

# 金 秋 寄 语



2018年 第4期 总第118期

中国人民对外友好协会

离 退 休 党 总 支  
离 退 休 干 部 处



6月27日至28日，由中国人民对外友好协会、山西省人民政府共同主办的中国（兴县）国际扶贫研讨会系列活动在山西省吕梁市兴县成功举行。李小林会长在开幕式上致辞。

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.cpaffc.org.cn>（中国人民对外友好协会官网）

投稿邮箱：[youxielituiban@163.com](mailto:youxielituiban@163.com)

联系电话：65272829

# 目 录

《金秋寄语》

2018年第4期 总第118期

8月15日出版

- 
- 友协动态····· 编者辑 1
  - 金秋简讯····· 编者辑 2
  - 时事简讯····· 编者辑 5
  - 征 文
  - 诗词四首·····
  - （江城子 参观郫县望丛祠、一剪梅 咏遂宁、采桑子 遂宁观音湖及死海、  
采桑子 三星堆遗址）····· 李利国 6
  - 公园练拳····· 张淑君 7
  - 猜猜看····· 王金城辑 7
  - 校友来访····· 顾子欣 8
  - 趣谈火星····· 郭自勤 12
  - 聪明在于学习 知识在于积累····· 欧阳凡 13
  - 中学岁月记忆留痕····· 郭庆岚 18
  - 知识园地
  - 泡发干货有秘诀····· 张琳梅辑 22
  - 讣 告
  - 梁晔同志讣告····· 编者辑 23
  - 封 面
  - 习近平出席金砖国家领导人第十次会晤照片····· 编者辑
  - 封 二
  - 李小林会长在中国（兴县）国际扶贫研讨会上讲话····· 编者辑
  - 封 三
  - 离退休党总支组织开展“不忘初心、重温入党志愿书”主题党日活动  
····· 编者辑
  - 封 底
  - 王金城同志书····· 编者辑

# 友协动态

※6月28日,应南非联合执政与传统事务部邀请,林怡副会长率全国对外友协代表团出席了在南非东开普省东伦敦市举行的金砖国家友好城市暨地方政府合作与城镇化论坛,并在开幕式上代表中方致辞。林副会长在致辞中表示,金砖国家是世界的维护者、国际安全秩序的建设者。随着金砖国家间联系日趋密切,金砖国家友好城市暨地方政府合作论坛已成为金砖国家合作的一项重要内容。我们要充分利用论坛机制,加强金砖国家间友城结好和地方政府合作,扩大金砖合作范围,推动“金砖+”合作模式,打造开放多元的发展伙伴网络,进一步推动金砖国家间地方政府务实合作。



※为纪念中日和平友好条约缔结40周年暨中国改革开放40周年,7月18日下午,我会与日本关西经济联合会(以下简称关经联)在深圳共同举办第四届中日企业家交流会。宋敬武副会长、广东省友协副会长欧阳江旋、日本驻广州总领馆总领事斋藤法雄及中日企业家代表共100余人出席。

※7月18日,国务委员兼外交部长王毅出席了由全国对外友协与柬埔寨驻华大使馆在京共同举办的中柬建交60周年庆祝招待会。王毅与柬埔寨驻华大使凯·西索达在招待会上分别致辞,柬中友协会长艾桑奥,全国对外友协副会长李小林,副会长林怡以及两国各界友好人士及外国驻华使节代表近300人出席活动。李小林主持招待会。

王毅表示,中柬两国是休戚与共的好邻居、好朋友、好伙伴、好兄弟,由两国老一辈领导人建立的中柬传统友谊历久弥坚。建交60年来,双方坚持高层引领,深化务实合作,在地区和国际问题上加强协调,推动中柬全面战略合作伙伴关系深入发展。王毅指出,中方愿在新的历史起点上,同柬方加强战略对接,加快重大项目建设和民生援助落实,打造中柬具有战略意义的命运共同体。王毅强调,中柬关系的发展离不开两国民间友好人士的努力,希望两国友协加倍努力,为双边关系打下更加坚实的民意基础。





# 金秋简讯

※6月15日上午，离退休干部处在我会老年活动中心举办了“专家讲养生”健康知识讲座。邀请中国中医科学院中医诊断学博士后，建国门社区卫生中心熊卫红主任医师和针灸专业郑越医师，为我会离退休同志开设讲座、义诊和咨询，并发放了健康手册、小药盒、艾条等宣教物品，受到老同志的欢迎。30余名离退休同志和家属参加了此次活动。

活动中，熊主任针对老年人的生理和疾病特点，结合老同志感兴趣的中医养生方法，讲解了动脉硬化、高血脂、心脑血管疾病的危害、防治手段、用药原则和健康生活方式等。郑越医师示范了养生穴位的按压、艾灸的使用，为有需要的老同志进行了中医耳穴压豆治疗。两位医生还在现场进行了义诊，针对老同志们提出的问题和体检报告结果进行了详细解答。

此次活动紧贴我会年度体检工作，精心策划，周密安排。活动前期离退休干部处工作人员通过访谈和调查问卷，收集整理了我会离退休同志在健康

体检、养生需求方面的意见和建议。立足于解决老同志切实关心的医疗保健问题，精心挑选讲座专家、确定讲座议题，做到了精准定位、有的放矢。本次活动帮助老同志树立养生意识，提高健康知识水平，为老同志保持和增进健康，安享晚年提供了保障和服务。

※为贯彻党的十九大关于“不忘初心、牢记使命”的要求，离退休党总支于7月16日上午在离退休干部活动中心，组织开展“不忘初心、重温入党誓词”主题党日活动。会党组成员、秘书长李希奎，离退休干部处处长聂绍玫全程参加了活动。活动由离退休党总支书记王宏强主持。参加活动的党员重温了入党誓词，围绕入党初心、讲述入党故事，回顾入党以来的思想和工作经历，畅谈祖国发展变化，展望了中华民族伟大复兴的美好未来。大家积极踊跃发言，气氛十分活跃。

退休干部党员陆学志讲：“中国共产党人的初心和使命就是为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴。不忘初心，就是要坚持马克思主义与中国实际相



结合，就是要牢固树立为共产主义奋斗的崇高理想，就是要坚持党的基本路线不动摇，就是要坚持一切为了人民，一切依靠人民，为人民谋福祉。”

有着 57 年党龄的老党员周凤仙讲述了自己的亲身经历和身边的优秀党员。她动情地讲：

“不忘初心永远在路上。作为一名党员，不论在什么时候，都要对党忠诚，对人民忠诚，做政治上的明白人。要加强学习修养，正确面对利益得失，从一点一滴的小事做起，要时刻牢记自己是一名共产党员，不是普通的老百姓。”

