



※青春悟语

送你一朵荆棘花

□经管学院 刘文婧

盛开在荆棘里的花,是最坚毅的花。花很美丽,开始时很脆弱,只有在困苦的环境里慢慢磨炼,从而培养出了坚强的性格。不屈不挠,是荆棘花的品质。即使遇到再大的磨难,荆棘花也会勇敢地去面对,因为只有去面对,才是解决困难最好的办法。荆棘花坚毅的同时,也是明智的。她不会看到困难而不知所措,惶惶而逃。她的理智,足以战胜一切的苦难。

盛开在荆棘里的花,是最可爱的花。她虽不像牡丹那样妖娆,却是最纯净可爱的。她努力地做最好的自己,不去和百花争奇斗艳。百花争夺是复杂的,同时也是残酷的。荆棘花不爱这样的人生,只是在困苦中,向着自己的理想前进,即使这个历程是艰辛的,她也不离不弃。这是她的追求。

盛开在荆棘里的花,是最幸福的花。她虽经历了许多多的磨难。但这是她走向成功和理想的必由之路。不经历风雨怎能见彩虹,不经受磨难,又怎能走向辉煌的殿堂。荆棘花在走向成功的历程中,经受了许多,也明白懂得了许多。人生,就在于不断的新的体验,不管是顺利也好,失败也罢,这都是人生珍贵的经验,它帮助我们走向更美好的明天,是我们成功路上的指路明灯。荆棘花是幸福的,但幸福的定义,不仅仅是顺利的路,这是狭隘的看法,幸福更是我们走向成功路上的挫折和考验。学会吃苦,是走向幸福的基础。荆棘花一步一步稳固地向前走,梦想的光芒照亮了她前行的路。黑夜过后的光芒有多美……

盛开在荆棘里的花,是最执着的花。她向着梦想,永不退缩,永不言败。坚信自己的梦想,她是永远的执着。她把这句话深深刻在自己的心里,她只是奋斗着,没有其他复杂的想法。单纯的努力,是她前进的动力。她的心在荆棘丛里浸泡得如水晶般晶莹剔透,纯净自然,没有任何杂质。纯净的心赋予它高尚的品质,更赋予它持之以恒的意志。钢铁般的意志,助她走向心中的梦。即使失败不止一次地在她那里光临,但她依然微笑,笑的依然那样地甜。她毫不在意,失败了又怎么样呢?愈挫愈勇,不抛弃,不放弃。那样的精神,是最高尚的,也是最美丽的。

送你一朵荆棘花,你看着她,便看到了最美丽的人生。

※心灵驿站

西北风

□自动化院 秦敏恒

西北风,对,就是西北风!

苍凉、冷漠、无情,吹得人心寒。

就是在西北风怒吼的土地上,炎黄春秋,伏羲故里,开启了中华民族的文明;就是在这漫漫的丝绸古道上,中国同世界的联系一步步紧密;就是在那青海雪山中,文成公主千里入藏,联结起两个民族的文明;就是在这片荒无人烟的土地上,敦煌如一颗明珠闪亮了千年,莫高和月牙的爱情成为了永恒的传说。

战火纷飞的年代里,这里是最坚固的后方,留下了革命的星星之火,终成燎原之势;危急的冷战时代,文革时代,这里承载了民族的重托,为祖国创造了最坚实的核武器;无数的火箭、卫星从额济纳的大地上升,承载着一代代航天人飞天的梦想;宏伟的酒钢为祖国的工业发展默默地贡献着力量。

这里有不怕牺牲、吃苦耐劳的中国军人,守卫着祖国的西北边疆,担负起维护国家安全和民族团结的重任。

对,西北风,就是西北风!

苍凉的西北风中,一代代西北人用青春和热血浇筑了中华民族的脊梁。

这里远离都市的喧嚣,远离现代化的繁华,却用西北最纯朴最真挚的情感和数不清的奉献感动了一个国家。

那一年,西去的列车带我离开了我深爱的蒙古高原,来到了我第二个家,我看到西北荒凉的山上依然有风车舞动,我沉默了,不敢想象这片土地究竟能带给我什么;后来我发现我错了,就是在这片西北风掠过的荒凉的土地上,无数人用智慧和汗水不断创造着无比灿烂的文明,留给了中华民族,也留给了全世界。

无情的西北风湮没了这里的光芒,在九百六十万平方公里的土地上,这里神秘而荒凉。然而,我要用文字记录下这里的辉煌,这是来自心底的感动。

这里是兰州,一座黄河岸上的城市,融合了西北的苍凉落寞和现代化的灯火阑珊,融合了西北的坚韧和现代化的时尚,成为了独具特色名副其实的金城。这里有多彩的甘南,带给西北江南般的绿色,这里有神奇的张掖,传唱着流传千古的地质史诗;这里有刘家峡和一座水电站,有全国最大的风力发电基地,为祖国的发展奉献着源源不断的能源;这里有一批高等学府,闪耀着智慧的光芒,为祖国的科教兴国大业默默奉献着。

西北风,对!吹了千年的西北风,吹不尽的西北风!

