



全市各级妇联开展

『暑期儿童关爱服务活动』

为深入学习贯彻党的二十大精神，贯彻落实习近平总书记关于儿童和儿童工作的重要论述，培养德智体美劳全面发展的新时代好儿童，7~8月份，全市各级妇联深入开展“少年儿童心向党 关爱守护伴成长”暑期儿童关爱服务活动，举办暑期夏令营、安全教育、关爱服务等各类公益活动2544场次，惠及57759人次，用心用情用爱陪伴儿童，帮助广大少年儿童度过一个思想有引领、安全有保障、健康有呵护、情感有抚慰的快乐暑假。

6月30日,市妇联党总支联合共建单位天宁街道五角场社区党总支开展“迎七一 颂党恩 当先锋”主题党日活



7月13日,市妇联举办女性创新创业项目展示暨创业大赛辅导活动。



7月6日,武进区召开家庭教育工作推进会。



7月18日,“常阿姐大讲堂”常州经开区专场活动成功举办。



7月7日,市妇联召开二季度辖市区妇联主席例会暨儿童友好城市建设工作座谈交流会。

7月25日,溧阳市妇联举办“家风有品‘风骨’溧阳”新时代家庭家教家风建设活动。



7月20日,市妇联举办“组织为‘基’ 新光熠熠”2023年第2期常阿姐大讲堂。



8月16日,“最美家庭心连心 常州乌恰亲更亲”——2023年“最美家庭”交往交流交融活动顺利开展。



9月5日,市妇联召开新时代文明实践巾帼志愿服务工作推进会。



7月31日,新北区妇联启动“在你身边”文明实践巾帼志愿阳光行动。



9月8日,天宁区妇联、科技局、科协联合成立天宁区女科技工作者联盟。



8月22日,钟楼区妇联举办“我们的节日·七夕”暨家庭建设主题活动。



9月26日,市妇联举办“思想为‘舵’ 矢志向党”2023年第3期常阿姐大讲堂。

9月15日,金坛区妇女第十五次代表大会胜利召开。



四季花开，让美丽庭院赋能乡村振兴

初秋时节，惠风和畅。行走在新北区薛家镇老西庄的乡村小道，一栋栋整齐划一的房屋，一面面色彩斑斓的文化墙，一个个花香四溢的美丽庭院，处处赏心悦目，流连忘返。

2021年6月，新北区妇联以薛家镇老西庄为试点，实施“四季花开——美丽庭院幸福家”项目，通过打造有品位、有特色的美丽庭院，呈现出推门见绿、抬头赏景、起步闻香的美丽乡村喜人景象。从举办居家园艺科普会、沓兑改造我最行、家风照片展到寻访最美家庭，项目通过“一会、双改、三美”，串成一幅幅美丽田园生活新画卷。

“一会”：会民情，聊民生

美丽乡村看庭院，美丽庭院靠村民。老西庄作为新晋网红打卡地，在成功引流

的同时，滋生了车辆乱停放、蹂躏绿化、毁坏庄稼等一系列不文明现象。为推动村民自治，“四季花开”项目相继打造“幸荟西庄”妇女微家，组建巾帼志愿护绿队，成立庭院议事会，充分发挥妇女骨干、巾帼志愿者作用，广泛宣传并实地入户调研，问需于民。

深入推进美丽庭院帮带工作，常交流、常巩固，及时总结经验和不足，坚持问题导向，形成常态化工作机制，不断巩固和提升建设成果，促进清洁、环保、绿色生活理念深入人心，养成良好生活习惯，提升生活品质，让人人成为美丽庭院的创建者、户户成为美丽庭院的受益者。持续开展六次庭院议事，村民各抒己见、踊跃发言，一条条意见建议开诚布公，一件件待解决的“急难愁盼”被吸纳、协商，有效推动了美丽庭院建设工作增量扩面、提质增效。



“双改”：改环境，创人文

家庭和谐、庭院优美是乡村振兴的基石。为深入建设美丽庭院，让“美在环境”向“美在精神”不断延伸，通过开设美丽庭院空中课堂、举办园艺知识科普课、开展旧物大改造等举措，向村民传授家庭绿化功效、常用绿植养护小窍门等知识，调动村民美化自家庭院、爱护乡村环境的积极性。

在“妇女微家”“星级庭院”广泛开展亲子阅读、家风故事会等参与感强、认可度高的主题活动，学习宣传《习近平关于妇女儿童和妇联工作论述摘编》《习近平走进百姓家》等论著，一场场宣讲，一句句发自肺腑的质朴“原声”，让村民深受感动。同时，通过开展家风课堂、家风家训上墙、寻找最美家庭等活动，传播优良家风、树立文明乡风，“内外兼修”让乡村更美、乡韵更浓。

“三美”：美生态，悦身心

项目的实施，让西庄村村容村貌焕然一新。原先堆满杂物、乱七八糟的庭院，现在变成另一番模样。花园里，颜色各异的花朵含苞待放；果树上，缀满枝头的果实让人垂涎欲滴；爬上架的葡萄、着了色的辣椒，荷叶下一闪而过的锦鲤，呈现出一派“人人身心美、家庭环境美、村庄生态美”的景象。村居环境美了，妇女精神面貌好了，乡村文明程度也更高了。

