



无冥冥之志者

无昭昭之明

无昏昏之事者

无赫赫之功

(一) 复旦今日

1. 许宁生校长参加中俄人文交流活动

2019年9月15日至17日，复旦大学校长许宁生院士率代表团赴俄罗斯圣彼得堡进行访问。

9月17日，在中俄人文合作委员会第二十次会议召开期间，“中俄综合性大学联盟”于俄罗斯圣彼得堡国立经济大学举办“中俄综合性大学校长圆桌论坛”。作为中俄综合性大学联盟第二次会议暨第七届中俄大学校长论坛，论坛以“中俄大学在科技创新中的使命”为主题，围绕在人工智能、生物医药等新兴技术带来的科技革命时代中，两国大学如何携手应对机遇和挑战等议题展开讨论。

论坛在圣彼得堡国立经济大学举行。俄罗斯联邦政府副总理戈利科娃，中国国务院副总理、中俄人文合作委员会中方主席孙春兰发表重要讲话。

圣彼得堡经济大学校长马克西姆采夫 N. A.、莫斯科国立大学校长萨多夫尼奇、北京大学校长郝平先后致辞。中俄两国受邀大学校长就论坛主题发表精彩演讲。

论坛期间，许宁生就“融合创新，打造大学科技创新高地”做主题发言。许宁生表示，创新是引领发展的第一动力，大学作为国家科技创新的重要策源地，要在科研组织模式上要加强融合创新。科学没有国界，未来全球科技的发展需要更多国际化的合作。复旦大学将秉持互学互鉴、互利共赢的理念，期待与在座高校协同推进共建一批国际科技合作

创新平台，形成一批重大科技合作项目，转化应用一批先进技术成果，打造发展理念相通、创新链条融通、人员交流畅通的高校创新共同体，实现资源共享、人才共育、学术共生和文化共鸣。



在访问圣彼得堡期间内，许宁生一行还顺访了圣彼得堡大学。圣彼得堡大学是一所世界著名的公立研究型大学，圣彼得堡大学第一副校长 Lavrikova 代表学校热情接待了复旦大学一行。

长期以来，复旦大学一直与俄罗斯高校保持着良好的交流合作关系，致力于推动与俄罗斯高校的科研合作、学术交流和学生培养。复旦大学参与了中俄综合性大学联盟、金砖国家大学联盟、中俄医科大学联盟、中俄新闻教育高校联盟，设置了俄语语言文学系、俄罗斯中亚研究中心、金砖国家研究中心，组织了“复旦-俄罗斯国际事务委员会中俄关系对话”等活动，联合发布了《中俄关系》系列年度报告，举办了六届以“金砖合作与全球治理”和“中国政治与外交”为主题的金砖暑期班。





<http://news.fudan.edu.cn/2019/0921/48523.html>

2. 复旦大学校领导班子“不忘初心、牢记使命”主题教育首场集中研讨会举行

9月19日，学校党委专门安排领导班子成员和党员干部代表集体瞻仰党的二大会址、四大纪念馆，重温入党誓词，并开展“不忘初心、牢记使命”主题教育第一次集中学习研讨，聚焦“初心·使命”主题，围绕深入学习习近平总书记关于“不忘初心、牢记使命”的重要论述、深刻领悟党办教育的初心和使命，坚定理想信念进行交流研讨，以切实增强为党育人、为国育才的政治自觉、思想自觉和行动自觉，增强立德树人的使命感和责任感。校党委书记焦扬主持集中研讨会。复旦大学、复旦大学上海医学院党政领导班子成员及部分机关部处主要负责同志参加活动。

集体瞻仰中共二大会址、四大纪念馆

校领导一行先后来到中共二大会址纪念馆、中共四大纪念馆。展览陈列的文献、照片、实物、影像，生动再现了中国共产党创建时期的峥嵘岁月。焦扬、许宁生等认真听取

讲解，不时驻足观看，从党的奋斗历程中体味党的初心使命。在中共四大纪念馆，焦扬带领全体同志在鲜红的党旗前高举右拳，重温入党誓词。



重温入党誓词



瞻仰中共二大会址



瞻仰中共四大纪念馆

焦扬：牢记为党育人为国育才初心，肩负建成中国特色世界一流大学时代使命



“我们就是要重走我们党出发时走过的路，时刻提醒自己：走得再远、走到再光辉的未来，也不能忘记走过的过去，不能忘记为什么出发。”

