



编者按：仲夏的晚风吹走迷茫与彷徨，黄昏的金光洒满理想与远方。我们相遇在这个夏天，夏天属于拼搏和汗水，属于热烈和荣光，属于飞扬的青春年少。天再高又怎样，踮起脚尖，就更接近阳光。

2023年宁波大学阳明创新班入班仪式顺利举行

5月18日中午，2023年宁波大学阳明创新班入班仪式在北区杨咏曼楼隆重举行。宁波大学党委副书记、副校长吕朝锋，党校办、团委、教务处、学生发展与服务处、图书馆相关负责人，学科性学院院长代表，导师代表，阳明学院全体班子、老师、新入班的76位阳明创新班同学参与了本次入班仪式。

在庄严肃穆的国歌声中，全场师生齐唱国歌，入班仪式就此拉开序幕。

仪式中，宁波大学党委副书记、副校长吕朝锋对入选阳明班的同学表达了热烈祝贺。他以“做信念坚定的‘精神富人’”“做敏而好学的‘创新能人’”“做知行合一的‘行动巨人’”为要求，鼓励同学们立鸿鹄之志，筑人生之基。珍惜机会，尽情成长，有所作为，砥砺前行，做一流大学的一流大学生。

阳明学院院长战洪飞对关心和支持阳明创新班发展的学校党委行政、各职能部门、各学科性学院、全体导师和学生家长表示衷心的感谢，并宣读了阳明创新班入选学生名单。

今年的入班仪式新增了“拜师”环节，导师代表上台，全体学生向导师行拜师礼，学生代表向导师献花并合影留念。

马克思主义学院执行院长、阳明创新班导师代表李包庚以“梦想指引方向，汗水浇筑未来”为题，向同学们分享了自己的观点。当代大学生身逢盛世，拥有无限可能，前途不可限量。作为阳明创新班的学子更应该志存高远，持之以恒。他还以一名宁大优秀毕业学子为例，激励同学们要放宽眼界，不轻易为人生设限。

入班仪式学生代表，2022级阳明创新班高思能同学表态发言：进入阳明创新班，是机遇也是挑战。秉承一颗热忱的心，不断追求梦想与远方，坚定走好脚下的路。“希望我们能在阳创遇见自己，遇见那位志向高远、德才兼备、具有深厚的家国情怀、宽厚的人文底蕴、科学的思辨方法、突出的创新能力、良好的国际理解，堪当民族复兴大任的阳明学子。”

随后，入班学生参加了入班宣誓仪式，勇做做时代的弄潮儿。在封存“时间胶囊”活动中，同学们将写给毕业时的自己的一封信投入胶囊，埋下一颗希望的种子，用辛勤与坚持浇灌它成长，并由阳明学院党委书记俞金波封存。给未来一个期许，给当下一个期待。（通讯员：董凯悦）



阳明学院举行 职业生涯规划与创新创业 基金签约仪式暨校友创客分享会

5月7日下午，宁波大学阳明学院校友创客分享会在北区杨咏曼楼隆重举行，来自各行各业的30余位校友创客做客阳明学院，共襄盛事。宁波大学校友会副会长兼秘书长胡宝华、学生发展与服务处副处长姚小斌、阳明学院院长战洪飞、阳明学院党委书记俞金波出席本次活动。阳明学院140余名师生代表参加。

阳明学院院长战洪飞与校友创客代表徐毅签署阳明学院职业生涯规划与创新创业基金协议书，拉开本次活动序幕。

阳明学院党委书记俞金波发表致辞。他首先感谢各位杰出校友能在百忙之中抽出时间，心系学院建设，短时间内筹集基金总金额已达50万元，对各位校友对学院的持续关注表示衷心感谢，对筹备本次分享会的师生工作表示充分肯定。

宁波大学校友会副会长兼秘书长胡宝华向校友创客们颁发创业导师证书。他代表宁波大学校友会对本次活动的开展表示热烈祝贺，对远道而来的校友表示衷心感谢。并表示校友会要秉持“校友会一切为了校友”的宗旨，共同交流、搭建平台、取长补短。

学生发展与服务处副处长姚小斌对参与本次基金捐赠的校友表示真挚问候和感谢。宁波大学在创新创业赛事中取得了丰硕的成果，他向校友创客发出邀请，希望杰出校友能多走入课堂，走进学生，分享各自的双创经验。

“木铎金声越百年，弦歌不辍谱新篇。”相信莘莘学子们会铭记校友们的反哺精神和双创经验，赓续前行，奋楫争先，怀着“敢想会创”的精神，走出各自的康衢，书写新的华章。（通讯员：杜积钰、姜航瑞）