在异乡的土地上,吹动了我的青春,却永远吹不散成长的记忆,从绝望悲凉的岁月中走来,在西北风的无情中沉淀和升华。

西北风,留在我生命中的西北风!

兰苑副刊

LANZHOU JIAOTONG UNIVERSITY NEWSPAPER

2014年9月30日

营造文化氛围培育艺术情操

现实总是在你想要逃避的时候给你当头一击,把所有的侥幸都冷冷拍灭。

我是有多想念当年,我可以肆无忌惮地随心所欲。琉璃城堡终归破碎,暴风雨已经来临,如今的自己,再没有任性的资格。也许,当年的太平也只是任性的想要与一人厮守,却始终躲不开命运。在整个大唐王朝的明灭中,她躲不开命运,只得一步迎上去。我想,在她十四岁那年,那个美好的瞬间,太平揭开薛绍的面具,那一瞬间的震颤,她已永生不可能忘。

昆仑奴下的那张脸,叫太平牵挂了一生。

她后来说,爱情,只能遇见,而不能预见。泱泱的大明宫,繁华而寂寞。我不知道太平后不后悔参与那么多次政变,后悔亲眼看着至亲一个个死去,但我知道,她一定没有后悔的是,那天的长安,遇见薛绍。后来的人总说大唐的繁华,却忘记了这也是一个空前的红妆时代。

那些飞蛾扑火般追逐权利的女子,同这泱泱的大明宫一样,逐渐湮灭在历史的潮流中。如果可以,我想,太平她是愿意出生在一个平凡人家的,正如她的名字一样,盛世太平。帝王家最不缺的是

情,或许只停留在那个上元灯节,那个昆仑奴的面具,那个温暖的笑容。当她垂垂老矣,倚在榻上,想着的,定是那个她花了一辈子去铭记的人。

盛世红妆,只为一人。

我喜欢这样一句话,女为悦己者容。我等待一个人,和我同去普罗旺斯,看那漫天的紫色薰衣草,我愿为她细细描上红妆。

周杰伦的歌《烟花易冷》,想想这些红妆,也许短暂,但归根到底她们灿烂过,至于结果,已经不是那么重要的了。

于是,我同样择了烟花易冷为题,为那些勇敢过的红妆,祭上自己深深的敬意。

我一直不知道永远有多远,在

最美胡杨林(摄影) 解青



※灯下漫笔

写给自己的信

□文学院 马慧凤

想自己成为一个可以扭转乾坤的政治家,改良社会,救民于水火;你曾想过当一个作家,挎一架相机,带一支笔,浪迹天涯,摄遍世间的良辰美景荣辱沧桑,写尽人生的喜怒哀乐悲欢离合;你梦想过做一个延续文化的书画家,梦想过做一个传承文明的教师,梦想过做一个兼济天下的实业家……

亲爱的自己,你曾经是个很有爱很重感情的人。在外求学的日子里,你曾每隔两天就给家里打一次电话;你曾多少次愧疚,当从父亲

心狠手辣,作为公主,太平也许过于仁慈。可我仍然敬重她,我知道,这是一个伟大的女子,在这个上启贞观,下至开元的动荡时代,太平公主,无疑是一位奇女子。

红妆时代过去,那些曾经在历史风云中叱咤过的女子,想象她们是怎样

在那样一个乱世中生存下去,想象她们那些湮灭在尘世中的爱情。

一直喜欢读书,历史书籍尤为我的最爱。许多野史中,记载着一些不为常人所知的迷信,看着它们,我常常在想,这些女子,当初的当初,到底是怎么想的呢?不得而知。

历史是公平的,它在为人留下经典的同时,也为人们留下了谜团。所有的一切都随着远去的时间而一同被埋葬,也许有一天会有人把它们挖出来,但那已经是以后的事情了。

那些飞蛾扑火般执着而勇敢的女子,终究如一场灿烂的盛世烟花,渐渐湮灭在历史这个偌大的背景中。写到这里,突然想起周杰伦的歌《烟花易冷》,想想这些红妆,也许短暂,但归根到底她们灿烂过,至于结果,已经不是那么重要的了。