组织发动广大妇女群众开展“户帮户、亲带亲”活动，以结对互帮互助的形式，提高美丽庭院建设的知晓率，并召集所有参评户入户观摩，比照先进标准，找出自家庭院中的不足，由最优户家庭谈谈心得体会，讲讲整理庭院的方法技巧，提升全村整体的美丽庭院标准，以此形成“户户比优、争创先进”的良好局面。最后通过群众“自评+互评”的方式，评选出五星家庭5户、四星家庭10户、三星家庭15户，定制星级奖牌、开展挂牌活动，增强仪式感，充分发挥妇女在美丽庭院建设中的独特作用，让更



多家庭加入建设队伍，真正实现从“要我建”到“我要建”的思想转变。

如今，一个个绿意盎然、干净整洁、温馨雅致的农家小院，已在老西庄遍地开花，一道道乡村美景悠然呈现，一幅幅百姓宜居宜业画卷徐徐展开，乡村振兴绘就美丽蓝图，让幸福绽放在百姓脸上。村民们以一家一室的洁净践行生态文明，把一方天地打造成令人向往的诗画田园，“环境卫生清洁美、合理摆放整齐美、开源节流环保美、庭前屋后绿化美、庭院设计布局美、家庭文明和谐美”的“六美”庭院已逐步呈现。

盆景变风景，风景变风尚。未来，新北区妇联将继续按照“串点成线、连线成片、整片推进”的建设思路，积极打造美丽庭院示范带，推进美丽庭院从“一处美”向“一片美”提升，把美丽庭院建设与文明城市建设有机结合，带动更多群众从“推着干”转为“比着干”，用“庭院美”聚合“乡村美”，努力实现“美丽庭院开花、文明创建结果”的共治共赢局面，逐步形成“点上出彩、线上成景、面上美丽”的全域美丽乡村体系，以庭院“小美”助推乡村“大美”，谱写民生幸福新篇章。



出的意见建议,社区升级改造儿童图书室、儿童议事空间及社区儿童综合活动室;开拓户外公共空间,利用小区内部道路,提升园区绿化,打造800米安全便捷的“悦享童趣”步行道;建造供儿童游乐的设施和空间,添置儿童娱乐设施、儿童彩色标志标识等近40件,建立儿童“红享站”、儿童“益趣角”,让孩子们在玩中学。

充满童趣的花坛手绘装饰、软萌可爱的小红军雕塑、妙趣横生的童言童语小贴士……走进钟楼区北港街道月季路社区,处处可见儿童友好元素。场场火热的国学课堂和按年龄分区域的儿童游乐场上,都有辖区孩子们的身影。

近年来,月季路社区妇联以河枫御景小区为试点,积极打造“友好童行 和风筑梦”儿童友好社区,通过创载体、抓活动、强阵地,开展多角度、深层次的系列主题活动,努力打造“悦享童趣”社区品牌,为儿童健康成长提供强有力的保障。

装饰有松鼠木雕的树下、色彩鲜艳的跳格子场地上、“清风和畅”读书亭里,都成了孩子们交友嬉戏的地方,而最受小朋友们喜爱的则是五座小小红军雕塑了。“这些环境建设都是为了能够潜移默化地培养孩子们的良好习惯,比如爱护环境、爱好阅读等,而爱国主义教育更是不可缺少的,希望通过

融“一米视角”， 绘就儿童友好社区 “新画卷”

童视角，一米高度点亮七彩童心

在月季路社区儿童友好试点小区人行走道的花坛边,一个2、3岁的孩子高兴地指着花坛上的手绘装饰让妈妈看。月季路社区有很多这样的儿童涂鸦,孩子们在绘画老师的引导下,发挥想象力参与社区环境装饰,用色彩来表达空间,共同打造属于自己的儿童乐园。

在儿童友好氛围的影响下,孩子的成长成为社区治理中广大居民关注的热点问题之一。社区依托网格员走进单元门、进入住户家,专题调研未成年人保护10余次,收集意见160余条。根据大家提



小小红军雕塑形象激发孩子们爱党爱国的情怀,做好新时代接班人。”月季路社区党委书记、居委会主任、妇联主席张雪惠表示,从儿童的视角来建设社区环境,让社区充满童趣,让更多儿童的欢声笑语洒满社区,洒到每个家庭。

童参与，搭建平台聆听稚语童言

在儿童友好社区建设中,月季路社区不断探索居民参与社区治理的新路径,组织社区7~14岁“小小居民”成立悦童议事会,打造“议路童行 悦季慧治”儿童议事品牌,聚焦儿童视角下的社区治理,鼓励儿童以“社区小主人”姿态共同参与讨论社区公共事务,让儿童成为社区自治“新力量”。

今年,月季路社区悦童议事会以“你心中的儿童友好社区”为主题,开展了一系列如文明养宠、人文阅读、儿童安全的议事活动。“我觉得可以规划萌宠运动场,将遛狗和健身的人群分开”“开展阅读活动活跃小区的读书角”“儿童安全教育可不可以有更多的方式”……孩子们各抒己见,以“1米的视角”来发现和改善儿童生活环境及权益,社区综合考量孩子们提出的意见后,在确保安全的前提下推进落实。

面对电瓶车进电梯、违规充电等现象,孩子们纷纷化身社区治理“小小宣传员”,写下提醒的童言童语做成爱心小贴士,贴在违停电瓶车上,提醒父母、邻居注意,用稚嫩而温暖的力量感化居民,这一方法在化解电瓶车治理难题的同时,也促进了邻里关系和谐,取得了较好的效果。

