火红情怀的歌剧《江姐》选段《绣红旗》，小组唱《海之声》及舞蹈《军魂永恒》……来自北京军区战友歌舞团的国家一级演员耿莲凤还带来代表作《祖国一片新面貌》和《年轻的朋友来相会》。94岁高龄离休干部杨馥丽和95岁高龄离休干部虞颂元在现场接受采访时，深情感言，感念伟大祖国日新月异的发展和巨变，表示将用歌声表达对生活的热爱，尽己所能为党和人民事业增添正能量。大型歌舞《军民共筑中国梦》将全场气氛推向高潮，老干部们载歌载舞，表达了心中对党的忠诚以及共圆中国梦的豪迈激情。



上海市老干部庆祝建军90周年文艺展演



市委常委、组织部长吴靖平致辞

编者按：

7月20日，“喜迎十九大永远跟党走”上海市老干部庆祝建军90周年文艺展演在静安区大宁剧院举行。市委常委、组织部长吴靖平出席活动并致辞，代表市委向为中国革命、建设、改革事业作出重大贡献的离退休老同志表示崇高的敬意和衷心的感谢，向全市广大离退休干部，致以诚挚的问候和良好的祝愿。来自区、大口及中央在沪企业等20家老干部文艺团体先后登台，热血沸腾，激情满怀，唱响一曲曲激扬的八一颂歌，再现一幕幕感人的军旅故事。



开场歌舞《我们的队伍永远向太阳》



主持人：金炜、施琰



大合唱《毛委员和我们在一起》



主持人采访参加大合唱的老干部杨馥丽（94岁）
和虞颂元（95岁）



情景诗朗诵《血色中国》



大合唱《七律·人民解放军占领南京》



歌剧《江姐》选段《绣红旗》



舞蹈《幸福花儿》



歌舞组合《九儿》、《映山红》、《万泉河水清又清》



小组唱组合《祖国不会忘记》、《海之声》、《两个小伙一般高》



主持人采访合唱团员代表王鹏



歌舞《当我戴上红领巾》



舞蹈《军魂永恒》



歌曲《祖国一片新面貌》、《年轻的朋友来相会》



歌舞《军民共筑中国梦》



没退休的时候事情多，厂里的事、家里的事、朋友的事、长辈的事、小辈的事，事事要操心，几乎天天是“眼睛一睁，忙到熄灯”。要挤点时间陪妻子逛街或应邀赴约，得扳着手指，皱紧眉头算上好一阵。用“忙里偷闲”来描述那时候的生活，最贴切不过了。

如今退休了，没了争分夺秒的紧张；没了你追我赶的压力；没了抢险攻关的焦虑，人像从喧嚣的闹市跌入寂静的山谷，幸好朋友及时安抚，我才渐渐调整了心态。几年中，退休生活虽谈不上五彩缤纷，但常在闲中寻趣，也觉悠然自得。

一是自找乐趣。唯一的儿子不在身边，家里就我与妻子“留守”。我们的话题自然离不开儿子的现在和将来，但更多的是回忆儿子小时候的趣事，奶声奶气的撒娇，犟头犟脑的赌气，历历在目，清晰可见，每每说起，总会开怀大笑。现在的数码相机轻巧方便，我们彼此为对方偷拍了不少怪相。有瞪大眼睛的惊恐，有紧皱眉头的沉思，有咬到辣椒的痛苦，也有呼噜大作的瞌睡，输入电脑后，张张逗趣笑人。更为意外的是，彼此偶有不快，只要打开电脑，屏幕上出现这些照片，就会转怒为喜，在“咯咯”的笑声中，烦恼烟消云散。没有乐趣，家庭就缺乏生气，而少了生气的家庭，当然是很乏味的。

二是培养兴趣。许多人曾经有过梦想，因为种种原因，年轻时无暇顾及，有梦难圆。如今退休了，继续追求曾经的梦想，或根据时代的发展培养自己的兴趣已成为可能。我与妻子退休后，学起了电脑。如今上网浏览，炒股写作，聊天对话都十分便捷。打乒乓是我与妻子每天的运

提升

生活的品质

□ 洪 敏



动，从开始握不紧拍，接不住球到一连抽上十几板，渐成兴趣，欲罢不能。社区的公益活动更是乐此不疲，兴趣盎然，决不落别人之后。

三是讲点情趣。我与妻子有时去喝杯咖啡，听听音乐，漫步公园，游览山水，也让自己优雅一回。即便是诸如包馄饨，做汤团这样的家常小事，我们也喜欢自己动手。不为别的，只为享受和水揉面、剁肉拌馅过程中浓浓的亲情和温馨，这是从任何冷冻食品中难以寻觅到的。情趣是意境脱俗和思绪净化的过程，省略了这样的过程，就很难品尝其中的情趣。生活一旦少了情趣，就变得沉重和沉闷，当然也难以感受生活的勃勃生机。

闲中寻趣，当因人而异，但必以健康高尚、积极向上为重。趣之浓淡，高尚与否，其实也是生活质量与生命质量的体现。热衷运动健身，进补养生，以期延年益寿固然重要，殊不知，让退休生活多一点趣味，特别是多一点体现时代精神和风范的趣味，让退休生活更加充实和精彩，也是生命另一种形式的表现和延续。这不仅是社会的要求，也是当今退休老人应有的风采。闲中寻趣，闲而不怠，退休生活将更加美好。



老战士和老区的 35 个孩子

□ 锡 根

“敬爱的孙爷爷：在我读二年级的时候，因为家里穷，我面临退学，非常伤心。您寄了 50 元钱给我，使我重新回到了充满欢乐的校园。孙爷爷，您的恩情我永远也不会忘记。将来要做一个对社会有贡献的人。”“亲爱的孙爷爷：告诉你一个好消息，我的学习成绩，语文班级第一名，数学第三名……”这些来自江西、贵州、陕西、河北、云南等地孩子们的来信，孙爷爷珍藏着 800 多封。而每一封来信，都让他无比激动和喜悦。1994 年至今的 16 年里，孙爷爷先后资助革命老区 35 个贫困儿童上学，为

孩子们捐款、购置学习用具等，累计人民币达到 10 多万元。采访时，孙爷爷深情地告诉笔者：“孩子是祖国的希望，帮助孩子也是为了国家。看到这些孩子能够上学，而且都在健康地成长。助人，这是我最开心的呵！”

他就是解放军南京政治学院上海分院的离休干部孙佑民。他生于 1931 年，1945 年参加革命工作，1947 年入党并参军，经历过淮海战役、渡江战役、解放上海和抗美援朝战争，曾荣获独立勋章和解放勋章。1952 年后，他成为新中国第一代战机优秀飞行员，创

造了全军安全飞行 30 多年和个人空中排险、飞行强度三项世界飞行纪录，15 次立功受奖。1956 年和 1959 年曾两次飞临天安门接受毛主席等党和国家领导人的检阅。1989 年离休后，他仍以一个老党员的标准严格要求自己，关爱孩子，奉献社会，被评为上海市“关心下一代先进个人”。在纪念中国改革开放 30 周年之际，他的事迹被中共党史文献出版社编入“共和国功勋人物志”一书中。

“省一点就能帮一个孩子！”

时间追溯到 1994 年。当时学院号召全体教职员和老干部踊跃参加“希望工程”，孙佑民便与江西井冈山厦坪小学一名叫刘兴高的孩子结为“对子”。这是他“认养”的第一个孩子。他定期给刘兴高寄学费和学习用具。有一次，刘兴高在信中说，他的妹妹也失学在家，希望也能得到老爷爷的资助。孙佑民看完信，心情沉甸甸的，以后再寄钱时，便多寄一些过去。孙佑民沉思良久：“现在老区经济上不去，但孩子书要读，以后建设老区全靠他们啊！我虽能力有限，但我省一点，就能帮助一个孩子。我要凭借自己有限的力量，让更多因家庭贫困而无法念书的孩子

重返校园。”

萌生了这个念头后，孙佑民便开始给井冈山、瑞金、遵义等老区领导写信，寻求资助对象。

短短的16年间，孙佑民就从河北、江西、陕西和贵州等革命老区认养了35个孩子，使他们重新返回校园。

从此，孙佑民和这35个老区孩子的心紧紧地连在了一起。每年元月，孙佑民领到工资后的第一件事就是跑邮局，给35个孩子寄去新的一年学费。

“平时每天写一封回信”

罗佳佳是遵义市风水乡幸福小学学生，母亲被拐走，父亲因精神失常在外两年多杳无音讯，全靠祖父母抚养，生活很艰苦。孙佑民在她身上倾注了大量心血，不仅寄钱，而且与她通信，从思想上鼓励她战胜困难，教她做人的道理。

陈天辉是河北西柏坡小学的学生，原来学习成绩很差，一度对学习产生了恐惧感。他在来信中向孙佑民倾诉了自己的烦恼。孙佑民便写信鼓励他，教他学习方法，给他讲那些小时候被老师看作“不可救药”、后来却名垂青史的著名人士的奋斗故事。短短半年间，陈天辉通过努力，学习成绩名列

前茅，还当上了班长。

不管收到哪个孩子的来信，孙佑民看完后都及时回信，怕孩子们等得着急。有时一个月收到35个孩子和父母、老师30多封来信，他就要平均每天写一封回信。这对年轻人来说也许不算什么，可对一位70多岁的老人来讲，却不是一件容易的事。孙佑民怕孩子们不认识自己的字，写信时一笔一划，特别认真，有些简化字不会写，他就查字典，一封信写下来，常常累得腰酸背痛。冬天屋里没有暖气，他的耳朵和脚也都冻伤了。