归国华侨、老党员卢亚隆激动地说：“没有共产党就没有新中国，没有国就没有家。是党团结和带领中国人民将一个积贫积弱、一穷二白、受人凌辱的旧中国建设成为当前世界第二大经济体。中国取得的成绩举世瞩目，中国的发展进步也让全世界华人挺直了腰杆。爱党爱国应该是每一个中国人最基本的底线。要看到共产党领导中国人民取得的成绩，要客观看待前进中遇到的问题和困难，对党要有坚定的信心”。

党员王文栋、郭自勤、陈瑞堃、曾建新、刘国福等也分别作了交流发言。大家认为入党志

愿书是一面镜子，重温入党志愿书就是自己在照镜子。今后大家要常常照镜子，要时刻反省自己的一言一行，虽然退休了，但我们还是共产党员，党员是一辈子的，永远没有退休。要常参加组织生活，不断学习、不断提高，确保思想不掉队，行为不失矩，自觉同党中央保持高度一致，用自己的言行带动和影响周围的人，凝聚起磅礴的正能量。

最后，会党组成员、秘书长李希奎指出，非常高兴参加离退休党总支组织的这次主题党日活动，听了大家的发言很受教育，要常想“入党为什么，我为党做了什么”。他说，今年是建党 97 周年，是改革开放 40 周年，也是马克思诞辰 200 周年。围绕马克思诞辰 200 周年，我会举办了一系列纪念活动，并与大家分享了对习近平总书记纪念马克思诞辰 200 周年大会上发表的重要讲话的学习心得。最后希望离退休老同志退休不褪色，永葆革命本色，为实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦凝聚正能量，发挥积极作用。

——本刊编者辑

## 关于举办纪念改革开放40周年征文 和书画摄影作品征集活动的通知

为了大力宣传改革开放40年以来党和国家事业取得的历史性成就、回顾我会民间外交事业走过的光辉历程、进一步展现离退休干部职工老有所学、老有所乐、老有所为的精神风貌，弘扬社会主义核心价值观，决定面向所有离退休同志举办“纪念改革开放四十周年征文和书画摄影作品展”，现将有关征集事宜通知如下：

### 一、活动主题

改革开放40年来，我国取得了举世瞩目的成就，也经历了天翻地覆的变化。离退休干部职工是改革开放40年取得巨大成就的参与者、见证者、受益者。离退休干部职工以文字和照片形式记录下来的亲历、亲见、亲闻，不仅仅镌刻着时代印痕，也是伟大祖国巨大进步的缩影和反映。

### 二、活动时间

1. 投稿时间：2018年7月20日—10月15日。
2. 评审时间：2018年10月—11月。
3. 展示时间：在《金秋寄语》

杂志第六期开设纪念改革开放40周年专刊，集中刊登优秀作品；在老干部活动中心举办书画摄影作品专门展览。

### 三、征文和书画摄影作品征集对象

全会离退休干部职工

### 四、具体要求

#### （一）征文作品要求

切合主题、积极向上，力求视野开阔、选题新颖，记录自己在改革开放进程中“参与、创造、见证、受益”的经历和感受，展现所见所闻、所思所悟。题目自拟，文体不限，要求原创。诗歌60行以内，其他文体3000字以内。

#### （二）书画作品要求

书画作品规格横竖不限，书法作品包括篆书、隶书、楷书、行书、草书等字体；绘画作品包括国画、油画、水彩画、水粉画等。（请在作品背面注明作者姓名）

#### （三）摄影作品要求

展现改革开放所带来的巨大进步和辉煌成就；内容写实，



风格不限，黑白、彩色均可；每名投稿者提交作品不超过 5 张（组），电子稿件为 JPEG 格式；投稿者为每幅（组）照片命名，并附 100 字以内说明（作品名称、作者姓名，拍摄时间、地点、对象、场景等要素），作品说明为供稿作品的一部分。

## 五、提交方式

### （一）征文作品

投稿邮箱（youxielitui-ban@163.com），请在邮件标题标注“纪念改革开放 40 周年”。

### （二）书画摄影作品

1. 书画作品。可直接送至离退休干部处 807 室，由我处统一装裱。

2. 摄影作品。投稿邮箱（youxielituiban@163.com），请在邮件标题标注“摄影作品征集”，也可用 U 盘送至离退休干部处 807 室，由我处统一冲洗。

## 六、联系方式

联系人：胡晓燕

联系电话：010-65272829

离退休干部处

2018 年 7 月 20 日



# 时 事 简 讯

新华社约翰内斯堡 7 月 27 日电（记者李建敏 郝薇薇）纪念金砖国家领导人会晤 10 周年非正式会议 27 日在南非约翰内斯堡举行。中国国家主席习近平、南非总统拉马福萨、巴西总统特梅尔、俄罗斯总统普京、印度总理莫迪出席。与会领导人积极评价金砖国家领导人会晤 10 年来金砖合作取得的丰硕成果，就金砖国家未来合作建言献策，一致同意携手开创包容增长、共同繁荣的未来。习近平在讲话中指出，短短 10 年光景，金砖合作从一个经济概念成长为具有重要影响力的国际合作机制，展现出勃勃生机和光明前景。未来 10 年，是金砖国家发展处于关键阶段、面临重大机遇和挑战的 10 年。金砖国家应该紧紧围绕和平与发展的时代主题，牢牢抓住新一轮科技革命和产业变革的机遇，顺应世界多极化、经济全球化潮流，努力开创金砖合作第二个“金色十年”。确保金砖国家新工业革命伙伴关系取得实实在在成果。





## 诗词欣赏

# 诗词四首

李利国

### 江城子 参观郫县望丛祠

二零一二年八月三日

蜀王望帝甚明明！计民生，建国城。西海田畴，渔猎化桑农。效仿舜尧西岳隐，鹃啼血，夜悲鸣。

更将从帝比先公。越重峰，破叠屏。玉垒劈开，天府此时兴。杜宇鳖灵千载遇，合冢墓，祭亡灵。

注：明明一词，引自「诗经」，特指古代帝王圣明之意。郫（pí）县，地处川西平原腹心地带，位于成都市西北近郊。因“杜宇化鹃”的美丽传说，郫县又称鹃城，县花为杜鹃花，县鸟为杜鹃鸟。望丛祠位于郫县城南。为古代蜀国望帝杜宇、丛帝开明的祀祠。鱼凫氏是古蜀国五代蜀王中继蚕丛、柏灌之后的第三个氏族。约公元前6世纪，杜宇作蜀王，称望帝。当时岷江洪水大发，淹没川西平原，望帝命丞相鳖灵治水，鳖灵劈开玉垒山，凿出宝瓶口，疏通岷江之水，变水患为水利，化西海为田畴，使川西平原从鱼凫时代直入到农桑时代，并且奠定了都江堰工程的基础。后望帝退隐西山，禅让帝位于鳖灵，称丛帝，丛帝死后葬于今郫县城南，后又建丛帝祠，南朝齐明帝时又把望帝陵从灌县迁至郫县丛帝祠，二陵一处，合称望丛祠。禹，姒姓夏后氏，名文命，号禹，后世尊称大禹，夏后氏首领，传说为帝颛顼的曾孙，黄帝轩辕氏第六代玄孙。他的父亲名鲧，母亲为有莘氏女修己。相传禹治黄河水患有功，受舜禅让继帝位。禹是夏朝的第一位天子，因此后人也称他为夏禹。他是我国传说时代与尧、舜齐名的贤圣帝王，他最卓越的功绩，就是历来被传颂的治理滔天洪水，又划定中国国土为九州。后人称他为大禹。禹死后安葬与浙江绍兴市南的会稽山上，现存禹庙，禹陵，禹祠。从秦始皇开始历代帝王都有来禹陵祭禹。