主题教育进行时|宁波大学 阳明学院党委开展“青春共话 二十大，绿色骑行迎亚运” 主题党日活动

（详见第2版）

主题教育进行时|阳明学院 开展“琢时代风华、扬劳动 精神、育时代新人”活动

（详见第2版）

兴趣指引，快乐相随， 这个历史生不简单

（详见第3版）

目碑

（详见第4版）

简讯

“奋进新征程，逐梦创未来” 阳明学院2022级少数民族预科班主题班会顺利举办

4月6日晚，我院“石榴籽之家”工作室在杨咏曼楼知行驿站组织开展了“奋进新征程，逐梦创未来”主题班会。我院少数民族辅导员、新疆内派教师、特邀嘉宾、2022级预科班班助以及全体2022级预科生参加了此次班会。（**通讯员：傅苏虹、祖木热提阿依**）

阳明学院举行全国大学生英语竞赛辅导会

4月9日上午，我院邀请了外国语学院刘春慧老师，为参加全国大学生英语竞赛的学生开展赛前辅导，共有160余名阳明学院学生报名参加。本次辅导有效帮助同学们更有策略地备赛，激发了同学们的参赛信心与获奖决心。（**通讯员：李宁超**）

大学生习近平新时代中国特色社会主义思想研究会格物大讲台第三十九讲顺利开展

4月9日，我院团委在忻元甫活动中心顺利开展了大学生习近平新时代中国特色社会主义思想研究会第三十九讲格物大讲台。本次讲座有幸邀请到了我院党委书记俞金波授课。（**通讯员：柴霞、魏泽轩**）

“校-地-企”三方联动，

阳明学院“早规划，早布局，早准备”少数民族学生企业参访在行动

4月12日下午，在我院“石榴籽之家”工作室与地方和企业三方联动组织下，各民族师生共30余人走进江北膜幻动力小镇、宁波金山双鹿电池有限公司和宁波长阳科技股份有限公司参观学习。（（**通讯员：江北区委统战部（民宗局、傅苏虹、祖木热提阿依**）

阳明学院学生第七党支部召开党员大会

4月13日，我院学生第七党支部召开4月支部大会、党务助理会议。支部大会就推荐我院第一届纪律检查委员会增补委员候选人作出了相关决定。党务助理会议由学院党建辅导员买思思主持，各学生党支部党务助理、支部副书记以及各支部入党积极分子代表共同参加本次会议。（**通讯员：顾诗静**）

阳明学院开展“向阳计划之美育润童年”党团主题活动

4月12日下午，我学院学生第六党支部前往宁波市康复医院，组织开展了“向阳计划之美育润童年”党团主题活动，用艺术将关爱传递给20位特殊儿童，用“色彩”带去陪伴。（**通讯员：姚欣新、孔雨欢**）

阳明学院“文化育人”系列活动之“文化寻踪”宁波帮人文宣讲顺利开展

4月13日，我院“文化育人”系列活动之“文化寻踪”宁波帮人文宣讲在杨咏曼楼双创实验室（二）顺利开展。本次活动邀请了来自宁波帮博物馆的张维娜和章梦宇两位老师。我院传习部主任陈雅竹老师、我院团委学生会指导老师陈晴及160余名我院学生参加活动。（**通讯员：柴霞、许宸绿**）

译笔求道——《草婴》特别展流动博物馆开展

□ 在“4·23世界读书日”即将到来之际，我院和宁波帮博物馆共同举办“译笔求道——《草婴》特别展流动博物馆”活动。该展览以流动博物馆进校园的形式，展出于我校S2S伴同中心，以此致敬翻译巨匠草婴先生。（**通讯员：陈雅竹**）

阳明学院师生代表参加浙江省

第三届高校荣誉学院学生交流会暨本科生拔尖人才科研论坛

4月16日，我院8名师生代表前往浙江师范大学，参加浙江省第三届高校荣誉学院学生交流会暨本科生拔尖人才科研论坛。据悉，本次交流活动由浙江师范大学初阳学院主办，宁波大学阳明学院、浙江工业大学健行学院等省内八所高校荣誉学院的师生代表参加。（**通讯员：唐扬文**）

阳明学院多样化开展全民国家安全教育日宣传

在第八个“全民国家安全教育日”到来之际，我院多样化开展“4·15”全民国家安全教育日宣传活动，共计3600余名师生参与，确保全覆盖。（**通讯员：马晨旭**）

阳明学院知行宣讲团成功开展

“EARTH4ALL 守护众生的地球”——世界地球日主题宣讲会

4月19日下午，我院知行宣讲团“Earth4all守护众生的地球”——世界地球日主题宣讲会在华天小学顺利开展。30余名四年级学生参与了本次宣讲。（**通讯员：汤佳、龚洋奕**）

