

金 秋 寄 语



2018年 第2期 总第116期

中国人民对外友好协会

离 退 休 党 总 支
离 退 休 干 部 处



3月22日，李小林会长会见德中友协联合会主席团代表团，并与德中友协联合会主席卡斯特签署两会合作协议。

主 办：离退休党总支
离退休干部处

编 委：聂绍玫 王金城 王敬华 郭庆岚 郭自勤 王润柯
连建磊 胡晓燕

责任编辑：聂绍玫

版面设计：胡晓燕

网 址：<http://www.cpaaffc.org.cn>（中国人民对外友好协会官网）

投稿邮箱：youxielituiban@163.com

联系电话：65272829

目 录

《金秋寄语》

2018年第2期 总第116期

4月10日出版

-
- 友协动态····· 编者辑 1
 - 金秋简讯····· 编者辑 2
 - 报刊摘编
 - 2018年政府工作报告要点····· 编者辑 3
 - 砥砺奋进的中国····· 编者辑 5
 - 征 文
 - 日本之行诗二首····· 李利国 6
 - 诗三首·····
 - （年会微信群、血月惊艳、元宵）····· 张淑君 6
 - 书店的故事····· 顾子欣 7
 - 毫不利己专门利人的活雷锋····· 欧阳凡 11
 - 浅谈厕所革命····· 王敬华 14
 - 狗年说狗····· 郭自勤 18
 - 姓名趣闻····· 郭庆岚 19
 - 知识园地
 - 春季养肝正当时····· 编者辑 21
 - 讣 告
 - 陈永昌同志讣告····· 编者辑 23
 - 封 面
 - 第十三届全国人民代表大会第一次会议在北京人民大会堂举行····· 编者辑
 - 封 二
 - 李小林会长与德中友协联合会主席卡斯特签署两会合作协议····· 编者辑
 - 封 三
 - 2018年走访部分离退休老同志照片集锦····· 编者辑
 - 封 底
 - 2018年新春团拜会演出剪影····· 编者辑

友协动态

※3月20日，李小林会长在京会见日本全国知事会会长、京都府知事山田启二一行。

李会长向山田一行介绍了党的十九大和今年“两会”的有关情况。她表示，今年是中日和平友好条约缔结40周年，也是中国改革开放40周年，中日关系面临进一步改善发展的重要机遇。全国对外友协和中日友协愿与包括日本地方在内的各界人士一道，抓住机遇，通过举办一系列纪念活动，不断深化双方在经贸、人文、青少年等各领域的交流合作，助力两国关系持续改善发展。



主席尼尔·布什（Neil Bush）、美中合作委员会主席查尔斯·福斯特（Charles Foster）等进行交流。

美方表示，美中关系是世界最重要的双边关系之一，地方合作是两国关系的重要基础。得州拥有丰富的自然和人力资源。近年来，其经济发展居美国各州前列，能源、医疗、创新、教育等行业发达。得州愿意扩大对华交往，希继续通过地方政府、立法机构、友城等渠道加强各领域交流合作，为两国关系健康稳定发展做出新的贡献。



※3月7日至8日，谢元副会长率全国对外友协工作组访问美国得克萨斯州，与得州经济发展局局长布莱恩·丹尼尔（Bryan Daniel）、得州众议长办公室主任帕特里夏·希普顿（Patricia Shipton）、休斯敦市长办公室首席发展官安迪·伊肯（Andy Icken）、美国前总统老布什三子、布什美中关系基金会

※应美国全国州长协会邀请，全国对外友协美大部张和强主任于2月22日至25日率工作组赴美国首都华盛顿出席该组织冬季会议。会议期间，张和强主任分别会见阿拉斯加州州长沃克、肯塔基州州长贝文、密西西比州州长布莱恩特、新泽西州州长墨菲、美国州政府理事会联邦事务主任卡里拉斯，就加强中美地方交流与合作交换意见。



金秋简讯

※中国人民政治协商会议第十三届全国委员会第一次会议（简称全国政协十三届一次会议）于2018年3月3日在北京开幕，3月15日在北京闭幕。我会户思社副会长当选全国政协常务委员、宋敬武副会长当选全国政协委员。

※1月31日上午，在和平官举办了2018年离退休同志新春团拜会，离退休人员、会领导及各部门负责人共160余人欢聚一堂，喜迎新春佳节。

会议由离退休干部处处长聂绍玫主持，户思社副会长致贺词，代表会党组、全会干部职工对离退休同志一直以来为民间外交工作作出的杰出贡献致以崇高的敬意并对老同志们致以节日祝福。李希奎秘书长向老同志们通报了我会2017年工作情况和2018年工作设想。离退休党总支书记王宏强同志作为老同志代表讲话并通报离退休党总支

一年来的工作情况。林怡、宋敬武副会长出席了此次活动。

此次团拜会的文艺节目全部由离退休干部处工作人员和离退休老同志们共同精心编排演出，自导自演了太极剑、诗歌朗诵、舞蹈、表演唱、歌曲演唱等节目，并展示了过去一年来老年大学的学习成果和集体活动、走访慰问的照片。老同志们欢聚一堂，团拜会取得了圆满成功。

※今年“两节”期间，离退休干部处领导陪同会领导分组走访慰问了29位老党员、老干部及困难职工。每到一位老同志家中，会领导与老同志亲切交谈，关切地询问他们的身体情况和生活状况，认真听取老干部对我会工作的意见和建议，为老同志们送去了慰问金及党组的节日祝福。离退休干部处工作人员于2月13日陪同陈昊苏、姚淑贤两位老同志参加了在人民大会堂举办的首都各界人士新春团拜会。

