



我从青年起就喜欢欣赏古典音乐，学习工作之余，常去汾阳路上海音乐学院附近的音乐书店淘CD。曾经买到过贝多芬全套钢琴协奏曲，莫扎特的主要长笛协奏曲、奏鸣曲，巴格尼尼、门德尔松小提琴协奏曲…每当看到心仪的音乐家的碟片时，总是惊喜不已，如获至宝，爱不释手，先听为快。

最近听得比较多的是肖邦的第一钢琴协奏曲(一钢)，特别是第二乐章，乐思所展现出的

退休生活大家谈

惊觉退休已10年，能做自己想做的事，能去自己想去的地方，真的很好。

刚退休时，感觉像鸟一样自由，飞渡重洋，栖落在有高高椰树林的海岸边发呆，望天空云起云落，看冲浪舢舨翻飞。兴致上来时拍了一些照片，回看发现珍不忍睹，与当时眼中看到的美景大相径庭。回到上海便立志要学习摄影，经一年两学期的摄影学习，我们一帮老年同学便扛着长枪短炮，追随摄影老师行摄于大江南北、异国他乡，走过不少青山绿水，感受域人文风情，拍摄技术也跟着有了长进。最幸运的是，退休五年后，在老前辈明德老师的热情引导下，我又学会制作美篇，能够将自己所见所闻所感以画册式的图文形式记录下来。等将来真的老得走不动时，坐在洒满阳光的阳台上，翻动着这些过往鲜活的美篇，想想那是怎样一番情景又是怎样一种心境呢！

我们退休生活丰富多彩，只要自己想做，什么时候开始都不算晚。我觉得退休后保持一个好心态，可以让生活平和安宁，知足常乐。



我的退休生活

·周小力·



作者



▲中国山水画《锦绣山河》作者：高永丰

中华复兴

(欢庆二十大召开七言藏头诗)

中华盛世龙起舞，
华夏兵强民庶富。
复兴群雄肝胆照，
兴邦我辈长袖撸。
现今环宇东风舞，
代出新纲征阵突。
强弩之末“西”日落，
国强兵武群起搏！

▲诗：作者 雪石

诗书画印

书：书法作者应敏华



▲印：《玉兔吉康》作者 石奇光



美妙世界，像一幅幅灿烂锦绣、壮丽辉煌、夺目无比的油画，胜比雨后的彩虹，美得令人难以置信。优美的旋律中完全没有黯然神伤思绪，却是满满的洒脱不羁、激昂刚健、婀娜甜蜜的诉说。我感到，这些恬美的悦音仿佛在源源不断地输出着激励世人热爱生命、美化生活、息息向上、励志乐观的能量，特别是在去年疫情期间，每每听到这些纯洁无比、华丽激荡的旋律，那时常有的焦虑和伤郁情绪就会转瞬急逝。

古典音乐大师们伟大不朽的作品，也造就了一代又一代杰出的演奏家，他们用一生的心血在诠释这些人类文艺传承精品的丰富内涵。我非常喜欢阿根廷女钢琴家阿格里奇演奏肖邦的作品，曾被人誉为珠玑之作。她天生丽质，年轻时黑发披肩，脸上始终带着微笑。她的琴声铿锵有力，热情奔放，敏锐穿叠，有时如泣如诉，满腔倾情；有时又气贯长虹，势不可挡。随着年岁流逝，当阿格里奇已是满头白发了，她仍然在世界音乐的舞台上演奏肖邦的一

钢琴，琴声更是晶莹剔透，余音绕梁，让人回味无穷。这些伟大的音乐家们用一生的努力和追求，为整个人类文明和艺术世界，增添了无数晶莹夺目的瑰宝！

改革开放以来，在党和人民的培养下，我国优秀年轻的钢琴家脱颖而出并且层出不穷，在国内外产生重大影响。如今郎朗、孔祥东、米俊乐、吴昊辰等。特别是最近出生北京的青年钢琴家王羽佳在美国卡耐基梅隆音乐会上，与费城管弦乐团合作的四个多小时的精彩无比的演奏，震撼了世界音乐界。无疑中国青年音乐家们的血脉里都流淌着中华民族五千年来文化积淀的力量，不少人怀着越是民族的东西越具有世界性的理念，演奏和创造了许多中西文化艺术融合的好作品，为讲好中国的故事作出了贡献。记得两年前，我在电视里看