阳明学院开展“走进余姚故里，致敬阳明先生”文化育人调研活动

4月21日，《阳明诗和二十四节气》作为“致敬王阳明—2023年‘春天送你一首诗’大型诗歌朗诵活动”的主要节目，得到了与会领导和专家的一致肯定，受到了人民日报、甬派等媒体报道。（**通讯员：陈雅竹**）

阳明学院召开4月份支部书记会议

4月20日中午，我院召开4月份支部书记会议，传达学校党委关于学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育工作培训会的会议精神。（**通讯员：买思思**）

阳明学院举行浙江省大学生高等数学竞赛辅导会

4月21日晚，我院举行了浙江省大学生高等数学竞赛辅导会。本次辅导邀请到了数学与统计学院袁明贤老师，我院共84名学生报名参加。本次辅导会成功激发了同学们的数学学习热情。（**通讯员：李宁超**）

阳明学院召开学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育动员大会

4月23日下午，我院在803会议室召开学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育动员大会，会议由学院党委书记俞金波主持。（**通讯员：王顺顺**）

阳明学院师生赴北京德恒（宁波）律师事务所参观交流

4月26日下午，在我院“石榴籽之家”工作室与北京德恒（宁波）律师事务所的联动组织下，我院各民族师生共50余人走进律师事务所参观学习。（**通讯员：傅苏虹、李亚玲、王乐怡**）

我院学生会权益服务中心成功举办“为垃圾分家，给劳动者减负”活动

4月26日，我院学生会权益服务中心在北区学生公寓成功举办了“为垃圾分家，给劳动者减负”活动。通过摄像和录影的形式，同学们记录了垃圾分类工作者的工作现场。（**通讯员：陈温怡**）

主题教育进行时|我院举办首届“学思想 重实践”劳动运动会

4月26日中午，我院成功举办第一届“学思想 重实践”劳动运动会。我院党委书记俞金波、党委副书记王立衡出席本次活动，我院全体辅导员以及学生代表100余人共同参与活动。（**通讯员：华月瑶 买思思**）

“十里春风归甬畔，一腔热血暖江南”无偿献血活动顺利举行

4月26日至27日，我院团委志愿服务部联合宁波市江北区献血办在北区S2S伴同中心举行了为期两天的无偿献血活动。（**通讯员：李欣欣**）

阳明学院第七十四期“青禾”计划顺利开展

4月26日，我院团委志愿服务部组织了2组共7名“小青禾”分别前往洪塘中心小学和灵峰小学进行环境保护宣讲活动。（**通讯员：陈炜宣**）

【喜报】我院在宁波大学2022年度青年志愿者工作各类先进评比中取得佳绩

44月27日，我院在2022年度青年志愿者工作各类先进评比中斩获多项荣誉，取得了优异成绩。（**通讯员：李欣欣**）

我院团委社团服务中心成功举办“社团嘉年华”之国风专场

4月28日，我院团委社团服务中心举办的“社团嘉年华”之国风专场活动在我校北区学生公寓广场顺利开展。本次专场活动邀请了戏曲社和草尖相声社进行演出，向同学们展示了戏曲社和草尖相声社的社团文化。（**通讯员：石佳鑫**）

主题教育进行时|我院开展“琢时代风华、扬劳动精神、育时代新人”活动

在“五一”国际劳动节到来之际，我院开展“琢时代风华、扬劳动精神、育时代新人”主题活动。5月1日前后，来自不同专业不同班级的同学，纷纷用自己的实际行动向劳动者致敬。（**通讯员：马晨旭**）

共青团宁波大学阳明学院召开

第十三次代表大会暨宁波大学阳明学院第十五次学生代表大会

5月7日，共青团宁波大学阳明学院第十三次代表大会暨宁波大学阳明学院第十五次学生代表大会在北区忻元甫活动中心召开。通过民主选举产生了共青团宁波大学阳明学院第十三届委员会委员和宁波大学阳明学院第十五届学生委员会委员。（**通讯员：廖佳瑶**）

点亮生涯，筑梦未来——我院第十五届职业生涯规划大赛圆满落幕

5月10日下午，我院第十五届“点亮生涯，筑梦未来”职业生涯规划大赛决赛在杨咏曼楼双创实验室(三)举行。本次大赛邀请我院党委副书记王立衡老师、宁波大学就业指导中心主任王洪影老师和我院学工分部主任担任评委。（**通讯员：吴佳琪、陆思妤**）

