



编者按：隐约有虫鸣声，不属于夏，不属于秋，不知来自校园里哪棵老槐树。烤过的红薯软软糯糯，香气四溢；剥了皮的柚子入口酸甜，汁水充沛。我们再往前靠，恰好和秋天撞了个满怀。

我院举行2019级“日月新光”迎新晚会

9月7日，阳明学院2019级“日月新光”迎新晚会在周亦卿综合体育馆盛大开幕。晚会由阳明学院团委学生会主办，校保卫处副处长王湖清、阳明学院院长卢美芬、阳明学院党总支书记郑礼平、阳明学院副院长单佳平等领导嘉宾以及全体阳明学院2019级新生出席晚会。

爱国情深，爱校意切

今年是中华人民共和国成立七十周年，值此之际，我院借迎新晚会向同学们宣传爱国精神与红色文化。风之诗乐队用吉他和架子鼓演奏出了新时代的爱国之声，拉开了晚会帷幕。全场同学情绪高涨，与歌手齐唱《我爱你中国》。

而在一众精彩节目依次过场后，宁波大学校歌响起，全场师生齐唱：“东海之滨，红霞万里，春潮滚滚……”在饱含爱校之情与前程之望的旋律中，新生们领略了宁波大学的人文风采，感受了甬城学府的蓬勃生命力与深厚内涵。

树立自我，见证成长

除了令人动容的爱国爱校之情，我院别出心裁，在晚会中设计了重磅环节——“成人礼”，由各位班导师亲自上台，为学生代表们进行成人仪式。仪式开始，学生代表们身穿古装，上台行礼。之后，各班班导师上台，为学生们行加冠、加笄之礼。行礼后，学生们对老师长作一揖表示感谢。

举办成人礼旨在帮助新生们洗脱浮华，沉淀心性，尽早成熟。新生们刚刚踏进大学校门，应尽快建立坚强的心理基础。同时，成人礼也宣扬了我国传统文化中尊师敬长的优良传统，使宁波大学的国学氛围更加浓厚。

榜样力量，引领前行

晚会上还进行了“阳明传奇”单项奖、“阳明传奇”年度人物、“十佳班助”和“十佳优良学风班级”的颁奖仪式与代表采访环节。

采访中，许多班助提到，是爱与责任让他们选择成为班助。优良学风班级代表分享了他们所在班级的学习经验，向新生展现了宁大各种各样的可能性。新生们在优秀前辈的影响下，汲取了在未来不懈奋斗的勇气。

晚会中，So Show街舞社、音乐学院红色文艺轻骑队、魔术师陈添、宁波大学广播台、跆拳道社和部分新生都带来了精彩的表演。晚会中还有生日惊喜环节，阳明学院院长卢美芬与阳明学院党总支书记郑礼平亲自为恰逢晚会当天生日的3位新生切蛋糕，送出阳明定制生日礼物。之后，2019级阳明创新班部分同学朗诵了诗歌，2019级预科生和军辉战友团分别表演了舞蹈与军体拳。在最后的校歌声中，本次晚会成功落下帷幕。（通讯员：石新卉）

乡愁寄尺素，鸿鹄付征途 ——记宁波大学一封家书主题班会

九月，秋露渐沉，夜半重思。2019年，这是第十一个年头，又一群崭新的生命，送出一封封家书，替远行学子回家。

白日书长志千里，月下念家中几丁

平时大家学业繁忙，似乎和家里的联系没有那么密切。来到大学，五光十色中，要对着毛糙的纸张写一封家书，说来仿佛多余的事。

“我似乎没有可写进家书的故事，但我觉得所有的经历都是故事。”

开学，搬进宿舍，参加军训，竞选学生干部……忽然间，曾经想象中的一切都扑面而来，只是自己的肩膀，似乎还未强壮到可以稳稳接下这一切。

“在写信的时候，才觉得自己很脆弱。”

雁过离愁飞满絮，书怀千古万事秋。少年人所有的倔强都在那一刻瓦解，数学一班的同学说：“我没想到父亲在收到信后回复了我一句：照顾自己，累了别忍住不哭。我一瞬间落泪了。”

不求报养育恩情，只愿你喜乐平安

“收到信马上给你回信，因为我看到有两张空白信纸，我想你这是叫我给你回信的意思。”这大概是即便相隔山海，却仍然拥有的默契，只因血脉相通。

在回信中，不乏敦促孩子努力学习的家长，但更多的，都是报喜不报忧。“家里很好，不要担心，照顾好自己。”这一扫而过的几个字，背后藏了多少说不出的喜悦、思念与担忧。

“是你让妈妈的生命更有意义。”