焦扬在学习研讨会上表示，去年“七一”前夕，学校党委组织了集体瞻仰党的一大会址和嘉兴南湖红船纪念馆的活动；在新中国成立70周年前夕，学校党委专门安排领导班子和党员领导干部集体瞻仰党的二大、四大会址纪念馆，并在这里举行学校主题教育首场集中研讨会，是有特殊而重要意义的。要对标我们党出发时的信仰信念，接受思想和精神双重洗礼，进一步明确肩负的时代重任，增强为实现“两个一百年”奋斗目标、为建成中国特色世界一流大学而奋斗的责任感和使命感。

焦扬强调，要深刻学习领会习近平总书记提出“不忘初心、牢记使命”重大政治命题的深远意义，充分认识到“不忘初心、牢记使命”是马克思主义政党的本质要求，是中国共产党从胜利走向胜利的精神坐标，是推进新时代党的自我革命的必然选择。焦扬指出，党办教育是我们党践行初心和使命的重要方面，党办教育的初心使命和党的初心使命高度一致。为人民办教育、办人民满意教育是我们党“为人民谋幸福”的重要体现；加快推进教育现代化、建设教育强国，是我们党“为民族谋复兴”的重要组成。复旦大学“为党育人、为国育才”的教育初心和“建设中国特色世界一流大学”的时代使命与党办教育的初心使命是高度契合、始终一致的。

焦扬强调，这一代复旦人践行初心和使命最好的方式，就是实现党中央的期盼、人民的重托、创校先贤的梦想，建成中国特色世界一流大学。我们要坚持社会主义办学方向，在落实立德树人根本任务上守初心、担使命；要加快推进“双一流”建设，在全面提升办学质量和水平上守初心、担使命；要坚持以人民为中心，在努力办好人民满意教育上守初心、担使命；要勇立时代潮头，在持续增强服务国家和服务社会能级上守初心、担使命；要坚持和加强党的全面领导，在切实提高党的建设质量上守初心、担使命。

集中研讨会交流发言：增强立德树人的使命感和责任感



校党委副书记、纪委书记、上海医学院党委书记袁正宏，党委常委、副校长金力，党委组织部常务副部长唐晓林，党委党校办公室主任周晔，总务处处长周虎作了交流发言。

袁正宏表示，“不忘初心、牢记使命”就要始终牢记自己是一名在党旗下宣誓的共产党员，以党章为根本遵循，不断提高党性修养，始终保持政治定力，切实增强政治自信。金力表示，要把学习党章作为必修课，对党章内化于心、外化于行，在学习党章、遵守党章、贯彻党章、维护党章中加强党性修养、践行初心使命。唐晓林表示，要以习近平总书记对党支部工作的要求为指引，找到破解支部工作难题的实招、硬招，把党支部的活力激发出来。周晔表示，要学习好、领会好、践行好党办党校的初心使命，坚持培训立校、理论强校，始终把用习近平新时代中国特色社会主义思想武装党员干部作为党校的首要任务。周虎表示，开展主题教育要在做深做实上下功夫，要千方百计为学校“双一流”建设服务，千方百计为育人服务、为师生服务，大力提升校园建设水平。

<http://news.fudan.edu.cn/2019/0920/48517.html>

3. 复旦大学“书记面对面”系列首场活动举行 焦扬同博士生讲师团共话理论宣传普及与青年马克思主义者培养

为贯彻落实习近平总书记关于开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的系列重要讲话精神，切实推动主题教育取得实效，9月17日下午，复旦大学“书记面对面”系列首场活动举行。校党委书记焦扬与博士生讲师团成员座谈，围绕“新时代如何做好理论宣传普及”和“新时代怎么培养青年马克思主义者”两个主题面对面交流，共同总结复旦博讲团的成功经验，听取师生对如何更好地推动学校宣传理论和思想政治教育工作的思考和建议。

“这个系列设置的初心，就是倾听。听师生心声，听师生建议，面对面了解师生关切，共同改进和提高我们的工作，也让学校党委的工作能够走进师生心里。”座谈会上，焦扬首先分享了“书记面对面”系列活动的举办初衷。在学校全面开展“不忘初心、牢记使命”主题教育之际，校党委书记深入基层一线调研，目的就是希望和师生一起集思广益、群策群力，解决大家最关心、最直接、最现实的问题，切切实实推动学校改革发展。