我院团委办公室举办“乘清廉之风，兴青年之志”主题宣讲活动

5月10日，我院知行宣讲团走进洪塘中心小学，开展“浙里青廉”主题宣讲活动，带领五年级小学生共读历史廉洁故事，感悟为民服务初心。（**通讯员：郑涵冰**）

我院学生会权益服务中心举办第十期“法航计划”

5月10日下午，我院学生会权益服务中心在江北区养正书院开展了第十期“法航计划”主题教育活动。本次教育活动的主题是“预防校园欺凌”。（**通讯员：黄曼妮**）

夜游博物馆——品历史瑰宝，唱时代颂歌

在第47个“5.18”国际博物馆日即将到来之际，我院学生第三党支部党员代表、民族学生代表、“岂日无遗”团队共30余人于5月13日晚共赴宁波帮博物馆。（**通讯员：李亚玲**）

我院学生会办公室举行第十四届“致良知”读书节五月第一期读书分享会

5月13日，我院学生会办公室在杨咏曼楼双创实验室（三）举办了第十四届“致良知”五月第一期读书分享会。（**通讯员：周锦怡**）

【喜报】我院“说的都队”在宁波大学第四届提案大赛社会赛道总决赛中获佳绩

5月14日，我院“说的都队”在我校第四届提案大赛中斩获社会赛道二等奖，获得优异成绩。（**通讯员：张浩晨**）

我院团委综合实践中心举行

“烟火寻星”系列之“灿灿萱草花，摇摇向母倾”母亲节主题劳育活动

5月12日-14日，我院团委综合实践中心举办了“感恩母亲，为爱献礼”母亲节主题劳育活动。旨在唤起同学们心底对母亲深沉的爱与感恩之情。（**通讯员：文鹏宇**）

宁波大学图书馆北区真诚阅览室揭牌

4月21日下午，宁波大学图书馆北区真诚阅览室举行揭牌仪式。仪式由我院党委书记俞金波主持，副校长姚菊明、真诚图书馆馆长刘柏嵩、信息科学与工程学院党委书记王伦耀、图书馆副馆长邵红艳、阳明学院副院长单佳平、材料科学与化学工程学院副院长赵传壮等领导出席，我院全体辅导员与30余名学生代表参加。

仪式上，刘柏嵩馆长为北区真诚阅览室的成立致辞。随后，姚菊明副校长和刘柏嵩馆长共同为北区真诚阅览室揭牌，这标志着北区真诚阅览室正式对外开放。仪式结束后，与会人员一同参观了北区真诚阅览室，图书馆副馆长邵红艳讲解了阅览室的设计理念、功能设置等。（**通讯员：邹声澳**）

主题教育进行时|宁波大学阳明学院党委开展“青春共话二十大，绿色骑行迎亚运”主题党日活动

4月26日下午，我院党委与镇海区临江社区党总支联合举办的“青春共话二十大，绿色骑行迎亚运”主题党日活动在蛟川生态园顺利开展。我院党委书记俞金波，副院长单佳平与临江社区党总支书记胡维君共同出席本次活动。同时，活动邀请全国劳动模范冯闯进行现场分享。我院各党支部书记、教工党员、全体学生党员、部分入党积极分子共同参加了本次活动。

临江社区邀请全国劳动模范冯闯，同青年共同交流。在党委书记俞金波、副院长单佳平，学生党员、入党积极分子们通过骑行的方式在沿途学习党史。学生党员、入党积极分子们在五米长的画卷上共同绘制了丰富多彩、活力四射的亚运主题卡通人物。

活动结束后，我党委还与临江社区党总支签订了党建共建协议，拉开了校社互通、党建合作的序幕。（**通讯员：何奎**）

阳明学院开展

“薪火相传，砥砺前行”第五届荧光夜跑活动

5月14日，我院开展了“薪火相传，砥砺前行”第五届荧光夜跑活动，本次活动设有8个闯关游戏，分布3个校区，共计29支队伍参加。我院院长战洪飞、党委副书记王立衡等领导出席，辅导员与百余名学生参与。

本次夜跑活动，采取4人组队的闯关模式，起点位于东校区升旗台。在夜跑活动开始前，阳明学院团委陈晴老师发表讲话。随后，我院战洪飞院长带领同学们展开热身跑，迈出荧光夜跑第一步。所有参与者均完成点位打卡，顺利结束荧光夜跑的路程。（**通讯员：周奕含**）