孩子，知道吗？父母并不是只是负责督促你、纠正你的法定看护人，他们也是平凡的大人，背负责任，需要关心，以你为荣。

“我们记得你来到世界上的每一个样子。祝你前行路上，不失初心；看前方光芒万丈，你只管向前冲去。”

孩儿立志出乡关，学不成名誓不还

多数同学都是由家长亲自送来学校，但电信三班的一位同学却是独自一人前来。他的父母问他：“我们没能送你，你生气吗？”他回答：“我一点都不生气。”

您知道吗，曾经那个只能依靠您的孩子长大了。

“妈妈，你曾说过，只要有母亲在，你就有最后的包容和依靠。你的母亲早已不在，但我想说，我也可以做你最后的包容和依靠。”

虽然在您看来这个孩子也许只是从“宝宝”变成了“懂事的宝宝”，但总会有一天，他能帮您挡风遮雨的。

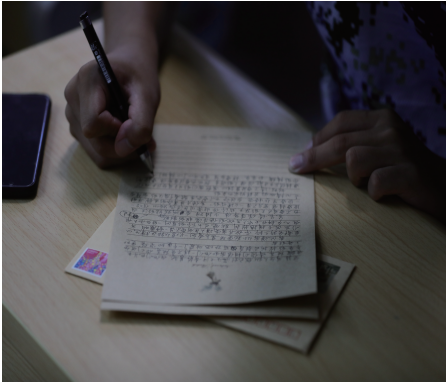
“落笔我是个孩子，放下笔我已是少年。”

尺素三千丈，未及血脉长

“平常我忙于备战高考，爸妈也忙于工作。有什么内心的想法和波澜，也会消磨于时间与日常生活的琐碎之中。我感到很愧疚。这封家书让我有了机会，去用自己的心和父母对话。”

一封简单的家书，纸张轻薄，好像风一吹就会飞走。但因为被赋予了沉甸甸的心意，跨越山水，它一定会代替游子回到血亲身边。而说心意复杂，实际无非细碎叮咛，无非叙述感谢。

“感谢你带我来到这个世界，虽然生活不尽如意，虽然成长很多挫折，虽然走了弯路、跌过跟头，但是能来到这个世界，就是我最快乐的事情。我曾体会过这样多、经历过这样多、享受过这样多，这些都让我很满足，让我感觉我很幸运，如你所知，我越来越爱你。”（通讯员：石新卉）



（摄影记者：知行工作室摄影视频部）

（详见第1版）

头版

我将初入大学的青涩与好奇打包，寄一封家书于你。纸张轻薄却富含心意，我想告诉你，激扬爱国情，动容成人礼，不懈榜样力，时刻推动着我，坚定踏步阳明路。

（详见第2版）

缤纷团学 耀眼星火

青春不问东西，岁月自成芳华。想知道阳明团学是如何把王阳明先生“知行合一”的理念内化于心、外化于行的吗？想知道新生代团学会迸发出怎样的璀璨星光吗？缤纷阳明，耀你好看！

（详见第3版）

鹏程万里 来日可期

她成为了教官，彰显巾帼不让须眉的风采；他成为了班助，擎一盏灯引领前方路；她成为了志愿者，将爱心化为跳动的红色马甲。他们在时光中温柔地接纳周遭的善意与挑战，同样的学生身份，却书写出三份别样故事。

（详见第4版）

笔耕不辍 花开有声

当你静下心来，你会发现：每一位英雄都是一份简单而真诚的意义，每一个早晨都是一次愉快的邀请，每一份真情都是一筐遗憾与过去的集合体。栗子已经长满了老树，我们一起站在下面，静静地敲打九月。（咚咚咚）

简讯

我院召开2019级留学生迎新会议

9月5日，我院2019级留学生迎新会议在阳明学院217会议室举行。我院党总支书记郑礼平、学务主管王津伟等人出席了本次会议。会议介绍了学院概况、工作流程、管理规定及基本教务信息，郑礼平书记、林萍老师、任虹灿老师、孔雨欢老师分别发表了讲话。留学生研读了校纪校规，签订了《告知书》、《远离毒品倡议书》。