童成长，校家社联动共绘金色童年

“弟子规,圣人训。首孝悌,次谨信……”月季路社区的国学课堂里传来阵阵读书声,孩子们身



穿传统服装,沿用古法古礼在古色古香的国学教室内体会国学内涵。一直以来,月季路社区妇联利用周末和寒暑假,为社区5~12岁的孩子开办国学课堂,让孩子们能沉浸式地学习国学文化和传统礼仪。

由于社区内儿童数量多,本着“教育一个孩子,带动一个家庭”理念,月季路社区妇联通过开设国学课堂迈出儿童工作的第一步,不仅形成了一套工作方法,也创出了自己的品牌。

今年,月季路社区还开展了“月季绽放 逐梦‘童’行”儿童友好社区服务品牌项目展,以项目化运作方式,深度打造儿童友好社区。携手常州市妇幼保健院开展“钟爱宝贝‘益’身优‘膳’”幼儿健康成长项目,关注幼儿营养保健;携手钟楼区人民检察院未检部开展“繁星闪烁‘未’爱启航”儿童友好法治宣传项目,与法同行,关爱儿童成长;携手钟楼区妇联落地社区“阳光护航行动 关爱心理健康”项目,共同促进未成年人身心健康。

如今,月季路社区儿童友好环境提升已初具规模,游乐设施、亲子互动活动、儿童议事更为丰富,小朋友和家长都很喜欢。接下来,月季路社区妇联将进一步提升服务质量和水平,将社区工作与儿童友好社区建设深度融合,持续为社区儿童及其家庭提供普惠服务与支持,为儿童友好城市建设作出更大贡献。

婚姻权益维护 与财产纠纷 六问六答



Q1: 我和老公经人介绍相识，相处一段时间后于2022年12月28日登记结婚。登记之后，老公才向我坦白其患有艾滋病多年，并且长期吃药。2023年2月，我被迫人工终止妊娠。我的这段婚姻是属于无效婚姻还是可撤销婚姻？

A: 根据《中华人民共和国民法典》(以下简称《民法典》)第一千零五十一条规定：“有下列情形之一的，婚姻无效：(一)重婚；(二)有禁止结婚的亲属关系；(三)未到法定婚龄。”您的婚姻不属于婚姻无效的情形。根据《民法典》第一千零五十三条规定：“一方患有重大疾病的，应当在结婚登记前如实告知另一方；不如实告知的，另一方可以向人民法院请求撤销婚姻。请求撤销婚姻的，应当自知道或者应当知道撤销事由之日起一年内提出。”您的丈夫未在结婚登记之前向您告知其病情，您可以向人民法院申请撤销婚姻关系。

Q2: 我32岁时，母亲与继父登记结婚，继父也有两个成年子女。随后十余年继父与母亲一直和我生活在一起，我照顾他们老两口的生活起居，直到2022年6月继父患上矽肺去世，后继父单位向我母亲发放一次性死亡抚恤金163536元。现在，继父的两个子女称，因继父与我母亲结婚时我已经成年，所以与我不形成扶养关系，因此我也不具有抚恤金的分配资格，是这样吗？

A: 一次性死亡抚恤金是针对死者近亲属的一种抚恤，应参照继承相关法律规范进行处理。根据《民法典》第一千一百二十七条规定：“遗产按照下列顺序继承：第一顺序：配偶、子女、父母；……本编所称子女，包括婚生子女、非婚生子女、养子女和有扶养关系的继子女。本编所称父母，包括生父母、养父母和有扶养关系的继父母。”本案中死亡抚恤金应由继父的配偶、子女参与分配，子女包括有扶养关系的继子女。本案中长辈再婚时，继子女虽已成年，但三人共同居住生活在继子女所有的房屋长达十余年，形成了《民法典》第一千零四十五条第三款规定的更为紧密的家庭成员关系，因此依法认定对继父母尽到赡养义务的成年继子女属于有扶养关系的继子女，享有继父母死亡抚恤金分配权。

Q3: 我与女友恋爱一年后办了订婚宴，根据老家习俗，我家给了女方8.8万元彩礼。由于工作原因，我们聚少离多、经常争吵，最终分手，没有领证结婚。我想要回彩礼，但女方家人称这是女方的青春损失费，拒不还给我。请问我可以向女方要回彩礼吗？

A: 《最高人民法院关于适用〈民法典〉婚姻家庭编的解释(一)》第五条规定：“当事人请求返还按照习俗给付的彩礼的，如果查明属于以下情形，人民法院应当予以支持：(一)双方未办理结婚登记手续；(二)双方办理结婚登记手续但确未共同生活；(三)婚前给付并导致给付人生活困难。”彩礼的性质属于附解除条件的赠与，即当约定的缔结婚姻的条件不能成就时，赠与行为无效，受赠方应返还彩礼。本案当事人给付彩礼的初衷是为了结婚并维持相对稳定的情感，现双方未登记结婚，女方应当返还。至于返回彩礼的比例，一般会综合考虑双方过错程度、彩礼数额、回礼情况等予以确定。若“借彩礼之名，行敛财之实”，实施骗婚等行为，不仅败坏社会风气，更为法律所禁止。