兴趣指引，快乐相随， 这个历史生不简单

“心之所向，素履以往。”从新闻传播大类专业到历史专业，从普通班进入阳明创新班，从高考失利到成功叩响保研的大门，她怀着纯粹的赤子之心追梦向前，在三年光阴里找寻鲜有人注视的诗意与美。勤奋铸就成功之花，热情结出快乐之果，董雪婧跟着心的方向，画下不同一般的大学画卷，完成了自我的探索和升华。

兴趣引领，意外相伴

“一个深广的心灵总是把兴趣的领域推广到无数事物上去。”兴趣和热爱是一粒充满生机的种子，长在不同生命的土壤上各自开花，由汗水浇灌，由坚持施肥。回忆自己的漫漫学路，董雪婧用“兴趣”一词表明初心并以此为念，以“意外”的坦然态度接受生命路上的苦涩和甘甜。

兴趣的坚守并非易事，愈钻愈深的道路上，科研和比赛的经历让她记忆犹新。在董雪婧主持srp项目时，文言文的文本编写，繁体字的难识，影音版的模糊，这一切都让史料的选择与定本的确认时间延长，本可以自由安排的玩乐时间化作在自习室、图书馆里独自咀嚼晦涩文字的的长久时光；组员们的不力，让她陷入怀疑与焦虑。然而，家人朋友的支持洗去她内心的疲惫，导师的建议散开前行路上的迷雾。渐渐地，压力化作前进的动力，焦虑化成做项目时的投入与谨慎，科研之路成为她的感悟之路，“学术上的科研要认真”的观念在心中生根发芽，“小组内的共同目标”指引她奋力前行、走向成功。

谈到自己如今成功保研，她还是想用“意外”来形容自己。在朋友的建议下才前往阳明创新班的面试，在与导师的会谈里才下定保研决心，她认为自己显得不那么传统。到具体的学习上，她直言自己也曾有论文写不完、缺乏阅读时间的问题，时间难以完美规划，计划常常赶不上变化，“但只要在努力的过程里，每天向前走出小小一步，就会有所收获”。诚然，进一步有进一步的欢喜，与其说是出乎己料的意外，不如说是沉淀后的水到渠成，持一颗静看云卷云舒的平常心，饱足底气地接受所有意外之喜。

热爱可抵岁月漫长，信念可渡艰难时光。没有人的道路一帆风顺，面对无涯学海上的惊涛骇浪、横流急湍，董雪婧选择不忘初心，在兴趣的罗盘指引下，持一颗乐天不惧的平常心，学海便不足为惧，自己也可稳行致远。



心中有光，自在远方

“我其实有个人文的理想。”看向充满无限可能的未来，董雪婧以这样一句话作为自己未来的纲领。于她而言，她想从自己的兴趣出发，立足于自己的专业，以人文的关怀视角去展开中国叙事，成为一个历史的整理者，一个真相的传播者，一个时代的见证者。

在专业的学习里，在史书的浸润下，她养成了关注“人”的历史观，在宏观而庞大的历史里以人民的视角去考察。地方志里的乡贤、衙前的农民运动与安源路矿的工人运动，成为了她论文笔下的研究对象。透过一个个具体的人民，她以小见大，捕捉时代风声，切中社会发展脉络，以己执笔，窥得史律。

对于硕士研究生阶段的未来学习，董雪婧认为这只是将自己的研究方向转移向更细更精的地方，探索表层世界下的社会深因。回忆起自己对保研院校的选择，她坦诚地说自己“投过很多奇怪的学校与研究方向”。这些选择看似不经，却都蕴含着她对历史的尊崇与热爱，透露出她内心的深思熟虑与殷切期盼。重庆大学的中国史，中科大的科技史……最后，在对人文氛围的向往下，她选择了华东师范大学教育学的二级学科教育史作为自己的硕士研究生方向。在那里，新兴的研究让她跃跃欲试，学术大家的讲座让她心驰神往，未解的历史奥秘等待她去探索。

虽然她的理想不似明儒张载“为天地立心，为生民请命”一样激昂宏大，可谁又能说出自己的色彩的人生选择不值得称道？“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行”。心中有光，不忧不慌，逐梦路上，欣然前往，自会行至远方。

“天高地远，请任意驰骋，多去尝试，看看能达到怎样的高度。”于董雪婧而言，这不仅不是生活迷途的指津，也是贯穿人生的坚定信念。眼底高悬皎明月，将大学生生活谱作抒情咏叹调，将寡淡生活写为生机诗篇；心中常怀馨幽兰，在繁杂事务间如鱼戏游水，在无涯学海中发现真我所在。如今，踏上保研的康衢大道，站在硕士研究生的朱门前，梦在门楣继续沉淀，相信她仍旧会恪守自己“天高地远，请任意驰骋”的人生箴言，任风雨潇潇在山腰，自守心中明月！（文|娄航瑞 夏函文 图片由受访者提供）