到在德国举行的一场大型音乐会上，在西方乐队的伴奏下，三位婷婷玉立、不同肤色的花腔女高音，唱出了霍元甲电影的主题歌《万里长城永不倒》，庄重高吭，委婉有力、美妙动人的歌声令我惊讶无比，内心引起极大的共鸣，在她们歌声的引领下，全场观众都能感受到千里黄河水滔滔，万里长城永不倒的宏大气势！音乐是生活的清流，陪伴并激励我们永远向前。

观话剧《觉醒年代》有感

·杨俊保·

喊，有志气有理想的青年学生奔赴法国追寻革命真理。对陈延年、陈乔年等一批革命后人也作了深刻的描写。

一出本来长达几十集的历史长剧，改成了只要用短短的两个半小时就如此精彩地演完；如此精彩地呈现在观众面前，可见导演和全体演职员们的集体超长努力！他们付出了大量的心血。

散场后，我作为观众，心潮起伏。

我深深地体会到先辈们创业之不易；深深地体会到先辈们建国之不易！

我也为在中国共产党领导下的中华人民共和国的强盛繁荣而骄傲，也为我国能屹立于世界之林而骄傲！我也能生活在这样强盛和伟大的国度里而感到无比的幸福！



瞬间

JIAN

摄影

邹乾林



话剧版的《觉醒年代》两个半小时的长度能浓缩这段伟大的历史进程吗？带着这种疑惑，十一月六号我们在上海话剧院观看的话剧《觉醒年代》。在观看的过程中，观众席上多次热烈的掌声证明了这次话剧的改编非常成功。

舞台上的情节，仍然是以李大钊、陈独秀的思想行为发展深化为主线，展现了革命先烈李大钊“铁肩担道义，妙手著文章”中所体现出来的为国为民的理想和志向，以救国救民为己任的风骨精神。

我印象很深的一场戏，就是李大钊和长辛店工人们一边包饺子，一边进行革命理论宣传的画面。他与工人们打成一片，没有北大教授高高在上的傲娇，也没有贫苦工人自轻自贱的懈怠，有的是对劳苦大众的启迪与尊敬，有的是对马克思

主义的理解与对革命的支持。陈独秀先生有思想、有情怀、有骨气、有担当的人物形象也在这部话剧剧中表现得血肉丰满，激情四溢。话剧通过他提倡民主和科学的精神，创办《新青年》，通过研读马克思主义，送儿子去法国留学的码头，一再劝导孩子们多读读马克思主义的书籍，了解共产主义的忠告；通过他带领学生游行示威，不惧怕被当局囚禁，坚持真理的场面，塑造出这位中国共产党创始人的伟大形象，令人敬佩。

话剧还以社会的风云变化与人生百态为辅线，用一个个画面的转化，铺展开了一个个经典画面：社会民众在四面高墙的禁锢里的挣扎与探索，北大教授们对“思想自由，兼容并包”的争论，热血青年爱国主义的奋斗与呐喊。

校园简讯

▲9月，电子与信息工程学院江友华老师当选上海市“四有”好教师(教书育人楷模)，高尚师德激励上电教师永葆育人初心。

▲9月15日，我校与中电永新运营有限公司签署校企战略合作协议，在越南永新挂牌设立“上海电力大学海外培训实践基地”。

▲9月20日，高等教育评价专业机构软科正式发布“2022软科中国最好学科”排名名单。我校电气工程、化学工程与技术、动力工程及工程热物理、控制科学与工程4个学科上榜。

▲10月，教育部发布了2022年度教育部工程研究中心建设项目立项名单，我校牵头建设的“海上风电技术教育部工程研究中心”成功获批立项。这是我校获批的首个教育部工程研究中心，实现了我校教育部高水平科研创新平台的新突破。