本次会议为来华留学生适应新生活提供了价值遵循和信息保障。（通讯员：顾诗静）

我院2019级各类委员大会顺利召开

9月6日，我院2019级组织委员大会在阳明学院116报告厅召开。9日，我院2019级宣传委员大会在学院116报告厅组织召开。10日，我院在学院116报告厅组织召开2019级舆情委员大会。11日，我院2019级团支书大会与心理委员大会顺利召开。19日，由我院创新创业协会组织的2019年第一次创新创业委员大会在阳明学院315顺利举行。

各类会议明确了各委员的工作职责，加强了我院与各委员之间的联系，为今后相关工作推进奠定坚实基础。（通讯员：朱静儿、周冰芳、程晓雨、邹新绘、孙江涛、王方俊）

我院荣获宁波大学2019年“双百双进”暑期社会实践活动优秀组织奖与先进宣传组织奖

9月19日，宁波大学2019年“双百双进”暑期社会实践活动优秀组织奖评审会在锦绣活动中心201室圆满落幕。我院团委凭借“建国七十载，筑梦新时代”这一组织主题和宣传成果，荣获宁波大学2019年“双百双进”暑期社会实践活动优秀组织奖和先进宣传组织奖。

今年，我院共组建社会实践团队18支，参与人数达193余人。我院将继续秉承知行合一的理念，在社会实践的道路上不断探索。（通讯员：劳依依 王方俊）

我院知行部召开全体班助会议大力推进安全稳定和学风建设工作

9月19日，我院知行部在阳明学院211会议室召开全体班级助理会议。会议由知行部主任王盛老师主持。

会上，王盛老师总结了新学期以来知行部在军训和始业教育工作中的开展情况，并就近期的几项重点工作做了具体工作任务和方法的讲解，同时还提醒班助需做好长期在价值引领上的作用体现。班助们就学风建设分不同学科谈了各自的想法。

通过本次会议，全体班助对未来工作有了进一步的思考。（通讯员：王盛）

阳明大讲堂第一讲——不忘初心：近百年的憧憬与奋斗

9月21日，我院在真诚图书馆报告厅举办了主题为“不忘初心：近百年憧憬与奋斗”的两场专题党课，主讲人为宁波大学法学院罗维教授。我院党总支书记郑礼平作为嘉宾出席，近一千名2019级入党积极分子参加。党课中，罗维教授从红色的起点、中国之起飞以及新时代三方面对党的发展历程进行了细致的讲解。

阳明大讲堂是我院的文化名片，学院以适应教育、养成教育、选择教育为着眼点，提升学生的国际视野、人生规划等方面能力。（通讯员：郑玮、王盛、仇肖儿）

我院组织开展阳明创新班高低年级学生交流会

9月22日，我院组织开展了“阳明创新班高低年级交流会”。本次交流会按照专业（学科）分组，每组邀请到3-4名阳明创新班高年级同学，就专业学习、科研创新等方面，与2019级新生进行交流。

为帮助低年级同学更快、更好地适应阳明创新班培养模式，我院通过建立阳明创新班专业联络小组，每学期定期召开高低年级学生交流会，积极打造专业（学科）学习传承小组。（通讯员：张维）

我院开展2019级预科生学习经验分享会、安全教育会议与国庆游览宁波活动

9月15日，我院在116报告厅召开了2019级预科生学习经验分享会，2017级阳明创新班法学专业张印从开启新生活、探索学习方式、培养健全人格三个方面向预科生们提出建议，沈植忆同学同大家分享了关于英语学习方面的建议。9月27日，我院在学院213召开2019级预科生工作会议，辅导员祖木热提阿依结合信息时代的具体实际向同学们说明了在大学期间安全的重要性。10月6日和7日，在我院的组织与学院辅导员祖木热提阿依的带领下，我院2019级全体预科生游玩了宁波附近的景点。

会议与活动的开展能够有效地帮助预科生们更加安全、精彩地度过大学生活。（通讯员：沈鸿运 祖木热提阿依·哈力瓦尔）



（照片由通讯员提供）

我院2019级班助冷餐会活动顺利举行——班助的背后，辛酸与感动并存

为感谢全体2019级班助们在新生军训和始业教育中的辛苦付出，我院于9月8日晚在116举行班助冷餐会。学院院长卢美芬、党总支书记郑礼平、学务主管王津伟以及各部辅导员出席了此次活动，全体2019级班助参与此次活动。