于是,我同样择了烟花易冷为题,为那些勇敢过的红妆,祭上自己深深的敬意。

我一直不知道永远有多远,在



尚德 励志 博学 笃行

国内统一刊号:CN62-0808/G

主办:中共兰州交通大学委员会

出版:兰州交通大学报编辑部

兰州交通大学报

LANZHOU JIAOTONG UNIVERSITY NEWSPAPER

2014年9月30日 星期二 总第470期 本期四版

地址:甘肃省兰州市安宁区安宁西路88号 投稿信箱:xiaob@mail.lzjtu.cn 电话:(0931)4938179 邮编:730070

两千余名毕业生成功签约全国铁路单位

本报讯(通讯员 凌翔)铁路单位接应届毕业生校园招聘会犹如我校一年一度人才交流的盛会,也是我校每年500余场招聘会中的“重头戏”。9月21日,由中国铁路总公司人才服务中心组织的铁路单位接收2015届高校毕业生校园招聘会在我校五教举行,吸引了近5000名研究生、本科生、高生前往应聘。

为了全力做好此次招聘会各项工作,我校20日下午在育苑宾馆召开预备会,就招聘会的安全保卫、后勤保障等作了安排部署。

招聘现场,为了能早点与招聘单位“面对面”沟通并签约,好多学生带着凳子和棉衣,于20日晚9时起,就在五教门前排起了长队,热切盼望着能于21日上午签约心仪的铁路局。一名来自机电学院的毕业生坦言,虽然熬夜排队很辛苦,但为了能找到理想的工作,这样辛苦一下完全值得,而且这也算是对学生应聘的一次“考验”。他戏言,熬夜排队的这种辛苦,可以算是想献身铁路行业的“入门第一面”,只有克服各种艰苦,日后才能在铁路行业建功立业。

副校长马军党、我校招就处、学生处、保卫处以及相关单位的工作人员以及各学院负责学生工作的领导干部等亲临招聘会现场,察看学生应聘情况,为应聘学子作现场“就业指导”。马军副校长告诉应聘学子,求职不要囿于专业和地域限制,要胸怀大局,充分抓住近年来

21日上午8时,招聘会正式开始。西

天大代表团来校访问

本报讯(记者 张秋燕)9月26日,天津大学党委副书记、副校长舒歌群带领党办、校办、人事处、教务处、建筑规划设计总院、科研院相关负责人前来我校,就进一步深化合作进行交流座谈。

甘肃省教育厅高教处处长张晓东、校领导杨子江、李引珍、陈兴冲、刘振奎、党建武、张国珍以及校长助理高溥出席座谈会。

座谈会上,双方就干部挂职交流、教师互访、学生联合培养、联合申报科研课题及重大攻关项目等进行了交流,一致表示,今后要进一步加强两校的合作交流,实现优势互补求双赢、携手共进谋发展。

清华大学教授卢风应邀来校作学术报告

本报讯(通讯员 李海龙)9月28日,清华大学哲学系主任、博士生导师卢风教授应甘肃省学位与研究生教育学会和我校研究生院邀请,在大礼堂为来自西北师范大学、甘肃政法学院、西北民族大学、甘肃农业大学、兰州理工大学以及我校6所高校的1000多名研究生作了题为《生态文明建设与中国的历史性转变》的学术报告。

亲爱的自己,该努力一下了记得以后早睡早起,按时吃饭。记得以后珍惜自己的感情,善待自己的心。亲爱的自己,记得要认真听课,努力学习。

亲爱的自己走出看看吧,看看那些依然相信梦想、不懈努力的人们。在他们的身上,你一定能看到曾经的自己,你也能看到你应该成为的自己。

亲爱的自己,记得要常给家里打电话。当母亲在电话那头兴奋地对你说家里一切都好,叮咛你照顾好自己的时候,你才懂得她对你的爱与牵挂,你才意识到自己往日的冷漠。

亲爱的自己,你有多久没有安心地读过一本书,你有多久没有静下心来思考一下自己的未来,解读自己的心了?你有多久没有反思,才向前走去的。希望在你的努力下,远方的你,是你满意的自己!