### 一剪梅 咏遂宁

二零一二年八月三日

千载灵泉叹止观。天地精髓，四海龙涎。观音故里竟流连。菩萨慈悲，大爱无边。

掘井汲盐蜀在先。百丈长竹，引上咸泉。三叠古海变桑田。盐卤文明，遗产卓然。

注：四川遂宁是民间传说的观音故里。有灵泉寺，为千年观音道场，佛教圣地；有卓筒井，为盐卤文明；还有恐龙、书院、唐诗、书画等自然文化遗存。

### 采桑子 遂宁观音湖及死海

二零一二年八月五日

观音湖畔观三岛，蝉唱蛙吭，柳绿菊黄。恰遇游吟好地方。

乐活慢调同君享，闲煮时光。死海漂洋，仲夏逍遥待秋凉。



### 采桑子 三星堆遗址

二零一二年九月十日

三星堆里知先蜀，蚕柏辉煌。神树呈祥，上古青铜读史章。

千畴沃野观天府，一座城邦。黎庶惶惶，叩拜神灵又礼王。

注：三星堆遗址一期文化相当于中原龙山文化，大体对应古蜀历史传说中的“蚕丛”与“柏灌”王朝，距今约4800-4000年。其文化遗存是新石器时代晚期成都平原乃至长江上游最大的一处中心遗址。成都平原史前城址群的发现，表明当时已出现城邦组织，其中，唯三星堆发展成为古蜀国最早的古蜀中心都邑。

青铜神树，共有八棵，夏代晚期青铜器。1986年出土于四川广汉三星堆遗址，收藏于四川三星堆博物馆。其中一号大神树高达3.96米，树干残高3.84米。有三层枝叶，每层有三根树枝，树枝的花果或上翘，或下垂。三根上翘树枝的花果上都站立着一只鸟，鸟共九只（即太阳神鸟）。神树的下部悬着一条龙，龙的头朝下，尾在上，夭矫多姿。

城邦是由一个城市控制的区域，通常拥有主权。历史上的城邦通常是大文化圈的一部份，如古希腊城邦（如雅典、斯巴达）、迦南的腓尼基城邦（如泰尔、西顿）、中部美洲的玛雅城邦、丝绸之路上的小国（如撒马尔罕、布哈拉）和意大利城邦（如佛罗伦斯、威尼斯）。

## 公园练拳

张淑君

酷热如蒸，无后羿弯弓。骄阳胜火野纵横，夏日怎得消融？

古柏蔽荫撑棚，拳场琴瑟合鸣。背汗浹流不觉，太极自乐逍遥。



## 猜 猜 猜

每句猜一个字

- 1.你一半，我一半
- 2.左边二十日，右边三十天
- 3.半酸半甜
- 4.平地站着一头牛
- 5.天上有个太阳
- 6.竹下厂里藏只虎
- 7.上在下边，下在上边，卡在中间
- 8.上边出头是字，下边出头是字，上下都出头也是字
- 9.砍了左边是树，砍了右边是树，砍了中间还是树
- 10.左右开弓，百发百中

每句猜一动物

- 1.什么动物最没有方向感？
- 2.什么动物猜拳永远不会有输赢？
- 3.什么动物最容易摔倒？
- 4.什么鸡没有翅膀？
- 5.什么动物能贴在墙上？
- 6.农夫养10头牛，只有19只角，为什么？
- 7.什么动物天天熬夜？
- 8.哪种贼被抓住后可以马上处死刑？

（答案本期找）

# 校友来访

顾子欣

去年（2017年）年末的一天，我在家中读闲书，忽然电话铃响，我拿起听筒，里面传来一个陌生的年轻姑娘的声音：“您是顾子欣先生吗？”

我答曰：“是的，你是？”

“我叫徐静。是您北外的校友。我们想来采访您，不知道可以吗？”

我感到很突兀和惊讶：校友？她是我的哪一届校友？我要不要答应采访？我一时不知该怎么回答。

对方像是猜出我的犹疑，便向我解释说，她和另外三名同学都是现在北外学习的学生，她们从校友录上看到我的名字，于是商量约好了，想一起来看望我这位老校友，向我请教一些有关翻译和写作的问题。

对方热情诚恳的语气使我为之感动。于是，我答应了。我向她

们表示欢迎。

但我接着告诉她，我家住五环之外，她们从北外过来路很远，怕很不好找。而她却说没关系，她们知道我家的地址和门牌号，她们用手机导航能找到的。

我放下电话后，由惊讶转为惊喜；同时也想起我的母校，想起校友们来了。

我是1957年考入北外的，当时的学制为5年，但我只念了4年，于61年留校当助教，算是提前毕业了。以后我调至外事单位工作，从此离开母校，迄今已有半个多世纪了。在这漫长的岁月里，我只回母校去过两三次，但在我心里是对它怀有深厚的情愫的。

照理说，凡从北外毕业者都算我的校友；其中有不少也在外事部门工作，之前曾有过交往，但自我退休之后，可就极少联系音信渺茫了。



前几年，中国外文局翻译培训中心聘我为兼职教授；同时受聘的还有梅仁毅、张载梁、施燕华等，他们也曾就读于北外，此时因教课或聚会之机，我们又得以谋面了。这或是我与北外校友的仅有联系。但我必须说明的是，梅、张二人是我的学长，我在北外上学时，梅还曾经教过我，故而又是我的师辈。

现在，竟然有年轻的校友——尚在北外学习的学生，在隆冬岁暮之时，要来我这个老校友家中访问，怎能不使我感到欣慰呢。

但在一阵欣喜后，我冷静下来一想，眼下接受任何采访务需谨慎，徐静她们这次来访，是学校组织的活动，还是她们的个人行为呢？为了问个明白，我从网上找到北外校友办公室电话号码，拨通了它的电话。