餐会开始前，卢院长表示，班助是我院最重要的力量之一，是本科生中的优秀代表，是同学们的第二辅导员。郑书记则强调，在帮助同学们学以成人的过程中，各位班助要注意培养大一新生的主体意识，要讲好阳明故事，传播阳明文化，尽力共同打造一个和谐、团结、凝聚的阳明共同体。

这次餐会还特别邀请了经世部代表2019级设计学类1班班助孟得信、传习部代表2019级工商管理类2班班助马一卉、知行部代表2019级法学类1班班助冯璐遥与兆祥部代表2019级阳明创新班班助戴坤杰发言。

四位优秀的班助代表发言结束后，冷餐会正式进入用餐时间，此外还有各学工分部的精彩节目和游戏环节。冷餐宴在欢声笑语中走向尾声，也代表着这群年轻班助将与同学们一起，正式踏上一条崭新的大学之路。（通讯员：李佳惠）

我院以“大学第一堂课”为抓手，推进一流学风建设

为更好地引导新生养成学习习惯，营造“勤学、会学、好学、乐学”的一流学风建设，我院以“大学第一堂课”为抓手，开展系列活动。

深入调研，了解学生需求。为提高学生学习热情，了解新生对大学第一堂课的期待与需求，我院开展了“我心中的大学第一堂课”学生调研活动。

致信教师，提高课程质量。为打造教学共同体，我院开展“致阳明学院2019级新生任课教师的一封信”活动，将学生对第一堂课的期待，通过邮件形式发送给我院2019级新生全体任课教师。

开展检查，稳定教学秩序。为保证教学秩序稳定，了解课堂教学开展情况，我院进行了开学初教学检查。学院成立了由院领导和全体教职工组成的教学检查小组，对面向阳明学院开设的课程（除体育课和实验课以外）进行了教学检查。

有效反馈，发挥心流效应。为促进师生沟通，展示我院新生课堂风采，我院开展了“我的大学第一堂课”图文征集活动。

我院始终坚持立德树人、培根铸魂之理念，助力学生学会学习、学会选择、学会规划，以生为本、以师为要，扎实推进学院“真、正、严”的清新学风建设，致力提高学校一流本科人才培养质量。（通讯员：张维）

我院召开“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议

9月18日下午，我院对师生党员分两批召开了“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议。本次大会由学院院长卢美芬主持，学院党总支书记郑礼平同志作主题教育工作会议讲话，宁波大学巡回指导组第五组组长余雪华同志作主题教育指导讲话，我院全体教工党员和学校巡回指导组成员出席会议。

郑礼平同志在讲话中介绍了我院“不忘初心、牢记使命”主题教育工作实施方案，要有学习教育、调查研究、检视问题、整改落实四方面的具体安排。发言最后，郑礼平同志代表学院领导班子作了做“五个始终”和“六个带头”承诺。余雪华同志在会中提出了聚焦主题主线、注重有机结合、实打实帮助学、敢于担当四点建议。最后，院长卢美芬院长对本次会议做了简要总结，她强调，宁波大学巡回指导组给出的意见具体明确，我院要结合实际，从我做起，真正按照指导组的要求将政策落实。

稍后召开的全体学生党员大会由我院专职组织员王盛主持，党总支书记郑礼平同志作“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议讲话。

郑礼平书记在会议中以“初心和使命分别是什么？”设问引出会议的主题，并对全体学生党员强调了要“守初心、担使命，找差距、抓落实”的总要求，同时对具体的工作任务也作了详细说明和要求。

最后主持人王盛对本次会议作了简要总结：“郑书记的讲话具有明确的指导性和方向性，作为阳明学院的一员，全体学生党员要不忘初心、牢记使命，认真学习党的十九大报告和党章，真正读懂弄通‘一书一章’，以自身的努力带动阳明学院的改革发展。”（通讯员：王盛）

我院大学生习近平新时代中国特色社会主义思想研究会全员大会暨第三期“格物大讲台”顺利开展

9月22日，我院大学生习近平新时代中国特色社会主义思想研究会（以下简称“习研会”）在315报告厅顺利举办全员大会暨第三期“格物大讲台”讲座，会议荣幸邀请到我院党总支书记郑礼平老师、团委书记陈雅竹老师、经世部主任谭陆军老师、传习部辅导员曾国仕老师、知行部辅导员马晨旭老师及宁波大学学生中国特色社会主义理论体系研究会会长周宇翔同学。共300余名习研会会员参加本次活动。

