

■ 随笔杂谈

# 长征壮歌 诗情画意

□ 颜培林

今年是红军长征胜利 90 周年,由此想到《长征组歌》首次上演距今已半个多世纪了。《长征组歌》如同一幅漫长而斑驳的画卷,在我记忆的深处缓缓展开。那些曾经在校园或北大荒农场学唱《长征组歌》中的选曲,如今依旧能在唇齿间脱口而出,记忆犹新。

我们这一代人是读着长征的故事,听着《长征组歌》长大的。《长征组歌》又名《红军不怕远征难》。作品由《告别》《突破封锁线》《遵义会议放光辉》等 10 个曲目组成。《长征组歌》以深刻凝练的语言,优美动人的曲调,浓郁的民族风格和为群众喜闻乐见的艺术表现形式,讴歌了中国工农红军在党中央毛主席的领导下,不屈不挠、无私无畏的革命精神,歌颂了红军指战员艰苦卓绝、英勇奋战的英雄气概,颂扬了中国革命史中具有传奇色彩的两万五千里长征。记得读小学时,学过《飞夺泸定桥》《过雪山草地》《巧渡金沙江》等课文。当年老师要求我们背诵的有些段落,如长征是宣言书,长征是宣传队,长征是播种机至今难以忘怀。还记得当年教语文的杨正平老师,为了培养学生的演讲能力,要求每一个

学习小组推荐一名同学在全班讲演长征的故事。我被学习小组推荐参加演讲,兴奋不已。为了讲好长征故事,我到学校图书馆查阅有关长征方面的书籍,利用课余时间阅读,在昏暗的灯光下写讲稿,还让哥哥帮我修改。在家里试讲的过程中,有的表情动作不到位,有的吐字不清,哥哥一一帮我指出。依稀地记得,在班会讲演的共有六位同学,我是最后一个出场。每一位同学的讲演都受到了老师和同学的称赞。还记得多才多艺的徐臣明老师,教我们学唱《过雪山草地》等歌曲。由于当时条件有限,徐老师把词谱用毛笔端正抄在一张大白纸上,然后挂在黑板上方。徐老师让每位同学备一本“练习簿”抄歌词。他还认真真地过目每一个同学抄写的歌词。记得周末的下午,我们集中在简易的教室里。徐老师声情并茂地教唱,我们认真真地学唱,每一次学唱,我们都心潮澎湃。大家带着对红军战士崇敬和热爱的心情,一丝不苟地唱好每一个音符。每一次学唱都使我想起书本中、电影中渡过大渡河,巧渡金沙江、飞夺泸定桥等一幕幕感人的景象。每次唱完回家,我们几

个小伙伴还会在回家的路上大声地唱,那情景至今萦绕心间。在北大荒农场期间,为了纪念长征胜利 40 周年,连队文艺小分队在简陋的礼堂,排演了《长征组歌》中的选曲《告别》《遵义会议放光辉》等歌曲。我们基建排在抗战老兵张国璋的指挥下,也学唱《四渡赤水出奇兵》,各地知青在收工的路上或宿舍里,只要有人带头唱起“横断山,路难行”,接着大家就会一起大声地唱起来。每当耳边响起《长征组歌》,我便更加深刻地体会到红军战士无所畏惧的革命精神和豪迈气概,无论在思想上,还是在感情上都会受到熏陶与感染。

我任教期间,曾教过《老山界》《七根火柴》《七律·长征》等课文;也在班级举办过长征故事演讲比赛活动,旨在引导学生通过讲长征故事,汲取精神力量,厚植爱党爱国的感情。

长征精神激励着一代又一代的人奋勇向前。一个民族、一个国家乃至个人一旦拥有这种精神,就会永葆青春和活力。作为一部用音符表达长征精神的红色经典,《长征组歌》的音乐仍在回响,它永远是人们心中的红色记忆。