——本刊编者辑

2018年政府工作报告要点

2018年政府工作报告对今年的政府工作作出具体安排，制定了经济、社会、民生、生态等领域的一系列目标。3月5日，李克强总理作政府工作报告，一起来看，要点如下：

一、五年成就

主要做了9方面工作。办成了不少大事：

国内生产总值从54万亿元增加到82.7万亿元。

城镇新增就业6600万人以上。

基本医疗保险覆盖13.5亿人。

贫困人口减少6800多万。

重点城市重污染天数减少一半。

基本完成裁减军队员额30万任务。

高铁网络、电子商务、移动支付、共享经济等引领世界潮流。

还要保持清醒：部分地区经济下行压力较大。在住房、教育、医疗等方面群众还有不少不满意的地方。形式主义、官僚主义不同程度存在。

二、今年目标

国内生产总值增长6.5%左右。

居民消费价格涨幅3%左右。

城镇新增就业1100万人以上，城镇调查失业率5.5%以内。

单位国内生产总值能耗下降3%以上。

居民收入增长和经济增长基本同步。

三、今年重点工作

收入：提高个人所得税起征点。

教育：切实降低农村学生辍学率，着力解决中小学生学习负担重问题

医疗：居民基本医保人均财政



补助标准再增加 40 元。扩大跨省异地就医直接结算范围。

去产能：再压减钢铁产能 3000 万吨左右，退出煤炭产能 1.5 亿吨左右。

降成本：再为企业和个人减税 8000 多亿元。

创新：加强新一代人工智能研发应用。加强雾霾治理、癌症等重大疾病防治攻关。

财税：健全地方税体系，稳妥推进房地产税立法。推进中央与地方财政事权和支出责任划分改革。

三大攻坚战：

严厉打击非法集资、金融诈骗等违法活动。防范化解地方政府债务风险。

今年再减少农村贫困人口 1000 万以上。

二氧化硫、氮氧化物排放量要下降 3%。严禁“洋垃圾”入境。严控填海造地。

乡村振兴：探索宅基地所有权、资格权、使用权分置改革。新建改建农村公路 20 万公里。

消费：新能源汽车车辆购置税优惠政策再延长三年。降低重点国有景区门票价格。

投资：完成铁路投资 7320 亿元、公路水运投资 1.8 万亿元左右。

开放：放宽或取消银行、证券、基金管理、期货、金融资产管理公司等外资股比限制。探索建设自由贸易港。

——摘自人民日报客户端



砥砺奋进的中国

经济建设发展惊艳世界

※经济迅速增长。五年来国内生产总值从 54 万亿元增至 82.7 万亿元，年均增长 7.1%，相当于全世界 GDP 排名第五至第十的英国、印度、法国、德国、巴西、加拿大等六国的总和，对世界经济增长贡献率达到 30%，是全球经济增长的主要贡献者。

※人民生活持续改善。五年来居民收入年均增长 7.4%，成为世界人口最多的中等收入群体；中国是全球减贫事业的主要贡献者，贫困人口减少 6800 多万，对全球减贫事业的贡献率超过 70%。

※震惊世界的中国路。中国有句名言：“要致富，先修路”。中国是此说的实践者和受益者。

高速铁路。运营里程已达 25000 公里，总里程占世界三分之二，排名世界第一，是世界高铁里程第二到第十位国家的总和。

高速公路。总里程已增至 13.6 万公里，覆盖全国 98% 的 20 万以上人口的城市，排名世界第一。

城市轨道交通。运营里程 4153 公里，排名世界第一。

※举世瞩目的中国桥和港。

港珠澳大桥。大桥连接香港、珠海、澳门，是超大型跨海通道，全长 55 公里，其中包括全长 6.7 公里的海底隧道，是世界最长的钢

结构桥梁和最长的海底隧道，被英国媒体评为“现代世界七大奇迹”之一。

斜拉桥。排名世界前 10 位的斜拉桥，中国占了 7 席。

悬索桥。排名世界前 10 位的悬索桥，中国占了 6 席。

超级大港。全球吞吐量排名前 10 位的大港，中国包揽了 7 席。上海洋山港全自动化码头，集装箱装卸量排名世界第一。

※闪耀世界的“中国天眼”(FAST)。建于贵州省平塘的 500 米口径球面射电望远镜，于 2016 年 9 月底落成启用。这是世界最大的单口径球面射电望远镜，其综合性能是美国阿雷西博射电望远镜的 10 倍，它将帮助人们探索百亿光年以外的星际空间互动信息。

※领跑未来的航天探索。

2016 年我国全年航天发射首次超过美国，跃居世界首位。近五年长征系列运载火箭共完成 86 次发射任务，将 100 多个航天器成功送入预定轨道，发射成功率达到 97.67%。嫦娥 3 号首次实现月球软着陆，创造了在月工作时间最长记录。世界首颗量子卫星“墨子”号提前实现全部既定科学目标，这使中国量子通信领跑世界。

——本刊编者辑



诗词欣赏

日本之行诗二首

李利国

《七律》 陪同夫人和女儿乘坐
JR 东海道新干线从东京去静冈
市清水区参观樱桃小丸子博物
馆有感

(2018.2.1)

风吹雨落望天低，清水寒冬到客稀。
一片赤心偿夙愿，满园学子待来期。
回声不解急行早，光影难知忘返迟。
当借他山石作玉，知行教化岂能虚？

《七律》 旅行结束乘坐
CA926 航班回国途中有感

(2018.2.9)

我生尤恨昭和祸，黠武穷兵必斥驳。
敢教狂人说反省，更循元老促邻和。
闲人愿献忙人策，前事当师后事则。
今到东瀛寻旧梦，扶桑国里故人多。



诗 三 首

张淑君

年会微信群

为筹年会组微群，编导策划总劳奔。
帅哥靓女初联袂，俊朗妩媚格调新。
音画炫美情融景，技出军旅姊妹亲。
歌舞六香华山剑，激情洋溢满堂春。

元 宵

炫光异彩万千树。银河泄，如
飞瀑。流连顾盼凝神处。天地同圆，
人间团圆，共把元宵度。

凝脂如雪润如釉。兰汤沐芳琼
浆露。浑如太极无极出。汤圆月圆，
万象同圆，莫把天道负。

血月惊艳

血月全食演中天，初亏既甚生光圆。
天象奇观因何出，吾将日月一线牵。



书店的故事

顾子欣

我记得幼时在上海上学，每天放学之后，不念什么书，多半时间是在玩。或在操场上官兵捉贼；或在弄堂里踢皮球，把两个书包分摆在地上，就算是足球门了。那时小學生的书包里，只有两本薄薄的教科书、作业本，和一个铅笔盒，轻得很；不像现在的孩子们背着沉重的双肩包，一个个跟特种兵似的。

那时老师留的作业也少，回到家后草草地就做完了。剩下的光阴可怎么打发好呢？那年月又没电视看，更不用说玩手机。于是就看小人书消遣，大多是武侠的，诸如《三侠五义》啦，《蜀山剑侠传》啦等等；有时看得热血沸腾，也曾向往去深山中拜师习武做一名侠客，但终究未付诸行动，没有走火入魔。

及至上了初中，才读一点课外书；却一上来就读大部头的，有《三国演义》《水浒传》《荡寇志》等。《三国演义》家里有，所以闲时常

常取出翻阅，兴趣不在看谋士们如何用计，而在比较武将中谁武艺最高强，是吕布、关羽、还是赵子龙？父亲也给我买过几本新文学书，有冰心、叶圣陶的散文集，是为帮我学些新词写作文用的。