我院团委办公室副主任竺新颖主持召开习研会全员大会。会上，陈雅竹老师向第三期习研会成员致开班词，表达了对新时代新青年的殷切嘱托。接着，习研会会长裘文韬向会员们介绍2019-2020学年习研会培养方案，陈诺同学作为习研会会员的优秀代表发言。

接着，习研会会长裘文韬代表习研会与宁波大学学生中国特色社会主义理论体系研究会建立了交流学习的友好关系。最后，郑礼平书记为2019-2020学年习研会指导老师颁发聘书，并对习研会的未来发展寄予厚望。

之后，郑礼平书记开讲第三期“格物大讲台”讲座。讲座围绕“习近平新时代中国特色社会主义思想的若干问题”展开叙述，以新中国成立以来三个伟大时代——站起来、富起来、强起来为时间背景，阐述十九大提出的新时代中国特色社会主义思想的基本内涵和特征。

在此次讲座中，会员们深刻认识到这是一个发展的时代，而作为新时代的新青年，也应增强自我教育意识，提高政治素养，努力成为合格的中国特色社会主义建设者和接班人。（通讯员：竺新颖）

我院创新开展学生手册与学院规章制度考试

学生手册与学院规章制度考试是我院“十个一”系列始业教育主题教育活动的延伸，旨在使学生基本了解宁波大学和阳明学院对于全日制本科生的相关管理与规定，助推学校“双一流”建设。

自8月中旬开学以来，我院以主题班会的形式在2019级各班开展了学生手册及学院规章制度的学习。为培养学生的主体意识和规则意识，寻找自身的差距和不足，我院于9月24日至25日组织全院学生开展了学生手册与学院规章制度考试。此次考试突破了传统线下考试模式的空间限制，实现了线上pc和手机移动端的随时随地操作，扩大了学生的参与度，提高了工作效率，取得了良好效果。

对象全覆盖。我院共有2019级本科新生3003人，占全校2019级本科新生的68%。往年受硬件条件限制，同时安排3000人左右的考试很难实现。今年我院借助易班优课平台，成功安排我院全体2019级新生参加考试，真正实现了考试对象全覆盖。

形式更新颖。通过易班优课平台，以在线考试的形式进行灵活测试。系统会在提前设置好的题库中随机抽取题目形成线上试卷，考试题型涉及单选、多选和填空，每位同学有3次答题机会，60分及格。学生在考试过程中的自主性增强，可以选择参考翻阅学生手册，相互交流分享学习经验和心得，最终达到了解熟悉学生手册和学院规章制度的目的。

效果更明显。截至2019年9月26日上午10点，已有2854人在易班优课系统上完成答题，通过率在99%以上，其中准确率在80%以上的学生占46%。学院将导出考试成绩反馈给带班辅导员，对考试不合格的同学给予补考和谈心谈话等方式端正其学习态度，在同学们心中播下规则意识、主体意识、责任意识的种子。（通讯员：张梦轩 夏晓晨）

你当温柔有力量

——访2019级工商管理类1班、15连5排教官穆妮热

“学着主宰自己的生活，即使孑然一身，也不算一个太坏的局面。不自怜、不自卑、不怨叹，一日一日来，一步一步走，那份柳暗花明的喜乐和必然的抵达，在于我们自己的修持。”

当穆妮热教官将她喜爱的三毛的作品娓娓道来时，她犹如那棵站成永恒的树，温柔却有力量。短短一年时间，优秀预科生、“军辉战友团”成员、教官，一次次身份的转变见证了这位新疆姑娘的成长，也让她褪去青涩的面孔，收获迷茫后的坚定与希望。

顺命太清闲

“我刚来宁大的时候特别茫然，突然接触到好多信息，而且离家那么远，所以刚开始比较丧。”一年前，穆妮热是一名普通的2018级预科生，初入宁大，焦虑大于新鲜感。当谈及她是如何调整心态时，穆妮热不无真诚地表示现在偶尔也会有这种感觉，但是朋友和老师始终在激励她前进，给予了她很多帮助。

在穆妮热只想安于现状、佛系学习的时候，朋友积极向上的生活态度感染了她。在预科生英语基础参差不齐的情况下，英语老师因材施教、辛苦付出，给予她学业重压下的心安。在期末，穆妮热以英语第一名的成绩为预科学习画上了句号。“就是要拼一下，不拼的话太遗憾了”，她温和的语气中带着坚定，眼里闪耀着真诚的光芒。