唯有热爱可抵岁月漫长， “阳明人物”铁粉用爱发电日志

“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土”，从“阳明人物”的铁粉小余，到采访话筒前侃侃而谈的余学姐，这一路走来，余颖卓把对英语语言的每一分热爱都挥洒成指引自己的光，支撑她在长久的深自缄默中前行，寻找到那个最好的自己。

默默地给自己期许：保研路上一步一步

余颖卓的保研之路从大一开始便有了指引的明灯。一次偶然的机会，余颖卓在阳明学院公众号上看到了阳明人物的专访。“这些优秀、努力、自律的学长学姐鼓舞了我，当时我就下定决心——以后也要成为其中的一员”，自此，阳明创新班从一个遥远陌生的符号，转化为一种激荡在她心里的力量，一种白首不移的情怀。这份情怀让余颖卓变得更加优秀，在上一大结束时便选拔进入了阳明创新班，认识了更多优秀的人。而在阳明创新班，她的心态也发生了一些转变。奔跑在和身边同学截然不同的赛道上，余颖卓与来自各个专业的学生交流互助，跨学科合作。“我的心态从一种狭小的竞争心态转变为了更广大的合作心态。”余颖卓开心地和我们分享道。

谈及保研历程时，余颖卓用“水到渠成”一词进行了概括。她对英语十分感兴趣，希望本科毕业后能够深造，于是在大一便树立了读研的目标。大学四年，她按照自己的步伐，提升专业成绩，参加相关竞赛，脚踏实地，一步一步，自然而然地走过了保研的门槛。

然而，在保研路上，余颖卓也不免遇到了一些困难。保研择校时人文学科受到的歧视、保研成功后因对比产生的精神内耗都让余颖卓感到不解和疑惑。但是，她对英语的热爱是经久不息的焰火，支撑着她跨越重重障碍，坚定行至心之所向。在外语底蕴深厚的专业院校静心沉气地锤炼自己对语言的驾驭能力始终是她的研学目标，“因为热爱，所以我走这条路时更加坚定，走得更加长久”，余颖卓说。

“不要把考研当作非常艰辛的路，而要把其当作充实自己的旅程。”余颖卓就是在这条充实自己的道路上默默地给自己期许，一步步走向自己的梦想。

悠悠地且行且歌：在热爱中提升自己

学贵心悟，守旧无功。谈及学习，余颖卓说自己的窍门就是掌握一种“快乐学习方法”。她把课程任务当成提升自己学科能力的契机，努力为自己营造轻松的、充满学习兴趣的学习氛围。此外，她每天晚上入睡前都会在脑海中给自己安排好第二天的任务，并且根据自己的学习能力和具体情况留出6小时左右的学习时间。

专业学习之余，余颖卓还参加了一些竞赛，然而，如何兼顾学业和竞赛成为她的一大难题。因为竞赛和所学专业常常缺乏相关性，余颖卓不断告诉自己接触不同领域的知识可以提升自己的能力，以自我开导的方式使自己保持“热血”。同时，她也会秉持着学业优先的信念，始终把学业放在第一位。

学习之余的放松也是余颖卓生活中必不可少的一部分。她喜欢和自己的好朋友出去搜罗美味，在宁波的各个餐馆留下自己的足迹，也留下自己热爱生活的印记；她还喜欢看英文电影，体会大荧幕带给她的视觉享受和心灵愉悦；在完成当天的学习任务后，她也会阅读自己感兴趣的外刊和英文原著小说。“学习本身就可成为一种生活方式。”余颖卓一直把英语学习当作自己的生活方式，怀揣着对此的热爱不断提升自己，且行亦且歌。

唯有热爱可抵岁月漫长，唯有坚韧可抵光阴消磨。余颖卓回首过往，发现一切用爱发出的电流，都为精彩的当下埋下了伏笔。在赤诚的热爱中、在真挚的感激中，余颖卓一路披荆斩棘，而现在又行至新的序章。青春繁花胜景，前途未来可期，无限缤纷，皆在足下！