在听了我的问题后，接电话的人回答说，徐静她们要来采访我，是她们的个人行动，但向校友办公室报告过，办公室知道这个事，赞成她们这样做。

我在话筒里听到，他说到这里时，轻轻的笑了。我也不由自主地笑了。

徐静她们约定31日来，这天正好是星期天。北京连日气温在零下10度；这天也是朔风凛冽，泼水成冰，但天空湛蓝，阳光明媚。我几次到阳台上去看，见窗前的树枝在风中不停地颤抖。

约十点一刻，听到门铃声响，我急忙去开门，见门外站着三个姑

娘，都穿着厚羽绒服，脸被冻得红喷喷的。打头的高个子姑娘说：“我是徐静。这是顾老师家吧？”

我答曰：“是的。外面冷，快进来。”姑娘们进屋落座后，我妻子即给她们每人端来一杯热咖啡，让她们喝了暖暖身。我问她们是怎么来的，徐静说是乘地铁和公交车。我说：“那真是辛苦你们了。”

徐静说：“不辛苦。我们原来是四个人来，但有一个因为得了流感来不了，所以是我们三个。”我说：“你们来，我真的很高兴。你们在这大冷天，走了这么远的路，来看我这个老校友，我十分感谢你们这份心意。”

徐静说：“我们是来向您请教的。校友办公室知道我们来看您，还托我们给您带来一点小礼品。”说着，拿出两个口袋，每袋装有一件体恤衫、一个旅游帽、一盒圆珠笔、一本刊物《北外人》，上面都印有BFSU（北外英文缩写）字样。我边道谢边接过了礼品。

接着，我问她们各学何种语言，现读几年级。徐静说她学的是日语，现在二年级。另外两个姑娘，名叫张小宇、钟观平，一个学荷兰语，一个是孔子学院预备教师，也是初年级生。

我对她们说，我刚上北外的时侯，它只有西院的几栋小楼，校园周围是麦田和菜地，站在操场上可以一眼望见西山。她们听了赞叹说：“哇！那多好啊！”我说：“但那时的教学设备和现在相比可差多



了。你们能考上北外是幸运的。应该珍惜现在的学习机会。”

我又问她们，北外的校友成千上万，她们为什么选中我不辞远道来访呢？她们说，她们上中学时在语文课本里学过我翻译的诗，留下了深刻印象，后来又读过我翻译的其他作品。她们想毕业后从事翻译工作，所以希望能听我谈谈做翻译工作的经验。

我说，你们学校里一定有翻译课，老师会给你们讲授翻译理论；我对翻译理论没有多少研究，只是作了几十年翻译，口译笔译都作，英译中、中译英都作，有些实践经验而已。你们诚心要听，我就不妨说说，供你们作参考。

就这样，我给她们讲起我的翻译工作经验来。她们专注地听着，不时向我提出问题。阳光照在客厅的沙发上，照在她们的身上；我看到青春的脸庞，看到明亮的眼神。

我谈起严复提出的翻译的三个标准：信，达，雅，我认为“信”是本，“达”与“雅”都是为了“信”；我谈起作翻译首先要真正读懂（吃透）原文：也谈起要作好翻译，不但要学好外文，也必须学好中文。

我侃侃而谈而不觉疲惫；姑娘们似乎也听得颇有兴趣；妻子偶尔过来劝她们吃点水果和点心。听我谈了翻译工作后，姑娘们又说：我们知道您也是位作家，想请您对如何提高写作能力给我们点建议。

我说，我是写诗和散文的，与作翻译同步进行。要提高写作能力

离不开两条：多读书，勤动笔。现在大家都埋头看手机，很少用心读书。从手机上是可以获得大量信息，但它们是粗糙的，碎片的。还是要认真读书，要读经典作品，要学会精读。

我说我读到喜爱的诗文，往往会读它好几遍：第一遍专看它如何表达它的思想；第二遍单看它的结构看它怎么谋篇布局；第三遍再看它在用词造句上有何特色。也许这是个笨办法，但我自得其乐，自觉受益，对我的写作有帮助。

在我谈了关于写作的问题后，她们说：“我们还想问您一个问题：您听说过“佛系”这个词吗？它在大学生和年轻人中很流行。”

“佛系？没听说过。是什么意思？”我迷惑不解的问道。

她们便向我解释说，现在不少大学生心头感到迷茫，虽然还在学校里读书，却已要考虑谋生的问题，感受到生活的压力，不能专心做学问，有的人灰心丧气，就去佛门中找安慰解脱，所以叫作“佛系”。

我听了似若有所悟。我说，现在大学生毕业后要自谋职业，而职场竞争又很激烈，我理解你们的焦虑心情。我们上大学的时候，毕业了国家给分配工作，倒是无生计之忧；但那是计划经济年代，我们干什么去哪儿，都得听从组织安排。而你们却可以自行规划自由选择，驰骋于广阔的天地，因此你们不要只看到艰难，也要看到你们的机会和优势啊！

我说到这里时，看见姑娘们的脸上露出了微笑。

然后我又补充说：“生活不可能是完美的。每个时代有各自的问题。但我想给你们一句忠告：学会、学好一样本领，总是会有用的。”

姑娘们听了连连点头，说：“您说得对，说得好。我们会记住您的忠告。”

我与我的校友们愉快地交谈着，不觉已到正午时分了。在采访结束之前，我取出我的四本著（译）作，在每本书的扉页上恭敬地题写：“赠给我亲爱的母校北京外国语大学”我对姑娘们说：“请你们把这几本书转交给校友办公室，算是我对母校培育之恩的一点报答。”

我也送给姑娘们每人一本我的散文选。我还为她们朗读了两首诗：一首是我翻译的《未选择的路》，就是选在中学语文教科书里的她们曾学过的那首诗，它也入选在由董卿主编的中央电视台节目《朗读者》里；另一首是我写的《沿河城居民》，它是我去年参加《京西诗韵》采访活动后写的组诗中一首，组诗曾获得金奖。

姑娘们说，她们今天来采访“收获颇丰”，感谢我陪伴她们度过了“这一年里最后的但又是最好的一天”。她们在起身告辞前，要求与我拍照合影。她们让她们站成一排，每人手里捧一本我赠送的书，由我妻子用手机拍了照。我与妻送姑娘们出了家门，看她

们走下楼梯，我又去阳台上，眼望着她们渐行渐远，直到消失在一片树丛后面。

后来，我独自思忖：我与姑娘们的谈话，多属老生常谈，并无新意，又能给她们多少裨益呢？反是她们给我的更多些，她们给我带来了母校的关爱，青春的温暖。为此，我真诚祝愿母校“日日新，又日新”；我衷心祝福姑娘们、我的新校友们学业有成，前程光明。