“难的是一辈子做好事”

每当季节变换，孙佑民都要给孩子们寄去新衣服。最近，笔者在孙老家中看到，由于35个孩子分布在5个省市，他为孩子们买的服装、鞋子和帽子，一包包按类别、地区捆扎得整整齐齐，放在客厅里，正忙着寄出去。

在当今的市场经济条件下，人们不知孙佑民究竟图个啥？有人说他太傻，也有人说他是有钱没处花。然而，熟悉和了解他的人都知道，孙佑民夫妻两人离退休后，不仅要负担身患重病、常年卧床的女儿，还要抚养年幼的外孙女。然而，孙佑

民对老区35个孩子的关爱却从未间断过。同时，他还资助上海复旦大学、交通大学等6名大学生完成学业。不仅如此，当四川、云南、台湾发生大地震时，他慷慨地捐款共达2万多元。孙佑民说，他还将继续用心血和行动向“难的是一辈子做好事”的人生目标前进！

那么，这些钱又是从哪挤出来的呢？瞧瞧孙佑民的日常生活我们不难找到答案：他每天的早餐是稀饭加馒头；他穿的衣服有一大半是旧军装；他脚上的鞋是处理品；他手中的小皮包，拎带被磨损得一换再换；他睡的床褥子，已相伴了几十个春秋；他用的铝锅，几经修补……为了节省再节省，连老伴每天喝的牛奶也停掉了；外孙女学习用的小桌也是捡来的。环顾他家，没有空调，没有微波炉，没有……然而，在这里却有一颗催人泪下的爱心。

在上海市百老百将迎世博签名专场活动时，只见他身穿军装，胸前挂满了金光闪闪的奖章，神采奕奕地向我们走来。我迎上前去，和他合影，以作纪念。如今，我一次又一次地翻阅着这张照片，端详他和祥可亲的面容，孙老说的“助人，这是我最开心的呵”的深情话语又在我的耳边响起……



军旅 拾趣 三则

□ 姜德福



一切缴获要归公

那是1963年的春天，在经过3个月的新兵训练后，包括我在内的四个上海籍“新兵蛋子”，被分配到了东北长春一个空军大院里当上了警卫战士。

这一年夏天，排长带上我们去农场参加夏锄劳动。农场在长白山麓一个四面环山的山凹凹里，几乎与世隔绝。实际上这里是当年日本侵略中国时秘密修建的一个机场，还有水泥跑道和被遗弃的机窝。跑道两侧的大片空地就是农场现在的用地。

有一次大雨过后，下不了地，我们闲得无聊，突发奇想“拷浜头”，就是把小水沟的水拷干抓鱼。四个人一人拿了个脸盆，不一会功夫就把水沟里的水舀干了。鱼没有抓到几条，却有意外收获。从河里挖出了一堆子弹壳，想必是当年日本鬼子在这里搞射击训练时留下的。面对这堆子弹壳，上海兵的“聪明”劲被开发出来了。我们不约而同地说出：“卖掉！”找来个破筐，连抬带扛，把这堆子弹壳运到镇上，在收废品的杂货铺里换到了20元钱。这在当时可是发大财了。我们四人用这钱在杂货铺里为自己买了信纸信封、牙刷牙膏、香皂肥皂之类的日用品。我们认为这是劳动所得，没有感到有什么不合适的地方。我们还把剩下的几块钱给排长

买了几包烟，听说他回去后要休假，又给他儿子买了两斤糖块。

夏锄结束回部队不久，卖子弹壳的事传到政委肖道生的耳朵里，说警卫排长在农场劳动时发了一笔“洋财”。肖政委是个老红军，听说有这样的事，很光火，把排长叫去臭骂了一顿。在办公室里，政委命令排长背“三大纪律，八项注意”，特别强调了“一切缴获要归公”。他告知排长，在战争年代，发生这样的事是要杀头的。虽然现在不打仗了，但这些子弹壳还是日本鬼子的，一切缴获要归公，怎么能私自变卖占为己有呢？简直是无组织无纪律的乱弹琴！

排长受到警告处分，20元钱从他的津贴费里扣除交公。第二年排长就转业回老家了。排长真是好样的，到最后也没有说是我们几个新兵的事，而把所有的责任都扛在他一个人身上。几十年过去了，每每想起老排长和“缴获”子弹壳的事，我们都十分内疚，深深地感到对不起他。通过这件事，也使我得到了一个终身难忘的深刻教训：不属于自己的钱财，一分钱也不能装进自己的腰包。



苦中作乐在干校

1974年的初春，领导突然通知我去北大荒的“五七干校”劳动锻炼。生活枯燥，活又重又累，但我们也会“苦中作乐”。

“烤豆”。一到秋天，大地里一望无际的黄豆成熟了。我们把枯黄的豆箕连根拔起，在野外，堆成小山似的。点上火后，豆箕就“辟里啪啦”燃烧起来，火光窜出几丈高。等豆箕烧尽火灭之后，把灰拨拉一边，剩下的就是烤熟的豆粒了。待稍微降降温不烫手了，我们就伸手一把一把抓起豆粒往嘴里塞，吃得嘴唇黑乎乎的。在后来离开干校的岁月里，我也曾经有机会出席过一些丰盛的宴会，也吃过几次山珍海味，但都比不上在北大荒旷野里烤黄豆的香味。



“扣雀”。北大荒冬天来临的时候，大地整个被白雪包裹。麻雀找不到食吃，一群群地飞过来飞过去，饿得连吱吱叫的力气都没有了。于是我们扫出一块空地来，用折断的短树枝支起几块砖头，砖头下放上一些麦粒、小米粒。麻雀飞过来啄食，短树枝上有一根线，长长地拽在我们手里。我们躲在屋里用线一拉树枝，砖头啪地倒下，总能压倒几只麻雀，于是晚上喝酒有下酒菜了。

“灌酒”。干校每到冬天就烧酒，都是小麦、高粱、玉米等纯粮食的。我们干校烧的粮食酒出了名的好喝。那时候，我负责烧火。酒出得好不好，和火烧得旺不旺有很大关系。一大早，我穿上一件破棉袄，找一个绳子在腰间一系，拿过一个军用水壶往怀里一塞，就直奔烧酒坊烧火去了。到出酒的时候，我把军用水壶拿出来，酿酒师父会给我满满灌上一壶。灌酒也有讲究。酒按照酒糟先后烧的次数分为头曲、二曲、三曲……头曲不能灌，头曲虽然酒精度高，达到七、八十度，但曲子味（糟糠味）浓，不好喝。三曲之后的酒淡，会喝酒的也不爱喝。喝酒要唱二曲，酒又醇，曲子味又不浓，爽口。我是滴酒不沾的，烧酒的活让我的酒量练出来了。



抓“流氓”抓出个“活雷锋”

上世纪80年代，我在东北一所军医学校当宣传科长的时候，有一次听警卫连的战士反映，他们夜间在校区巡逻的时候，深更半夜，发现在教学楼附近有人互相搂抱在一起，半天一动不动。

我把这个情况给保卫科长一说，他也觉得问题严重。我们是军队的医学院校，无论在干部还是在学员中，都有男有女，如果真要弄出点“绯闻”来影响不好。同时考虑这事要慎重，惊动面不能太大。我俩决定夜里去蹲坑伏击，看看到底是怎么回事，要是真如战士所说是男女乱来，就决定抓他一个

“现形”。

连续守候几夜之后，有一个晚上终于发现有了动静。只见一个男子汉模样的人，抱着另一个“人”，向教学楼这边走来。到教学楼门口停了下来，如战士反映的那样，一动不动地抱在了一起。两支强光手电筒从两个不同方向同时向“搂抱者”射了过来，当我和保卫科长快步跑到“搂抱者”身边时，把我俩给惊呆了。

原来，这位男的“搂抱者”是解剖教研室的徐主任，那位女的“搂抱者”竟是一具女尸。徐主任告诉我们，第二天，教研室要给学生上解剖课，要把实验用的尸体从“停尸库”运到教室里。白天拉个死尸运来运去怕吓着人，只能晚上在夜深人静路上没人的时候运。教研室人手少，徐主任为了能让其他教员休息好，自己亲自动手运。徐主任那年已50多了，由于年岁大了，体力不支，尸体又重，只能走走停停。这不到了教学楼门口，就停下歇一回，还不能松手，一松手尸体倒地上，再扶起来就更费劲了。所以只得和死尸“搂抱”在一起了。

面对这个尴尬状况，整得我们两个科长哭也不是，笑也不是。只能连连说：“主任辛苦了，早一点休息。”后来深入了解，徐主任的“另类”先进事迹多着呢。比如，火葬场的领导从来没有想到有人会来给他们请客送礼，可就是徐主任多次给他们送酒送烟，为的是求他们能否把捡来的无名尸体捐献给医学教育事业。又如，有一次徐主任的爱人下班回家，老远就闻到厨房间有一股煮肉的香味。她纳闷，从不进厨房的老头子今天怎么这么勤快？她进厨房掀开锅盖一看，吓得脸都变色了，锅里蒸的竟是一块人的下巴骨。原来徐主任在做人体标本时，下巴骨上的肉很难剔除干净，就拿回家用锅把肉煮烂了再剥离。