9月23日至26日,由校工会组织的2014年度第二批教职工集中疗养活动在天水清水温泉度假村进行。期间,34名度假疗养的教职工先后开展了温泉游泳、温泉洗浴、爬山、山林远足、投乒乓球、双扣、象棋,参观清水县博物馆、赵充国陵园、宋墓,品天水小吃等一系列活动,愉悦了心情,陶冶了情操。(丁杰)

◆教职工书画摄影作品展开展 9月10日,由校工会主办的庆祝中华人民共和国建国65周年暨第30个教师节教职工书画摄影作品展在学校时代美术馆开展,共展出我校80多位教职工,离退休老同志创作的国画、书法、油画、染缬、摄影、收藏等作品160余幅,展期一个月。

◆2014年教职工网球比赛落幕 9月15日至17日,由校工会、校网球协会主办的2014年教职工网球比赛在网球场举行,吸引了40多名教职工参赛。经过三天的激烈角逐,苟小军、张水龙、杨伟分获男子单打前三名;张磊/张水龙、杨子江/周家盛,王立华/杨伟分获男子双打前三名;贾雯、张谨、石晓琴分获女子单打前三名;贾雯/杨丽、田艳琴/张谨、董文珍/孙萍分获女子双打前三名。

◆第二期教职工体育健身活动培训班全部开班 近日,由校工会、体育部、教务处联合举办第二期教职工健身活动培训班全部开班。本期培训班向全校教职工免费开设太极拳、体育养生、减脂塑形、健美操、网球、羽毛球、乒乓球、桥牌等9个不同类型的体育健身培训班,300多名教职工报名参加。

◆学校为20名参军入伍学子“壮行” 近日,党委武装部及各学院以各种形式欢送我校2014夏季新入伍学生,为即将参军的学生举行了体检,最终有20名同学通过体检与政审,其中有2名应届毕业生、17名在校生(2名女生)和1名新生顺利入伍,他们将分别到武警、空军等部队服役2年。

◆学生社团纳新活动结束 9月20日至21日,校社团团联合会组织学校在册73个学生社团在唐臣广场开展了一年一度的纳新工作。各学生社团尽显本色,各领风骚,纳新工作圆满结束。

黄河水环境整治创新团队以优秀成绩通过验收

本报讯(通讯员 张洪伟)9月19日,由中工院院士王浩院士、中国科学院院士袁院士、兰州大学南忠仁教授、甘肃自然能源研究所安兴才研究员、甘肃省发改委资源节约与环境保护处王社宁高工组成的专家组来校,对教育部“黄河上游水环境综合整治技术体系研究”创新团队进行验收。

创新团队带头人张国珍教授就团队的基本情况、团队特色、建设情况、标志性成果等向专家组进行了详细汇报。

现场考察及答辩评议后,经充分讨论,专家组认为该创新团队已圆满完成预定目标,在各主要研究方向上定位准确,科研成果丰硕,队伍建设人才梯队完善,实现了科学合理、开放运行、良性发展的运行机制,构建了相关领域研究的重要技术平台和体系,专家组总评结论为优秀,同意通过验收并建议教育部给予滚动支持。

范多旺教授荣获全国杰出专业技术人才称号

本报讯(通讯员 牛宏侠)9月22日,第五屆全国杰出专业技术人才表彰暨专业技术人才工作会议在北京召开。中央组织部、中央宣传部、人力资源社会保障部、科技部联合表彰了99名全国杰出专业技术人才和96个专业技术人才先进集体。

我校范多旺教授荣获全国杰出专业技术人才称号,这是继2009年范多旺教授带领“绿色镀膜与智能控制研究团队”荣获第四届“全国专业技术人才先进集体”称号后,再次荣获四部委联合表彰。

夏荣斌获“龙城英才计划·元林创业精英奖”

本报讯(通讯员 牛宏侠)9月29日,常州市举行“龙城英才计划·元林创业精英奖”颁奖暨全市人才工作推进会,我校国家绿色镀膜中心常州基地主任夏荣斌获得2013年度“龙城英才计划·元林创业精英奖”。

“龙城英才计划·元林创业精英奖”由江苏元林慈善基金会出资1000万元与常州市人才工作领导小组联合设立,每年按10%的固定收益率所得的投资回报,用于表彰奖励常州市领军人才中涌现的创业成功典型,每年度奖励不超过10名创业领军人才,每人奖励纯金牌一枚并颁发荣誉证书。

学院、机电学院等9个学院的15名同学进行了面试,最终确定10名同学为研究生支教团候选人。

◆学生社团纳新活动结束 9月20日至21日,校社团团联合会组织学校在册73个学生社团在唐臣广场开展了一年一度的纳新工作。各学生社团尽显本色,各领风骚,纳新工作圆满结束。