比起读书来，父亲更注重督促我习字。他教我学颜体字，初临颜真卿《多宝塔碑》，后又临谭延闿字帖。谭字承宗颜体，但敦厚中更多几分娟秀。他给我规定每天写多少字，写完后要交给他看。因此我的书法在同龄学童中可算得佼佼者。但回想起来，我幼年在上海和浦东时读书不多，更没有进过一家书店。

上世纪五十年代初，父亲奉调北京工作，我家先住南小街一胡同里，我就读于大同中学，都离王府井大街不远。在北京城繁华之地，有两个地方对我最有吸引力：一个是在街北口的东安市场，我爱看那



里卖的各种手工艺品；另一个是在街南口的新华书店，它是当时北京最大的一家书店。也是我在人生之途上走进的第一家书店。

这书店中的景象震撼了我的心灵。我掉进了一个书之城，一个书之海。

其实，当时的这家书店只有一层，但它占地面积大，铺的是木头地板，书架都靠墙排立着，其高几与天花板齐，店中央不摆书架，留出巨大的空间，使书店显得格外宏敞高大，简直像座殿堂一样。我在这殿堂中环顾四周，只觉得琳琅满目，神迷心眩。我在这书架看看，又到那书架转转，最初是看书的封面和插画，逐渐也读起书中的文字来。那时书店是全开放式的，顾客（或读者）可随意选书阅览。书架旁放着梯子，以供取书架高处的书。而我呢，当站着看书时看累了，就坐在梯子的横档上看。

古语说：“近朱者赤，近墨者黑。”显然，我是因家离书店近，受其书香之熏染，才与书和书店结下情缘的。我那时是个初中生，手头没有多少零花钱，买不起什么书；多是在书店看到了喜欢的书，



就把书名记下来，到学校的图书馆去借来看；若学校无此书，就到书店里去看。记得有一次冬天在书店看书，走出书店时天已黑了，空中飞扬着纷纷雪花，而我的脑海里还在想着书中的故事。

后来我家迁居南礼士路，我在三十五中读高中，离王府井就很远了；但从学校去西单倒近便，于是我常骑自行车去西单新华书店。因为是高中生了，母亲给我增加了零花钱，我使用此作为买书钱。我买的多是苏俄文学作品，如《普通一兵》《钢铁是怎样炼成的》，普希金、莱蒙托夫的诗，屠格涅夫、契诃夫的小说等。在西单商场对面，当时有一家五十年代出版社书店，卖前苏联出的俄文原版书，我也偶尔去光顾。我在上海读小学时学过英文，到北京上中学时才改学俄文，连俄文语法还未学通，但我却好高骛远，竟也买了几大本俄文原著。功课之余，翻着俄华词典，对照中文译本，读上一两首普希金的诗，自觉其乐无穷矣。

这些书肆门面虽小，但书可是真不少，不但书架上摆得满满的，还有些书干脆摊在地上。其中有我



渴慕的英美文学名著，且书价便宜，常给我带来意外的惊喜。我曾在此购得狄更斯的 David·Copperfield（大卫·科波菲尔），价仅4角；萨克莱的 Vanity Fair（名利场），价1元2角；精装本拜伦诗选，价1元6角；彭斯诗歌全集，价7角。我陆陆续续地几乎购全了狄更斯的著名小说，计有十几本之多。我还买到了一本皮面精装的莎士比亚全集，价4元，这是我当时买书的最奢华之举了。

东安市场里也有卖中文旧书的书店，我在寻寻觅觅中曾淘得多种珍爱之书。如我的第一套《鲁迅全集》，共有10卷，我一次买不起，是分几次在几家书店拼凑买齐的。我还买到了《杜工部（杜甫）诗集》《韩昌黎（韩愈）文集》《饮冰室文集》（梁启超著），而且都是线装本。我在上大学时，家里每月给我20元生活费，其中12.5元交学校伙食费，余下的钱就基本都用在买书上了。我去逛书店时，我女友（后为我妻子）常陪我同行。有时我看到一本喜爱的书，但因囊中羞涩只好放下，而她却对我说：

“你要是喜欢就买吧，我来出钱。”

60年代初，我分配到中国人民保卫世界和平委员会（后与对外友协合并）工作，从此我在它的大院里度过了数十岁年华。此院位于台基厂大街，距王府井新华书店仅百米之遥，这就更助长了我的逛书店

和买书的癖好。经年累月之间，我拥有了自己的满满一柜的藏书。然而，1966年“文革”开始，在“扫四旧”的大浪潮的威慑下，我把我的绝大部分藏书都当废纸卖给了收破烂的。中文书只留下《红楼梦》和《鲁迅全集》；外文书只偷存《莎士比亚全集》和两三本英文小说。前者因不属禁书之列；后者因实在难以割舍。我要与“封资修”文化彻底决裂，但在心灵深处又有点疑惑：那些书当真都是毒草或垃圾吗？

到了“文革”后期，文化禁锢似乎有所松动。其征兆之一是在王府井附近的锡拉胡同里开了一家旧外文书店。锡拉胡同是条狭窄的小胡同，但在历史上却颇有名，据说慈禧年幼时在此住过，袁世凯任军机大臣时也住此巷西口。在这里开设旧书店许是地处僻静之故吧。一般人不能随便进这书店，有门禁查看来者工作证后方许入内。店中灯光幽暗，照着那些斑驳的旧书，显得神秘兮兮的。这些旧书是从哪里来的呢？它们或有各自的浪迹险历吧？其实这儿能让我看上的书甚少，但我还不时地去走一遭，以此消磨寂寞的光阴。

1976年“文革”结束，万象更新，思想解放，“知识越多越反动”的年代过去了。书店里竞相出售重印的各种名著，我见到了便赶紧买下，生怕它们会跑掉似的。随着改



革开放的到来，出版界突破了固守的禁区，翻译出版了某些现代派作品，我也出于好奇之心买了几本。同时我自己也写点诗文，兼事翻译有些许稿费收入，买书时再不必太为钱袋发愁。后来我的著（译）作也出现在书店里，我与书店的关系自然就更加密切了。

除了新华书店之外，我也去三联书店、中国书店、琉璃厂等书店。我有几套大书都是中华书局版的，如《诸子集成》《史记》《资治通鉴》《李太白全集》《太平广记》等。看鲁迅日记，他住北平时三天两头跑琉璃厂买书，那是旧文人的留恋之地。如今的琉璃厂金碧辉煌，非老琉璃厂可比拟，但多卖字画与文房四宝，只有东西各一家书店卖书，多是新出的书。我在此购得几种新版线装书，有《山海经》《文心雕龙》《世说新语》《古文观止》等，乃扬州广陵书社刻印，皆布套装帧，配有插画，读来赏心悦目。我也很想买一套《梦溪笔谈》，却告已售罄，不免引为憾事。