这一年，徐主任被学校评为学雷锋积极分子，当然是我们宣传科整理的先进事迹材料。



放

牦

牛

□

沈忠辉

上海人见过牦牛的不少，但放过牦牛的可能不多，我放过牦牛。

1968年3月我在甘肃临洮当兵，我们部队在岷县和甘南藏族自治州交界处有一个叫分水岭的牧场，养马、养羊、养牦牛，连队常选送战士分期到牧场劳动锻炼。1969年5月，刚当上副班长的我和另两位战友即被安排到分水岭牧场放牦牛。

分水岭牧场坐落在海拔三四千米高原的山脚下，五月份的分水岭还是乍暖还寒，朝阳的草坡冰雪虽然融化了，但背阳的山林还是被厚厚的白雪覆盖着，我们三个战士刚抵达牧场，队长就给我们下达了明天进山放牦牛的任务。

原来五月份是分水岭牧场青黄不接的关口，牧场周边的枯草都让牦牛啃完了，而新的草还没长出来，只有进山开辟新的草场，才能让牦牛渡过危机。

第二天一早，我们按要求换上了黑乎乎的地勤工作服，每人一支冲锋枪，三梭子弹，全副武装背着背包、帐篷、锅盆、干粮，牵着一只叫山虎的大藏狗，赶着158头牦牛就进山了。

队长踩过点，中午就把我们带到宿营地——

个无名大峡谷。只见四面大山环抱，山林叠嶂，多股流水从山上灌木丛中往下流淌着，和岩缝中喷出的泉水汇成一条弯弯曲曲的小溪，翻着水花流过我们的营地，往山下奔涌而去。

我们的帐篷搭在山崖下一个山洞旁，捧些干草褥子、被子一放就可当床睡了，再找些石块垒起来，铁锅往上一架，捡些干树枝就能煮水煮饭了。队长帮我们把家安顿好，示范了一下如何给牦牛点数，及有关注意事项便下山了，我们仨便开始了原始的放牧生活。

高原上放牦牛是很艰苦的。营地周围十几里没有人烟，没有收音机，没有报纸看，每半个月下山去背一些粮食菜蔬，由于海拔高水煮不到摄氏90度就沸了，煮出的米饭半生不熟，蒸出的馒头粘乎乎的，因此每天只能吃些烂糊面、泡米饭，蔬菜基本没有，能吃上土豆、青萝卜就很不错了，一个星期能吃上咸肉、鸡蛋更算是改善生活了。有一次战友为煎荷包蛋，不小心打翻了锅子，把山上的干草烧着了，吓得我们三人拿着脸盆拼命端水灭火，至今想起还有些后怕。

晚上，三个人点一盏

煤油灯，除了看月亮数星星，就是写日记，背毛主席语录，睡觉了，还要有个人守夜，不时地吆喝几声“噢~呵！噢~呵！”如发现豹子等猛兽来袭还要鸣枪驱赶。有一次傍晚时分，豹子就来袭击小牛，我一下子连打28发子弹，才把豹子吓跑。

清晨，天刚蒙蒙亮，领头的大公牛便会带领牦牛群自行上山寻草吃，我们便忙着煮些剩饭当早点吃，留一个战士守帐篷，其余两个带上武器，顺着牦牛群的脚印，登上三五百米高的山顶，去察看牛群在哪吃草，下午这样的登山再重复一次，待到黄昏就要把牦牛群往宿营地赶，不听话的牦牛还要一只一只去追赶回来。到营地前一定要先守住山口，把牦牛边往里赶边点数，发现少了得赶紧上山找，否则牦牛脾气很倔，顶风

吃草，第二天上山就难找了。

还有高原气候变化无常，好端端的天，突然起风下冰雹，在山顶上是一片大草场，躲也没处躲，只能把衣服脱下顶头上，防被冰雹砸伤……

在高原上放牦牛虽然艰苦，但无限风光在险峰，高原的旖旎风光美如画，上海人只有去西藏灵芝、四川九寨沟才能看到的美景，我们那时是天天生活在美景之中啊！特别是随着春天脚步的来临，山上的冰雪融化了，成片的桦树林复活了，紫红色的树干树枝，绿色的叶，加上各种颜色的野花竞相开放，郁郁葱葱的青草爬满山坡。登上山顶，更能看到一望无边的大草场，白天是蓝天白云，晚上是星光灿烂。在弯弯曲曲的小溪旁，能看到獐子在引颈喝水，野鸡在山上鸣叫，

偶尔还会碰到几个藏民到山上采药。远处绿色山坡上黑色的牦牛群、白色的羊群、杂色的马群点缀其中，真是一幅天然的山水画啊！山上的野葱、野菜、野鸡、各种野味也大大地改善了我们的生活……

三个多月很快过去了，我们的牦牛群除刚进山时有四头瘦骨伶仃的牦牛因爬不动山路，从山上摔下死了，又新添了八头小牦牛，待产的更多。其间我们还配合藏民工剪了一次牛毛，对不留种的牦牛作了一次阉割。队长看到牦牛长得膘肥体壮，很是高兴。

弹指一挥间，转眼当兵到现在已近50周年了。每每想起部队激情燃烧的岁月，每每想起分水岭放牦牛时艰苦又有趣的生活，我由衷地感到部队真是一所锻炼人的大学校。





黄正岩：

百岁老兵的精彩人生

□ 朱亚夫

第十七届中国记者节，上海各报在醒目地位刊登了一条消息：“上海新闻界十大寿星”暨“老新闻工作者精彩人生奖”出炉，年龄最长者100岁。这里提到的“年龄最长者100岁”，就是原《远东经济画报》总编辑、离休干部黄正岩。

抗日烽火，百炼成钢

打开这位抗战老兵长达百年的人生画卷，一幅幅色彩鲜明的战斗画面展现在我们面前。这里有血与火的迸发，有灵与肉的拷问，清晰地展现了一名爱国青年走上革命道路的精彩人生。黄正岩1916年出生于上海崇明一户殷实人家，从小胸怀大志，爱憎分明。“九一八”事变传到关内，还是初三学生的他，利用春假组织了抗日救国宣传队，走遍整个崇明岛的乡镇，在街头广场演

出抗日救国的活报剧，号召“国家兴亡，匹夫有责”，呼吁抵制日货。卢沟桥事变后，他毅然投笔从戎，奔赴革命圣地延安，投身于全民抗日的洪流中。他先进陕北公学学习，他与同学汪道涵等成为好友。陕北公学学习的主要课程将抗日战争的性质、任务、我军的战略战术等讲得清清楚楚。

在革命圣地延安，有两位上海出生的中央首长对黄正岩影响最大，教育最深。一位是张闻天。那是从陕北公学结业不久，组织上通知他参加延安马列学院的入学考试。那天的面试由党的总负责人（总书记）张闻天院长亲自主持。张闻天问他，在上海学过哪种外语，学得怎样？又问起沦陷后上海的情况。最后张闻天院长的一句话决定了他的命运：“我能从上海来陕北延安，这一实际，就可以了。”于是

他进入马列学院二班学习。另一位是陈云。有次，时任党中央组织部长的陈云来马列学院上党课，题目是《怎样做一个共产党员》，陈云说：今天我只讲两个字“到底”，就是要为共产主义奋斗到底，革命到底。怎样算奋斗一生，革命到底？陈云用上海话，十分风趣又严肃地说，就是要为共产主义理想奋斗到生命的最后一息，到“翘辫子”（死）为止。这样通过系统学习，黄正岩提高了觉悟，坚定了抗战必胜的信念。

我们在黄正岩的家里，看到其正面墙壁上，醒目地挂着郭沫若先生写给他的一首七绝诗：宇宙犹难甘寂寞，横叫风雨打山林；欲飞无翼鸡鸣死，独坐蹉跎有足音。墨迹遒劲豪放。黄老笑着说：这是他家的镇室之宝，革命传家宝。原来这是1944年春天，他任我地下



党重庆城区区委组织部部长时，读到郭沫若发表在《新华日报》上的《甲申三百年祭》，与战友徐敏两人，上门向郭老求教，郭老当场挥毫赠送给他的。

长寿之道，心态平和

黄正岩的精彩人生，就是在他退休后，也丝毫不逊色。1985年，他从《石油勘探》副总编辑任上离休后，欣然参加国务院上海经济区规划办公室工作，负责编辑出版《开放》一书，字数30万，这是全国最早介绍改革开放成果的书籍之一。在黄老与同志们的努力下，奋战半年，如期出版。以后，他参加了筹建《远东经济画报》，以直观的形象宣传，让世界了解上海经济区，推进上海经济区走向世界。黄老在画报任职十年，出版画刊60多期，为推动发展外向型经济和亚太地区文化交流作出了贡献。后来，他在新世纪初，出版自己的文集《我的生活战斗之路》。后记中，回顾自己的离休生涯时，这样感怀：“从1984年到今18年光景，想不到竟是我一生最激昂的时期。”

黄正岩作为“上海新闻界十大寿星”和提名奖中的魁首，是这次受表彰的老新闻界中唯一的百岁寿星，

我们自然少不了要探究一下他的长寿之道。

黄老是老革命，住在一座普通的多层建筑的二楼，面积就50多平方米。这是一间统前楼，进门是一只三人沙发和茶几，这权当客厅；旁边是一张大床，那便是黄老夫妇的卧室；靠窗放着一张书桌，置放着文房四宝——那当然是他的书房了。黄老一头银发，满脸红光，那天在夕阳的映照下，宛如一座铁塔，显得分外精神。黄老除了耳朵有些背外，其他没有什么大毛病，一年四季，很少上医院看病。他的夫人周阿婆在旁补充说：原来他还患有胆囊炎，不能吃肥肉，前几年体检时发现他的胆囊已经萎缩，因此他现在已不怕吃肥肉了，有红烧肉、走油肉，他照吃，依说怪不怪？