◆第二期教职工体育健身活动培训班全部开班 近日,由校工会、体育部、教务处联合举办第二期教职工健身活动培训班全部开班。本期培训班向全校教职工免费开设太极拳、体育养生、减脂塑形、健美操、网球、羽毛球、乒乓球、桥牌等9个不同类型的体育健身培训班,300多名教职工报名参加。

◆学校为20名参军入伍学子“壮行” 近日,党委武装部及各学院以各种形式欢送我校2014夏季新入伍学生,为即将参军的学生举行了体检,最终有20名同学通过体检与政审,其中有

吴芳：安学亲其师 乐友信其道

□学生记者 吴亚杰 焦航



在外人看来，她是一位令人艳羡的大学教授，执教三尺讲坛育百千桃李；在学生看来，她是一位“母亲”，用最真挚的情感呵护每一个学生；而在自己眼中，她只是一名安其学而亲其师、乐其友而信其道的普通“教书匠”。她，就是交通运输学院的吴芳老师，我校“詹天佑教书育人奖”、“师德标兵”获得者。从教二十多年，严谨治学，真情育人，使她一直走在教育教学的前沿，受到一届又一届学生的尊敬与爱戴。

“他们是上苍赐我的礼物”

一个阳光明媚的午后，我们在吴芳老师的办公室见到了她。除了她留给我们干练、神采奕奕的第一印象外，干净、整洁，摆放着各类花草的办公环境也给我们留下了深刻印象。但与这些相比，最让我们难忘的还是她办公桌上摆放整齐的一大摞笔记本，我们对此充满了好奇。

一本本精心包装的笔记本，里面按照学号从2000年招收首届交通工程专业学生开始，一直到现在的任教的2012级，整齐地黏贴着每一届交通工程专业学生的一寸照片，旁边记录着该学生的姓名、学号等信息。面对这一本本厚重的笔记本，我们很是诧异，这么多的学生，这么多珍贵的资料，吴芳老师是如何会想到年复一年用心珍存的？

“这些信息本，是我了解学生学习的一个窗口，也是交通工程专业建设发展的一份特殊资料。”吴芳老师温婉地告诉我们，这些资料，对课堂内外建立融洽的师生关系起到了重要的作用，也是学生毕业十年、二十年、三十年返校聚会时最直观、最全面“拥抱青春”时期的见证。

激发学生“高飞”的欲望

常言“师者，传道授业解惑。”除了传授学生专业知识，吴芳老师更愿意激发学生自主学习的热情，帮助学生提高创新能力和动手能力。

吴芳老师坚信：“一个人有高飞的冲动，绝不甘心在地上爬”。为了激发学生那一丝“高飞”的欲望，她愿意为他们提供更多的平台，鼓励他们产生“飞翔的冲动”，并且不忘从点点滴滴严格要求自己及每一位同学。

执教二十多年来，吴芳老师从未迟到早退或无故缺勤过，她把对自己的这一严格要求也传递给了学生：遵守上课开讲前全体印有吴芳老师照片的太阳能七彩

起立的规矩。吴芳老师解释说，这是一个上课下课的“分水岭”，为的是提醒同学们停止一切无关的活动，收心正式上课。就这么一个简单的动作，不仅让大家集中精力，并且督促大家以一个良好的精神面貌高效率完成学习任务。“已经做了二十余年了，以后仍然会坚持这一要求的。”

课堂之余，为了增强专业认同感和学习动力，吴芳老师曾指导交通工程07、08、09及12级本科生在大二末开展交通工程认识实习期间，她曾多次邀请从事各种工作的交通工程专业在岗毕业生和即将毕业的大四学生，与大二学生做各种互动交流。特别是那些考研或被保研的、辅修双学位的、优秀毕业设计的及兼职打工也颇有收获的大四学生，都是吴芳老师非请不可的“嘉宾”，她想通过这些学生的亲身经历，告诫在校学生如何依据自身特长合理支配时间，如何最有效地度过大学生活，让他们真真切切地感受到本专业到底研究什么、如何学好专业课，引导他们热爱自己的专业，激发他们萌发“高飞”的冲动。同学们坦承，“没想到认识实习，吴老师给了我们一个大大的惊喜！”“我们专业还能学到不少很有用的知识，我真的找到了自己的学习目标”。

吴芳老师还很注重在教学上的创新，她不希望学生的思维受局限和禁锢，在教学方式上，她不断改进，添加更多创新元素并深化拓展，让学生在专业学习中不断创新，以此来保持他们“高飞”的欲望。“交通问题分析及新技术展望”活动就是吴芳老师在这方面探索的一个见证。