顺命太清闲，迷茫不应该是选择安逸的借口，一步步地往前走，总会找到属于自己的别有洞天。

遵命要认真

如果说穆妮热能成为优秀预科生靠的是拼搏，那么让她完成从“学生”到“教官”身份的转变，“毅力”二字功不可没。从军训时表现出色被教官“安利”军辉战友团，到单兵队列动作的学习、体能测试、理论培训，再到魔鬼集训，穆妮热真的成为了那个自己羡慕的酷酷的教官，而其间的种种艰辛，不言而喻。

“跑步是我的弱项，遇到身体不适，那时候就会想放弃。但社团里彼此的那种互相鼓励真的会让你很想坚持下去。”她并不粉饰自己的脆弱，却也有着能够不懈向前的理由。在穆妮热眼中，军辉战友团是一个特别有爱、特别有纪律的地方。问及在其中最大的收获，她不假思索地说：“毅力。就是大家都能吃苦，大家都有毅力，都能坚持。”

作为社团里唯一一个当教官的新疆生，穆妮热偶尔也会感到孤单，但教官的开导，来到这里的初心始终宽慰、推动着她。身份的转变让她获得了经验，也同样收获了温情。下雨天学生为自己撑伞的小小感动，成为教官之后受宠若惊的欣喜，满溢于眼前这个女孩的笑容中，“有时候想，表面上仅仅是服装的差别，却因为自己是教官而和他们不一样了”。

遵命要认真，兴趣是指引，坚持则是这世上了不起的品质。可以脆弱，可以恐惧，但永远不要忘记赶路。

乐命最自在

作为预科生代表，穆妮热在2018级预科生毕业结业典礼上发言，“九月份回来，我们就是真正的宁大人了。”当军训结束后，她也会融入全新的大一生活中去。与初入宁大的不知所措不同，她熟悉这所家一般的学校；不再遇事退后，而是“我感兴趣的都想试一试”。谈及对萌新们的建议时，她强调——要为自己负责：“照顾好自己实在是太难了，要坚持，要学会给自己找快乐的事情做。”

乐命最自在，“真正的快乐，不是狂喜，亦不是苦痛，很主观的来说，它是细水长流，碧海无波，在芸芸众生里做一个普通的人，享受生命一刹间的喜悦，那么我们即使不死，也在天堂里了。”雨季虽不再来，但她追求真正快乐的步履永不停歇。



“而人之可贵，也在于我们因着时光环境的改变，在生活上得到长进。岁月的流失固然是无可奈何，而人的逐渐蜕变，却又脱不出时光的力量。”谁青春不迷茫，其实我们都一样。不一样的是，如何走出精神的荒芜，让万物可爱。“惊奇者，人类之生涯也。”温柔地接纳、勇敢地面对我们不熟悉的东西，满怀豪情地创造一个新世界。来到宁大，就是一个全新的开始。（记者/王岚 摄影记者：李家豪）

只因有人替你负重前行

——访2019级国际经济与贸易（全英文班）班助卢迎嘉

2019年的8月，夏天接近尾声，一张张带着少年青涩的面庞正接受着进入大学的第一次考验——军训。当他们试着去学习一个个军姿动作，当他们试着去适应大学生生活，身边总会有一位班级助理，擎一盏灯，与他们并肩而行。

一身休闲的打扮，眼睛里闪着点点星光，卢迎嘉不仅是一位准大三的学生，更是一位刚出国交换回来的佼佼者。一心奉献自己力量的他，印证了这样一句话，“哪有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行”。

擎一盏灯，引你而行

作为一名准大三的学生，卢迎嘉忙碌于片片迷彩中，奔波在当空烈日下。而这一切，都只因牵挂着全英国贸班几十个初入大学的新生。

“一方面，班助是一个具有新意的职务；另一方面，受我大一班助的影响，我非常乐意去走近学弟学妹们，想尽自己的力量为他们树立榜样、提供正能量。”谈及担任班助的原因，卢迎嘉笑言。

如同茫茫黑夜中的一盏明灯，卢迎嘉定位自己为一个引路人。“做人、做事、做学问是我想教给弟弟妹妹们的第一课。”锻炼自己的能力，承担自己的责任，分享自己的学习经验与生活经历，成为老师与同学们之间的纽带，带领学弟学妹找寻人生的方向，他正在慢慢成为学弟学妹的“引路人”。

“成为班助之后，我个人最大的改变就是学会如何将心比心”，卢迎嘉如是说。考虑到不同的学生有不同的需求，他从不设定什么应该做，而是引导着他们去寻找属于自己、适合自己的生活节奏。