谈起黄老的养生经，周阿婆不假思索地说：他心态好，想得穿。是啊，黄老从十多岁参加革命，什么艰难困苦没有经历过？与他同时参加革命的人不少都牺牲了，作为幸存者，还有什么想不开呢？因此他整天乐哈哈的，碰到天大的烦恼，睏一觉就放下了！由此印证了一条重要的养生经：开心乐观不计较，心态平和寿自高。

其次是注重饮食养生。黄老晚年有福，有贤内助为他打点生活，一日三餐，有

荤有素，悉心安排。尤其是每日早餐，是精心调制的养生餐，堪称“黄氏秘方”：起床后先饮一杯枸杞蜜糖水，后品一只水溏蛋，加少些麻油；然后吃一碗养生粥：由一段山药、2只红枣、2只核桃、3匙芝麻粉、少些八宝饭，调制而成。这样的养生餐既满足了每天老年人的营养需要，又能润便提神开胃口。黄老日常起居也是井然有序，每天8时起床，早晚按摩脚底心，早餐后散步，中餐后打回盹，下午5时晚餐，每日晚上7时的新闻联播是必看的。晚上9时就寝。几十年如一日，雷打不动。

不过，黄老的养生经最有特色的是做自己喜欢的事。因为是做自己喜欢的事，所以再苦再累也喜欢。对于黄老来说，他喜欢的事就是手不离笔，笔耕不止。这个笔，一是写文章，这是他一生喜欢的事，从初中时做班级壁报主编，一直到离休后担任《远东经济画报》总编辑，他是乐在其中，喜在其中；二是挥毫练书法。黄老晚年迷上书法，每天临池不辍，乐此不疲，故他的居室墙上挂着多幅他的作品。他赠给笔者的《我的生活战斗之路》，在扉页签名一笔一划，颇具书法功力。这样他天天是动脑动手，运动不止，如此怎能不长寿？！



韩德彩：

将军与书法

□ 浦锡根

抗美援朝老战士韩德彩，今年83岁，南京军区空军原副司令员，中将军衔，令人崇敬和爱戴。在抗美援朝战争中，韩将军出生入死，叱咤蓝天，机智勇敢，击落包括美军“双料王牌”在内的敌机5架，先后荣立一等功两次，被中央军

委授予二级战斗英雄称号。除此，韩将军还练得一手好书法，他的书法作品无不反映了他爱党、爱国、爱人民的真情实感，在当今书法艺术上树起一面众望所归的旗帜。

最近，我应韩将军之邀，去他的住处，登门拜访了他。

韩德彩将军为什么爱上了书法呢？他爽朗地告诉了我：1976年初，全国各地刮起了批邓的一股风，军队也是这样。在上海地区任职的他，正是为了躲避那时的现实。因为军里在没有中央文件和军队系统直接指示的情况下，叫组织批邓，反击右倾翻案风，他想不通。邓小平同志被打倒复出后，当中央军委副主席、国务院副总理兼军队的总参谋长，以三项指示为纲，抓整顿，抓恢复，抓建设，工作非常有成效，为什么要批呢？邓小平是中央军委副主席、国务院副总理，中央没有文件，军队系统没有指示，怎么可以组织批判呢？他认为他们这种做法是错误的，不愿意参加这种错误的行列。他这个人心直口快，心里有事藏不住，没有办法只好不见人、少见人，有时间就以写字为乐。随后，就放不下来了，对中国传统的书法产生了浓厚的兴趣爱好。他以林散之先生书写的毛主席诗词作品为帖学起，一直到后来钻研汉简、张迁碑、礼器碑、二王草书、颜真卿楷书、泰山金刚经石刻拓本和郑板桥的道情词等诸家名帖，每日临池不息，从而对历代圣贤的笔墨精华有了深层次的认识和理解。几十年的勤奋挥毫，在点划线条和墨韵枯湿上打下了扎实的基础。他的书法作品充满军人的豪爽气概，厚实的用笔中透出灵动飘逸的气息。

在韩将军家二楼的展厅里，我目睹了他50多幅书法作品。书法作品的内容有毛泽东主席和中央领导同志的诗词，有他多年来学习摘记的诗和对联，有他喜爱的



有教育意义的词句等。有趣的是，有些作品是他的夫人、著名画家朱容芬作画，韩将军题字，堪称珠联璧合，伉俪情深，自成风采。我关注的是，更多的作品是韩将军个人在各个历史时期有感而发所写的诗和句。在这些作品中，他把自己对党和人民的深厚感情倾注于书法艺术之中，每一幅作品都有一个革命故事，把革命战争的亲身经历撰成诗词联句，用书法艺术的形式表达出来，凝聚着他坚强意志和高风亮节的思想情操。我欣赏他的草书“雄鹰展翅似箭锋，中朝太空筑长城，炮弹穿破佩刀式，笑看王牌练栽葱”，其中锋运用辅以疾涩之法，虚实对比，笔势凌厉，如意挥毫，犹有神功，再现了当年在朝鲜战场上驾机与美军“双料王牌飞行员”激战长空的战斗场面，表现出将军无所畏惧、气贯长虹、威武不屈的英雄气概。“雄鹰”“志在蓝天”等作品，干湿并用，墨法丰富，情意显豁，似驾机蓝天，壮志凌云，立青于领空；行楷“为国巡天数十载，情系凤阳小韩庄”，取泰山怪石峪金刚经笔法，并有篆隶行草之意，奇侧跌宕，参差错落，相揖相让，意态纯厚，情意感人。他的书法得经石峪金刚经壮阔的气势，古拙中寓意变化；得林散之点画之精微，细入游丝，奇情妙理之趣，形成了自己的艺术风格。

韩德彩于1994年至1996年先后在南京、上海、安徽、北京、福州等地举办个人书法展。其数百幅书法内容多以讲人生、讲传统、讲革命为主，还有许多是由衷而发的自创诗句。他博采众长，根据自己的个性、爱好，形成了浑厚遒劲、气势磅礴的风格，厚朴中含情趣，古拙中寓变化，洒脱中见天然。为确定书法展以“官清民乐”为主题，韩德彩进行了比较长时间的思索。时任上海市委一些老领导观看后纷纷赞不绝口地说：“‘官清民乐’不

仅字写得好，涵义也非常的好，这是我们共产党人、我们的干部应当做的。我们都应当做清官，全心全意地为人民服务。韩将军这个书法展办得好，对我们的干部，对上海市人民都有教育的意义。”

在书法展上，沪上很多老领导和著名书法家也都挥笔赞扬，祝贺他的书法展成功。其中，时已年高90的夏征农题词是：健笔如龙。程十发题词是：叱咤长空，书坛圣手。周慧珺题词是：健笔凌云……这一切，真使韩将军感慨万分。

近年来，韩德彩将军的书法作品在全国多家报刊上发表，被国内外的有关单位和爱好者收藏。他先后出版了6本书法集及回忆录《我走过的路》一书，深受广大读者的欢迎。可喜的是，2006年11月，由中国文化艺术国际交流中心等单位举办的纪念红军长征胜利70周年书画名家作品展中，他的书法作品入编《纪念红军长征70周年——中国当代著名书画家精品集》，并授予“共和国功勋书法家”荣誉称号。不仅如此，这些年来，特别是参加上海市百老德育讲师团以来，韩将军向社会各界捐赠的书法作品何止千幅？！我难忘的是，2012年3月，他为奉贤区永福园陵书写金光闪闪的“中国人民志愿军纪念广场”，还敬献了一副题词：“千万牢记中国的今天是由先辈们用鲜血换来的”，饱含深情，遒劲有力，令人瞩目。

当我问他为何还要这样做呢？韩将军淡淡一笑，不假思索地回答说：“人作为社会的一份子决定了人属于这个社会，尤其是在我们这个社会主义国家里，每个人更应该立志为社会的发展，为祖国的繁荣去奋斗、去献身，这样才能体现人生的价值。”我不禁感佩万千，向他表示深深的敬意，衷心祝愿韩德彩将军书法常新、生活常乐、生命常青！



黄福弟：

老兵的精彩转身

□ 龚寄托



对于早已年过花甲的申城历代茶具收藏家黄福弟来说，他的退休生活着实让人羡慕不已。这位当年的军旅文化老兵，精彩转身，退休以后的他尽情遨游在中华茶具艺术收藏浩瀚天地间，他不仅有着一座藏品一流的“聚雅轩茶具文化艺术馆”，更有着广泛的壶友圈，丰富多彩，有滋有味。

这些年来，作为沪上茶具收藏名家、宝山区收藏家协会副会长，黄福弟在尽情体验茶具收藏精彩绝伦艺术享受的同时，着实把他“独乐乐不如众乐乐”的奉献精神发挥得淋漓尽致，整日间忙碌着让社会公众共同分享他的精彩与快乐的甜蜜事业。