（文|沈寒冰、李家辉 图片由受访者提供）



目碑

作者/夏函文

一

燥热的空气里混合着唾沫和汗液，粘在刽子手油腻腻的脸上。一个苍蝇不合时宜地在他眼前乱转，许是侏子手身上的腥臭味吸引他过来。他嗡嗡地乱飞到侏子手眼睛前的视野里，叮他的鼻子，耳朵，耀武扬威般挑逗着满手鲜血的侏子手。肥大的侏子手也不耐烦地挥动着砍人的长刀试图给他最残忍的刑罚。苍蝇落到盲人的脖颈上静静搓手，台下观众起着哄“砍！砍！”。苍蝇挑衅的看着所有人，似乎在下一秒就要展示他过人的躲避速度。刽子手似乎早已支撑不住手上的长刀，他瞄准了那只小小的苍蝇准备让他一分为二，他对自己的砍头技术十分自信，没有他瞄不准的脖颈。刀在空中划过七秒，随后稳稳地切断了苍蝇的身体，当然也包括了那个盲人的脖子和头。

众人欢呼起来。血好像是从苍蝇的身体里喷射吹来，痛快的鲜红色。

二

他听着声音裹挟着推搡着把他架到了冰冷的木头桩子上，就像迪厅五颜六色的灯光一样让他的皮肤刺痒，或许他的头顶已经开始冒出白色雾气，他明显感觉到全身的热力都堵塞在他的脖颈里，迫不及待冲上他的头顶，煮沸他苍白的脑浆。

他们要给他一个罪名，用名义的权力玩一个生命游戏。他需要做的就是等待，等自己的生命随时被没收。

除此之外，他的世界像在冰窖里。他们在他不知情的情况下把他哄骗到一片空地里，哄骗一个残疾人是一个成本很低的趣味。而他好像从来都是赤裸的，他没有感觉身上有衣物的褪去，却有一种慢慢被人看光的耻辱感，他忍不住紧紧抱住自己，未知是他的全部恐惧。墙上糊着灰白色的壁纸，像特异空间一样想让他把此刻与平时时空隔离开，然后像给他造噩梦一样，给他打全麻药剂一样悄无声息的没收掉他的一些什么，看不见光，听不到刺耳或是柔和的声音，甚至闻不到任何气味，丢到感觉之外，再把他送还给原来的那个时空并且让他自然的守口如瓶，这对于一个盲人来说是很简单的事，梦醒了也依然如此，没有盲人会区分苦难。

他吞了一口口水，一阵苦涩流入他的喉腔，他被自己的苦味弄得干呕了起来。他感觉好像是有颜色的油漆被混合着灌入嘴巴，他被刺鼻的味道叫醒了神经，强烈的挣扎起来。诚然，他刚刚清醒了起来，意识到了自己仍然还驾驭着这副躯体，与其说是驾驭，不如说是还被困在这副躯体里，任由不被困在这副躯体里的一切人摆弄，他毫无力量，只剩清醒的受苦的灵魂。

或许也不能说是毫无力量，他在混绿色粘稠的记忆液里听见陌生的字符串在一起，他神奇的理解了，他有着自己承认的天才悟力，或者说天才乐观，他在陌生的字符串里努力接收外界的一些什么来建造他自己的世界，或者说装点他的囚笼。他理解到自己的外在，那是一双洁白无暇的眼珠，硬硬的镶嵌在枯黑的头部框架上，这是他的门面，拥有光的权力的一方们也有着他们的门面，无疑这些所有都站在天然产生的对立面上。无论美丑，他没有这种感觉，却默默地承受了有感觉的人对他的审判，他觉得很无辜，他所做的一切都是如此无辜，他无辜地吞下所有被打碎的彩色玻璃。

他开始后悔，自己是如此混乱。他听说脸盲的人看到的五官是扭曲的，他说自己是心盲，看到的世界是扭曲的。他不再相信自己的感官，有人蒙着他的眼睛给他闻苹果味的香蕉，牵着他的手温暖地带他走下悬崖，他享受着虚幻世界的虚幻受着真实的伤，他放下自尊和我的称谓沉浸在泛泛之中抹去的责任和后果。于是他不知道在哪个明显已知的渠道选择自己的世界碎片，他的真实感官都离他越来越远，他们混杂虚拟，哪个都不能给他安全的确信。

后来他知道了，他以为那漫长的好像过了一生的审判时刻只有九秒，他用七秒做了一场盲人的梦。不管怎样，那场梦都是美妙的，他惊觉自己发现视觉、听觉、嗅觉这些高级的感觉，他不知道一个天生的盲人如何想象出视觉这个词，他却知觉在梦里突然被剥夺了。他感受到了剥夺感，他说他好像在梦里拥有过，那七秒赐给他了一场美梦。

三

滚到女人裙底的头颅笑了起来，眼球滚了出来好像一个碑立在那里，现在它也在光里了。眼皮耷拉下去闭上，那神情竟像偷腥后的男人淫色的笑。

波澜

作者/董凯悦

残缺

我说荒原的玫瑰也不及我热烈，教堂的钟声也镀上黄昏的金边，撒旦念着誓词，窗外的雨沾了白檀香落在屋檐，风掠过山头的林木，掀起的林浪翻涛。于是我对着山谷大喊：“我永远残缺。”