未选择的路——The Road Not Taken



黄色的树林里分出两条路，  
可惜我不能同时去涉足，  
我在那路口久久伫立，  
我向着一条路极目望去，  
直到它消失在丛林深处。

但我却选了另外一条路，  
它荒草萋萋，十分幽寂，  
显得更诱人，更美丽；  
虽然在这条小路上，  
很少留下旅人的足迹。

那天清晨落叶满地，  
两条路都未经脚印污染。  
啊，留下一条路等改日再见！  
但我知道路径延绵无尽头，  
恐怕我难以再回返。

也许多少年后在某个地方，  
我将轻声叹息将往事回顾：  
一片树林里分出两条路——  
而我选择了人迹更少的一条，  
从此决定了我一生的道路。



# 趣谈火星



郭自勤

7月26日,环球时报报道一条有关火星的重大发现。火星上发现了一个液态水湖。据法新社25日报道称,火星上发现了巨大的地下蓄水池。这增加了火星上存在生命的期望。据外媒报道这个湖大约有20公里宽,在一个巨大的极地冰川下位于火星表面以下1.5公里处。

我看到这个消息后,使我想起近几年来,科学家们正在研究移民火星的计划。我这个快要离开人世的老朽,不知为什么对我们地球人的未来很感兴趣。现在世界人口超过70亿了。100年后,地球资源能供养多少人呢?所以科学家们在探测宇宙中,在我们太阳系里看上了火星。对火星是否存在液态水和生命,科学家们有些争议。这次火星的重大发现结束了旷日持久的争论。

不过我想,真要向火星移民不是那么简单易行的。因为火星和地球的环境是天壤之别。不说别的,就说星球的引力,火星的引力只有地球的三分之一。没有重力的牵引,地球人从生理上很难适应火星上的环境。而且低重力会导致地球人的骨密度迅速下降,地球人无法正常活动。如果我们地球人用最尖端的科学方法去改造火星上的气候等环境的话,那么引力是无法改造的。

提到引力问题,最近我从科学杂志上看到一条火星有趣的故事。在我们地球上珠穆朗玛峰算得上最高的山峰了,可是火星上有一座休眠火山能让地球上的最高峰也相形见绌。人们把这座火星火山称为奥林匹斯山。这座盾状火山绵延624公里,大小相当于美国整个亚利桑那州。高度约有25公里,火星上的这座火山是迄今发现的全太阳系中最大的火山,也是最高的山,之所以能形成这样大规模的山,有一个原因是,火星上缺乏地壳运动,所以火山岩浆一直向上堆叠。形成了这种宏伟壮阔的奇观。当然,火星引力比地球上小很多,否则这么高的山在引力的作用下也会崩塌的。于是我又有一个假想,我们地球上最高山峰珠穆朗玛峰几乎每年都有一些探险登山英雄们挑战大自然,往往遇上雪崩而险些送掉生命。如果是火星上的奥林匹斯山,它虽然比8848米高的珠峰还要高出近三倍,但它不存在雪崩和岩浆的崩塌,比喜马拉雅山珠峰安全多了。当然,这也是因为火星的引力是地球的三分之一,而且也没有地壳运动的危险。当然,这也是闲聊而已。地球向火星移民不知要等到哪一辈子,我们这一代或下一代也都不一定成行。

# 聪明在于学习 知识在于积累

欧阳凡

雪儿是一个难能可贵的好孩子，  
1996年9月26日，出生于北京。  
她从母亲身上生下来就没有哭一声，  
来到世界似乎就没有“哭”的本能。  
其父是中科院土壤水质的硕士研究生，  
雪儿出生不久，父亲就留学新加坡读博士。  
刚满两岁，母亲也去新加坡读硕士。

父母出国了，外公、外婆要上班，  
只好请个阿姨来照顾她的吃和穿。  
两年后，父母把她接到新加坡住了一年。  
其父在新加坡读博士期间，  
花了两年时间做了等于别人三年的工作，  
他的博士论文长达48万多字。  
新加坡南洋理工大学除了本校的论文评审以外，  
还请了美国和澳大利亚的两个评审教授。  
美国明尼苏达州明尼大学，  
环境工程系主任看了他的论文，说他的论文很仔细，论证很充分，  
相当于美国学生的两篇博士论文了，  
他果断提议其父去美国做他的博士后。  
母亲留在新加坡完成最后的硕士学位。  
没有办法，只好把雪儿送回北京。

雪儿在北京上幼儿园之前，  
我就教她一些简短顺口的诗歌。  
她对诗歌很有兴趣，一两天就背熟一首。  
为了不出现猴子掰玉米的情况，  
就用“先背旧的，后学新的”办法。  
联系到好的幼儿园之后，我每次接送雪儿都要推着自行车。  
我推着自行车往前走，一边走、一边背诵一首小诗。  
我先背诵她听，听了几遍顺耳了，我们两人就一起背诵。





两人一起背顺口了，我就让她一个人背诵，我只管听。  
如果某个字卡住了，我就提醒她一下。  
反反复复背诵几十遍，这首诗就背熟了，  
一里多路远的幼儿园也就到了。  
下午，我骑着自行车去幼儿园接雪儿。  
她从幼儿园出来，我还是抱她坐在自行车上。  
我推着自行车往家走，我们又反反复复地背诵早上学的新诗。  
大约十个月左右，雪儿就可以背诵一百七十多首唐诗宋词，  
并对诗词的意境、情感有一定的领悟。

雪儿是一个有个性、有血性的人，  
有一次雪儿不高兴就躺在地上打滚儿，  
我几次叫她起来，她硬不起来，  
我走到她身边狠狠地打她屁股几巴掌。  
她的外婆从厨房里走出来，心疼地说：“别打了，别打了！”  
我狠狠地说：“你放心，我只打她这一次！”  
她从地上爬起来后，还流着眼泪，  
我把她拉过来抱在怀里，我们两人都流泪了。  
我告诉她：“以后有不高兴的事，要用嘴说，不能因为不高兴，  
就在地上打滚儿！记住了吗？”  
她含着眼泪对我说：“外公，我错了！”  
我说：“好孩子，外公再也不打你了。”  
说着话，彼此给对方擦干了眼泪。  
从此以后，雪儿再没有发过脾气、打过滚儿。

雪儿的母亲从新加坡硕士毕业之后，  
又回北京住了几个月。  
这些时间里，雪儿一直在上幼儿园，也不间断地学习唐诗宋词。  
为了家人团聚和教育孩子，  
雪儿就随同母亲，一起到美国，一家团聚。  
到了美国，父母开始对雪儿，进行全方位的教育。  
雪儿母亲在出国前在北京景山学校任教，曾被评为北京市“优秀教师”。  
国内很多人都熟悉北京景山学校。  
邓小平同志还亲自为景山学校题词：“教育要面向世界，面向未来，面  
向现代化”。  
党、政、军、人大等重要领导人的子孙，  
许多人在“北京景山学校”学习过。