在近年来备受业界瞩目的多次高规格展事中，黄福弟与他的藏品频频亮相，精彩纷呈。他先后20多次参加全国各地的大展，足迹遍布浙江省博物馆展、中国紫

砂文化研究会展、中国壶迷展、中国壶友展、全国民办博物馆展、西安世博展、首届海峡两岸紫砂精品联展，同时还举办及承办中国茶叶博物馆茶具收藏个人展、《百年景舟》纪念活动宜兴紫砂上海特展等众多展事活动。收藏作品被广泛刊登于《紫砂锦》、《紫砂印象》等数十种书刊，他的轶闻奇事也被《解放日报》、《文汇报》、《新民晚报》等诸多媒体广为传颂。上海电视台以《收藏一瓷乐未央》为题，专程为这位沪上茶具收藏名家拍摄专题电视纪录片，向沪上公众力荐这位市民收藏大家。黄福弟出生于1950年，他是地道的宝山人。黄福弟打小敬仰他的父亲，这是一位粗通文墨的农村干部，平日里常忙里偷闲看看书，给孩子们讲讲历史故事。兴许是深受父亲影响的缘故，这位属虎的农家子弟

打小喜好舞文弄墨，广交朋友。说来也是机缘巧合，1969年，黄福弟参军入伍，颇有几分文才气质的他当起了部队的文化兵。作为吃苦耐劳的农家子弟，他差不多在每次的技术练兵、业务练兵中名列榜首。战友们清晰地记得，黄福弟是新兵连第一批入团的新战士，也是第一批入党的青年骨干，而且两者相距近半年。青春燃烧的六年军旅生涯，无疑是黄福弟记忆长河中刻骨铭心的篇章。作为军营文化兵，那年复员回乡，黄福弟随身携带的是整整两箱书，难怪前来接他的父亲又气又好笑，但他内心明白，好学的儿子日后准有大出息。

复员后的黄福弟当过负责企业文化的干部，也当过起草文稿的机关秘书，用他的话说：“我一生中所从事的职业差不多都与‘文化’两字沾上关系。”方圆一



周，黄福弟亦算是个小有名气的地区文人。也许正是凭借后天的这份优势，才涉足了他家几代人都不敢想象的茶具收藏高雅领域。

回首数十载收藏历程，黄福弟对于第一件藏品记忆犹新。当时他家中有一件青花罐，经好友鉴定，确定为明代天启年间制，品相很好，成为他踏入收藏之路的敲门砖。而与茶具收藏的结缘，纯属偶然。黄福弟有一帮藏友，有一次同道相聚，相约收藏分工，朋友们一致推荐黄福弟收藏茶具，而他早也情有独钟。1992年国庆节，朋友结伴，远赴甘肃某古玩市场，当时见到一把民国瓷器茶壶，那壶盖虽然有点残，但壶身上的花鸟绘得惟妙惟肖，黄福弟顷刻眼前一亮，很快出手以60元的还价收入囊中，这是黄福弟正式踏上茶具收藏之路后收藏的第一把茶壶。

作为收藏家的黄福弟有着极高的职业操守，他把茶具收藏看作他毕生追求的崇高事业，在他看来，凡经他手的一件件藏品犹如命根子，呵护有加，从不轻易出手交易。如今，他创办的茶具文化艺术馆馆藏历代精品茶具逾千件，价值不菲，但作为收藏家的他常守着金屋缺钱花，不时为收藏资金无法周转而四处筹措，最困难时他变卖了自己的住房来添

置茶具藏品，不少人直笑他痴，有谁知这正是他之所以成功的秘笈所在，热爱艺术犹如自己的生命。

走进黄福弟的“槃雅轩”茶具文化艺术馆，扑面而来的是一股中国历代茶具浓烈的文化气息。这里有中国历代紫砂茶具、瓷器茶具及其他材质的茶具1000多件，其中紫砂茶具具有明清和近代一些著名艺人的作品，以及当代大师和实力派高级工艺师等人的作品，共600多件，较完整地呈现了近500年来宜兴紫砂茗壶的历史。而中国历代瓷器茶具的历史跨度更大，500多件瓷器茶具始于西晋，延续至民国，从中可以看出不同时期的样式和特征。艺术馆还收藏中国百余件历代其他材质的茶具，有金、银、铜、铁、锡、玉、木、珐琅、琉璃、石雕、椰壳雕等多种材质。

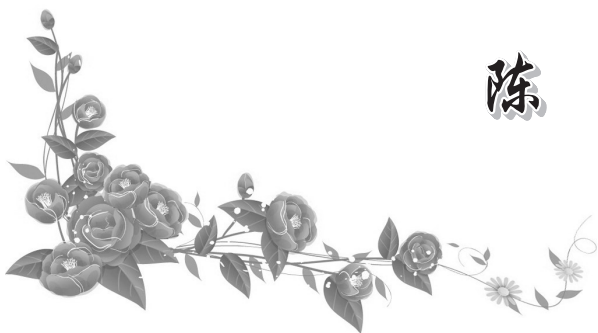
在茶具收藏的实践中，黄福弟把起点定在较高的位阶，并养成了一种近似苛求的收藏标准，由他主编的《槃雅轩藏壶》一书之所以历时三年，正是由于他对藏品质量不断的精益求精，严格把关，就在即将付印之前，有一把藏品茶具在业内稍有质疑，黄福弟也毫不犹豫地撤换了下来，为的是不留下遗憾，不给信赖自己的茶具收藏爱好者造成点滴误导。众多艺术家高度点评

《槃雅轩藏壶》一书，无疑此书已成为备受推崇的业界精品。黄福弟再接再厉，又以《壶里壶茶》为主题，再次力推与之相匹配的姐妹篇，为收藏家精彩的艺术人生再添神来一笔。

作为从乡村田野走来的茶具收藏家，黄福弟饮水思源，深感之所以能在中国历代茶具收藏领域里有所收获，完全得益于时代机遇与个人爱好的机缘巧合，得益于众多良师挚友风雨同舟鼎力相助，一句话，得益于“天时、地利、人和”，才使一位老兵，奇迹般地圆了年少时的金色梦境。

数十载茶具收藏实践，不仅使黄福弟收获一件件历代茶具精品，更使他收获了广泛的业界人脉资源，在他亦师亦友的交往圈内，人员遍及上海、江苏、浙江乃至台湾，而最让他铭刻于心的，是有幸得到汪寅仙和何道洪这两位当今紫砂业界泰斗式大师的鼎力相助，并成为莫逆之交。

当说起数十载收藏的感悟，这位当年的军营文化老兵，黄福弟似乎有着千言万语，但对他来说，最大的感触，那就是快乐，那种把玩之乐、交友之乐、分享之乐、探究之乐令人心醉。尤其是当他的个人藏品面向社会开放，让市民大众共同分享他的快乐时，那就是这位市民收藏家最大的快乐。



陈 艺：

说到百姓的心坎里

□ 陆 旭

在部队，他是战友之中的“陈干事”，是新闻干事、宣传干事；退休前，他是同事口中的“陈校长”、“陈主任”，是培训中心的大家长、好领导；退休后，他是群众心中的“陈团长”、“陈老师”，是虹口区曲阳街道宣讲团的一团之长，是社区宣传的“老法师”……他，就是陈艺，从部队转业后，在上海邮电局的多个岗位担职，直到2004年退休。

陈艺于2009年参加曲阳街道志愿者宣讲团，并担任团长一职。虽然他当时因病刚动完手术不久，但是一想到自己是一名党的老战士，组织有需要，当然义不容辞，况且宣讲团的工作对于他这个从1966年起就在部队做宣传工作的“老兵”而言，确实是驾轻就熟。于是，他爽快地加入了曲阳街道宣讲团这个大家庭，面向社区退休党员和干休所的老同志开始了讲课“生涯”。

作为宣讲团的团长，陈艺带领10名队员一起集体备课。他们实行双月集体学习制度，围绕马克思主义哲学、中央重要精神等方面定期组织学习，提高自身认识问题、解决问题的能力，提高宣传技巧、观念。同时，组织大家围绕主题讨论怎么宣讲、从哪几方面入手讲、从哪些角度切入问题进行集思广益。为了让备课事半功倍，宣讲团成员之间还通过互相观摩，交流心得体会，取长补短，更快地提高宣讲水准与技巧。每隔一段时间，还会回过头总结经验，不断进取。

陈艺搞宣讲工作还有一个特点，就是本着实事求是的态度宣传，不回避矛盾。他相信，宣讲时，向老百姓承认事实，正确分析并看待问题，秉承这样认真的态度，就能真

正达到宣讲的成效。

十八大之前，各类问题矛盾较为突出，如果宣讲不去触及这些矛盾、回避问题，群众就会不满意。陈艺宣讲时就敢于直面问题、敢于触及矛盾的实质。比如，关于“敬老卡”的调整问题，一些老年人群体表示不理解，为何取消了免费交通卡？为何不让老人自己自由选择免费交通卡或者选择货币补贴？他便以自己举例：他爱好摄影，经常跑东跑西，过去的敬老卡让他享受到免费而便捷的交通，取消了免费公交卡让他自己也得多支出一笔交通费。但是，“我们也要考虑到有很多老人，他们行动不便，这样的免费福利对他们而言并无多大意义；自由选择也很难具体执行，因为随意性太大，且情况是在不断变化中的，不能把所有便宜都让你一个人占了……现在的‘敬老卡’能够最大程度地照顾不同群体的老年人需求，还新添加了‘65周岁免费入15家公园’的优惠，所以，这个新政策值得支持”。陈艺把自己摆进去，不回避问题，直面群众最关心、最迫切的矛盾诉求，关键让大家学会正确的看问题方法论，站在别人的立场看待问题，这样就见效了。