会上，博士生讲师团师生代表围绕座谈会主题交流了参加博讲团的初心、理论宣讲的经历体会、个人的收获成长，对于博讲团的发展和学校的工作提出了意见和建议。

2019 年新任博士生讲师团团长、经济学院 2018 级博士生李斌结合报告了博士生讲师团的建设情况。他认为，博讲团的生命力来源于三方面，始终和党的理论创新紧密相连，始终将内容产出作为自身发展的基本保障，始终将青年马克思主义者培养作为自身的使命担当。他表示，博讲团下一步要重点打造立体化多层次的课程体系，完善青年马克思主义者培养链条，进一步扩大社会服务效应。

国际问题研究院研究员张家栋作为博讲团 2002 年创立时的首批讲师之一，结合自己的治学成长之路，分享了他对如何做好理论宣讲的心得体会。他强调，要做到讲真、讲善、讲对；与听众达成平等交流互动的关系；讲逻辑，有问题和假设，有推理与论证，有结论和答案；讲方法，注意观察，及时调整进程、重点和语言，以掌控演讲现场气氛。

公共卫生临床中心 2018 级博士生李强表示，作为一名医科生加入博讲团，做人民群众的健康科普工作，是身体力行响应健康中国战略，开展国史校史宣讲，是亲身践行复旦精神，要在备课中学习、在宣讲中感悟、在反馈中成长。

管理学院 2018 级博士生孙天佩是“改革开放 40 年”主题宣讲的讲师代表。他表示，要让主题教育接地气，就要思想上和党保持同步、贴近人民群众，就要积极总结实践案例、用好“案例教学法”，就要在日常学习生活中做足功夫，用客观真实的数据剖析向听众展示事物发展的背后逻辑。

附属中山医院 2017 级博士生伍思霖围绕“学术资源科普化、医学科普学术化”发言。他认为，医护人员应该积极服务于健康中国战略。为此，他们组建创办了中山医院研究生科普讲师团，搭建知识医学知识传播平台，面向更多人普及公共卫生知识。

材料科学系 2018 级博士生王剑中既是一名讲师，也是人才工程（二期）队员和硕士生辅导员。他就“如何通过宣讲服务科技强国战略”进行了交流，希望理工科的同学们能在科普服务科技强国的道路上走得更远。

博士生讲师团前任团长、哲学学院 2017 级博士生田博毅重点分享了对“如何使理论宣讲入脑入心更入行”这一难题的思考。他认为首先要解决课程的评价标准问题，其次是要研究清楚入脑入心的方法问题。

作为博士生讲师团新讲师代表，马克思主义学院 2018 级硕士生董树婷分享了她在青年马克思主义研究会到博士生讲师团的服务和转变经历。

历史学系 2018 级硕士生冯杉作为博讲团运营团队工作人员代表发言，汇报了管理服务工作的心得体会。

党委宣传部副部长孙谦代表博士生导师发言。他希望讲师们坚持正确政治方向，做到宣讲观点正确，概念表述准确；采用大学生喜闻乐见的宣讲方式，做到灵活多样、生动活泼；创造更多参加社会实践的机会，做到对党的创新理论有政治认同、思想认同、情感认同。



座谈会最后，焦扬作总结讲话。她说，博讲团是复旦大学为党育人、为国育才，加强高校思政工作的一张名片，是复旦积极参与党的创新理论传播工作的一个品牌。博士生讲师团 17 年来坚持服务、长期奋斗，之所以能蒸蒸日上、人才辈出，归根到底是因为忠诚于党、在与时代共振中进步，胸怀人民、在服务中成长，知行合一、在实践中成才。

她表示，复旦青年向来有为党为国为民的情怀、担当和作为。她希望，在全校理论工作格局中要更多发挥青年作用，激励更多的青年师生投身理论创新和宣传普及工作。一是建设理论宣传普及工作的“青年后备军”，培育有温度有深度有广度的青年理论普及力量，建设更广泛更有力的青年理论宣传队伍。二是形成理论宣讲的“复旦方案”，进一步完善提升经验做法，形成可复制、可推广、可传承的模式，努力为全国理论宣讲做出复旦的贡献。三是理论创新与实践要鼓励青年参与，复旦的理论工作要服务时代需要、服务青年需求、服务立德树人，要在全校理论工作整体构建中多考虑青年、多服务青年、多吸引青年，也希望更多的复旦青年热爱理论学习、投身理论工作，走理论与实践相结合的道路。