雪儿在父亲、母亲的培养下，

她的知识得到了日新月异、突飞猛进和多方面的发展。除了学校规定的教学内容之外，还逐步安排她学习钢琴、小提琴、西洋画、中国画和大型手工艺剪纸等等。钢琴获得国际标准 11 级，在学校她是乐队主席，稳坐一号小提琴。西洋画、中国工笔画、大型手工艺剪纸，多次获得国家、州级的特等奖或一等奖。雪儿在初中、高中的各科成绩一直名列前茅。不仅如此，为了让她不忘中华文化，父母每个周六送她去中文学校学习，这一学就是十年。这十年，雪儿不仅能够熟练掌握中文的听说读写，而且在当地的中文报纸上发表过多篇文章，她的作文还曾获得世界中小學生作文二等奖。

她想大学学习金融，于是打算报考美国最好的公立学校——密歇根大学。这所学校的 ROSS 商学院一直是美国本科金融专业排名前三名的学校。毕业生大多输送到美国东西海岸、各大银行和大公司。父母极力支持雪儿的想法，可雪儿本人却有一点胆怯。无奈之下，我女儿给我打电话，说雪儿最听外公、外婆的话，让我们给雪儿做工作，鼓励她报考最好的大学。我左思右想，天涯海角，路遥万里，如何做她的工作？三言两语能奏效吗？想来想去，还是给她写一首小诗，让她反复地沉吟、深切地品味、勇往直前。我连夜给雪儿写了一首小诗，这首诗的题目是：

### 赠雪儿

人生路上生荆棘，船行江河有险滩。  
有志之人立长志，不畏艰险与万难。  
无志之人常立志，一遇艰辛止不前。  
矢志不渝成功路，唯有先苦才后甜。  
虎妈（注①）女儿苦不苦？两琴冠军终生贤。

2015 年初夏，外公、外婆，于北京。

雪儿看完外公写的这首小诗，精神焕发，信心百倍，将所有的书籍、资料堆积在一起，“夜点明灯到五更”，



顺利考上了密歇根大学。

美国的大学一般第一年是不分专业的，

经过一年普通课程的学习，雪儿在 2100 多名申请商学院的学生中，在只有七分之一的录取比例下，顺利进入了商学院的金融专业。

一些同事、朋友问我，你们家的孩子是怎么培养出来的？

是不是你们家学历高、读书多，还是父母聪明遗传基因的问题？

我毫不介意、坦然地说：“培养孩子，不一定是父母有多高的文化，而是要孩子有一个严格的学习制度的规定。

一旦有了这个规定，就必须按规定时间执行。”

中国著名教育家叶圣陶讲：

“教育的目的就是培养习惯，坚持下去就习惯成自然。”

成了自然的习惯，你想改都改不了啦！

你每天早上规定他背一首四句的小诗，

有的是一句五个字，四句才二十个字，

你让他连续背 20 至 30 遍，他就背熟了。

你要求他上学背、下学背，天天如此，他不比别人的学习好，才怪呢！

英国著名哲学家，弗朗西斯·培根讲：

“聪明在于学习，知识在于积累”。

这就是学习的方法。你说这个难吗？也难，也不难。

就看你有没有决心、意志和志气！

雪儿在大学里，尊敬老师，团结同学，认真刻苦地学习，不但学习金融专业，而且还辅修了统计和中文。

第一年暑假，因成绩优异，她在北京《九富互联网金融》实习了两个月。

第二年暑假，她先去新加坡学习两周，

后到香港的澳大利亚电信公司实习两个月。

第三年暑假，雪儿在纽约实习了十周。

在选择法、英两国哪一个银行实习时，出了一个小小的插曲：

2016 年 11 月中旬的时候，雪儿去了在纽约的法国的巴黎银行面试，当天就得到了巴黎银行的录取。

她当时很高兴，并准备下个暑假到这个银行去实习。

在截止面试日期的最后一天，雪儿又去了英国的巴克莱银行面试，当天她也得到了正式的录取。

这时候她有些纠结，忐忑不安，需要认真考虑一下再作最后决定。

雪儿左思右想，经过反复比较，

她最终选择了英国的巴克莱银行。

后来她在巴克莱银行实习期间，

工作认真负责，虚心向同事请教，

与领导和同事的关系如兄弟姐妹，  
 得到各方面的好评。  
 雪儿在实习的最后一天，英国巴克莱银行发了正式录取通知书。  
 雪儿的朋友得知这个消息，  
 欢呼雀跃，掌声不断，奔跑相告，难舍难分！  
 这意味着雪儿在大学三年级结束时，她四年大学毕业后的工作已确定了，  
 只要完成最后大学一年就毕业了。  
 因雪儿学习和实习的出色表现，  
 还被学校挑选出来，为商学院和其它学院的学生多次做职业辅导。  
 2018年4月27日，  
 美国密歇根大学商学院举行了毕业典礼，  
 2018年4月28日，密歇根大学也举行了全校毕业典礼。  
 雪儿四年的艰苦岁月，食不甘味，  
 通宵达旦，想睡不能睡的日子过去了。  
 恭喜雪儿：硕果累累！梦想成真！  
 成为 ROSS 商学院的骄子、华尔街英姿飒爽的“英雄”！  
 大学毕业后直接到英国银行上班，不需要东跑西跑去找工作单位。  
 雪儿大学毕业后，已经签订了正式合同。2018年7月，到纽约巴克莱银行工作。

雪儿已定于6月8日到北京度暑假。

饱览祖国的文明古迹，领略祖国的风土人情。  
 学习祖国的民族文化，感受祖国的科技创新。  
 一个多月暑假过去后，她将回美国工作学习。  
 工作是她的职责本分，学习是她奋飞的双翼。  
 本科毕业如邮路长亭，长亭护她硕博两短亭（注②）。  
 人生奋斗犹通天长梯，为祖国人民矢志不渝。

2018年7月21日，于北京

注：①“虎妈”，是美国耶鲁大学法学院教授蔡美儿，著有《虎妈战歌》等书。讲述了一位华裔妈妈严格教育两个女儿，刻苦学习钢琴和小提琴并获得全美冠军的故事。

②硕博两短亭，即硕士、博士两个学习历程。



# 中学岁月记忆留痕

郭庆岚

《北京晚报》有一篇题为“两所顺天府中学堂”的文章，讲述清末北京近代中学教育开创历程。文章说中小学这种学制是十九世纪末才出现的，是清末“新政”的产物。随着新政的颁布，全国各地出现许多学堂。在这些学堂中，顺天中学堂以及五城学堂是北京最早出现的中等学堂，开当时全国中学教育之先河和示范。

北京曾有两所“顺天中学堂”。第一所“顺天中学堂”在民国时期改名为河北省立北京高级中学（简称河北高中或冀高）。1952年又更名为河北北京中学。另一所“顺天中学堂”是北京四中的前身。