几年来，陈艺所在的宣讲团相继获得“上海世博会全民宣传培训训练实践活动优秀团队”和“上海市优秀学习型团队”等称号，他本人也很荣幸地获得“上海市基层理论宣传先进个人”、“街道十佳志愿者”、“最美曲阳人提名奖”的荣誉。多年的宣传工作情况让他很难割舍，当好宣传员、传播积极的思想，他身先士卒，乐在其中。



刘建国，一位在公安战线驰骋三十多年的老刑警，退休后忙碌于社区，活跃于互联网，老骥伏枥，以自己所长，继续发挥光和热，不断谱写人生新篇章。

在闵行老干部队伍中，有这样一个团队，是一支生气勃勃的富有激情的网络宣传力量，她的名字叫“春申晚霞”，共有成员十多人，刘建国便是其中的骨干成员，是一位积极有为的冲浪者。几年来，他和他的网友运用网络平台，用手中的键盘，畅谈美好生活、宣传典型、弘扬先进，热情讴歌，服务社会，发出了满满的正能量。

他的“刘金岁月我的博客”文章文字简洁，语言流畅，图文并茂，通俗易懂，深受老同志的喜欢并广为传播。几年来，他写了一百多篇文章，几十万左右的文章，有超十万人次的点击量，在互联网上小有名气。他的文章，结合自身情况和特点，以自己的人生感悟，回忆过往艰辛历练，畅谈美好生活，通过自己的笔墨展示阳光心态，积极传递向

上、向善的社会正能量，受到了广大读者的点赞好评。在他的博客里，博文《父亲》《乡情》《乡音》《老同学》等诉说着自己的人生一段段难忘的经历，畅抒内心的喜怒哀乐，悲欢离合，抒发人生感悟，针砭社会的种种时弊。写的都是自己的事，家里的事，身边的事；说的都是平凡人的话，流露的都是他这个普通人的真情，充满了生活气息，接地气，受到了大家的支持、关注和喜欢。几年来，他的文章有的被主流媒体转载，有的被报刊杂志录用，有的被推优获奖。

“战地黄花分外香”，在闵行区的许多公众社会活动现场，刘建国像战地记者，经常被邀请参加，每到一处，他总要留下笔墨，展现风采，为他们喝彩点赞，加油鼓劲，释放出巨大的正能量。

在闵行有这样一群人，都已是花甲老人了，但他们活跃在街道、社区、学校、敬老院……他们有一个响亮的名字“阳光老人志愿者服务队”。这支队伍的秘书长

就是刘建国。有人问他，你这个年龄还在忙这忙那，做志愿者服务？他说：我在志愿者服务中找到了我的自身价值，一个人获得了大家的认可，是一件十分开心的事，参加志愿者服务，主观为自己，客观为他人，我的一点小小的付出，得到了自身的快乐，又奉献了社会，何乐不为？朴素高尚的情操让人感动！作为一名老志愿者，早在2010年10月，刘建国就注册参加世博志愿活动，他的志愿者生涯已有六年多的时间。在2017年，他还参加了区志愿服务工作培训，并获得结业证书和上岗证。如今他和同事们一起，身先士卒，在区文明办的指导下，又在筹划新一轮的志愿者公益活动，就近就地，灵活多样，结合自身实际，让周围的人更多参与到公益活动中，让公益活动的星星之火，燎原全区！相信有他这样奉献精神的领头羊，更有一批无私奉献的志愿者，阳光老人志愿者服务队的公益活动一定会更加红红火火。

刘建国：

公安老兵的新篇章

□ 闵行区委老干部局





我有一套保存了30多年的草绿色军装。这套军装还是上个世纪80年代，我在上海一家国有外贸企业担任人武部长时，由区人武部发给我的。多年来，我对这套军装非常喜爱，倍加珍惜，除了每年“八一”建军节和举行重大活动时，偶尔穿上几次外，平时一直舍不得穿。因为这是我从部队转业到地方以后，组织上发给我的最后一套军装，所以更加显得弥足珍贵。我将把它永久珍藏，留作纪念。也正是因为这套军装对我个人的成长进步具有非同寻常的特殊意义，所以，每当我穿上这套簇新的草绿色军装，就会思潮起伏，浮想联翩。

我出生在江苏省涟水县一个贫苦农民家庭。15岁离开家乡，参加了中国人民解放军。回顾我的人生旅途，走过的是一条充满艰辛的道路。我经历过解放前战乱和贫困的煎熬，经历过战争年代枪林弹雨的考验，经历过十年动乱急风暴雨的冲击，

又经历过市场经济商海沉浮的洗礼。我不会忘记，在那硝烟弥漫、炮火连天的战争年代，在我家贫如洗、濒临绝境的时候，是党组织向我伸出援助之手，让我穿上戎装，投身革命，指引我走上革命道路，使我绝处逢生，柳暗花明；我不会忘记，在那黑白颠倒、妖魔横行的动乱年代，“人为刀俎，我为鱼肉”，处于任人摆布的屈辱地位，是党力挽狂澜，扭转乾坤，斩断了“四人帮”的魔爪，使我重新获得了自由和尊严；我不会忘记，在改革开放、日新月异的新时代，在波涛汹涌的市场经济浪潮中，面对错综复杂的人际关系，是党组织三令五申，教育每位党员要保持头脑清醒，筑牢思想防线，抵制各种诱惑，使我在国内外业务交往中谨言慎行、廉洁自律而不犯错误；我更不会忘记，在长达60多年的革命生涯中，是党组织多次选送我去军校、干校、党校学习，为我提供接受教育和经受锻炼的机会，把我这个只有小学文化程度的布衣少年，培养成为一名具有高级职称的国有外贸企业领导干部。我的成长和进步，全靠我们伟大的党，全靠党和人民军队对我的培养。所以，每当我想起几十年来走过的艰难曲折历程，我对党和人民军队的感激之情，便会油然而生。

身穿绿军装，心系军旅情。今年是中国人民解放军建军90周年。在长达将近一个世纪的历史长河中，我有幸能成为人民解放军光荣的一员，能为中国革命、建设和改革事业奉献自己的青春和热血，感到无比骄傲和自豪。在纪念人民军队建军90周年的时候，我十分怀念当年征战沙场的军旅生活，更加怀念那些在革命战争中英勇献身的战友们。我们要永远保持革命军人的政治本色，做到转业不转向，退伍不褪色，使这套绿色军装历久弥新，永不褪色。

（作者系上海东浩兰生集团离休干部）

一套绿军装

□ 周汝秦





退休后写写小文章成了我晚年生活的一部分，可有谁知道这点爱好却是源自当年连队炊事班的那只锅盖。

五十多年前，我中学毕业步入军营，那时连里像我这样“高学历”的战士不多，我被推荐参加了业余报道组，主要任务是给连队的黑板报、墙报写稿，内容多为连里的好人好事。可能是年少轻狂，我有时会将稿子悄悄给军区报刊寄一份。

一九六五年初，我们在离驻地数百里远的山沟沟里进行冬季野营训练，全连以班为单位在村民家中打地铺。那时候，全国正掀起“工业学大庆”的热潮，团部新闻干事向我们通报了军区报社近期的报道重点，强调如何用“大庆精神”推动当前的野营训练，要求大家积极写稿。回到连队，我将连队学大庆的情况与自己的体会结合起来，很快打成腹稿，准备抽空写出来。

野营训练很紧张，根本没时间写稿，好不容易熬到星期天休息，我吃罢早饭便想赶紧写稿，却又找不到合适的地方。那时山区的条件很差，我们平时一日三餐都是蹲在地上吃，班务会也是坐在地上开，房东家的凳子是山上

采来的石头，桌子是泥巴垒起来的土墩，根本没法写稿。正当我一筹莫展时，遇见了正在涮锅洗盆的炊事班长，见他身后墙根的石板上有只刚洗好的锅盖，寻思这锅盖翻过来搁在膝盖上不就能当书桌了？便开口向炊事班长借。他先是一愣，不明白我为什么要借锅盖，听了我的解释，他赶紧用抹布将锅盖揩干递给我说：“你得抓紧点，别耽误我们做午饭。”

我提着锅盖，找了个向阳避风的地方就开始写了。由于稿子在肚子里倒腾了不知多少遍，加之篇幅也不长，我几乎未加思考就一气呵成，跟往常一样，稿子寄出就没去多想。

一个多月后，我们在半山腰的训练场上休息时，只见连部文书拿着一份报纸嚷嚷着奔到我跟前喘着气说：“你的稿子登出来啦！”说着就铺开报纸，找到了我写的题为“学习大庆精神”那篇稿子。训练场顿时热闹起来，排长还提高嗓门把稿子念了一遍。更让我想不到的是，当天晚点名的时候，连长和指导员还特意将我表扬一番，说这是他俩到我们连上任以来，连里上军区报纸的第一篇稿子。

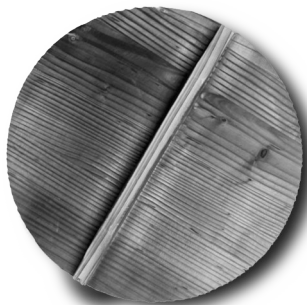
这篇在锅盖上写成的

源自锅盖

的

爱好

□ 钱红春



稿子，是我有生以来登在报纸上的第一篇稿子，也许是经历了太多的退稿，这一夜我激动得久久难以入睡，曾经自以为不是写稿这块料的想法也随之烟消云散。虽然后来也遭遇过退稿，但见报率有了明显的提高，先后被师政治部和军区报社评为“通讯报道积极分子”，写稿也渐渐成了我的业余爱好。