我好像被掏空，躯壳里塞进七零八碎杂乱无序不真正属于我的东西，心脏在黑海里沉溺压的喘不过气，四肢被黏稠的水泥封堵。火在山穴里燃烧，呛人的烟熏得人眼眶发烫。我厌恶那些一成不变的循环往复，痛恨一切所谓的世界守则，很多时候我想要呐喊，却在还没来得及出声时被名为自卑的深渊凝视。于是我闭口，吞咽，咽下的话语割破我的嗓子。我在黑暗中破碎。也在碎片的闪光中看清自己。

我从不完美，但或许有人偏爱我破碎的裂痕。

回忆

我的身体里，藏着一片回忆的花海，翻涌着青春的彩色。我在夏日烈阳下看少年奔跑穿过光阴，在晨光熹微里迎着光阶走向未来，在人声鼎沸中将一切收尽眼底。

我总是活在无数的回忆中，曾经发生过的一切在时间的滤镜下时常勾起我无端的留恋。痛苦在流逝中逐渐消泯，而那些美好也在记忆中逐渐深刻。我说我喜欢攥着回忆不放手，我留下所有证明我存在的痕迹，把它们一一封存，然

笔耕不缀 花开有声 4

后又在不同的瞬间，回想起那年那日，猝不及防，一念沉陷。曾经拼死捍卫着的那株小草终于还是枯萎。

是谁在泥泞生活的中央，丢失了纯净的梦和理想。

可我分明看到有人举着火把，照亮了被流年剥落的曾经，郁郁葱葱燃成海浪。

流逝

我所有没有用心留住的，都将这么离开。我想人对自身的变化，总是带有后知后觉的顿感，不过即使自己觉得停滞，身边的事物也会以各种方式，提醒着关于诸如“时间永是流逝”的亘古恒言。

迷茫之后有豁然开朗，痛苦之后有重获新生。于是我发现，人生中的很多路，往往是走了很久，回首时才会发现其中各种意义。我们终究长大，终究能坦然面对失去，终究能释怀岁月带走的所有。花开花落，云卷云舒，万事万物，其实无不外乎于心。

会到来的，会过去的，会忘记的。

平淡的生活久久掀起波澜，我依然爱着。

郁金香

作者/沈寒冰

火红的瀑布，
烧焦的粉色郁金香把她的眼睛葬在那里，
再也没有清澈的泪水，
再也没有自由的花海。
妈妈？

生活用那污浊的呼吸，
在你稚嫩的脸庞上划上一道又一道无可逆转的痕迹，
银铃失去了和谐的音调，
是不是阿弗洛狄忒用她的甜言蜜语给你的灵魂蒙上了头纱，
才让你宁愿拥抱人间的朽骨——
妈妈。

是如今干涸的、寂静的、荒凉的血海啊，
我曾沉眠过的地方；
千千万万的美梦在夜里与我相会，
千千万万次刀刃割开肚皮的痛楚，
千千万万次悲戚的啼哭与刺耳的欢笑！
在我尚未成为你的孩子时，
你是属于你的。
妈妈！

飞鸟用华美的言语赞扬你，
泥土用潮湿的眼光审判你，
他们又如何知道你被迫褪去的美丽皮囊，
如何知道夜晚的星星也曾痛饮过你的血泪。
妈妈……

好妈妈，好妈妈，
我看见没有边际的梦魇把永夜推向你，
被华美地包装着的骗局扼住你跳动的心，
荒唐的冷雨带走了你。
去！去！你被铁锁监禁一生的命运！
天上的神明啊，求求你，
将光明的翅膀降临于郁金香枯萎的内心！

花开有声征稿启事：

笔耕不缀 花开有声
这里是你的世界
这里
你说，我们听

馨声篇

征集长篇美文（800-2000字），风格不限，文体不限，要求原创
入选文稿30RMB/1000字
每学期投稿数量超过10篇则成为知行工作室签约笔者
另获赠精美纪念品一份

心声篇

征集精致短句（50字以内），要求原创
累计被选用句子数量的个位数逢5
获赠精美笔记本一份

新声篇

向我们推荐你身边的个性人物，要优秀，而不仅仅是“优秀”
个性人物本人可获赠coco奶茶一杯
推荐人可获赠定制明信片一套

投稿邮箱（联系我们）：2971158966@qq.com（知行文编在阳明）
投稿时务必提供真实姓名与联系方式（QQ、微信）