数十年逛书店的结果，我家里的书橱已增至10个，书房里摆不下，侵占到了卧室里。我想我觅书买书藏书，非为附庸风雅，确是从爱书出发。但若问我这些书是否都读了呢？我只能坦白的说没有。比如《资治通鉴》，煌煌20卷，史书之经典也，我几番下决心要通读一遍，但至今未读完。《诸子集成》也只是挑着读。不过有些书我是认真读了

的，如新版《鲁迅全集》（共18卷），我从头至尾一字不漏地读过。我也花功夫研读了霍金的《时间简史》。某些英美原文名著是我常读的书。法国诗人波特莱尔的《恶之花》，梅里美的小说，我也仔细读了。我在瑞士工作时，曾把法文的福楼拜尔的小说（共6部）都买齐了，打算回国后好好读，却因疏懒而未读；如今“闲白了少年头”，再无力开卷，只好摆在书橱里当作装饰了。

作为一个书生（或叫知识分子），与书店和书打交道，本是理所当然的事。但眼下我们却看到读书的人好像是越来越少了。手机代替了书本。书店似日渐萧条。不但在地铁里，人人低头看手机；即使家庭聚会，也每人各看手机，全家一片寂静。难道这是科技发展的必然结果吗？我为之困惑不解。人工智能突飞猛进，有可能将把智能芯片直接装在人脑里，到那时人无需再辛辛苦苦地上学读书，书店和书籍恐将成为人类文明的一种遗迹了。

我生此杞人忧天之想时，望着我书橱里的书，忆起与书店有关的往事，难免有几分失落与迷惘。但转念一想，历史进程不可阻挡，要来的要去的，都只能随其来去。对我个人来说，书籍曾给予我知识和愉悦，当劳顿之暇，手捧一卷，坐于窗前，如品醇酿，总归是人生之快事；而在我的记忆中，书店给我留下的是不可磨灭的美好的故事。



毫不利己专门利人的活雷锋

欧阳凡

回顾过去的年月，让我一生中看书学习最有意义的是两个阶段。一是七年半的苦读私塾，让我养成了读书的习惯。直到现在，除了看新闻以外，只要有好书，我就可以不看电视。二是在中南海工作期间的自我约束学习，使我开阔了视野，学到了一些国际知识，也懂得了一些处事做人的道理。

到国务院外办以后，在本职工作上对我没有多大压力。但是，在空军二预校卫生院给我做的阑尾炎手术却让我留下了后遗症。手术后在二预校很长时间腹部疼痛，大便不正常。从二预校卫生院出来到国务院外办继续吃药治疗，可就是久治不愈，也不见好转。后来我给领导和周围的老同志讲了这个情况。我们秘书组的一位中年干部霍英华同志听后特别热情，特别关心重视。她说西药吃这么久了也不见效，能不能改吃一段时间的中药。我说可以，就是看医院能不能煎药。她说：“煎药没问题，我帮你煎。”我说附近没有中医院，也不好办啦。她想了一会儿说：“我听说北大医院（北京大学第一附属医院的简称）

有两个老中医医术很好，但平时不看病，只是配合西医做些治疗。”她继续说：“要不然我们单位写个信函给医院说明情况，请他们的老中医看看，帮忙治疗一段时间再说。”我说好，谢谢你的关心。她说：“只要你同意了，这些事我来办。”我再三向她表示感谢。我对小霍同志的热情十分感动，也非常感激，并向其他同志问及小霍的情况。同志们向我介绍说：“小霍是一个烈士的女儿，父亲牺牲后，家庭非常困难，十二岁就到邓大姐、周总理身边，给他们做些力所能及的工作。国务院外办成立后，邓大姐让她到外办来做些机要秘书的工作。霍英华工作特别认真，任劳任怨，不分白天黑夜地工作，从不计较个人得失。她对同志特别关心、爱护和帮助，只要她能做的，她不管风霜雨雪或白天黑夜，一定要把事情做好，她对任何人都一样的热情、诚恳和无私的奉献……。”

小霍拿着她写给北大医院的函件给我看，我打开一看，几行工整的文字将情况写得清清楚楚，下面盖着外办的大红印。我刚看完她



就拿走了，她一边走一边说：“我现在就送去。”一个小时以后她从医院回来告诉我：“明天早上8:30我陪你去医院。”我实在不好意思地说：“这样太麻烦你了。”她说：“没事儿，我上班来收拾一下文件就去。”

第二天早上她提前到办公室。当我在食堂吃完早饭走进办公室的时候，她早已在办公室的进门处等着我了。她一见到我就说：“走吧，早去早回来。”我们走进北大医院没有挂号，直接去见的医生。进入诊室，一位七十开外，精神矍铄的老中医正在靠椅上等病人，一问，他正是在等我。他主动告诉我，他姓彭。他先给我脉诊，然后看舌苔、眼睑，最后让我躺在床上按摩腹部，一边按摩一边思考，检查得非常仔细。然后他说：“这是肠壁微血管损伤太厉害了，西药的疗效达不到。”他说先吃一段时间的汤药，然后配置药丸再吃一些时间，主要是健胃养胃，不可能短时间见效。什么时候换药看情况再说。我说：“我完全听您的，您怎么说我就怎么做。”他伸手拿来处方笺，一下就开了七剂汤药。我问彭大夫医院能不能代煎汤药，他说现在没有，以后会有的。我到医院的药房拿完药提在手上一大堆，好像要用大筐子才能装得下。小霍从我手里拿走四剂药提着，我提三剂。走到办公室，有的同志给我开玩笑，你拿这

么多药，真是不要钱啦！我说他不要钱，我还要命呢！大家都笑了。正在说笑时，小霍就把我手上的药都拿去了。我说你拿这么多干什么？都快要过春节了。她说过春节也得要治病呐。结果，她下班时把药都拿回家去了。我们老家吃中药都是每剂药煎三次，有的人怕浪费了还煎五次。北方是每剂药煎两次，一天一剂药，七剂药很快就吃完了。