我这源自锅盖的爱好，如今因退休得到进一步发挥，不仅促使我更加努力学习新的知识，提高了我对事物的观察和分析能力，也极大地丰富了我的退休生活。



战友情深

□ 吴万根

从军29年，历经连、营、团、基地（相当于军）、舰队到海军政治部等大大小小十多个单位，结交了来自祖国五湖四海的数百名战友。可以说一百个战友，有一百个性情，一百个风格，一百个特点。他们中，有的热情奔放，有的风趣幽默，有的稳重老练，有的足智多谋，有的沉默寡言，有的风风火火……我从众多战友身上，学到了诸如如何分析问题、如何坚持原则、如何搞好本职工作、如何为人处事等等许多经验，成为了我毕生的一笔宝贵财富。

往事如烟。随着岁月的流逝，许多战友的印象渐渐远去，唯有其中三位战友的音容笑貌却常常浮现在我的脑海里，怎么也挥之不去。

一位是我在海军报社工作时的战友，名叫朱戈，他为人热情诚恳，作风踏实细致。一次，他带我到某登陆舰支队采访

基层部队党支部建设的经验。采访路上，他结合部队工作实际和自身的写作经验，从如何搜集素材，如何找人谈话，如何确定主题，如何提炼观点，如何做到观点与材料统一，怎样写导语，文章如何过渡，如何结尾以及文学创作中，如何写人物、怎样抓细节、怎样进行心理描写等等，他如数家珍，一一道来，还手把手地帮助我修改文稿，斟酌文字。这对一个刚从基层部队调到报社担任记者的我来说，真如醍醐灌顶，是他引领我步入了业余写作之路。

另一位战友是在我“落难”的时候认识的，那真叫患难见真情。“文革”中，含冤发配到海军在浙江东南沿海的披山观通站进行“劳动改造”。披山观通站党支部书记、指导员徐东明不惧权威为我说话，大胆启用我鼓励我。虽然我离开披山观通站40多年了，然徐东明一身正气的朗朗形象，至今让我肃然起敬、刻骨铭心。

还有一位是我转业后相逢的老战友陆征崎，有一年夏天，我与他一起去哈尔滨参加一个会议。一个中午，我俩到松花江畔游泳。我的右脚被玻璃碴割破。老陆看到我右脚血流如注，迅速掏出一块手帕裹住我的脚，背上我跑了一里多地，到一个门诊部看医生。当时体重不到100斤的他，背着体重130多斤的我，累得他浑身大汗，气喘吁吁，感动得我热泪盈眶……这起“血染松花江”事件，虽然过去了20多年，然当时的感人情景，至今仍然历历在目，这份浓浓的战友情，让我没齿不忘。

战友情啊，亲如手足；战友情啊，情深似海，他们的言行已经深深地烙在了我的记忆中，终身难忘！



在重庆市潼南县境内，商周时期巴国与蜀国的分界线上，有一个古老的小镇，原国家主席杨尚昆的故乡——双江镇。

古镇地处涪江下游，建于明末清初，距今有400余年。镇外浮溪潺潺流淌，猴溪静静诉说，收获之后的桑枝、挺拔傲立的黄角树和传统的吊脚楼……无不显示出小镇的古朴与庄重。镇内一座座清代民居，虽历百年，古朴之风犹存；别致的惠民宫，仿佛讲述着历史的深邃与无情；重檐叠瓦、红墙绿翘的禹王宫，显映着小镇往日的辉煌；宫内的古戏楼上各色人物栩栩如生。“涪江清流”“猴溪皓月”“长滩幽篴”“榕桥银帘”“橙荫晚香”等八大自然景观，好似一幅幅水墨丹青，烘托月地环绕古镇。历史一如那远去的涪江水，把小镇的风情、景致与人物细细地向世人诉说。

古镇北街，一座典型的晚清悬山式建筑，前临正街，后望猴溪，远瞻金龙、银龙二寺。这就是中共重庆地方委员会首任书记兼军委书记杨闇公烈士旧居。前店后院，一进三重，四厢及两侧耳房均为木结构套间，木梁木柱木壁木椽，木门木窗，木地木阁，映示出当时建筑业



杨尚昆

故里

□ 许永强

的技艺与风貌。原国家主席杨尚昆在这里度过了童年和少年时代。杨尚昆儿时最喜欢听的，是杨闇公在江阴炮台策动官兵起义，反对袁世凯当皇帝的事情。

如今，故居依旧如昨，从故居一侧的过道进

入，有一石板天井，右边一满月形门，内侧为一客厅；天井左侧是两间套房，为书房和塾师寝室。这是杨尚昆兄弟儿时学习的地方，书房左右两壁，曾各有一联，“耕读传家远，诗书延世长”和“世事让三分天宽地阔，心田留半亩子种孙耕”。再进一重，则为正房堂屋，上方正中有一案，上悬“清白传家”；穿堂而过为第三重房，中为后厅，两侧各有两套间。从后厅拾级而下，有一土坪种有香橙两株，杨尚昆年少时，常浇灌施肥，现果实丰硕，味美汁多，香甜润泽。

从古镇西行850米，是杨尚昆的出生地“长滩子大院”“四知堂”。院前，水田如镜，恰似一轮皎洁的月牙，故名“月亮坝”；一溪碧水，环绕其间，名“猴溪”；猴溪对岸，3座小丘“品”字而立，俗称“三星堡”。远眺青山碧水环抱的灰瓦老屋，恰似一幅“三星捧月”的水墨丹青，让人美不胜收！



可燃冰

的前生与来世

今年5月，国土资源部中国地质调查局对外宣布，我国正在南海北部神狐海域进行的可燃冰试采获得成功，标志着我国成为全球首个实现了在海域可燃冰试开采中获得连续稳定产气的国家。该消息一经公布即引发国内外媒体及各界人士的高度关注，被视为有可能改变未来能源供应和消费格局的重大成果。可燃冰究竟“何德何能”引起如此重视？其未来的开发前景又会如何？

● 天然气和水形成的冰状化合物

可燃冰，专业名称为天然气水合物（也有称甲烷水合物、天然气笼型化合物等），是在高压、低温环境下由天然气和水形成的似冰状的笼型结构化合物。因为其外观像冰，遇火即可燃烧，故俗称可燃冰。形成可燃冰的天然气成分主要为甲烷、乙烷、丙烷等烃类气体及氮气、二氧化碳、硫化氢等非烃气体，大多情况下以甲烷为主。目前在自然界中已发现的可燃冰有3种类型（I型、II型、H型），根据类型的不同，每单位体积的可燃冰分解后可释放出160~180单位体积的天然气。

大国争相进行勘探开发探索

可燃冰广阔的资源前景，已引起世界各国特别是发达国家及能源短缺国家的高度重视。美国、日本、德国、加拿大、韩国、中国、印度、比利时等都制定了各自的天然气水合物研究开发计划并采取相应措施促进对天然气水合物的研究和资源调查与试开采试验。截至目前，全球已在6个地点进行了可燃冰试开采工作，分别是：俄罗斯西伯利亚麦索雅哈气田、加拿

● 全球分布广泛，资源潜力大

自然界中，可燃冰主要分布在海域的海底大陆斜坡、洋盆等深水区以及陆上的永久冻土区，97%分布在海域，3%分布在陆上，主要涉及：西太平洋海域的白令湾、鄂霍次克海、千岛海沟、冲绳海槽、日本海、四国海槽、南海海槽、苏拉威西海、新西兰北岛；东太平洋海域的中央海槽、北加利福尼亚—俄勒冈滨外、秘鲁海槽；大西洋海域的美国东海湾外布莱克海台、墨西哥湾、加勒比海、南美东海岸外陆缘、非洲西海岸海域；印度洋的阿曼海湾；北极的巴伦支海和波弗特海；南极的罗斯海和威德尔海，以及黑海、里海和贝加尔湖等地区。美国学者认为，目前全球可燃冰所含总碳量是当前已探明所有化石能源（煤、石油、天然气）总量的两倍。人类若能对可燃冰实现规模化商业开采，将会对已有的能源结构产生变革性影响。

大马更些三角洲、美国阿拉斯加北部斜坡永久冻土带、日本爱知县东南部的南海海槽、美国墨西哥湾、中国南海神狐海域，其中仅麦索雅哈气田的可燃冰开采被认为是成功实现了冻土区可燃冰的商业开发。2017年5月10日起，我国在南海神狐海域水深1266米海底以下203~277米的可燃冰藏实现连续187个小时的稳定产气，累计产气超过12万立方米，最高产量达3.5万立方米/天，平均日产1.6万立方米，其中甲烷含量最高达99.5%，成功实现海域可燃冰试采。

● 技术是关键，环境是制约

就目前已有的资料而言，可燃冰开采方法主要有热激发法、减压法、化学试剂注入法、二氧化碳置换法、固体采掘法以及多种方式的组合方法。目前这些开采方法还存在效率低、成本高等问题，难以规模化应用。

可燃冰开采的难点，不仅在于从海底或冻土中把它们采出来，更在于实现有序、可控的开采，在开采过程中不发生大规模甲烷泄漏以及塌陷、滑坡等次生灾害问题。

● 可燃冰成功试采意义重大

此次我国从南海神狐海域水深1266米海底以下的203~277米可燃冰矿藏中开采出天然气，既是对我国可燃冰开发技术与工艺的检验和可燃冰勘探开发理论认识的检验，也是对未来可能的接替能源进行的工业开发探索。通过此次可燃冰试采，一大批涉及可燃冰开发的地质勘探、钻井技术、开采工艺、试采平台等关键技术得到了突破和实践检验，为下一步相关技术的进一步发展和完善奠定了坚实的基础。近年来，美国能引领全球页岩气革命的重要原因之一，就是其掌握了一套以水平井和多段水力压裂为代表的成熟、有效的页岩气生产工艺，实现了低成本的商业开发。我国若能以此次试采为契机，继续加强可燃冰勘探开发理论研究、提升开发工艺水平并降低生产成本，必将在新一轮国际能源消费调整和能源技术转移中占据主动优势。同时，若可燃冰能成功实现商业开采，必将对我国的能源进口谈判、能源结构调整和国家能源安全等产生重大促进作用。