我曾就读于河北北京中学，因此《北京晚报》刊登的这篇文章激活了我中学时代的一些记忆。

河北北京中学的特殊之处是，解放后，其教学业务由北京市管，而行政领导和经费则由河北省管，河北省教育厅厅长兼任校长，学生半数以上来自河北，学生高考划归天津考区（我上中学时天津是河北省省会）。“文革”后，这所中学就结束了它一百多年的历史，不复存在了。其旧址改为北京市东城区

教师进修学院。我有一次到那里办事，进去一看，除了原顺天府衙门的一座厅堂作为文物保存下来，我在那里上学时的教室楼以及其它建筑都荡然无存了。

在我负笈之年，家境贫寒，因此我在丰润车轴山中学初中毕业之后想入读当时免费的师范学校。我们班主任建议我读高中。我把家庭情况说了之后，他对我说：“你上高中和上初中一样，可以享受助学金。家里的事暂时就别考虑了。你先去柏各庄农场劳动（按现在的话说是去“打工”）吧！”我心想：既然建议我上高中，眼看就要中考了，怎么让我去农场劳动？因为我生性木讷腼腆，未问老师何意就去了。

柏各庄国营农场是邻近渤海湾的尚在开垦中的盐碱地，处于初创阶段。场部“办公室”和职工“宿舍”都是席棚。我们临时工住的席棚只有一个出入口，没有其他可通风的地方，在土地上铺些稻草就是“床”，更谈不上桌椅了。食堂（也在席棚里）的馒头、窝头每个都重半斤左右，在上笼屉蒸之前都是黑的，因为上面爬满了苍蝇。现在人

们在饭店就餐，如果吃出个苍蝇，肯定要和店主理论一番，甚至会有人不依不饶。住地周围都是沼泽地，到处是积水，因此蚊子特别多。我没有蚊帐，晚上睡觉不断受蚊子叮咬，苦不堪言。当时正值酷暑季节，真是“足蒸暑土气，背灼炎天光。”

“赤日炎炎似火烧，野田禾稻半枯焦。”我就是在这样的条件下，顶着烈日在稻田里拔草。我开始做日工，每天得报酬1元。后来农场决定改为包工，多劳多得。我不午休，一天干下来可以挣5元。现在花5元钱连一碗炸酱面都买不了，如果以当时在北京的中专毕业生月薪31元，大学毕业生月薪46元（唐山地区42元）作为参照，就可以知道当时5元钱的含金量了。

我在农场劳动期间，多数同学收到中学或中等专业学校的录取通知书，而我却“前程未卜”，因为我没参加升学考试。说“不着急”是假话。快到8月中旬时，学校给我传话，说让我到北京读高中。我这才知道老师让我到柏各庄农场劳动的本意，他是让我自己挣钱准备进京的费用。

我们丰润县（当时丰润和丰南是一个县）派送三个同学到北京，我们车轴山中学出两名，我和另一位革命烈士子弟。后来听同学们说，学校曾在我和一名干部子弟之间进行选择，最后确定让我来北京。时

隔多年，有时我想起这段往事。我设想，我如果晚十几年初中毕业，连做梦都不敢想有机会到北京来读高中。因为在“文革”期间和“文革”结束后的若干年里，尽管也反不正之风，但当时一些有权有势者还是随着参军、上大学、出国留学等“热门”的变化情况，无所顾忌地，千方百计地为子女谋福利，说什么“老子检讨一阵子，儿子享福一辈子。”没有权势，但有少许钱财（或许手头并不宽裕）者也同样，为了给子女谋出路，拿着重金、大礼包东奔西跑找关系。像我这家里无权无势又无钱的农村穷小子哪有到北京来读书的份儿。

我和我的同伴来北京报到那天，在唐山火车站邂逅了和我们情况相同的来自遵化县的一位同学，我们同乘一趟火车到了永定门火车站。我们三个刚一出站，有一位拉平板车的老者，问我们要不要他帮忙拉行李。我们都是初来乍到，因此未加思索就同意了。我们把行李放到他的车上之后，老者让我们乘公交车到学校等他。我们没有问他的姓名也没看他的车号（其实平板车也没有什么车号）就让他把行李拉走了，当时也没有多想。我们进了校门没有多长时间，老者就把我们行李如数送到，也没有“宰”我们，没敲竹杠多要钱。当今盗贼猖獗，促使人们不断升级护栏和防



盗门，骗子的骗术与时俱进地花样翻新，防不胜防。如果在这样的情况下，我们三个纯真的农村土包子来到大城市遭遇的后果可想而知。

到了学校一看，情况与我来京前在梦中看到的河北北京中学完全不一样。我觉得这所学校与我上初中的丰润车轴山中学相比，有很大落差。尽管这所学校设在北京，在清代顺天府的衙门里，但教室全是很陈旧的两层木结构的楼房，操场也不大，学生宿舍是几排老平房。看到附近其他中学的环境，也都差不多，有的连操场都没有。车轴山中学也是百年老校，独占了平原上一座孤零零突兀的小山，环境非常优美，从校门通往山脚的甬道两侧有排列整齐的，三人合抱不交的大槐树，树龄四百余年，至今枝繁叶茂。前山坡上房屋鳞次栉比，校长办公室、教导处和总务处都是清末民初建的小洋房。教室以及教师和学生的宿舍都窗明几净。后山坡草木葱茏，松柏常青，山顶有三座古代建筑。春夏两季站在山巅放眼四望，周围都是花生地，碧绿如茵，宽广无垠；秋冬两季，同学们可以在课余时间到田野散步，在花生地里捡拾农民收获时漏掉的，因被风吹露出土面的花生。这学校远离城镇，“隐逸”在乡间的旷野之中，走出校园，便可看到在田地上辛勤劳作的衣冠简朴的农民。车轴

山中学过去不是教会学校，不知为什么，却“土洋土洋”的，它在冀东传统的农舍当中鹤立鸡群，建筑风格洋味十足。这所学校的校址被列为文物保护单位。给我留下印象最深的老师，除了班主任，就是教我汉语和文学课（那时汉语和文学分开讲，不像现在合在一起叫“语文”）的老师，他给我打下了语文基础。因此我在上高中和大学时，都比较轻松地把汉语课应付过去了。也是这位老师在讲解课本必学的古代诗词时，顺带给同学们讲诗词格律，讲了不少古诗常用典故，包括典源出处，典故原文，寓意、古诗举例，我至今未忘。在大兴国学的今天，他当年编写的有关诗词鉴赏和写作的讲义以及教学笔记都由出版社结集出版了。遗憾的是，这位名师未把我这个天生愚钝的门生培养成高徒。我有辱师门，到了垂暮之年都不会写诗、填词，只是在报刊上看到冠以“律”、“绝”或某个词牌的冒牌货还能识别一二而已。这两位老师都已经作古多年，但每当我忆起忝列门墙，随其读书的往事，他们的音容笑貌就浮现在我眼前，他们传授给我的知识一直留在我的记忆里，使我终生受益。