Q4: 我在恋爱期间与男友签订了恋爱协议，约定若分手，男方便向女方支付青春损失费10万元。后由于生活理念不同，男友向我提出分手。我能否依据之前与其签订的恋爱协议要求其支付我10万元？

A: 恋爱关系不是民事法律关系，恋爱协议也并非民法意义上的合同，不能依据《民法典》对其进行规范。青春与金钱之间不存在价值交换关系，约定以金钱的方式“弥补青春”，与社会公序良俗相违背，也不受法律保护。因此，本案中女方对于青春损失费的主张没有法律依据。

Q5: 我与杨某恋爱期间经常会给她发微信红包表达爱意，这两年仅发的微信红包累计达5万余元，逢年过节也会给她送礼物。最近，她以三观不合为由向我提出分手，我难以接受“人财两空”，请问我能否要求杨某将微信红包的钱款还给我？

A: 《民法典》第六百五十七条规定：“赠与合同是赠与人将自己的财产无偿给予受赠人，受赠人表示接受赠与的合同。”情侣间为表达爱意、加深感情，常常会相互送礼物、发红包，这些行为在法律上属于赠与。情侣间的赠与一般可分为无偿赠与和附条件赠与。本案中以微信红包形式转给女友的钱款，通常被视为无偿赠与，不能要求返还。相识相恋不易，情侣们在享受甜蜜的同时，也要学会理性思考，不要被爱情冲昏头脑。如果出现财物纠纷，应积极沟通协商，依法维护权益，力争好聚好散。

(以上为常州市妇女儿童权益保障服务中心寿虹、徐方圆供稿)

Q6: 我接到了一通陌生来电，对方自称是微信客服人员，说我开通了百万保障，即将扣款，我想关闭这个业务。对方让我下载“ZOOM”会议软件，进入会议后“中国银行关闭中心”发来消息，说检测到我家名下第三方小额免支付协议未关闭，让我在微粒贷内借款并转入对方提供的银行卡里，才能进行认证，我配合操作后对方又让我到抖音里去贷款转账，我该怎么办？

A: 这是典型的诈骗。诈骗分子通过非法渠道获取受害者信息并致电，谎称自己是微信、支付宝、银行、保险、商家等客服人员，声称已经开通“百万保障”服务，每月要扣费数百至数千元，引发受害人恐慌。微信、支付宝“百万保障”均为自动开启的安全设置，完全免费且不会影响个人征信，同时个人无法关闭此服务。只要接到陌生来电，无论以何种理由，只要提到关闭微信、支付宝“百万保障”设置的，就是诈骗！

(以上为常州市反诈中心秦瑶供稿)



“精神粮仓”百年老馆

若说常州的文气，七分留存于古巷深处的白墙黛瓦，剩下三分便掩在城市图书馆中，待你来品读。

常州老图书馆创建于1904年，是我国最早的地方公共图书馆之一。

从铁市巷到双桂坊，从岳宅到延陵季子祠……自建成以来，常州市图书馆几经更名易址。1996年1月，位于和平北路35号的常州图书馆正式开业，硬件设施在当时全国同类型公共图书馆中遥遥领先，馆藏也十分丰富，书刊

总量超200万册，包括不少绝本、孤本，是“国家一级图书馆”和“全国古籍保护重点单位”。

2020年，常州图书馆迁入新址，旧馆进入改造期。和平北路35号作为图书馆的使命宣告结束，但作为常州文化版图中的重要一块，它将在老城厢的核心位置继续搏动。

复古“红盒”惊艳亮相

改造后的常州老图书馆旧址，即现在的“A35红盒子”，总建筑面积1.2万平方米，是一家集文创店、咖

老图书馆变红了?! 来 A35 红盒子打卡吧



啡、画廊、潮牌于一身的艺术生活跨界融合综合体。

一至三楼是生活空间，涵盖轻食餐饮、时尚潮玩、生活美学等业态。四楼的圆厅区域为多媒体艺术空间，其余区域为展呈空间，可以为各种时尚聚会、专业发布、演艺活动提供场地。

馆内已经难觅老图书馆的痕迹，但书香依旧浓郁。“红盒子”的五楼空间，留给了全市第40家秋白书苑。它融合图书馆的功能，与市图书馆及全市其他秋白书苑联网，可实现“通借通还”。这家秋白书苑还配备了圆型阅读客厅、自习空间、会议室以及新中式茶饮区等，在老城厢的黄金地段，为市民提供了充满文化氛围的社交空间。

再往上是约628㎡室外露台空间，这是城中唯一能同时俯瞰市中心并遥望天宁宝塔的城市阳台。

选一个晴朗的午后，来此品一杯茶，读一本书，拍几张美美的照片，城市烟火、古刹佛塔，都以最美好的形式定格。



“A35红盒子”公共空间

开放时间 周日-周四:10:00-21:30
周五-周六:10:00-22:00

转角遇见美

生机盎然的绿色景观
设计精巧的空间布局
蜿蜒伸展的休闲步道
……

有种常州人的幸福
叫“口袋公园”

这些“小口袋”

有的是巧妙利用城区中
零散、杂乱的微空间地带
重新打造成“小而精”的微公园
有的是将闲置封闭的绿地
结合周边居民需求进行提升改造
敞开空间，激活整片区域的活力
……