● 可燃冰开发前景广阔，但距商业开采还有较大距离

从目前研究资料来看，我国可燃冰主要分布在南海海域、东海海域、青藏高原冻土区以及东北冻土区。据中石油的预测，我国可燃冰所含天然气资源总量超过83万亿立方米，是当前剩余天然气可采储量3.8万亿立方米的21倍以上，若按照2015年1380亿立方米的年产量计算，可供开采600年以上。目前，我国整体能源结构仍以煤炭为主，其在一次能源结构中占比超过63%，而相对清洁的天然气不足6%，约30%的天然气需要通过进口来满足。随着可持续发展观、绿色发展观的深入人心，我国天然气的使用量将显著提升，对外进口需求也将明显增大。如果我国能实现海域天然气水合物的商业开采，将对推动能源生产和消费革命产生重要而深远的影响。

可燃冰的开采除受技术和环境影响外，经济成本问题是另外一个制约商业化开发的重要因素。据美国估计，可燃冰的开采成本是每立方米200美元，约合每立方米天然气成本1.1美元，与当前国内不到人民币1元的常规天然气成本价相比，存在非常大的价格劣势，可燃冰开采技术和装备还待进一步突破。此外，将可燃冰天然气输送到用户的运输管网等基础设施还缺乏或很不健全，有待进一步发展和完善。虽然我国提出到2030年实现可燃冰的商业开采，但考虑到技术因素和经济因素的影响，保守估计商业开采可燃冰可能还需要10到20年时间。



歌唱幸福

□ 黄惠民

退休后，真希望时间这匹快马，能慢些走。

“树老怕空，人老怕松”。记得刚退休那些日子，由于不习惯空闲。经常为家庭、为父母、为子女、为兄弟姐妹操心着，烦恼着，身体渐渐变弱，人也渐渐变老。自从参加了公园里的“大家唱”，又上了老年大学，参加了合唱团后，心情愉悦多了，我被那歌声感染，调动起激情。

台湾一位养生专家说：“深呼吸会加速消除体内的毒素，用氧气推动淋巴系统的排毒。”实际这种深呼吸，正好和我们唱歌的方法一致，据说，用腹式呼吸法唱歌，如跑一百公尺吸氧一样，唱歌时人会变得紧张，唱完一

首歌就会放松，一紧一松刺激压力和混乱的自律神经，缓解身心，达到放松心情作用，这样持之以恒，就能改变心理状况，达到心理调节的作用。说到调节心情，音乐、唱歌确实是中医养生学的一个组成部分，运用音乐来调剂人们的精神生活，改善人们的精神状态，从而达到预防、治疗某些心理情感和身体疾病的作用，这种体会，我就有感受。

在退休的十几年里，正好是自己身体趋向老化的转折点，此阶段，一般家里都是上有老，下有小，左右又有兄弟姐妹需要照顾。2009年以来，我们家庭相继生病去世的就有6人，我和爱人经常奔波在上海到黑龙江齐齐哈

尔，奔波在上海到广东深圳，当中还有山东济南。这几年，精神和身体的压力几乎使我们趋于崩溃。

但是，只要回到上海，到了公园大家唱中，喊上两嗓子。参加了老年大学和合唱团，情况就大不一样了，心情会立马转变，不愉快的事都抛到脑后，我兄弟去世前曾对我说：“大姐，你幸运的是爱唱歌”，自己也深深体会到：“生命需要的就是这种精神和力量。”

我所以能从抑郁状况中走出来，唱歌起到很大的作用。实际，人之所以快乐，在于豁达，要想办法放下。每个人生命中有许多艰辛与无奈，人生总有可惜事，遗憾事，不平事，受挫、不幸、磨难、负担，只要心里豁达一些，行动上潇洒一点，一切都会烟消云散，一切便能海阔天空。对于美好生活能知足常乐，懂得珍惜，不断治愈心灵的伤痛，让自己的心灵升华，因此我们要不断用自己的歌唱来改变自己的心态。

此外，我感到：我们唱歌和听音乐，实际上也是在学习。音乐和歌唱，还可以教会我们聆听和学习。同时，学习歌唱，也是一种思考方式，一种爱好和追求。



侯镇是山东渤海地区的名镇。在这里曾经发生过我军生涯中一幕惊心动魄的故事，现在回想起来仍心有余悸。

1947年秋天的一天，我们中国人民解放军一行八人，在长途行军跋涉中，踏着夕阳的余辉进入侯镇，落脚兵站。

兵站主任热情接待我们，并介绍这里的情况：侯镇为新解放区，情况复杂。国民党的残渣余孽、兵痞、土匪、流氓、还乡团蠢蠢欲动，他们不甘心其失败，夜间经常对我们进行骚扰、偷袭。所以，我们要百倍提高警惕，切勿麻痹大意。

房东是位年逾四十岁的大叔。他带着笑脸引我们进入房间。这是一栋在北方乡村最普通最常见的住房。门的两侧有木棂的窗，上面覆盖层薄纸，门外为一庭院。院的周围是土坯垒起的泥墙，高不足两米，院内既无小草，又无花卉，显得冷落寂静。大叔说：“咱这地方不太平，歹人常在夜间捣乱，你们可要留神啊！”

正当我们考虑安顿休息，议论夜间轮岗时，大叔匆匆进来，双手提着只方凳，凳上放着只圆圆铁盆，盆内摆着高高的碗，然后将凳和盆碗紧紧靠在门后，说：“你们不要小看它，这玩意说不定晚上可以派上大用场，帮你们站岗放哨。万一坏人破门，它可立刻为你们报警。”

夜半时分，轮我上岗，忙起身，在房间信步，凝眸注视。夜深沉，静悄悄，万籁俱寂，只有残纸片在微风中窸窣。突然，院内仿佛有异声，引起我的警觉，贴近窗前，从纸缝中发现隐隐约约有几个暗暗人影翻墙入院。面对这突如其来的情况，心情紧张，匆忙推醒左右，大家从梦乡中迅速站起来，但见窗

外几个人影猫着身迎面而来，说时迟，那时快，大门骤然发出哗啦啦震耳欲聋的声音。这响声穿破寂静的夜空。

“有敌情，准备战斗！”我发出高喊声，大家齐声接应：“准备战斗！”其声激奋高昂。

后来事情竟然发生急剧变化，敌人对我莫测高深，最终选择夺墙而逃。一场有惊无险的“战斗”终于化险为夷。

其实，当时，我们既手无寸铁，又无真枪实弹。“空城记”最终居然能够退敌，得益于大家的高度政治警惕，也得益于房东大叔巧施小计，对退敌发挥了威慑作用。

经过这场没有硝烟的战斗，大家一路艰辛、一路欢快，走沼泽，闯芦荡，跨黄河，终于胜利到达华东军区司令部。

离开侯镇，再也未见房东大叔。愿他一生平安幸福！

夜过侯镇

□ 于庆本





八一赞歌

□ 朱铁如

乌云滚滚地茫茫，
折翅红鹰志更强。
起义枪声惊鬼魅，
会师号角震山梁。
砸开铁锁奔新阵，
收拢钢拳揍豺狼。
北战南征完大业，
神兵神器卫国疆。

钢铁长城

□ 肖思坤

万里长城万里兵，
安营布岗若钢钉。
三条纪律传家宝，
八句箴言两袖风。
党是核心凝众志，
南征北战列群英。
江山稳健金汤固，
铁骨英姿百炼锋。

南昌起义赞

□ 卜厚沛

九十年前初露芒，
风云际会聚南昌。
何须成败英雄论，
永远难忘第一枪。

颂军魂

□ 项仲升

九十殊绩耀天宇，
赤帜飞扬挽大殇。
百战鏖兵天下定，
雄师正义镇八方。

思英烈·方志敏

□ 季 军

清贫岂改男儿志，
信仰崇高眼界开。
为有牺牲多壮志，
坦言纨绔不成材。

老兵咏怀

□ 朱文理

峥嵘岁月从军记，
铁马金戈不夜城。
白首回眸无所悔，
晚年快乐志犹忠。

八一颂

□ 刘世禄

八一军旗猎猎舞，
春秋热血铸辉煌。
从前征战平天下，
今日护航奔小康。

纪念建军节

□ 刘庆泗

八一建军九十年，
杀倭灭蒋换新天。
国强民富平安日，
责有担当未卸肩。

诉衷情·怀念革命先烈

□ 鲁传熙

当年千里转江淮，壮志满胸怀。明天辗转何处？
守夜卧枯柴。
倭寇灭，虎狼来，战犹开。英雄多少，为创未来，
血染尘埃。

统战系统老干部摄影选



1	2	①	明	眸	善	睐	吴	惠	源
		②	元	阳	暮	色	席	松	林
	3	③	雨	的	眷	恋	王	建	敏
4	5	④	朱	家	角	夕	章	兆	丰
		⑤	城	市	之	巅	康	泰	新