## 中秋与月亮

□ 钱坤忠

中秋节是我国传统节日之一,有着悠久的历史,与其它传统节日一样,也是慢慢逐渐发展形成的。中秋又叫月夕,起源于古代,早在汉朝时期就已开始有祭月习俗。而中秋成为节日,是宋以后的事。唐代的繁荣,逐渐激发了民间在仲秋的祭月活动。时节的玩赏之风、赏月之风和民间流传的祭月风俗逐渐合流。中秋节也有很多典故传说,如嫦娥奔月、吴刚伐桂、玉兔捣药等。这些故事承载了人们对团圆美好生活的向往。

唐宋文人中秋玩月多伴随着宴饮聚会,这一形式也为民间所效仿,到北宋中期,形成了以文人官僚的诗筵笔会和市民宴饮玩乐并行的大众化的节日。但宋代山河破碎,外敌侵扰,中秋的节义有了更不一般的内涵。“祭月”与“团圆”使得中秋节的习俗内涵变得完整而更富意义。“明月几时有,把酒问青天”的祭月情感与“但愿人长久,千里共婵娟”的团圆期盼合而为一,奠定了中秋节节日文化的基本内涵。

现在中国城乡各地民众乃至遍布世界各地的华人侨胞,中秋节这天都有吃月饼的习俗。民间谚语说,“八月十五月正圆,中秋月饼香有甜”,月饼成了中秋节的一个象征。

小时候在家乡过中秋节,家乡人都称过八月半。外婆拿着樟木做的印模,把母亲揉进豆沙的面粉团填满印模槽中,外婆手腕一翻,案板上开出了朵朵的花印。记得外婆对我说,吃这种月饼要配着月光吃,才有味道。她眼角的笑纹会挤成一朵花,在月光下泛着温暖的光。我拿着豆沙月饼,边吃边走到家乡桥畔的月色荷塘,如今成了珍贵的回忆。

有一年大学同学聚会南京,巧遇中秋。我们几位老同学晚上坐在秦淮河画舫中,感受美好的月光。那无遮无拦的夜空,碧色如洗。灿烂的星斗,像钻石一般闪闪发亮。而那一轮圆润的明月静静地挂在天上,高远而深邃。相传秦始皇东巡时,望金陵上空,紫气升腾,以为王气,于是下令凿断方山龙颈,使原淮水改道穿城而过,后世遂称“秦淮河”。在文德桥赏月的南京人都知道李白捞月的故事。传说唐代大诗人李白曾在文德桥附近酒楼饮酒赋诗,只见皓月当空,银辉泻地,便趁着酒兴上文德桥观景,突然发现月亮掉在水里,便醉意朦胧地跳下桥去,欣然张开双臂捞月,水中月亮被剖成两半。这一故事,口口相传千年。从此每年中秋那天的夜晚,人们都争相来文德桥观赏半边月。我们会在画舫中,吃着月饼,体会着秦淮河上浆声灯影的感觉。

最使我难忘的一次是在海上过中秋。记得那年九月底的时候,我们船船过了苏伊士运河,经过红海,出了阿拉伯湾,就一直航行在印度洋上,直驶马六甲海峡。那时还没有集装箱,大部分船舶都是散杂货船。中秋节那天晚饭后,我们来到宽广的甲板上,凝望着海天相接处。咸湿的海风裹着海浪声,月升沧海的瞬间最是震撼,我们眼睛一眨也不眨,只盯着远方的海平线。那轮金盘并非从云端滑落,只见一轮金黄的圆盘正缓缓浮出,像是被海水轻轻托起的明珠。我禁不住大声朗读起“海上生明月”这句家喻户晓的诗句,接着有人很快接上“天涯共此时”的下句。然后大家拍手欢呼。海上月光不受山峦楼宇切割,完整地倒映在无边无垠的海面,形成“天月”与“海月”相映的奇观。月光在起伏的海浪中被揉碎成流动的银箔,比陆地的月光更具动态感染力。乡愁不再是凝固的块垒,而成为波浪的呼吸。这时月光已铺满海面,浪花推着银色的波纹涌来,似乎在船边碎成千万个月亮。这时月亮已升至中天,它不再羞涩半掩,而是坦然绽放清辉,将我们整船浸在乳白色的光晕里。大海用它的宽广包容了所有的离愁,月亮以它的温柔抚平了所有的褶皱。此刻方知古人为什么总将明月比作明镜,它照得出哲人的沉思,也映得出游子的乡愁。苏东坡若在此,也许要再问“明月几时有”;张九龄的“情人怨遥夜”,此刻会成了海浪的低语。我意识到所谓团圆或许不在相聚的时刻,而在共享的这轮明月里。