焦扬指出，立足新时代，培养和造就一大批坚定的青年马克思主义者是重大课题，也是长期系统工程。结合“三全育人”，加强青年马克思主义者培养，就是高标准高质量的为党育人、为国育才。我们要大力培养马克思主义的忠诚信仰者、笃实研究者、积极传播者和坚定践行者，也希望广大青年学生通过不懈努力，坚定信仰马克思主义、自觉践行马克思主义、大力传播马克思主义。做好理论宣讲，是育人与自育的结合。希望博讲团的同学们强政治、练情怀、讲担当，将理论转化为修养，修养升华为信念，人有魂、骨有钙，就能经得起风雨和磨练、行稳致远。

焦扬对博士生讲师团的发展建设提出“三坚持、三努力”的期望和要求。要坚持政治引领，提升思想觉悟；坚持服务初心，砥砺情怀本色；坚持育人自育，培养“青马”人才。博讲团要不断严格自我要求，学校相关部门要在师资指导、经费支持、人才培养方面给予有力支持。面向未来，博讲团要努力强基固本、锤炼自身，始终做远大理想、崇高信仰的坚守者，党的创新理论和新思想的笃信者、践行者；要努力拓展新的宣讲形式和传播通道，坚持网上网下相结合、校内校外相结合、理论实际相结合，多学科发展课程、多渠道建设内容；要努力建设更大的平台，做到立足复旦、面向基层，扎根上海、服务全国。

“再过两周将迎来庆祝新中国成立 70 周年。未来几年，每年都有重大节点。这些都是理论宣讲和博讲团发展的重大机遇，也是博讲人服务奋斗的广阔天地。学校期待大家，同学需要大家，社会期盼大家。”焦扬鼓励同学们在理论宣讲不断取得更大的成绩的同时，也收获人生发展更好的成长。



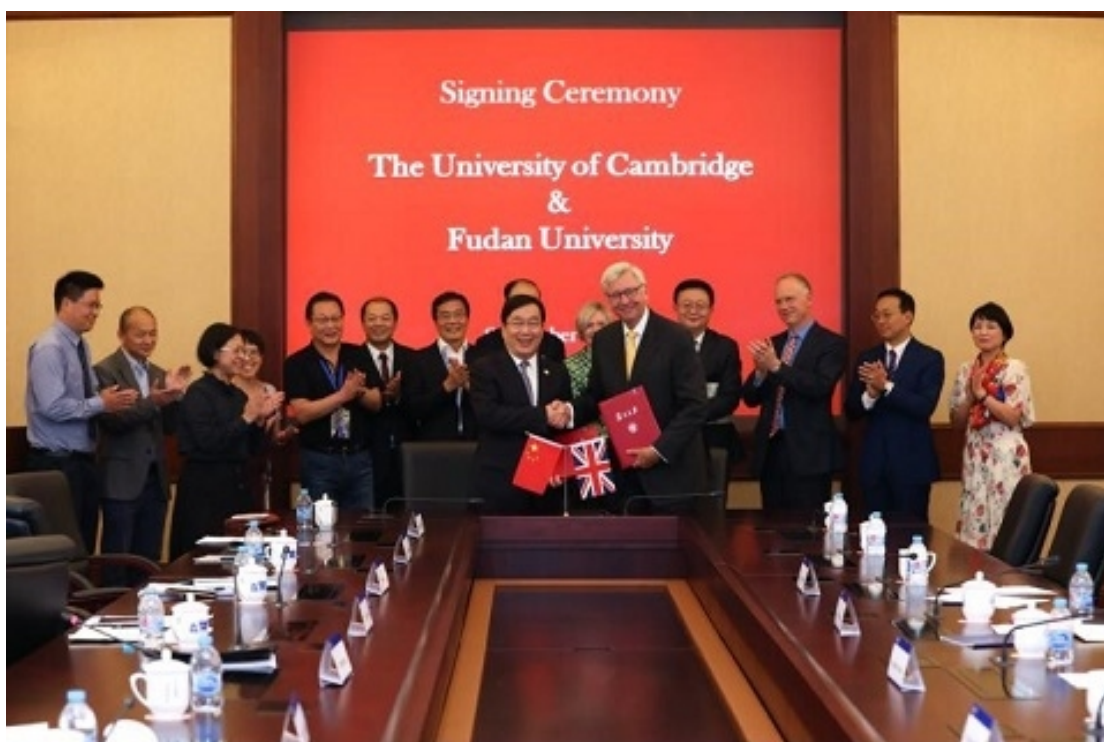
尹冬梅、徐军等学校分管领导，学校办公室、党委政策研究室、党委宣传部、党委研究生工作部、研究生院等有关部门负责同志参加了这次“书记面对面”活动。