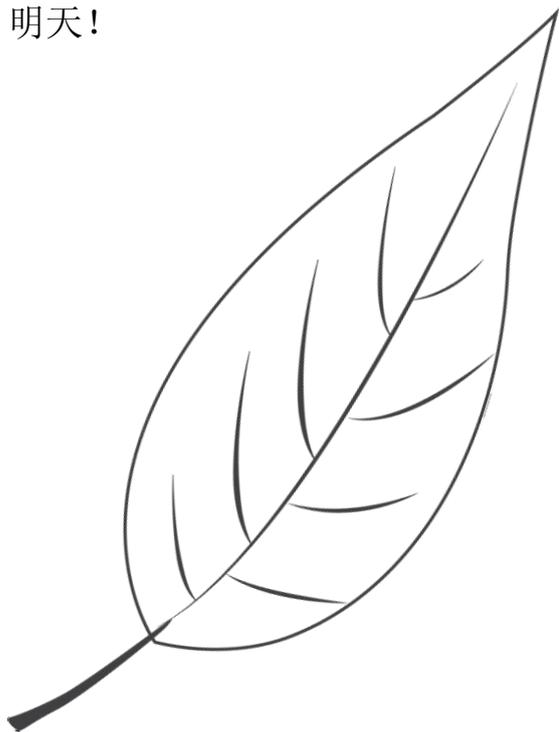
春节马上就到了，我想等春节后再去看病，现在拿药对小霍帮我煎药、送药不方便。大过年的，让别家煎药，人家有老有小，别人不说，我自己应该知趣一点才对嘛。我正在心里嘀咕时，小霍像大姐姐对小弟弟的姿态，并带着责令似的口气对我说：“吃药不要断断续续的呀，你要不去我就去帮你拿，反正医生心中有数。”在小霍的催促下，我又去找彭大夫给我开药。彭大夫见我去了，他连脉也不诊，也不问病情，拿着笔就给我开了十剂药。我一看处方就说，这十剂药我怎么拿回去啊？彭大夫说不多，你去拿嘛。药剂师拿完药把十剂中药捆在一起，只有上次一剂药的体积那么大。吃了两剂就是春节了，我再三告诉小霍春节别煎药了，你家有老、有小还有客人，老人会忌讳煎药的。小霍的回答是：“你别管呐。”结果春节几天，她天天都把煎好的汤药送到值班室，因为她知道我们几个年轻人都是刚到外办

的，在北京也无亲无故，只好在值班室聊聊天、说说话。就这样，小霍给我天天煎药、送药将近四个月，而且不分任何天气。不管刮风、下雨、下雪，即使下大雪，地上积着很厚的雪不能骑车，她也推着破旧的自行车给我送药。后来有同志告诉我，小霍家有母亲，有爱人，还有三个孩子，上下班都是骑自行车。我听到这个情况以后，心里有说不出的感激，也有说不出的愧疚。吃完四个来月的汤药以后，彭大夫又给我配制了两个多月的丸药。最后，彭大夫指定让我天天服用北京《同仁堂》生产的“香沙养胃丸”和“人参归脾丸”半年以上，而我服用了八个来月。从我那个时候到现在已整整五十年了。冷的、热的、荤的、素的、酸的、甜的等等，有什么吃什么，从来不挑剔，而我的肠胃一直健康无恙。

每当我想起春去秋来，逝水流年，朝暮相继的时候，总会情不自禁地想起往日的快慰和灿烂的年华，在霍英华同志身上所蕴藏和展现出来的这些人间自有真情在的品格，无论在中南海里面还是在中南海外面，我都历历在目，音犹在耳，了然于心。因为我们始终都在同一个单位工作，也是同一个家属院的好邻居。上班进入同一机关的大门，回家进入同一个家属院的大门，直到同一个单位退休，直到现在都健在。半个多世纪的风雨历程，我只



见到一个矢志不渝、忠心不二、毫不利己、专门利人的活雷锋，那就是霍英华同志。她的品格代表着中华民族五千年文明史的传承、延伸和发扬，她的心身发出的璀璨光辉，照耀着过去！照耀着今天！照耀着明天！





浅谈厕所革命

王教华

厕所问题是大多数发展中国家面临的共同难题，“厕所革命”是指对发展中国家的厕所进行改造的一项举措，最早是由联合国儿童基金会提出的。

厕所在我国的历史不算短。在距今五千年的西安半坡村氏族部落遗址里就发现了一个土坑，被视作中国厕所的起源。古时对厕所的重视，始于秦汉，盛于唐宋。秦汉时，厕所分蹲、坐两式，区分男女，并有隔断。汉代尤为重视隐私和使用的方便，并增添了通风设计。唐朝专设“司厕”的官员。进入宋朝，汴梁等大都市的公厕已具行业性质，有专人管理。清嘉庆年间出现了收费公厕。然而，在几千年的历史长河中，我们的传统文化是重“进口”轻“出口”。吃喝拉撒本来都是人们每天必须做的几件事，其中“吃喝”一直倍受亲睐，被提到“民以食为天”的高度。“吃”有食文化，“喝”有茶文化、酒文化，而“拉撒”则被视为不雅而羞于启齿，供“拉撒”使用的厕所则被看成是污秽之地，有关厕所的议题一直难登大雅之堂。千百年来人

们对厕所的轻视、鄙视造成了厕所文化的缺失，助长了国人的如厕陋习，再加上受到经济发展水平的制约，厕所问题一直是我国社会文明和公共服务体系的一块短板。

新中国成立之初，我国城镇厕所数量少、环境脏乱差的现象十分严重，广大农村更是厕所简陋，粪水暴露、蚊蝇孳生，“千村薜荔人遗矢，万户萧疏鬼唱歌”，霍乱、痢疾等肠道传染病和血吸虫病等寄生虫病高发，给人民群众的健康带来巨大灾难。为了解决厕所与环境卫生问题，全国上下先后开展了几次轰轰烈烈的爱国卫生运动，大力清理整治环境，建厕所、管粪便、除四害，对推动城乡环境面貌的改变起到了一定的推动作用。但冰冻三尺非一日之寒，厕所问题的解决也绝非一朝一夕之功，单靠几次轰轰烈烈的群众卫生运动是不可能从根本上解决问题的。

我小的时候，家乡的厕所就很简陋，大都建在猪圈边上，墙用土坯或碎砖块垒成，里面挖一个与猪圈相连的蹲坑。有的厕所干脆就是用几捆玉米杆围起的一个摇摇欲坠



的棚子。由于大小便直接排到猪圈里，粪水暴露，又脏又臭。尤其一到夏天，更是蚊蝇乱飞，臭气熏天。

上世纪60年代我来北京上学，发现那时北京普通的公厕也很简陋，基本是无隔挡的集体上厕所模式，几堵围墙，一排蹲坑，味道也很大。胡同巷子里多户人家共用一个厕所，冬天尿液结冰，夏天蚊蝇孳生。据说当时有人把上厕所的体验总结成4个字——哭、笑、叫、跳。哭，恶臭让你泪流满面；笑，众人一起蹲坑，面面相觑；叫，夏日厕坑里蛆虫蠕动，有人吓得惊叫；跳，脏水弥漫，立足之地甚小，只能跳跃着上厕所。即使这样，能及时赶上空位还是件幸运的事，很多公厕外一到早晚高峰期都要排队。