赤道无风带,当我们巨轮沿着赤道在印度洋航行的时候,不会有大的风浪,只有微风吹拂,轻浪有节奏地伴随着静谧的大海,把我们送入中秋之夜。

# 普陀社区教育快讯

PU TUO SHE QU JIAO YU KUAI XUN

准印证号(B)0304 内部资料 免费交流 发送对象:普陀区社区学院(老年大学)暨所属街镇社区(老年)分校师生  
主办:普陀区业余大学(半月报) 第 13 期(总第 216 期) 2026 年 10 月 15 日

## 以评促建提质效 文明创建谱新篇

区文明办区教育局领导调研区业余大学文明创建工作

9 月 23 日上午,区委宣传部副部长、区文明办主任慈兴国,区教育工作党委书记胡俊一行实地调研上海市普陀区业余大学文明创建工作。区业余大学党总支书记、校长张结,副校长张凤芳、顾明辉、周雪梅及相关人员陪同调研。

考察组一行首先来到枫桥路校区,参观了正在展出的老年教育精神文明主题书画展,对学校以展览为载体推动老年教育精神文明建设的做法给予好评。随后,考察组实地查看了办公环境、书画苑、智慧钢琴教室、合唱教室等教学区域,详细了解了学校老年教育办学情况及精神文明建设成果。接着,考察组驱

车前往曹杨路校区,先后考察了校史馆、工会之家、食堂、悦书坊、健身房等场所,全面了解学校学历教育、非学历培训、社区教育、老年教育“四教”协同发展情况及文明创建各项举措。

交流会上,慈兴国对学校将文明创建与终身教育事业深度融合的做法给予充分肯定,并提出三点要求:一是坚持服务大局,要始终把文明创建放在服务区域发展大局中谋划推进,持续强基固本,以优质高效的教育服务不断提高学校的公信力和美誉度,让文明创建成为推动学校事业发展的坚实支撑。二是坚持以人为本,要加强社会公德、职业道

德、家庭美德、个人品德建设,不断增强教职工的向心力和凝聚力,提高教职工对文明创建的认同度和参与度,进一步营造宣传氛围,让文明理念内化于心、外化于行。三是坚持示范共建,要充分发挥学校作为区域终身教育核心枢纽的辐射带动作用,加强属地共建,推动文明创建从校内向校外延伸、从师生向市民辐射,以榜样引领和志愿服务传递文明风尚,在区域文明创建中发挥更大示范带动作用。

胡俊表示,区教育局高度重视区业余大学文明创建工作。她希望学校多学习借鉴其他单位的好经验、好做法,在氛围营造中注重与时俱进,让校园环境文化环

境更加贴近师生、贴近市民。她勉励学校要以文明创建评估为契机,进一步推动各项工作提质增效,以文明创建赋能事业发展,以事业进步检验创建成效。

张结对上级领导的关心指导致以衷心感谢,表示要认真落实调研指导意见,在“协同创新、服务至上”校园精神引领下,持续推动文明创建工作与中心工作同频共振,努力办好普陀百姓身边的满意大学,为学习型社会建设贡献更大力量。学校将铆足干劲、砥砺深耕,以崭新面貌迎接市级实地评估,将文明创建贯穿办学治校各环节,不断巩固拓展创建成果,推动学校各项事业再上新台阶。

## 总结树立和践行正确政绩观学习教育工作

——区业余大学召开党总支(扩大)会议

9 月 28 日,普陀区业余大学召开党总支(扩大)会议,深入学习贯彻习近平总书记关于树立和践行正确政绩观的重要论述和重要指示精神,落实中央、市委、区委及区教育工作党委部署要求,总结树立和践行正确政绩观学习教育工作,研究部署巩固拓展成果、建立长效机制。区教育局