▲10月25日，U.S. News发布了2023世界大学排行榜，我校以33.5分位列榜单排名世界1243位、中国内地高校第149位。今年我校物理化学、电气与电子工程、材料科学、工程和化学5个学科上榜。

▲11月初，上海电力大学“校友之家”正式启用，拓展连接学校和校友、凝聚校友力量新平台。

▲我校学生在2022年全国大学生数学建模竞赛中，发挥出色，再创佳绩，获得全国一等奖2项、全国二等奖3项。

▲11月25日，“一带一路”能源电力高校联盟大会在我校临港校区举行，上海电力大学被推举为第一届理事长单位，来自10个国家的14所国际高校探讨推动全球能源电力事业发展与合作。

▲12月8日，上海电力大学成功入选首批十所上海市高校知识产权运营中心，拟促学校释放能源电力特色专利技术成果的溢出效应，更好服务经济社会发展。

▲我校两个青年团队荣获2021年度“上海市青年五四奖章集体”称号，计算机科学与技术学院张凯同志荣获“上海市青年五四奖章个人”称号。

上电退管信息

SHANG DIAN TUIGUAN XINXI

上海电力大学退管会编

2022年第2期(总第39期)

离退休老同志踊跃收听收看二十大开幕直播 开展党的二十大精神学习交流活动

本报讯 中国共产党第二十次全国代表大会于2022年10月16日至22日在北京举行。这是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时期召开的一次十分重要的大会，也是党的二十大全面把握党和国家事业发展新要求，提出的新时代新征程上的新任务。许多老同志心潮澎湃，心情久久不能平静，纷纷表示，一定要言传身教，积极引导大学生坚定理想信念，树立艰苦奋斗远大志向，永远听党话，跟党走；要教育广大学生以前辈为榜样，做马克思主义创新理论坚定信仰者，积极传播者，模范践行者；要鼓励新时代学子，学好本领，为国家作出贡献。

离退休党委依照校党委关于认真宣传贯彻党的二十大会议精神的要求，以习近平新时代中国特色社会主义全部实践中产生的理论结晶，是全党全国人民的行动纲领。不少老同志边聆听边记录。并在微信群发表感言，他们认为习近平总书记的报告向世人宣示了中国共产党为实现中华民族伟大复兴的信心和意志。90多岁的老校长陆楚龙在交流中发表了题为《学习与贯彻二十大精神，为建设高质量教育体系而奋发努力》的讲话。10月16日上午10时，举国期盼的中国共产党第二十次全国代表大会正式开幕。许多老同志早早地端坐在电视机前等待和观看大会的实况转播。在收听收看过程中，习近平总书记在大会上全面阐述了新时代中国特色社会主义现代化强国之路，从理论和实践结合上系统回答了三个重大时代课题。报告中所阐发的一系列新观点、新论断、新思想、新战

略、新要求，是新时代中国特色社会主义全部实践中产生的理论结晶，是全党全国人民的行动纲领。不少老同志边聆听边记录。并在微信群发表感言，他们认为习近平总书记的报告向世人宣示了中国共产党为实现中华民族伟大复兴的信心和意志。90多岁的老校长陆楚龙在交流中发表了题为《学习与贯彻二十大精神，为建设高质量教育体系而奋发努力》的讲话。10月16日上午10时，举国期盼的中国共产党第二十次全国代表大会正式开幕。许多老同志早早地端坐在电视机前等待和观看大会的实况转播。在收听收看过程中，习近平总书记在大会上全面阐述了新时代中国特色社会主义现代化强国之路，从理论和实践结合上系统回答了三个重大时代课题。报告中所阐发的一系列新观点、新论断、新思想、新战