<http://news.fudan.edu.cn/2019/0919/48488.html>

4. 复旦大学与剑桥大学推进交流，签署合作谅解备忘录

9月11日，许宁生校长与来访的剑桥大学校长 Stephen Toope（杜思齐）在邯郸校区签署两校合作谅解备忘录。剑桥大学副校长 Eilís Ferran、剑桥大学出版社总裁 Peter Phillips 先生、剑桥大学南京科技创新中心主任初大平教授等代表团成员与我校相关人员共同出席了签约仪式。根据合作备忘录，两校未来将在认知神经科学、心理健康、古代文明、未来哲学等领域推动学术研究合作。



签约仪式前，许宁生校长热烈欢迎杜思齐校长来访学校。许宁生校长在会谈中回顾了我校与剑桥的合作历史，对近年来两校交流的不断深化表示满意，期待两校合作备忘录的签署将开启两校深入合作的新篇章。他也就杜思齐校长特别关心的复旦新工科发展和大科学计划等议题做了说明。陈志敏副校长向外方介绍了复旦大学“一体两翼”四校区的布局、复旦助力上海科创中心建设以及学校发展重点项目等情况。

杜思齐校长表示希望与复旦深入实质性合作，尤其是相关重点学科领域，提出希望推进人文学科在全球人文研究领域的合作。他还表示剑桥大学始终欢迎中国优秀学子前去深造，并鼓励剑桥学生到访中国。此外，剑桥出版社也表达了合作出版的愿望。

当天下午，许宁生校长还陪同杜思齐校长赴市政府大厦拜会上海市副市长陈群。

<http://news.fudan.edu.cn/2019/0915/48430.html>

5. 不忘初心、牢记使命

复旦大学领导干部暑期专题读书班举行集中学习研讨

为贯彻落实习近平总书记关于开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的系列重要讲话精神，按照教育部党组要求，暑假期间，复旦大学党委举办了领导干部“不忘初心、牢记使命”暑期专题读书班，为正式开展主题教育做好思想预热、强化工作准备。

7月下旬以来，学校党政领导班子成员紧紧围绕习近平总书记关于“不忘初心、牢记使命”的重要论述，认真学习党的十九大报告和党章，重点学习习近平总书记在主题教育工作会议、中央政治局第十五次集体学习上的重要讲话精神，认真研读《习近平关于“不忘初心、牢记使命”重要论述选编》《习近平新时代中国特色社会主义思想学习纲要》

《习近平总书记关于教育的重要论述摘编》，重温习近平总书记在全国教育大会、全国高校思想政治工作会议、学校思想政治理论课教师座谈会、纪念五四运动100周年大会上的重要讲话精神。

大家坚持读原著、学原文、悟原理，在学习中不断深化对习近平新时代中国特色社会主义思想特别是习近平总书记关于教育的重要论述的认识，增强为党育人、为国育才的政治自觉、思想自觉和行动自觉，进一步坚守教育报国的初心，提升立德树人的使命感和责任感。

8月30日，读书班举行集中学习研讨会。会议由校党委书记焦扬主持。教育部党建工作联络员陈小龙到会指导。校党委副书记、校长许宁生，以及学校党政领导班子成员出席会议。部分党政职能部门负责同志列席。



会上，校党政领导班子成员围绕“不忘初心、牢记使命，立德树人、守正创新”这一主题进行交流研讨发言，汇报了假期开展自学的情况，交流了学习习近平新时代中国特色社会主义思想的心得体会，聚焦“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这一根本问题和立德树人这一根本任务，围绕高等教育的初心和使命，结合分管工作实际交流学习成果，并就学校如何深入开展主题教育谈了意见和建议。



焦扬在讲话中指出，开展“不忘初心、牢记使命”主题教育是党的十九大作出的重大部署。我们要深刻认识开展主题教育的重大意义，坚持目标导向和问题导向相结合，把“守初心、担使命，找差距、抓落实”的总要求落到实处；要牢记党办教育的初心使命，坚持为党育人、为国育才，坚持为人民办教育、办人民满意的教育，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人；要把开展主题教育与落实党中央重大决策部署相结合，坚持把学习教育、调查研究、检视问题、整改落实贯穿始终，把坚定“四个意识”、“四个自信”、“两个维护”转化为推动“双一流”建设的有力行动，以实际举措解决师生最关心、最直接、最现实的问题。她希望校领导班子成员从自身做起，先学一步、学深一步，以上率下、作出示范，推动主题教育取得实效。