副局长王贞飞及督导组人员出席会议。会议由党总支书记、校长张结主持。

王贞飞在充分肯定普陀区业余大学学习教育开展得扎实有效的基础上,提出了三个持续要求,一要在学深悟透上持续发力,进一步锤炼思想;二要在整改落实上持续发力,进一步推动成果转化;三要在建章

立制上持续发力,进一步巩固常态长效。

会议强调,要以此此次学习教育为新起点,久久为功、持之以恒,持续巩固拓展成效,主动融入普陀教育“十五五”发展大局,努力创造经得起历史检验的实绩,为学校争创全国文明单位蓄势聚能,为普陀终身教育高质量发展贡献力量。



9 月 29 日,2026 年普陀区老年教育艺术节系列活动——“歌·盛世华章”国庆音乐专场在普陀区老年大学岚皋校区区·剧场温情启幕。整场音乐会篇章清晰、旋律悠扬,以多元器乐与合唱形式,串联红色记忆、山河情怀与时代新声,为现场观众献上了一场兼具温度、厚度与情怀的高品质视听盛宴。老年学子们以乐为媒、以声传情,用饱含热爱的旋律致敬峥嵘岁月、礼赞盛世中华,不仅丰富了辖区老年文化生活,营造了浓厚的国庆节氛围,更彰显了新时代银龄群体老有所学、老有所乐、老有所为的崭新风貌。

## 协同创新赋能终身教育

□ 新言

教师是教育发展的第一资源,师资队伍建设是学校高质量发展的核心基石。区业余大学以“弘扬教育家精神,深化协同创新”为题召开教师工作会,既是对过往师资建设成果的总结复盘,更是立足终身教育赛道、锚定育人初心的一次精准赋能。

深耕师资培育,夯实育人根基是学校发展的底气所在。区业余大学多年来探索构建“三位一体”师资培训机制,搭配青蓝工程、师徒带教、赛事研讨等多元培育模式,搭建起分层递进、系统完善的教师成长梯队。这套常态化、体系化的培育体

系,跳出了单一教学培训的局限,全方位锤炼教师思政素养、教学能力与科研水平,让教师队伍整体实力稳步提升,为学校办学质量稳步进阶筑牢了人才支撑。弘扬教育家精神,坚守育人初心是教育发展的核心要义。新时代教育对教师提出了更高标准要求。会议立足新形势、新使命,从立德树入、勤学善研、为民担当

三个维度划定教师成长方向,同时聚焦师德师风、法治育人、社会责任等关键节点,直面教师成长的现实问题与发展痛点。这一系列要求,将精神引领与实操规范相结合。此次教师工作会有效凝聚了全体教师的发展共识,打通了教师个人成长与学校发展、区域教育建设的联动通道。

短论

■ 赏析

### 区第十三届市民读书节“AI为笔·文化为魂”AI绘画创作大赛作品选(2)



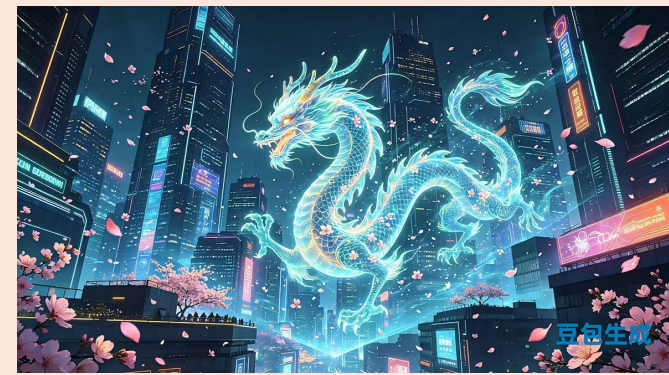
朱楼四面钩疏箔 卧看千山急雨来 宣川 岳燕



匠心续脉剪影成新 长征 湛煜铭



端午龙舟盛会 长征 马英杰



赛博惊蛰 春之龙息 甘泉 稚祺源