“交通问题分析及新技术展望”活动是让学生组成若干小组（每组一般为4至6人），各组题目自拟，但必须在一定期限的课余时间合作完成这个课题并制作成PPT，最后由小组内部推选出一位最能代表大家的同学在课堂给定的时间内演讲展示给大家，这一活动实现了以学生为教学活动主体的各种交通热点、难点及新技术等课外知识的互动交流。

就这样一个看似简单的课件的完成，却能很好地锻炼学生们自学能力和团队精神。从确定研究题目到查阅资料，以及实地考察等一系列环节，均需要小组成员分析、讨论、研究后，团结协作完成。并且还需要很好的口才方可精彩呈现。

这样的题目本身具有开放性，让我们不光探索、学习、交流到了许多课本以外的专业知识，而且拥有了敢于站在讲台上向所有人大声表述自己劳动成果的勇气和机会，更让我们知道了团结协作、自主学习的重要性……”交

通工程2010级学生宛如鹏如是说。

此外，课间播放往届学生的优秀课件以及充满校园气息的小短片，也是吴芳老师教学创新的一部分。她将这种方法称为“课间积极休息法”，认为此法不仅可以提高休息效率，还可以通过欣赏具有美感的优秀作品，陶冶情操，潜移默化地提升学生的综合素质并激发同学的创新能力。

用真情换真心

如果说教学显示一个老师的基本功，那么，育人就是显示一个老师教育的智慧。当问及如何使自己和学生拥有那么融洽的关系时，吴芳老师用了三个“心”来回答：凭良心、用爱心、换真心。“对每个学生付出老师的责任心、呵护学生如自己孩子的爱心以及对待学生朋友般的真心。”吴芳老师相信，只要做到这些，师生之间的关系就会得以升华。

“用良心去教学”是吴芳的教学理念。从教二十余载，她除了认真备课授课课外，都一直坚持自己批改作业，任何一点小错误都不放过。不管有多忙，她都会在下次上课前批改完作业并下发给学生，并会在新的一节课开始时及时讲解错误率高的题目。她认为，自己有责任通过及时批改作业去了解学生接受知识的状况，并且指出他们的错误。除此之外，对于毕业设计，她一贯从题到方案设计直至终稿审核都严格要求、反复修改，审阅时常常连一个标点符号也不会放过的。当我们赞叹吴芳老师如此重视批改作业和指导毕业设计时，她说，这已经是多年养成的一种习惯，是自然而然的事，想偷懒都做不到的了。

“对学生的爱心”是吴芳老师对学生成长发自内心的关心。交工1101班的汪斌同学告诉我们：“吴芳老师在第一课，给我们播放了一个课件——《生命的列车》。她通过这个课件，告诉我们许多人生的哲理和做人的道理。我们班的同学们看完之后都很受鼓舞，这比空洞的说教振奋人心，更能鞭策大家好好珍惜时间，珍惜亲情及其友情。”

同样是在吴芳老师授课的第一节课，当她提议毛遂自荐选课代表的时候，由于认识实习时建立了融洽的师生关系，加之口口相传的良好印象，有的班级常常会有二三十个同学争做吴芳老师的课代表，他们都希望能有更多的机会与吴芳老师进行沟通和交流，聆听她的教诲。

执教多年，吴芳老师践行了“用真情换真心”的朴素真理。她始终相信德国雅斯贝尔斯所说的：“教育就是一片云推动另一片

“学生毕业后还能如此牵挂一位老师，我真的很幸运，我没刻意做什么，但不知不觉中收获了一大批如同亲人般的学生，他们是上苍赐我的厚重礼物。当老师，挺好的，平日里总有一份平实的、满满的幸福感！”“对每个学生付出老师的责任心、呵护学生如自己孩子的爱心以及对待学生朋友般的真心。”吴芳老师相信，只要做到这些，师生之间的关系就会得以升华。

重温红色记忆 坚定理想信念 ——甘肃高校师生暑期红色之旅集中示范活动感悟

□陈浩



议旧址、《大公报》发现地等红色遗址；在迭部，我们重温腊子口战役的惨烈和战士们的英勇；在岷县，中共中央西北局岷州会议纪念馆，我们透过历史，理解了中共中央西北局做出的“准备北上、迎击胡敌”决策的重要意义；在通渭榜罗会议旧址，我们真正认识了中共中央榜罗会议决策的重大历史意义；在文庙街小学体会毛主席《七律·长征》诗篇的豪迈，绝壁炸碉堡，赤心土司开仓放粮济红军，只因他真心不改跟党走。曾记否？这里子弹穿过它稚嫩的胸膛，鲜血染红过他真爱的衣裳，但他没有低头，向着光明的北方昂首。曾记否？年轻战士“云贵州”翻越