翠竹口袋公园



龙江路口袋公园



时光园



剑湖口袋公园



水景公园



关河绿地口袋公园



在和顺古镇,与开办售卖旅游纪念品的小店、咖啡馆和民宿不同,老罗的院落是工匠作坊的模样,展现的是数十年和顺人家的慢节奏生活。烤茶罐、茶杯和一把把雪亮的剖篾刀放在一块,有长尾雀鸟在一旁的西梅树上跳来跳去,啄食老罗留在枝头给它们当零食的西梅。

随着院门打开,编藤匠人老罗的一天开始了。五十年来,他主要做一样活计——编藤椅。一把全手工的藤椅,以缅甸粗藤条做扶手、靠背的框架与四足支撑的结构,用竹篾编织椅面与靠背,需慢工细活,而这种不急不躁的手工活是值得期待的,因为一把老藤椅保养得当,可以坐上数十年,越用越光亮,青绿的竹篾会慢慢变成油亮的红棕色。

冬天是编藤椅最好的时节,藤条们结束了疯狂的生长,积蓄了难得的韧性,晒干后不生虫、不长霉。老罗解释说,藤条的韧性很重要,因为藤椅的扶手与四足都有令人舒适的弧度,要在炭架上将藤

条微微炙烤,趁热将其弯曲、定型。藤条弯曲到什么程度,才能给人安定感,手臂搭扶上去才舒适,没有一定之规,全凭匠人的感觉。

李嫂早已习惯了老罗做活的节奏,她是老罗不可或缺的助手,负责将冬天的竹子分解成均匀齐整的篾条。老罗家的竹子全在当地购买,专挑笔直的两年生墨竹,用柴刀的刀背轻叩竹身,回响铮铮,方才符合要求。宽不过0.5厘米的篾条,在李嫂手里弯曲、回弹,似有音韵。忽然,只见老罗抬手阻挡了李嫂递过来的篾条:“有一根声音发闷,你检查一下,是不是外面的竹节没削干净。”李嫂没有嫌他吹毛求疵,她明白老罗的追求,椅面和靠背摸上去要是有一点点疙瘩,他心里就像长了毛刺一样。

不算炙烤、弯曲藤条,光是竹篾的解剖、归整与编织就要花去老罗夫妇五天时间。新鲜竹丝的味道,老藤在炭火上炙烤的味道,浇沸泉水在烤茶罐里激起的微苦气息,让老罗的院落充斥着和顺的风韵。

老罗刚刚回绝了一单生意:一位老板看上了他的竹篾手艺,想订制2000个浅竹箩。老罗回绝他的理由是:“手艺一旦做成流水线上的活计,还有什么滋味可言,光剩下负担了。”老板不死心,带着礼物登门,打算说服李嫂。李嫂笑道:“小伙子,你找别家去做吧。我家老罗就跟那树上的长尾巴雀鸟一样,只吃几口鲜果就够,别的日子,它要图个自由自在。”

老罗在一旁得意地笑了,知夫莫若妻,他这辈子找到李嫂,就像藤与竹一样,在南方大山里紧密缠绕,互相支撑,度过风雨艳阳,一辈子也别想分开。

唯有野藤最懂竹

□ 明前茶



有木名凌霄

□ 黄晔



文友在朋友圈发了图片,说出门见到一树花开得很别致,遗憾不知花名。他还口占一首:“一树依依拥铁栅,花开朵朵正斑斓。普天多少未名事,是为糊涂是为愁?”我仔细一看,不禁笑了,这不就是凌霄花嘛。

十年前的某个夏日,我在街头散步,被一墙瀑布般的绿叶红花吸引,只见它老根粗壮虬劲,新发的花枝蔓延伸展,五片花瓣轻薄微皱如丝绸,迎着光,隐隐有些透亮,金红色细纹清晰可见。花儿们一簇簇在枝头随风飘舞,像一只只小喇叭吹奏着欢快的夏日舞曲,格外逗人喜爱。母亲告诉我这就是凌霄花。

回家翻书,才知凌霄花别名不少,诸如藤萝花、紫葳花等,可我还是喜欢“凌霄”这个名字,正如唐代欧阳炯的诗里说的一样:

“满对微风吹细叶,一条龙甲入清虚。”凌霄,的确有龙的姿态。

书上说凌霄是藤本植物,喜欢攀援,可以用各种形状的支架引导攀爬成各种图案,也可通过整修制成悬垂盆景,或供装饰窗台晾台等用。凌霄花的花语为敬佩、声誉,经常与冬青、樱草放在一起,结成花束赠送给母亲,以表达对母亲的热爱之情。

我查阅了许多资料,才知道早在《诗经》里就有对凌霄的记载,当时人们称之为陵苕,“苕之华,芸其贵矣”说的就是凌霄。明末清初文学家李渔评价凌霄花说:“藤花之可敬者,莫若凌霄。”陆游有《凌霄花》诗:“庭中青松四无邻,凌霄百尺依松身。高花风堕赤玉盏,老蔓烟湿苍龙鳞。古来豪杰少人知,昂霄耸壑宁自期。抱才委地固多矣,今我抚事心伤悲。”宋人杨绘也有诗赞曰:“直绕枝干凌霄去,犹有根源与地平。不道花依他树发,强攀红日斗修明。”

不过,白居易在《咏凌霄花》中却说:“有木名凌霄,擢秀非孤标。偶依一株树,遂抽百尺条。托根附树身,开花寄树梢。自谓得其势,无因有动摇。一旦树摧倒,独立暂飘飘。疾风从东起,吹折不终朝。朝为拂云花,暮为委地樵。寄言立身者,勿学柔弱苗。”