许宁生指出，要把开展主题教育作为加快推进“双一流”建设和内涵发展的强大动力，紧扣“为何办学，为谁办学，怎样办学”这一根本问题，始终不忘教育报国初心，把强国使命转化为实际行动。要坚持自我革新，聚焦培养担当民族复兴大任、掌握未来的复旦人这一任务，围绕建设中国特色世界顶尖大学这一目标，重使命、重立德、重自律、重成效，做到担当国家使命与实现学校发展相统一，德才发展相统一，加快发展与自我革新

相统一，信念与行动相统一。要强化优势、激活细胞，深入推进“双一流”建设；要明确要求、先行一步，进一步提升思政工作水平；要疏通梗阻、释放活力，推进治理体系和治理能力现代化，要坚持一流管理、“干”字当头，大力加强和改进机关作风。



陈小龙对学习研讨作了点评。他希望复旦大学通过开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，进一步激发全校上下的进取精神，为推进“双一流”建设注入强大动力。

<http://news.fudan.edu.cn/2019/0906/48396.html>

（二）学院要闻

1. 我院杨珉教授荣获“国家网络安全优秀教师”称号

9月16日，由中央宣传部、中央网信办等部门联合举办的2019年国家网络安全宣传周在天津开幕。开幕式上，教育部翁铁慧副部长宣读了2019年度10位国家网络安全优秀教师获奖名单，我院杨珉教授榜上有名。

“国家网络安全优秀教师”奖项由中央网信办和教育部于 2016 年设立，目的是为了加快网络安全人才培养，鼓励优秀教师投身网络安全教学和研究，奖励为国家网络安全事业做出突出贡献的人员。

杨珉教授系教育部青年长江学者，主研领域为网络与系统安全，在安全缺陷检测和系统防护方法等技术领域中取得较大进展。他带领的科研团队具有浓厚的科研氛围和融洽的师生关系，曾获评复旦大学十佳三好研究生导学团队，在网络安全领域发表的国际顶尖学术会议论文数量位居国内前茅，为行业输送了一批批高水平人才。



<http://www.software.fudan.edu.cn/software/index.html#/dynamic/news/238>

2. 软件学院 2019 级本科新生迎新大会圆满举行

9 月 1 日，我院迎来了怀揣大学梦想的“00 后”新生。在青春洋溢、活力四射的校园内，一张张朝气蓬勃的脸庞写满了将要在复旦大学校园谱写人生新篇章的无限期待。

学院高度重视迎新工作。为帮助新生尽快熟悉大学校园，适应大学校园生活，辅导员花楠老师与助辅们早早地来到了报到教室。对每一位来报到的新生，辅导员与助辅们都会详细地讲解所发放的物资材料以及注意事项，帮助新生顺利完成入学手续。报到结束后，辅导员还会和新生一起合影以作留念。



随后两天，学院对新生开展了入学指导。通过两次班会及与班导师的见面活动，让学生了解大学学习和生活的特点，帮助同学们建立初步的校纪校规意识，形成共同建设好班级的意愿。

2019年9月2日，软件学院副院长赵一鸣老师为19级新生进行了选课指导。他首先向大家介绍了学院的概况，并从领域动态、学科建设与教学特色等方面分析了软件工程专业的发展前景。赵一鸣老师鼓励同学们好好学习，利用四年时间不断充实自己，为今后行业的发展进一步贡献力量。随后，赵老师还就本专业的培养理念、培养计划以及选课注意事项进行了详细说明。



在迎新工作过程中，学院全体师生用真诚的微笑温暖着每一位新生，用热情的服务感染着每一位新生，让这些年轻的学子离家求学后并不孤单，让他们在异乡也能感受到家的温暖。相信在学院的统一指导与悉心关怀下，同学们都能够尽快适应大学校园的学习生活。

（三）学弟学妹

读《张晓风精选集》

这个暑假我有幸拜读了《张晓风精选集》，本书收录了台湾著名散文家张晓风的六十多篇经典散文，篇篇都使我回味无穷。而晓风老师独特的文风和那份“万物皆有情”是最为打动我的。