豪情。作为一名高校思想政治工作者，我深感自己身上的责任和使命的重大。其实，在祖国前进的道路上，我们需要脚踏实地，继续发扬长征精神，磨练意志品质；我们更需要坚定信念，薪火相传，将个人的梦融入国家的梦，在践行社会主义核心价值观的实践中从我做起，从本职做起，为伟大中国梦的实现而努力！

（作者系我校自动化学院工办主任，曾入围2013年“甘肃省优秀辅导员”，参加教育部第54期全国高校辅导员骨干培训班；荣获甘肃省大中专学生志愿者暑期“三下乡”社会实践活动优秀指导教师，我校校庆五十五周年“教书育人”先进教师等。）



红色之旅中，我们不仅看到了昨日红色中国的荡气回肠，更看到了今天“长征精神亦常在，坚定信念永不灭”的豪迈。通过参观，我了解到冉树苍，一位为会宁教育事业呕心沥血，奉献一生的老人，他在最平凡的教育工作岗位上，实现了自己心中不平凡的教育梦。魏文清，一位大山中的邮递员，他视信件为生命，视群众为亲人的情怀，30年如一日，确保工作万无一失，以最简单的行动诠释了什么是责任、什么是信念。陈廷栋，一位普通的护林员，他以植树造林奉献一生的誓言，践行了最淳朴的价值观。他们不仅是我们青年学习的榜样，更是新时代长征精神最朴实的诠释。

7月21日至30日，由省委宣传部、省教育厅、团省委共同组织的全省高校师生暑期红色之旅集中示范活动在兰州城市学院举行出发仪式。作为高校教师代表，我有幸参加了此次活动。在短短10天的时间里，我们跋涉近3千里，足踏遍及省内8个市州的红色景区，瞻仰革命遗迹，缅怀革命先烈，感悟长征精神，接受了一次“红色”的洗礼。

10天精彩的行程，给我留下了深刻的印象。每每回想起来，总让我思绪涌动。21日下午，在出征仪式现场，作为全省“高校师生暑期红色之旅”示范团的成员之一，我很荣幸地从省委宣传部连

每年新生入学军训，几乎每天都有人由于身体不适请假，不管是心理“脆弱”承受不住训练之苦，还是身体真的撑不住较高强度的训练，大学生的体质状况确实令人担忧，更不用说那些时常会见到诸报端的大学生“脑死亡”、猝死的骇人事件。

按理说，随着社会的进步和人们物质生活条件的改善，我们新一代大学生的体质应该越来越强，可现实状况却远不如人们想象的那样美好。即使学校开展丰富多彩的体育活动，开设科学合理的体育课程，广大学生的体质却像“扶不起的阿斗”一样，使人感觉还是那般羸弱，这究竟是什么原因呢？

据我观察，造成这一现象的原因有以下几点：首先，从小学到大学，很多学校还是以应试教育为主，对体育运动漠不关心；其次，不合理或错误的作息习惯以及饮食习惯，令好多学生成为“小胖墩”，为他们的体质健康埋下了“隐患”；再次，大多数学生不自觉开展体育运动，缺乏体育锻炼。

大学生是祖国的未来，健康的体质有助于以后更好的面对生活与学习。如果我们拥有强健的体魄，我们就能浑身上下焕发出青春的活力，给人一种朝气蓬勃奋发向上的感觉；如果我们经常参加体育锻炼，不仅可以使性格开朗，还可以结交到许多朋友，提高交际能力；当然，强健的体质还有助于提高心理承受能力，磨炼坚韧的品格，可以使人更加有勇气，更能吃苦。

概言之，增强学生体质，不仅关乎个人学习生活，而且还是整个家庭、学校，甚至整个社会的问题。我认为，提高我们的体质，可以从以下方面着手：

首先，加强学校体育教育及



不知不觉中，校园里掀起一股“自食自做”之风，有部分同学选择在宿舍做饭。这一现象在女生宿舍则表现为“酒精炉电饭煲、面条油盐酱醋”样样齐全。自己买菜做饭，小小的集体宿舍俨然变成了一个拥挤的“小厨房”。