略、新要求，是新时代中国特色社会主义全部实践中产生的理论结晶，是全党全国人民的行动纲领。不少老同志边聆听边记录。并在微信群发表感言，他们认为习近平总书记的报告向世人宣示了中国共产党为实现中华民族伟大复兴的信心和意志。90多岁的老校长陆楚龙在交流中发表了题为《学习与贯彻二十大精神，为建设高质量教育体系而奋发努力》的讲话。10月16日上午10时，举国期盼的中国共产党第二十次全国代表大会正式开幕。许多老同志早早地端坐在电视机前等待和观看大会的实况转播。在收听收看过程中，习近平总书记在大会上全面阐述了新时代中国特色社会主义现代化



多形式、多层次、多载体, 学习党的二十大精神

中国共产党的第二十次全国代表大会于2022年10月16日上午,在北京人民大会堂胜利召开,习近平总书记作了重要报告。在这令人振奋的时刻,校离退休党委组织全体老同志收听收看党的二十大开幕盛况,组织大家多层次、多载体、多形式地深入学习二十大报告精神。

**收听
收看**

10月16日上午10时,离退休老同志们满怀振奋和喜悦的心情,认真收看党的二十大开幕会和聆听了习近平总书记的报告,大家感触颇深,纷纷表达了自己的感想。

离退休干部党支部周耀辉老师:党的二十大报告为我们指明了今后的方向。我们要坚定做到五个坚持,克服风高浪急甚至惊涛骇浪,全力战胜前进道路上的一切困难,着力推进高质量发展高水平对外开放,加快建设新发展格局和创新发展战略布局,开创中国特色社会主义事业发展的新天地,谱写全面建设社会主义现代化国家崭新篇章。

第二党支部龙根勇老师:我

们退休党员要做到退休思想不能退休,要离岗不离党,退休不褪色,永葆共产党人的本色。

第三党支部钱道翠老师:我们国家各方面取得了辉煌的成就,人民的生活水平大幅提高,幸福指数不断攀升,青山绿水,环境优美。作为退休老师,我共享着社会发展成果,享受着国家优质的养老服务,感到安全感、幸福感满满。

第四党支部耿新民老师:100多年来,一代又一代中国共产党人顽强拼搏、不懈奋斗的宝贵精神财富,已深深融入中华民族的血脉之中,为民族复兴提供了更持久、更强大的支撑。今天,我们比历史上任何时候都更接近、更有信心和能力实现中华民族伟大复兴的目标。

第五党支部许一昌老师:十年来翻天覆地的变化再次充

力学校大思政育人工作。

第四党支部毛家俊老师:习近平总书记报告中的15项,提出了今后的目标和任务,科学规划了新时代新格局的宏伟蓝图,2020年到2035年建设社会主义现代化强国,2035年到本世纪中叶,建设一个富强、民主、文明、和谐、美丽社会主义现代化国家。

第三党支部杨平老师:作为一名从事了三十多年高等教育事业的老教师,深为报告中所提出的科教兴国和文化兴方針战略而振奋。我虽然已经退休,但还想为现代化强国的新征程出一份力,为立德树人根本任务发挥余热,积极参加我校的关工委工作,把自己的教育感悟讲给青年师生听,助

分证明,确立党中央的核心,全党的核心地位,确立习近平新时代中国特色社会主义思想的指导地位,无比英明正确,代表全党全国人民的心愿,为推进中华民族伟大复兴历史进程具有决定性意义。

作为已退休老党员,更要常怀律己之心,坚定理想信念,永葆共产党人政治本色。



骨干培训

党的二十大报告中提出要坚定不移全面从严治党,深入推进新时代党的建设新的伟大工程,明确提出基层党组织建设是党组织建设的基础。11月2日,离退休党委进行了党建工作研讨暨支部书记培训会。

市教卫工作党委二级巡视员、老干部处处长长金勤明结合教卫工作党委系统离退休干部党建工作实际,对《关于加强新形势下离退休干部党的建设工作的意见》进行了详细解读。

指出要把握好离退休干部党建工作的范围,落实全面从严治党要求,发挥政治引领作用,强化组织功能,把广大离退休干部凝聚起来永远跟党走。

通过此次活动,切实提高了离退休党支部的组织力和凝聚力。



上海财经大学离

金勤明

知识竞赛

为丰富学习形式,进一步调动老同志学习党的二十大的积极性,离退休党委积极响应市委老干部局安排,组织广大离退休教工开展了为期两周的“学习二十大 红心跟党走”网上知识答题活动。