晓风老师的散文文辞犹如一幅略施浅色的山水画，叙述自然却不乏味，宁静而又淡然。有许多看似平常的事物在她的叙述下变得生动而别致，而有时的一两个词汇，或是古典文学的文辞、或是平时口头的俗语、或是源于如今生活的元素，如点睛之笔般，使她的文章熠熠生辉。她的文章在淡远的文笔底子下，有时幽默，有时豪放，有时肃然，有时又有淡淡的少女情怀……读起来意趣盎然。

晓风老师的散文多是写一些身边的人、身边的事、身边的物给自己带来的迥然不同的情怀。这些情怀让作为读者的我们或是与作者感同身受，或是心中某些阴霾消散，茅塞顿开。

晓风老师的散文中有很多“平凡”人，如《种种可爱》里那个有自信的出租车驾驶员，《关于拥抱》里那个不服输于命运、快乐滋事的画家，《那人在看画》中因自己成为画中人而欣喜的农夫……他们或许平凡，或许不平凡。

亦有那些带着特殊情怀的事物。就像那位厨子送的一碗辣酱、那几个未尝的包子、那几句历久弥新的满是真情的好话……都会让我们或是感动不语、或是轻声慨叹、甚至泪流满面……

而更让我凝神沉思的，则是那些特殊情怀下丰厚的意蕴。她的散文中有很多生活中所探寻出的哲理，来不及一一列举，就挑了两篇我最为喜欢的为例。

“我喜欢活着，生命是如此的充满了愉悦。”（《我喜欢》）

文开篇第一句就让我疑惑，活着有何好喜欢的？每个人生来都活着啊。继续读下去，我知道我错了。生命之中有如此多美好的事物，我们怎能不喜欢？冬日一抹宁静淡远的阳光、树梢上嫩嫩尖尖的小芽儿、家、朋友、周末……如此多平常的事物，竟也如此美好！不得不说，作者是一个对万物皆有情怀的人，而作为学生的我们，是否应太繁忙的学业，而忘了生命中这些平凡却令人心生愉悦的事物呢？“我喜欢能在我心里充满着这么多的喜欢！”

“生命太完美，青春太完美，甚至连一场匆匆的春天都太完美，完美到像喜庆节日里一个孩子手上的气球，飞了会哭，破了会哭，就连一日日空瘪下去也是要令人哀哭的啊！”（《只因为年轻啊-6. 浪掷》）

刚读到这一段议论还有些摸不着头脑，细想，便明白了些什么。“花有重开日，人无再少年”，如今的我们或许青春正茂，十年之后呢？我们会后悔自己曾经浪掷的时光，以为只要换一个方式，一切就扭转过来而无憾了。而事实是这样么？不是啊。当我们后悔自己当初只知道读书不及时行乐时，正有人为自己当初只玩不读书而悔不当初！因此，何必再遗憾？既然无论做什么都是浪掷，何不如不言后悔做好每一件事？“生命是一个大债主，我们怎么混都是他的积欠户。”这句话至今使我记忆犹新。

总而言之，晓风老师不论是文笔还是思想造诣都是作为学生的我们应该借鉴和学习的，这本散文集，值得一看！

By 17ss 陈国华

（四）校友风采

如何促使自己做应该做的事？

1. 如何发现问题？

最基本的原则是：尊重客观现实，观察记录。

针对提问的场景，你首先要做的，是观察自己在家学习和在图书馆自习室学习，有什么不同？

这么说还是太笼统了，再具体一点：用时钟和纸笔，记下来自己在家时，每个时间段都在做什么？

比如，早上9点，收拾好自己吃好早饭坐在书桌前，然后呢？

刷了半小时微博，看了15分钟书，收了一件快递，接了一个电话，拆开快递跟卖家联系换货，家人过来问一件事情，打开手机浏览器搜索解决，然后顺手跟人微信群聊了一会儿，群聊完刷会儿朋友圈，收到知乎的推送有人评论，打开知乎发现还有5条未读私信，回复评论和私信，上个厕所，带着手机蹲大号的同时玩一局游戏，输了心里不舒服再来一局，上完厕所给自己冲杯咖啡，路过厨房看到零食拿了一袋，吃了两口——哦，该吃午饭了。