鹏程万里 来日可期 3

如同所有正值青春年华的少年一样，听音乐、弹吉他、看电影、阅读和旅游都是卢迎嘉课余时间最真实的写照。尽管班助生活繁忙，课余时间会被大量占据，可是他依旧热情，也将自己对生活的理解传达给了学弟学妹。“加入喜欢的社团或组织是大学生活中的一剂调味料，能够丰富学习任务之外的课余生活。这是快乐，而不是负担。”

“好好读书，好好生活，对未来生活充满信心，做更好的自己。我相信你们是最棒的！”简单的寄语，是他的期待，更是他一路引航的坚定。引路人肩负重任，却也勇往直前。无论是学习上的帮助还是生活中的引导，无论是个性培养还是集体责任感与荣誉感的熏陶，他一直在行动。

风雨兼程，并肩而行

面对一张张稚嫩的面孔，即使整日奔波在外，为学弟学妹采购零食与送清凉；即使一次次走访寝室，谈心、聊天直到嗓子沙哑；即使单独关照相对特殊的同学，耐心地多次沟通；即使全程陪同军训，早出晚归，卢迎嘉不曾逃避，更不曾懈怠。

“他们才刚进入学校，有很多的事情都不知道怎么去解决。所以这个时候不论发生什么事情，我都应该和他们一起，并肩前行。”就像是在行进过程中为学弟学妹们撑起了一把巨大的保护伞，卢迎嘉将他们紧紧地庇护在伞下，尽可能地抵挡这些伤害。

“他们会叫我‘班助大大’、‘大大’、‘学长’，这些昵称都很好听。”第二次破冰之旅的成功，消融了同学们心中一座座陌生的冰山。他们逐渐主动融入班集体，逐渐有了团队意识与团队协作能力，与此同时，带给卢迎嘉的是一份份“宝贵”的礼物。“即使是一声简单的招呼，是一张写满感谢的明信片，是一杯冰都快融化了的奶茶，都让我感觉到大家逐渐地接受我、认可我。这些就是对我最好的肯定了。”

引路人撑着保护伞，伞下的孩子逐渐敞开怀抱，紧随引路人。他的庇护并不孤单，因为保护伞下还有一群想要拥抱他的人。

心与心的温暖渐渐浸入内心深处，柔软温暖。这不是单方面的付出，而是卢迎嘉与学弟学妹们美好的互馈过程。

哪有什么岁月静好，只是因为有人替你负重前行。

哪有什么理所应当，只是因为彼此之间的善良与爱在互馈。

这一路上，他为引路人，亦为并肩者。卢迎嘉陪伴学弟学妹们成长的故事，更将成为他成长历程中一段美好深刻的记忆。来日方长，惊艳时光、温柔岁月。（记者/李莹 摄影记者：张铭茜）

越努力越幸运

——访2018级预科生、2019级预防医学专业学生吐尔逊娜依

一张独具新疆特色的立体脸庞，初看笑容腼腆，细品则发现内心潜藏有趣灵魂，这就是吐尔逊娜依，一个来自新疆库勒市的女生。她是宁大2019级预防医学专业的学生，也是一位凭借努力升华自己的女孩。本次军训中，她肩负着龙赛理科楼饮水点的值班工作，工作期间，她每天都早早来到值班点。其实，类似这样的志愿者活动只是她丰富多彩生活的一部分。

始于少言

过去生活在新疆喀什的娜依，从小便是一个内敛沉默的女生。“我的妈妈是一位普通职员，工作时常繁忙，很少和我交流。”幼时的娜依仿佛始终摸索不到与家人、与朋友、与陌生人交流的方式，所以她封闭自己，藏匿于角落。

一年前来到宁波大学，娜依坦言这是一个于她而言从未接触过的新世界。因为不擅长与他人交流，她在预科阶段将注意力大部分放置于学业上，明确认知、表现良好，努力学习、取得佳绩。

因为兴趣指引，娜依在医生身上找到了归属感；因为家人得白血病的触动，娜依坚定不移地找寻这个职业天生的使命感。“我觉得当医生可以最直接地帮助别人，我最想为患者做的就是给他们健康。”