为什么这股风气会在大学生中渐渐兴起呢？笔者认为有以下几点原因。首先，自己做的饭更符合自己的胃口，相对来说也实惠些。一斤米2.5元，一斤面3元，蔬菜（如白菜、西红柿）一斤2元，一顿饭最多花4元，还能外加一碗自做的鸡蛋羹。而食堂最便宜的牛肉面也要5元一份。其次，自己做的饭吃着更加安心，更加舒心。从买菜到入锅，煮饭的整个过程都是由自己参与的，吃着也觉

得干净卫生，同时可以依据自己的口味做自己喜欢吃的饭菜，这也是难得的舒心了，毕竟外面的饭菜不一定满足每一个人的口味。再次，也为我们的生活增添一些乐趣。“用心做出一顿好吃的饭，会很有成就感。”有同学说。除了学习、逛街、外出游玩，我们也能在做饭中找到生活的乐趣。与此同时，小厨房在很大程度上影响到宿舍的和谐，毕竟不是所有人都喜欢在宿舍自己做饭，也许在你满足了自己需求的同时，却没有顾及到室友的心情，这样为了

做一个一顿饭而引起室友间的矛盾，伤了和气，真是太不值得了。最后，作为一名大学生，过分的关注吃食，每天“自食自做”，在日复一日的买菜—煮饭—刷锅洗碗三部曲中消磨时间，只会越来越沉迷于这种生活，而忘记自己的本职工作是学习，是不断的充实自己提高自己，殊不知在满足自己“味觉”的同时又失去了多少。

为了预防危险的发生，使宿舍重新变得和谐而舒适，为了让自己的大学生活变得更加有意义，让我们撤掉“小厨房”，还宿舍一个“自由身”！

向宿舍“小厨房”说“不”

□化工学院 王瑛



“国丁之歌”是吴芳老师所著的一本诗集，书中收录了她多年来创作的诗歌作品，歌颂了祖国的壮丽山河和人民的美好生活，抒发了对祖国的热爱之情。

莫让体质成“扶不起的阿斗”

□经管学院 张芳

各类运动项目的开展。目前，好多学校偏重学生学习成绩，而忽视了学生的体质健康，尤其是中学学生负担重，考试科目往往挤占了体育课和自主运动时间，导致学生没有时间和精力参加体育锻炼。所以，在大学阶段，应该杜绝此类现象的发生，让学生尽可能多参加体育活动，并进行特色体育教学，培养学生对体育欲动的兴趣，进一步增强学生重视体质的意识。

其次，充分调动学生开展“阳光体育”的自觉性，养成锻炼的习惯和生活方式。现在好多学生不愿意进行锻炼，怕累怕累吃苦，即使有一点空闲时间，也热衷于看电视、玩电脑游戏或上网聊天等。应采取多种途径，调动学生开展体育运动的积极性，改善学生体质较弱的现状。

再次，家长应重视孩子体质，鼓励学生开展体育锻炼。目前，好多家长在健康饮食等方面对孩子关注不够，也盲目地为孩子补充过剩的营养，如高热量、高蛋白、高脂肪、垃圾食品的进食，使得“豆芽菜”和“小胖墩”型孩子增多，所以家长应该做好均衡饮食，帮助孩子树立正确饮食习惯，并增强体质锻炼。

大学生是祖国的未来，健康的体质有助于以后更好的面对生活与学习。如果我们拥有强健的体魄，我们就能浑身上下焕发出青春的活力，给人一种朝气蓬勃奋发向上的感觉；如果我们经常参加体育锻炼，不仅可以使性格开朗，还可以结交到许多朋友，提高交际能力；当然，强健的体质还有助于提高心理承受能力，磨炼坚韧的品格，可以使人更加有勇气，更能吃苦。

常言“身体是革命的本钱”，想走遍千山万水，想挑战极限，想做很多很多的事情，但是没有一个好的体质支撑，一切皆为纸上谈兵，只能望洋兴叹。所以，让我们积极行动起来，加强体育锻炼，增强身体素质，千万别让体质成“扶不起的阿斗”！

想遍寻名山大川，想挑战极限，想做很多很多的事情，但是没有一个好的体质支撑，一切皆为纸上谈兵，只能望洋兴叹。所以，让我们积极行动起来，加强体育锻炼，增强身体素质，千万别让体质成“扶不起的阿斗”！

常言“身体是革命的本钱”，想走遍千山万水，想挑战极限，想做很多很多的事情，但是没有一个好的体质支撑，一切皆为纸上谈兵，只能望洋兴叹。所以，让我们积极行动起来，加强体育锻炼，增强身体素质，千万别让体质成“扶不起的阿斗”！