用这个方法，找到自己在家学习时，把时间花在哪里了、主要被什么事情耽误或阻碍

了。

2. 解决问题的思路？

总体思路，就是我在自律篇中讲的，清除阻碍、明确指向、创造环境。

清除障碍。例如，沉迷玩手机？把手机所有应用的推送通知权限全部关闭，微信调成勿扰模式，来电铃声调到最大，放在其他房间。除了急事来电，一律不能看手机。例如，学习中需要用到电脑，但是会被电脑所影响？除了必要的软件和网页以外，所有软件卸载、收藏夹清空。例如，经常馋零食？那就别往家里放了。

明确指向。最快捷的办法，是制作计划。细到动作和时间，比如今天上午看多少页书，下午听多久听力、刷几道题。可以考虑建立一个打卡群或分组，在开始前发布目标，到点汇报自己是否完成。计划宜小不宜大、宜少不宜多，不要高估自己的专注力和行动力，先从完成一小点开始，逐步过渡并探索自己能力和效率的极限。

创造环境。这里要回到第一部分我们所讲的问题：在家学习和在图书馆自习室学习，有什么不同？

对于不太擅长发现问题解决问题的人，我推荐从两条线入手：人与人的关系，人与物的关系。

人与人的关系：家里除了你之外，是否还有其他成员在家？图书馆自习室里，大部分是同道中人，大家不会相互打扰。

你要向家人表明态度和原则，在你学习的时候，不要打扰你，不要问你问题，不要关心你问你喝不喝水吃不吃东西，尽可能给自己一个安静的环境。

事实上，我见过有的狠人，“去自习室绝对不带手机”——而那个年代智能手机还没被广泛使用，手机只是用来发短信打电话而已。

人与物的关系：在家里学习，舒服吗？

用我自己做例子。我决定开始写作以后，最早是下班以后用办公室的电脑写东西。有个周末在家写，用了我家那位的台式机，耽误了他打游戏，他在一旁直接打开京东给我下单了一台笔记本，原则是“轻薄、够用”，到哪儿都能背着，我才能够四个多月推送按计划无间断。

但是这够了吗？不够。一开始在家操作电脑并不是非常舒服。我本来坐卡座用餐桌，但是会腰疼、后面垫了抱枕也没有解决问题，于是我给自己买了个能托住腰背的坐垫。

所以，仔细想想，到底为什么在家不想学习？

冬天太冷？开空调、买油汀、装壁挂炉；是否有和图书馆自习室一样的学习桌椅？桌

子高度合适吗？椅背舒服吗？家里参考书够多吗？渴了去接水方便吗？如果走过去会分心，添置一套专用的保温壶和杯子如何？

这要靠你自己对客观环境的观察和对自我细微感受的敏感性。

3. 反馈重复？

我上面都试了，但是还是不想在家学习？可能是你观察不到位、思考不深入，再好好想想是因为什么原因阻碍了自己？

或者，考虑一下，到底是不想在家学习，还是不想学习？

我相信世上没有做不到的事，但如果你的能力不足以发现问题、解决问题的话……

请注意本篇开头，为什么我要在“想做”这个词周围加引号。

如果你真的“想做”，你会直接背上书包去最方便的图书馆自习室。

浪费时间纠结于“在家学习时间可以更长但是为什么做不到呢”，只是在掩盖自己真实的意图“我不想学”而故意为之罢了。就是这样。

By 特约撰稿人：09ss 陈潇雨

《软件学院校友通讯》“校友风采”版征稿启事

《软件学院校友通讯》是软件学院主办的通讯类期刊，主要阅读对象为我院广大海内外校友，每月发布一期。

“校友风采”版希望为所有软院校友搭建一个互动的交流平台。我们真诚地欢迎每一位热心的校友惠赐佳作。

在这里，您可以用最朴实的笔墨记录下离开软院后所经历后的点点滴滴。

您可以和大家分享自己的人生体悟和收获。

您也可以将您在读书时的旧相片、旧习作……，以及一切能让人想起青春苦读时光的印记与我们一同分享。

文体、字数不限。

投稿的方法：

电子邮件：software_alu@fudan.edu.cn

投稿相关事项：

- 1、请在文章未注明姓名和所属年级，并附个人照片。
- 2、考虑到速度快，利于备份和编辑，建议尽量用电子邮件形式投稿。

本期校友通讯责任编辑：黄佳妮

《校友通讯》联系方式：

联系人：蒋明芳

联系电话：13621823220

办公室电话：51355355-10

Email：jiangmf@fudan.edu.cn