我初到河北北京中学时，只是从外表看我就读的两所中学之

间的差异。后来看到曾任文化部长的作家王蒙在《我目睹的中华民国》里写的这样一段文字：

“高中时我上了河北高中。这个学校有革命传统，‘一二·九’运动中，河北高中的许多学生参加了以大学生为主的游行。荣高棠、康世恩\*等都曾在这个学校就读。1948年4月17日河北高中学生自治会成立，校内的中统特务和国民党警察局配合，大打出手，一次就逮捕30多个学生自治会成员，使学校进步力量受到打击。为此，我的地下党单线领导人对于我和另一位进步学友双双考入河北高中，补充进去，深为满意。我们的考入，使冀高增加了一个地下党的平行支部。”

由此看来，学校和人一样，是不可貌相的。

有一次离退办组织大家去南宫森林公园秋游，在回城的车上我和老伴谈起河北北京中学。曾在我会日本部工作的马廷淮同志在我们身后听到了，说他也是这个学校毕业的。原来他是我的校友，是我的学兄，后来给我讲了他入这个学校的情景。他是房山人，房山原来隶属河北省。我想他比我更了解河北北京中学。

\*荣高棠曾任国家体委主任，康世恩曾任国务院副总理。





# 泡发干货有秘诀

干货是家庭的常备食物，如何正确且快速地泡发是很多人在厨房里遇到的问题。今天，我们就讲一讲不同的干货到底应该如何泡发。

木耳、银耳、粉条冷水发。用热水泡木耳和银耳，不仅不易充分发开，口感还会绵软发黏，其中不少营养成分都被溶解而损失掉了。木耳泡发好后，撒上少量的面粉，反复轻轻揉搓，可以去除泥沙，用清水洗干净就可以了。粉丝、粉条也最好用冷水泡发，当粉丝、粉条的颜色由透明变成白色或浅黄色，用手可以掐断时，再用热水烫熟就可以吃了。

香菇温水发。干香菇的特别味道来自其中所含有蘑菇香精和鸟苷酸两种成分。尤其是鸟苷酸，它的鲜味强度是普通味精的几十倍。泡干香菇的时候，最好用20—35℃左右的温水，这样既能使香菇更容易吸水变软泡涨，又能使鸟苷酸充分分解，散发出鲜味来。另外，浸泡的时间也别太长，等菇盖全部软化，就要立即捞起滤干。

海带蒸汽发。海带含有褐藻胶、海藻酸，这些物质不溶于水，却都具有极强的吸水膨胀性能，一经吸水，海带表面就会出现黏稠胶体，能阻止水进一步浸入，因此海带很难泡透。同时海带中所含的碘质大部分在表面，过久浸泡会使

碘流失。因此，最好的办法是干蒸。即把海带散开，放在蒸笼里蒸半个小时，再用水冲洗就可以了。

笋干、百合热水发。干百合中加入适量的开水，加盖浸泡半个小时左右，取出后洗净杂质即可烹饪。泡发笋干要用热水，而且时间会比较长，一般需要数个小时才能初步回软；之后将笋干放在淘米水中上火煮数十分钟即可。

白果、腐竹、蹄筋用油发。去掉硬壳的白果放在油中加热，将其表层的果皮炸到可以搓掉时取出、去皮，再放至热水中浸泡回软，蒸发至透。腐竹可以先用油炸制，再放到热水中浸泡至发透。蹄筋放入温油锅中，缓慢加热，开始回软后再用热油炸至膨大酥软，捞出后放在小苏打水中洗去油脂。

需要提醒的是，无论泡发何种干货，应以一次烹饪量为宜，不宜一次泡发多次使用。否则，不但营养与口感大打折扣，还会滋生微生物，对食品安全造成威胁。

——张琳梅摘自《生命时报》



## 猜猜看答案：

1.伐 2.朝 3.酣 4.生 5.昊 6.簾 7.一 8.田 9.彬 10.粥

1.麋鹿 2.螃蟹 3.狡猾的狐狸（脚滑） 4.田鸡 5.海豹 6.有一只犀牛 7.熊猫 8.乌贼



## 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、副会长梁畊同志，因病医治无效，于2018年6月24日在北京逝世，享年96岁。

梁畊，男，汉族，重庆人，1922年1月出生，1945年8月参加革命工作，1946年10月加入中国共产党。1941年至1946年在西南联大经济系学习，其间1945年8月参加“民主青年同盟”，1945年9月担任《昆明新报》编辑，1945年12月参加了昆明“一二·一”民主学生运动。1946年转入北京大学经济系学习。1947年10月到中央青年工作委员会任平山县五荣乡土改工作小组组长。1948年10月到布拉格任“国际学生联合会”副主席，在国际社会宣传我党解放战争及学生运动成就。1951年至1954年到共青团中央任国际联络部宣传科科长。1962年到布达佩斯任“世界民主青年联盟”中国副主席代理，1965年到开罗任“亚非人民团结组织”书记处中国书记。1967年7月调入中国人民保卫世界和平委员会任亚非处处长。1977年11月任中国驻日使馆政务参赞、党委委员，1980年任中国驻英大使馆首席政务参赞、党委委员，1983年6月任全国对外友协副会长、党组成员、常务理事，分管欧洲地区工作。1986年7月离休。

梁畊同志理想信念坚定，矢志不渝，对党忠诚，坚决贯彻执行党的路线方针政策。青年时期积极参加党领导的学生爱国民主运动，不畏艰险、努力工作，为革命事业奉献了青春年华。他长期奋斗在外事一线，服从组织安排，履职经历丰富，敢于坚持原则，坚定维护国家利益。他热爱党的民间外交事业，秉承“为国交友”宗旨，深入开展中外民间友好交往，在世界舞台上广交朋友、深交朋友，建立信任，发展友谊，为扩大中国与世界各国友好关系的社会基础贡献了力量。

他“不忘初心，牢记使命”，敬业爱岗，严于律己，团结同志，以诚待人，生活俭朴，默默奉献。我们为失去一位好干部、好同志、好榜样感到悲痛万分，我们永远怀念他！并对家属表示深切的慰问！

梁畊同志千古！

# 离退休党总支组织开展“不忘初心、重温入党誓词” 主题党日活动



李希奎秘书长发言



退休干部周凤仙发言



退休干部卢亚隆发言

革命學 命聯中 青運 骨干 國際  
勵志模範 堅 深切緬懷梁畔同志  
人 民 外 交 棟 樑 老 丰  
戊戌孟夏金城敬輓

(王金城同志书)