改革开放以后，来华旅游的外国人逐年增加，我国旅游业迎来大

发展的机遇。但人们又习惯性地把注意力和有限的资金投向修机场、公路和建高档酒店，修建和改造厕所又被排到了最后。因此，在很长一段时间，“厕所少、环境差”成为我国旅游业最突出的薄弱环节，给中外游客带来诸多不便，也给我国的形象造成很不好的影响。我们经常在国内陪团的同志对此都深有体会。

记得1983年我陪同一个加拿大代表团去泰山游览。那时泰山还没有通缆车，山上没有像样的旅馆，厕所更是少得可怜。我们外宾住的最好的一套客房（据说是胡耀邦同志不久前住过的），其它设备都很齐全，唯独没有卫生间，晚上上厕所要走200多米，很不方便，也不安全。据说时任国家旅游局局长的韩克华同志那年曾去泰山视察，他



对泰山的评价是：泰山处处是景，无处不臭。

那时中西部的厕所环境更是不堪回首。由于路易·艾黎的缘故，新西兰和澳大利亚的友好人士特别钟爱去我大西北参观访问。上世纪80年代，我曾多次陪同他们乘坐汽车从山丹去嘉峪关，再从嘉峪关去敦煌，每段都有7、8个小时的车程，沿途一片沙漠，根本就没有厕所。外宾中途上厕所是一个非常头痛的问题。旅途中有时偶尔看到一片小树林或灌木丛，赶紧叫司机停车，让外宾解决内急问题。有的外宾一路上只要看到小树林就幽默地喊：

“We want to water the trees(我们想浇树)”。茫茫戈壁一望无际，无遮无挡，有时候外宾急需方便，只好以面包车作遮挡物，让他们按照男左女右方式，分别在汽车两侧解决。要是碰上有人水土不服拉肚

子，那就别提有多麻烦了。

上世纪80年代，以筹备亚运会为契机，我国拉开“厕所革命”的序幕，从卫生防疫入手，决心改变厕所“数量少、环境差”的现状。进入90年代，随着我国经济的快速发展和人们精神文明水平的不断提升，我国“厕所革命”的步伐明显加快。先是旅游景区的厕所修建和改造初见成效，随后大中城市也迅速跟上，公共厕所数量逐年增加，厕所质量不断提高，公厕的配套设施不断完善。现在我们高兴地看到，在很多城市的大街小巷、公园、车站，都能找到洁净的厕所，就连高速公路服务区都建有清洁舒适的公厕，困扰我国多年的厕所“数量少、环境差”的局面有了很大改观。但我们必须要清醒地认识到，“厕所革命”在我国取得的成绩还只是初步的，即使在旅游景点和大中城市，



需要提升的空间还很大，需要解决的问题还很多。比如一些城市和旅游景点的厕所数量依然偏少，管理水平滞后，环境还不尽如人意；城市中住平房的居民厕所进院入户的问题尚未解决等等。

然而，“厕所革命”真正的挑战是在我国农村。要使亿万农民人人都享受到洁净舒适的如厕环境，使整个民族的精神文明上一个新台阶，才是我们开展“厕所革命”要达到的最终目标，也是我们必须完成的最为艰巨的任务，“厕所革命”在我国依然任重而道远。随着生活水平的逐步提高，一些农民对享有卫生舒适如厕环境的要求也与日俱增。近几年回老家，发现家乡的厕所也在悄然发生着变化。一是农户不在家里养猪了，院子里没有了猪圈，厕所墙壁换成了砖石结构，厕所比过去宽敞了；二是不少人家在厕所里安装了电灯，有的还装上了自来水管。然而，农村的厕所改造依然面临诸多困难，举步维艰。首先是思想观念问题。仍有不少人认为厕所本来就是肮脏之地，对厕所改造的必要性认识不足。尤其近些年来，年轻人大都外出打工了，留守的中老年人对改厕积极性不高。其次是基础设施不完善，不配套。目前大部分农村还没通自来水，即使通了自来水，也还没有排污设施，粪水无处可排。另外，一到冬天，厕所里自来水管也会因结冰而无法

使用。目前，厕所改造大都是一些农户的自发行为，缺乏资金补贴、技术指导和统一规划。因此截止目前，北方农村土厕、旱厕依然很普遍，粪水暴露的问题尚未解决，厕所的脏乱差环境仍然严重影响着农村的生态环境、人们的生活品质和身体健康，农村的改厕力度亟需进一步加大，亟需来一场轰轰烈烈的“厕所革命”。

习近平同志去年11月就旅游系统推进“厕所革命”工作取得的成效作指示时强调，厕所问题不是小事情，是城乡文明建设的重要方面，不但景区、城市要抓，农村也要抓，要把这项工作作为乡村振兴战略的一项具体工作来推进，努力补齐这块影响群众生活品质的短板。习总书记在国内考察调研过程中也多次强调，随着农业现代化步伐加快，新农村建设也要不断推进，要来个“厕所革命”，让农村群众用上卫生的厕所。我相信，有以习近平同志为核心的党中央的高度重视，“厕所革命”这项得民心、顺民意、惠民生的系统工程，一定会在我国广大农村地区扎实有序地开展起来，亿万农民人人享有清洁、舒适如厕环境的目标在不久的将来一定会实现。



狗年说狗



郭自勤

今年是我国农历十二生肖的狗年。在中国民间，狗的名声似乎都是贬义之词。如：狗头军师、狗汉奸、狗娘养的、狗腿子、狗拿耗子多管闲事、狗改不了吃屎、狗嘴吐不出象牙、狗眼看人低、狗仗人势等等。还有很多很多关于狗的贬义词。其实，这些贬义词与狗本身毫无直接关系。为什么人们借用非人的动物狗来贬低辱骂那些可恶可气的坏人呢？我想，这可能是在旧社会，养狗的人几乎都是些贵族、地主、恶霸、土豪和有钱有权有势的人。他们养狗不仅是为了看家护院，而且也是借“狗仗人势”、忠其主人的特性，来对付自己不喜欢的生人、穷人。针对贫穷劳苦大众的。这些大家族里，有掌柜的、家丁、打手等。这些奴仆也像主人家养的狗一样讨好主人来欺压贫民。