凌霄,擢秀非孤标。偶依一株树,遂抽百尺条。托根附树身,开花寄树梢。自谓得其势,无因有动摇。一旦树摧倒,独立暂飘飘。疾风从东起,吹折不终朝。朝为拂云花,暮为委地樵。寄言立身者,勿学柔弱苗。”

年岁渐长,慢慢懂得,无论褒贬,都只是人们托物言志、寄情于物的一厢情愿。而我们对植物的认知与欣赏是纯粹的,没有其他任何附加意义。

有一天再经过凌霄花墙,我有些忍不住,掐了小小一截带气根的枝条,带回家种在花盆里,期待着阳台也能繁花如瀑。可惜还未等到花开,我就搬走了,凌霄花因为已有藤蔓缠绕栏杆,不舍得剪断,便留给了买房子的人。

日前读到一篇文章,提及一则小故事:一对老夫妇因故急着卖房,一对年轻夫妇以低价买下了房子。搬家那天,年轻夫妇走进院中,绿草如茵,鲜花盛开,就像主人还在一样。我不禁想起老房子的凌霄花,它们应该枝繁叶茂花团锦绣了吧。

俯拾清欢

□ 积雪草

年轻时,喜欢一切有颜色的日子,疯狂、热烈,向往远方。白马啸西风,剑侠走天涯,能接受颠沛流离,却不能接受庸常时光,觉得平凡的日子像一把慢刀,割得人心里发慌。

年岁渐长,喜欢上安逸、静好的时日,喜欢在厨房一边听慢调老歌,一边打理食材,享受烹煮食物的过程,虽然没有高超的厨艺,也弄不了满汉全席,但把食物做熟还是可以的。

时间很神奇,不但能疗愈旧伤,还能重塑新人,年

轻时不能接受的日子,现在倒是过得安稳享受。闲时,我喜欢在厨房忙来忙去,不嫌繁琐,舍得浪费时间在食物上。一天,我做了山楂果酱,用小刀把山楂里的核一粒粒剔掉,然后切片放进锅里煮,煮至软烂,放进搅拌机里打成酱,再回锅加入冰糖熬,熬至颜色红艳,酸甜可口,山楂果酱就做好了。

把时间花在美好的事物上是幸福的,我喜欢在一段干净美好的文字里徜徉,喜欢在一首曲调悠扬的老歌里流连,喜欢在一段静寂安好的时光里发呆。做这些事情的时候,我总会想起两个字——清欢。那些散淡的、淳朴的、细小的、不起眼的美好和喜悦,是走过千山万水之后,生活还原出来的本来滋味,是慵懒,是知足,是境界,也是情怀。

如果说狂欢是一杯烈酒,放纵的是激情;那么清欢则是一滴甘泉,内敛的是心态。没有烈酒,日子照常可以过下去,没有甘泉,生命会不会枯萎?狂欢更像焰火,寂灭之后是持久的清冷;清欢更像清水,悄悄滋养,慢慢渗透。

读沈复的《浮生六记》,用世俗的眼光看,沈三白是一个没有多大本事的男人,除了教书和画画,所有的精力都用在不当吃不当穿的闲情雅趣上。芸娘与沈三白情趣相投,最大的理想是在乡间买一块地,种瓜种菜,以诗酒为乐,夫唱妇随,穿布衣吃青菜,足矣。

庸常的生活里,清欢随处可见,俯拾皆是。好友相聚,相谈甚欢,把盏小酌,是清欢。一个人在月光底下,看书,听音乐,想心事,享受月色,是清欢。瓦罐里熬炖的老汤,咕嘟咕嘟冒着热气,等待的过程,是清欢。和那个人十指相扣,在晨昏的时光里散步,是清欢。陌生人的善意,孩子的笑脸,老人的淡定,都是清欢……

一朵小小的花苞是春天的使者,一粒小小的种子是秋天的收获,人心如同一亩花田,种下几许清欢,不为收获,只为悦纳自己,在庸常的岁月里捡拾幸福。

下班返家,从写字楼到地铁站会经过一个地下聚集地。那里开设了一些服装小店,还有几间咖啡吧、快餐铺、鲜花店及饰品屋。

我很喜欢那里的一块空间区域,有时午餐去聚集地吃饭,饭罢就坐在空间区域的大沙发上休息一会。

某个周五,下班经过那里,竟意外邂逅了一场免费音乐会。歌手是刚下班的法企白领,喜欢音乐,会弹吉他,下班后就报名来聚集地唱歌。那天他演唱的全是法国香颂。我路过的时候,他正在唱《Les Champs-Elysees(香榭丽舍大道)》。

我也是个音乐爱好者,有所不同的是,我只听不唱。歌曲听多后,我喜欢玩“猜歌名”的游戏,旋律一起,就猜是什么歌。倘若猜中是哪首歌,不免暗自欣喜,立时生出知音之感。

因为一耳辨出了《Les Champs-Elysees》,我便来了兴致,索性不走了。在附近咖啡馆里买了青柠柠檬蛋糕、伊卡迪莫斯卡托阿斯蒂起泡酒,坐下来慢慢吃、慢慢喝、慢慢听歌。伊卡迪莫斯卡托阿斯蒂起泡酒源自意大利,据说,意大利人是全世界最会谈恋爱的人,所以他们也酿出了全世界最适合恋爱的酒。