各党支部认真组织实施。

活动期间,老同志党员每日互

相提醒,踊跃参加答题,纷纷晒出合格证书和荣获的小红花。

有的老同志为了提高答

题准确率,结合题库反复学习,还有的老同志把竞赛题目全部打印出来,系统学习后再参加答题,充分展现了离退休老同志认真学习二十大的积极性和主动性。

据统计,共有270多位老同志参与了答题活动,其中98位老同志获得了“学习合格”电

子证书。退休第三支部群的党员全员参

与

并

获

得

了

“学

习

合

格”

电

子

证

书

。

退休第三支部群的党员全员参

与

并

获

得

了

“学

习

合

格”

电

子

证

书

。

退休第三支部群的党员全员参

与

并

获

得

了

“学

习

合

格”

电

子

证

书

。

三位老师获得11朵小红花,多位老师获得奖品。

东安公园焕新风貌

在离我家不到两公里处,有座静谧低调精巧的小小公园——东安公园。

位于中山南二路611号的东安公园,隐匿于繁华都市之中。在公园里,抬头便能见

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

到

与时俱进，谱写协会工作新篇章

上电老教协 2017—2021 年度先进集体事迹（摘要）

协会在 2017—2021 近 4 年的时间里，坚持初创时期厚实的工作经验，努力做到与时俱进，积极探索，将传承与锐意创新相结合，进一步拓展了工作渠道，取得了新的成绩。主要表现在以下五个方面。

一、组建强有力理事会班子，协会开展工作有核心。

理事会是协会的核心组织。新一届理事会推出校长曹家麟继续担任会长，吸收了年轻的刚刚退休的校领导石奇光及赵完萍任副会长，使协会有了很大的号召力和凝聚力。协会秘书处分别由一位留任的富有工作经验的副会长和一位年富力强的同志担任正副秘书长，负责日常工作的运转，从而形成了一个坚强有力的运作集体。协会工作始终置于学校党委的领导之下，在曹会长的带领下，理事会 15 位成员齐心协力出谋划策，分工负责，主动分担学校立德树人素质教育任务，组织会员参观考察活动和为老服务工作，创新发展清茗坊特色交流平台，助力校关工委创建特色项目等，使协会工作顺利和健康的向前发展。

二、清茗坊搭台唱戏，会员交流内容形式有创新。

长期以来，清茗坊茶室作为老教授温馨的家，是协会会员每个月聚集活动的主要场所。协会换届后，清茗坊活动在内容和形式上有了进一步的提升。2019 庆祝上海解放和新中国成立 70 周年，协会以清茗坊《老照片好故事》栏目为平台，举办“清茗坊：老照片好故事从电说起”专场（图 1），邀请我校四位“电专家”以电为主线，讲电的故事，讲上电的故事。

2020 年新冠病毒肆虐，举国进入居家抗疫模式，基于不能聚会的现实，协会创新交流形式，通过微信群举办为一周的迎接中国共产党建党 100 周年，“晒一张珍藏照片，写一篇成长故事”的老照片好故事“云共享”活动。

2021 年 10 月 15 日是上海电力大学建校 70 周年，又逢党的百年大庆，以此为契机，清茗坊举办了《我与上电 70 年》老照片好故事征集活动，老教授以见闻人、亲历者的身份，采取回忆方式撰写上电建校 70 年来各个时期的活动、事件、人物、发展成果以及校史等，共收到会员来稿 56 篇，老照片 200 余幅，约占总人数的三分之一。

三、合力开展重大节日活动，多样有序有为。

自 2017 年党的十九大召开以来，加强党史国史、“四史”和校史的学习教育



先进集体奖牌



校党委副书记翁培奋（后排右四）与理事会成员合影

校党委副书记翁培奋（后排右四）与理事会成员合影