为此，社会就形成了以狗来贬低那些做恶多端、自私缺德的坏人。

其实，狗在十二生肖动物中是比较有人性的动物，聪明伶俐，对人有深厚的感情，特别忠实其主人。对我们人类有很大的帮助，如警犬对公安破案、海关缉私、缉毒也是得力的能手。它还可以为盲人带路、和孤独老人陪伴。世界各国的牧民们都养牧羊犬帮助管理放牧。还有猎人打猎时都带上猎犬。因为狗的灵敏嗅觉能力特别强。在我的人生印象里，狗舍命救人的故事并不稀罕。所以狗对我们人类来讲，是最好的动物朋友。在我国，特别是改革开放以来，不论是城市还是乡村，很多人把狗当成最可爱的宠物而饲养。希望今后狗的贬义之词能逐渐消失。

姓名趣闻

郭庆岚

我在北京外国语学院读书的时候，教我们泛读课的是一位来自马达加斯加的教师。当时同学们只知道他叫安德里亚（Andria），实际上这只是他的名，而不是他的姓。1966年夏在北京召开亚非作家紧急会议期间，他作为马达加斯加的作家代表与会，我们班的一位同学给他作翻译，因而得知这位教师的全名。这位同学不只一次给我们念这位教师的全名，觉得好玩，因为在“安德里亚”名字之后，有一个好长的姓氏。我当时没在意，也没记住他说的后面那嘀里嘟噜一长串字。我直到现在都不知道这位教师的姓氏。

1977年5月至1980年1月，我被借到中国机械进出口总公司去马达加斯加工作。在那里工作自然要和当地人打交道，要区分各个人，就得记住人家的姓名。

首先接触的是华侨、华人，他们的祖籍都是中国的广东顺德，年长者大部分人都是几代居住在马达加斯加。他们只会说广东顺德话，不懂普通话。虽然双方都是中国人，但要用法语交流。他们的名字不知是根据什么译成外文的。比如图莱亚尔的一位侨领岑树锦，译成 Sam Cam（发音为“萨姆卡姆”），如果，他不用汉字把自己的姓名写出来，我们根本不能按照外文名字的发音

还原成大致的汉字，且不说写出他的汉字姓名。

使人头疼的是记马达加斯加的一些土著人的姓氏。他们有一些人的姓氏又长又拗口，我不懂马尔加什语，念的时候，中间不得停顿，又怕漏掉其中的某个音节或发错音。

我们有一位马达加斯加朋友，是留学法国的社会学博士。他经常到我们住地做客，有时给我们讲述有关他们国家某些部族姓氏的故事。他说，拥有超长姓氏的部族主要是麦利那人和贝希略人，这两个部族的君主及其后裔喜欢用特殊姓氏彰显其独特身份。他给我们举两个最典型的例子：18世纪麦利那（Mérinas）王朝的一位王子，因为通过战争和联盟扩充了疆土，他为自己选择了一个长达20个字母的姓氏，Andrianampoinimerina（安德里亚纳姆波伊尼麦利那），意思是“麦利那国王期待的王子”。另一位王子的姓氏更长，有33个字母，Andriantsimitoviaminandriandehibe（安德里亚南特西米托维阿米南德里亚南德黑贝），意为“一个不像其他王子的好王子”。

我国汉族人的姓氏一般是袭用自己祖先在古代已经定下来的，如无特殊情况，至今未改。马达加斯加人选择姓氏没有统一标准，也没



有约定俗成的规矩。因此同一个家庭的成员姓氏往往差别很大。他们的姓氏更多的是表现心中最强烈、最原始的信念和愿望，甚至可以是一句话，一个故事或者一个命运的寄托。有一位当地女孩，她本人姓“Rasoamianoka（享受美好生活的贵族）”，她的妹妹姓“Tsiriniaina（佩戴着初放的花蕾）”，她的母亲姓“Rasoamiandana（小可爱的平静生活）”，而她父亲姓“Ralambomanana（拥有野猪的官老爷）”。

马达加斯加人的姓氏没有通常民族的家族、辈分等观念，随意性很强。为了表现对子女的期望，就



姓“Ralaimazoto（不怕累的孩子）”；为了显示声望，就姓“Andriamis-aina（不会出错的智者）”；为了记录回忆，就姓“Onjaniaina（痛苦的分娩）”；为了表达心愿，就姓“Rakotomahiratra（预见变成现实）”，为了诉说痛苦，就姓“前几个婴儿夭折后继续生育”等等。

他们的姓氏不仅长，而且可以随意更改，在人生不同阶段，可使用不同的姓氏。男人出生、割礼、成人、结婚、第一个孩子出生等不同时候，甚至去世的那一天都可

以。有个名叫特雷的人，他出生时姓“Faly（庆祝诞生之喜）”，割礼后姓“Mahery（愿望得以实现）”，儿子出生后姓“Fanomezantsoa（得到礼物的快乐父亲）”，待他百年之日，族人又给他改成了“Ratompokolahy（逝去的无名氏贵人）”。

不过这些更改的姓氏只用作亲朋好友之间的称呼。在正式文件和证件里，人们使用的姓氏通常是男孩割礼及女孩成人礼后的那个姓，一般被视为一个人的官方姓氏。

相对于他们那种复杂多变的姓氏，他们的名字则相对简单，通常只有两三个音节。比如“可爱的”、“甜蜜”、“勇气”等等，十分简洁。

上世纪60年代之前，马达加斯加人长期受法国殖民统治，受西方文化观念和生活方式的影响很大，他们的姓名也曾明显打上“欧洲印记”，很多人使用基督教圣徒的名字，继承家庭姓氏也逐渐成为主流。我们雇用的一名当地守门人，是个文盲，连自己的名字都不会写，在给他发工资时，只会在签名栏里画上一个不圆不扁的圈，而他却有个法文名：迪厄多内（Dieudonné意思是“上帝赐予的”）

1960年马达加斯加独立后，人们的姓氏逐渐与世界接轨，变得简洁，好记。但是整个家族使用同一姓氏也令马达加斯加人的姓氏单一。为避免雷同，不少马达加斯加人给自己起一个具有创造性的绰号和姓氏，这在一些名人和艺术家中非常流行。



春季养肝正当时

关于养肝，专家指出，在中国传统的医学理论中，肝属木，喜条达，与春令升发之阳气相应。春季是养肝护肝的最佳时节，也是肝病的多发时节。如果不注意情志调摄，肝气抑郁，则会生出许多病来。如情志不遂，肝阳上亢，血压升高，有心脑血管病者还容易发生中风。而各大医院的统计数据也表明，每到春天，发生肝病或肝病复发的病人就会较其他季节多。

《内经》有云：

“春三月，此谓发陈，天地俱生，万物以荣，夜卧早起，广步于庭，被发缓形，以使志生；生而勿杀，予而勿夺，赏而勿罚，此春气之应，养生之道也。逆之则伤肝，夏为寒变，奉长者少。”