说实话,这个歌手也就业余水平,可是有蛋糕和起泡酒的渲染,加上法国香颂营造的氛围和几首法语歌曲,已足以让我收获一个法式慵懒的夜晚。

咖啡馆服务员告诉我,最近聚集地每周五晚上都有免费音乐会。于是,等到下个周五下班后,我直奔聚集地,打算听场免费音乐会后再回家。这次是民谣专场,《董小姐》《张三的歌》《三十岁的女人》《南方姑娘》《理想三旬》……台上歌手演唱的每一首歌,我都熟悉,每一首都准确猜中歌名,自然又无比沾沾自喜。

休息的间隙,同歌手聊了聊天,得知他和我在同一座写字楼里工作。白天,他穿着西装皮鞋去上

班,下班后换上T恤、牛仔裤和跑鞋,背着大大的吉他包,过来自弹自唱,一周的工作压力就在这浅吟低唱里得到缓解。他说:“我喜欢民谣,因为它描绘着远方的诗篇和对理想的憧憬。”听得我很感慨,觉得这种生活方式好带劲,音乐就是他的远方和理想。守着一份主业,工作之余还可以遵从内心,做自己喜欢做的事,多开心啊。

胡适曾说,闲暇定终身。这句话听起来有些绝对,但细想一下,一天二十四小时,除去工作、睡觉,剩下来的就是闲暇时间。我们可以利用这段时间发展自己的兴趣爱好,在此过程中自得其乐的趣味是别人体会不到的。

闲暇定终身

□ 陆小鹿





尕海湖： 高原上的一颗泪

□ 铜骨马



飘过去,和湖面上的云一样

去甘南一定要去碌曲,到碌曲就一定要看尕海湖。

我们一行四人驾车狂奔了数千公里,为的就是看这片湖。尕海湖是甘南地区最大的淡水湖,离碌曲县城49公里,在国道213线400公里处,海拔3480米。尕海湖藏语称为“姜托措钦”,意为“高寒湖”,当地牧民称其为“高原神湖”。传说这里是山神掌管的领地,山神的妻子迷恋这里的清秀隽美,以至于在山神离开的时候不忍离去。山神一怒之下,施展法力将她冻成冰,最后,她化作了湖底盛开的小花。每逢春夏季,这里百花盛开,色彩斑斓。

盘山的路不知道拐了多少个弯,在下午4点多,那片让我们魂牵梦萦的湖终于出现在眼前,

一路颠簸的辛苦瞬间消失。我们驱车缓缓靠近,就像怕惊醒她的沉梦一样。湖面上的云很低很低,这让我们想到了徐志摩的那首《再别康桥》——原来,只要你愿意,云是可以被带走的,因为它就在你的头顶上,似乎触手可及。

冬季,碌曲的气温低到零下20摄氏度,被冰冻的湖面显得更静。我们在冰面上一直走到湖心,耳边只有风和沙沙的脚步声。头顶的云与我们一起飘到湖心,阳光从云缝隙间射下来,冰面上四人成八人。

静下来,凝结成冰的剔透

从湖心走回来时已是黄昏,太阳以更温柔的姿态留恋着剩下的辉煌。我们登上不远处的小丘。夕阳将我们的影子拉得很长很长,结冰的湖面从湛蓝色变成了粉红色。远处的牧场已经进入枯草期,在这一刻金灿灿地照耀着,与粉红色的湖边对比,天上还有迟迟不愿飘走的白云。这样的景致是我等在江南都市长大的人不曾见过的,大概只会在我们的梦中出现。

夕阳不断地展示着它绝美的渲染,湖面从粉红色变成紫色,而远处的牧场也由最初的金黄变成了橘红色。大片大片的暖色调让我们忘记了现在已经是零下十几摄氏度的寒冬。下一刻会比这一刻更美,拍照在此时是很多余的举动,因为如此美景我们是不会忘记的,也因为这样的景色在时时刻刻地变换着,让人根本舍不得将视线离开半秒。那一刻,我们只愿意静静地坐着,宁愿被冻结在时间里。

挥挥手,不带来不带走

夕阳下山了,我们开始颤抖,在零下十几摄氏度的环境里,在美不胜收的风景谢幕后,我们四个



人终于领教了她的寒冷,她真的可以把过于留念她的人冻成冰。

有路过的牧民说,晚上会有大风雪,让我们立刻离开。好吧,美好的总是那么短暂,这次与美丽风景的邂逅就像记忆长河里的一朵绝美烟花,短促而深刻。回眸时,尕海湖已转身离开,留给我们的是一闭眼就能再次看到的美丽。

挥挥衣袖,我们不带来什么,也不带走什么。此时车里响起齐秦的那首《一面湖水》:有人说高山上的湖水/是躺在地球表面上的一颗眼泪……



谁都有段老时光

□ 西告

肖复兴之所以受到大众认可，是因为他的作品频繁受到肯定，还获得了“全国中小学生最喜爱的作家”称号。但其实不只中小学生，肖复兴的文字适合各个年龄层的读者阅读，比如《我们的老时光》。书中饱含温情，作者将悠悠岁月里感悟到的质朴与美好、沧桑与温柔向我们娓娓道来。