《黄帝内经》认为：“肝主疏泄，主藏血。在志为怒，在液为泪，在体合筋，其华在爪，在窍为目。”肝是身体的排毒器官，如果肝不好，身体会出现许多症状。如果肝不好，女子会出现面色无华，毒素堆积，长斑长痘。男子如果肝不好，就会萎靡不振。春季肝气升发，此时养肝事半功倍。”

肝主疏泄

指肝具有疏通、调畅全身气机

的作用。肝的疏泄有助于能促进脾胃的运化功能，如果肝的疏泄功能异常，不仅影响脾的升清功能，在上则为眩晕，在下则为大便泄泻清稀，而且还能影响味的降浊功能，在上则为呕逆噯气，在中则为脘腹胀满疼痛，在下则为便秘。

《金匱要略》云：“见肝之病，知肝传脾，当先实脾”。“肝传脾”就是说肝病了会影响到脾，在治疗肝病时，一定不要忘记“实脾”，脾实了，肝就不能把病邪传递给脾了。此外，肝的疏泄除了有助于脾胃的运化功能，还体现在胆汁的分泌与排泄，肝与胆相连，胆汁是肝之余气，积聚而成。

肝藏血

指肝有贮藏、调节全身血量的作用。肝如同“血库”一般，能够贮藏一定的血液，以供人体活动所需。当机体处于安静休息或睡眠状态时，机体所需血量减少，部分血液回流入肝，并贮藏起来；而当人体在工作，或剧烈活动时，机体所需血量增加，血液则由肝脏输送到经脉，以供全身各组织器官所需。

一、肝为将军之官

《素问·灵兰秘典论》曰：“肝者，将军之官，谋虑出焉。”这是

古人对肝非常高度的概括。古人将肝的生理作用比喻为“将军”，该如何理解这个“将军之官”呢？

《素问吴注》中说：

“肝气急而志怒，故为将军之官。”肝属木，其志为怒，性急，与将军的性格相似。

故《灵枢·师传》曰：

“肝者主为将，使之候外”，就是指肝在人体具有抵御外邪护卫机体的能力，就像将军保卫国家一样。

二、诸风掉眩，皆属于肝

《素问·至真要大论》曰：诸，众也，在这指“大多”的意思；风，指病而言，风有内风、外风之别；掉，指肢体动摇不安的证候；眩，指头目眩晕，视物旋转的证候；

全句意为肢体动摇不定，头目眩晕大多属于肝的病变。比如：中医认为高血压其实与肝、肾有关。高血压的明显症状就是晕嘛。中医里没有高血压这个病，而是分类到“眩晕”这个片里。

三、肝是哑巴，胃是喇叭

肝脏是唯一没有痛感神经的器官，无论它累成怎么样，它也不叫苦，也不会喊痛，这就是为什么肝癌一发现，就是晚期的原因。而胃则不同，布满神经稍微一不注意，吃多或吃少更别说胃炎了，它立马就会给主人看颜色，一涨二痛三呕吐，看你管不管！

四、怎样保肝、养肝

不熬夜，就是最好的保肝法
肝是在我们睡眠的时候开始清

理人身体里的毒素，所以养肝要保证良好的睡眠。肝经当令是在夜晚23点到3点之间，人在这时候必须熟睡。所以睡眠很重要。

敲胆经也能养肝

胆经位于身体外侧，是十二经脉之一。每天敲打胆经，双手握拳稍微用力敲打左右大腿外侧各50次，能加速胆汁分泌，提升肝脏的功能，还能缓解压力、放松心情，对养肝有益。

食物养肝

中医认为五色食物养五脏，红色食物养心，黄色食物养脾，绿色食物养肝，白色食物养肺，黑色食物养肾。因此，养肝首先要多吃绿色的蔬菜，水果，因为，青色入肝经，可以起到养肝护肝的作用。

五、养肝重在“调情志”

肝喜条达，因此养肝首先要保持心情愉悦，肝气如果抑郁不舒，就会双肋胀痛。一个人如果郁郁不得志，那么他很有可能肝也不好。中医说怒伤肝，一个人在大怒的时候，气血上涌，严重的时候可能会导致昏厥。所以保持心情愉悦，调和五志，保持中庸，也能养肝。

当我们身心愉悦时，身体自然达到一种轻松、疏泄的状态，犹如一棵枝叶舒展的树。

——摘自慈惠仁百家号



讣告

中国共产党优秀党员，中国人民对外友好协会原党组成员、副会长陈永昌同志，因病医治无效，于2018年2月18日在北京逝世，享年73岁。

陈永昌，男，汉族，福建上杭人，1944年12月出生，1969年7月参加革命工作，1966年4月加入中国共产党。1964年9月至1971年8月在北京外国语学院亚非系日语专业学习，1971年9月到中国人民对外友好协会工作，1971年9月至1989年12月历任日本工作部翻译、一处副处长、处长，1989年12月至1994年8月担任日本工作部副主任，1994年8月至1995年10月担任文化交流部主任，1995年10月至2006年3月担任会党组成员、副会长，兼任中日友好协会副会长、中国和平友好发展基金会副会长、机关党委书记。2006年3月退休。

陈永昌同志对党忠诚，坚决贯彻落实党和国家外事方针政策，在政治上、思想上、行动上同党中央保持高度一致。他长期从事民间外交工作，熟悉日本国家情况，外事经验丰富，工作娴熟，在对日工作中作了大量探索和有益尝试。他积极筹划和推进中日民间友好交流，在日本政治、经济、文化各界为国广交朋友、深交朋友，建立了广泛人脉，具有较高的知名度和影响力，为中日友好事业发展做出了积极贡献。

陈永昌同志的一生，热爱党的民间外交事业，工作兢兢业业，恪尽职守。他关心同志，乐于助人，作风严谨，自我要求严格，是我们的好同志。我们永远怀念他！我们对陈永昌同志的亲属表示诚挚的慰问。

陈永昌同志千古！



2018年第一期更正：

1. 第六页 《为2017承者风范-第二届丰台区武林万人争霸赛获得佳绩拳友喝彩》 “赛场传捷报”与“众香群里谁独秀”位置调换
2. 第七页 《永远不忘总理的爱》一文 “自食吃力”改“自食其力”
“拿你试问”改“拿你是问”

2018年走访部分离退休老同志照片集锦



(上图走访老同志姓名按顺序依次是：姚淑贤、陈昊苏、张志杰、胡洪范、陈凌、霍英华)



(《绣红旗》 表演者：王红)



(太极剑《华山论剑》 表演者：张淑君)