全书分为三个部分：在老院成长的童年时期、在学校读书的少年时期以及到北大荒历练的青年时期，以“时光”为主题，没有过于华丽的辞藻，寥寥数语就勾画出那些曾在他生命里留下深刻印象的亲人、邻里、老师、同学、朋友。读来平淡却温暖，仿佛能够穿梭时光去身临其境，伴其左右。

在那座三进三出的四合院里，留存着那一代人的温暖回忆。鱼鳞瓦房之间，新老街坊搬进搬出，看起来这些住户倒像是客人，主人则是那些水房前的指甲草、土墙角的柿子树、吱呀作响的木头门……所有过往的岁月，所有的变化与不变平静无声地流淌着，亦如现在。

还有再也回不去的校园时光，那场在放学之后的教室里针尖对麦芒的辩论班会，那本在细雨飘

洒的黄昏下喷发着油墨清香的书……就像天边的明月，曾经照到身上，月光便永远留在了心里。

肖复兴描绘的身处北大荒的时光同样给我留下了很深刻的印象。椴树蜜、鲫鱼汤、豆秸垛、镰刀把、白桦树、红围巾，都是漫长生命里鲜艳的点缀，那段肆意昂扬的荒原岁月，那些质朴纯粹的人，用最朴实和平淡的方式，带来了一种安宁而美好的力量。

谁没有段老时光呢？就像肖复兴在给读者的手写信里说的，“我们每个人都有老时光，老时光里有我们的回忆、我们的情感、我们的生活和生命……”

这本书是属于肖复兴的老时光，但却能让我们回想起属于自己的老时光。于是，读着书的同时，又反刍了一遍自己的记忆库。虽然和作者在不同的时间、不同的地点遇见了不同的人 and 事，却也有相似的温暖和感动，此时也有着相同的思念。

这本书仿佛带你走回了一方岁月静好的秘密基地，去那里卸下一身的喧嚣与浮躁，慢下来、静下来。让恬淡回归，让身心得到休憩，谁能说这不是给我们忙碌的人生以滋养，是为内心卸下重负的一剂良药呢。

第三次看汪曾祺的散文集《人间草木》，依然觉得常翻常新，余味缭绕。

汪老写草木对我简直是一种科普，他让我知道了葡萄喝起水来量大惊人，因为葡萄藤的组织是一根根细小的导管，所以说葡萄是在喝水。山丹丹过一年就会多开一朵花，所以歌中才会唱“山丹丹花开又落，一年又一年”。都说梨花像雪，汪老说其实苹果花才像雪，雪是厚重而不透明的，而梨花的瓣子是月亮做的。你看说得有多美。

汪老爱起花来简直天真，“如果你来访我，我不在，请和我门外的花坐一会儿，它们很温暖，我注视它们很多很多日子了……”被许多文人墨客写草木时引用。我觉得自己和草木之间也有这种深情厚谊。我经常会对着一朵花说话，夸它美丽，还会对它诉说忧伤。

在美食方面，汪老也颇有心得，不仅爱吃，还热衷于做。汪老说自己年轻时在西南联大读书，只要有钱，就都吃掉了。昆明的汽锅鸡、过桥米线、铁锅蛋、腐乳肉，全吃了个遍。我总在想，先生活得如此怡然自得，通透快活，是天性开朗呢，还是后天参悟？后来，听说他在联大初恋失败，躺在床上睡了两天，

绝食。被好友朱德熙拉出去吃喝了一顿酒后，他就从痛苦中走了出来。原来汪老也曾是个伤心人，因美食与友情而治愈，最终成为快乐通透有爱之人。

在西南联大的日子，既动荡又愉悦，虽然物质上贫穷，但精神上充盈。汪老的《跑警报》写得尤为精彩。马同学善于跑警报，他晨起看天，只要万里无云，不管有无警报，都会背一壶水，带点吃的，夹一本书去郊外，跑警报跑出了境界与高度。还有一位研究印度哲学的金先生，每次跑警报总要拎一只很小的手提箱，里面装的不是金银细软，而是女朋友写给他的情书。他视这些情书如性命，偶尔还会拿出一两封给别人看，没有卿卿我我的肉麻话，只是一个聪明女孩对生活的感受，文字俏皮，充满机智。汪老说这些信是可以出版的，他看过那个女孩的照片，“人长得就像她写的那些信”。这句话使我想起一个颇有才情的女友，她也是这样的人。

汪老说，人一定要爱着点什么，恰似草木对光阴的钟情。木心曾感叹：“有时人生真不如一句陶渊明。”其实，隐于田园的陶渊明与生活于都市的汪曾祺有异曲同工之妙。

恰似草木对光阴的钟情

□ 梅莉



“科学家教进万家”网络优秀课程展播(二)



顾文琴 常州市红溪实验幼儿园园长
课程名:孩子入园不焦虑小妙招



胡维芳 江苏理工学院心理学教授
课程名:家长教养方式对儿童心理成长的影响



戴菊伟 武进区青少年活动中心专职心理师
课程名:时间管理能力养成记



田江春 常州市心理学会副理事长兼执行秘书长
课程名:家长如何教孩子成为情绪的主人



于娜 天宁区人民法院少年及家事审判庭法官助理
课程名:护航花季,法润青春



芮彩琴 开心果心灵成长中心负责人
课程名:家长这么做,孩子的课堂效率就高了



常州女性