和逝去岁月里那些曾选择弃医从文或弃医从戎，想要拯救万民的伟人相比，娜依的理想看起来如此渺小。但对初心的坚持，却是她小小孤独世界中的精神来源，始终不息。

炼于微言

没有人会一直孤独，黑夜再长，身边也总会出现微弱的光，为你点亮。

从小到大，因为爸爸的陪伴，娜依热衷于画画和运动。和爸爸一起玩耍的满足，在她勇敢敞开心扉的道路中埋下种子。现在的她逐渐从团体生活里寻找到快乐：路上遇到同学在打排球，她开始主动参与进去；看到感兴趣的人，她会主动和他们交流；她开始有了好朋友，和他们一起去图书馆学习。

预科阶段的娜依被关注着，亦被温暖着。英语老师的学习建议，大三学长的学习资料以及同学的陪伴与提醒让她感触颇深，“有天夜里，我突然肚子很疼。室友们晚上一般都不敢轻易出门，但那天她们却愿意陪我去药店买药。大家都挺好的，给了我很多帮助”

2018年的校运动会上，娜依获得了女子100米跨栏第二名、女子跳远第五名、女子接力第二名的成绩，在排球“新生杯”中也取得了第三名的佳绩。爸爸的鼓励与朋友的赞美，学习的收获与比赛的成绩，使娜依一次次获得成就感，逐渐变得开朗自信。

乐于多言

回顾过去的一年，在爸爸、朋友的帮助下，娜依开始向往外界的生活。

军训期间，娜依在龙赛理科楼饮水点值班。在这18天的军训中，每天早晨6：30分之前她就要到达自己的岗位，负责登记每班的取水情况，并在每一天晚上结束军训后，清点归还的水桶的数量，处理水桶中剩余的水，做好水桶回收工作，直到完成所有的工作才离开。

即使要和小伙伴一个班、一个班地找寻未被及时回收的水桶，娜依也不觉得烦躁劳累。因为她觉得在军训志愿者工作的过程中，自己开始变得大方，结交到新朋友，还学会了反思，收获到了不同的东西，做事也有了自己的考量。

其实娜依不仅在军训工作中献力，更在前段时间的“2019国际男篮热身赛”宁波站中担任志愿者。其中，娜依结交了越来越多志同道合的朋友，收获了有趣的灵魂，认识到不一样的世界。

“我以前生活在新疆，知道去往外面的世界很难，现在我有机会看到了外面的世界。我觉得我们都要学会从自己的独立中获得更多成就感，增强信心。”

娜依只是一个普通的学子，但她的身上却显露出非凡的闪光点。明明做着最平凡的事情，她却能在每件小事中体会到成就感。

“越努力越幸运”，尝试在新的生活中改变自己、奉献自己，融入这个全新的世界，这是娜依的故事，也同样是世上千千万万个体的故事。这些个体一面不同，一面又相同。正因为这些个体的相遇和改变，我们融入彼此，成就了全新的自己，也成为了最闪耀的“宁大人”。（记者/董明珠）

九月

作者/仇肖儿

看见朋友圈有人发了这么一段话。

大意是我们在此时抒发自己对祖国的自豪已经不需要遮遮掩掩和一点隐晦，我们可以高昂着头，大声的，不惧任何人的眼光的说我爱你中国，这足以让我们对中国的未来充满希望。

14亿人民都在以自己的方式表达我们对祖国的热爱。

香港尖沙咀的一片红海，宁大校园里的一片旗海，微博朋友圈里的一片头像海。我想，民族的自豪感，我相信，在此时是可以感同身受的。

我和我的祖国，已经烙进了对方的生命里，血液里，灵魂里。

9.28在林杏琴，学校宁青影院办了一场《我和我的祖国》的超前点映。抢到票的我，以示我的虔诚，去之前甚至沐浴更衣。

出门的时候，舍友还提醒我：你带着纸，会哭的。

我点点头，关上门。

其实我没带纸，可是坐在座位上的那一刻我就感受到了红眼眶的滋味。偌大的大会堂，坐的满满当当，其中还有耄耋之年的老奶奶，乳臭未干的小毛头，大家手里都举着小红旗，满场的小红旗哗啦啦的响。

这就足够让每一个热爱祖国的孩子热泪盈眶。

灯灭了。

王菲的歌声响起。

银幕前的数百人，笑时同时朗声笑着，遇到动情处也是一片啜泣声，遇到如鲠在喉时一片叹息，我们做到的是共情，为我们伟大祖国的共情。

电影是好电影，银幕前的也是见证中国发展的好观众。

突然的就砸吧砸吧出感动的情愫来了。

电影里，是演员们在演别人的故事，他们或是日夜不眠地为中国首个电动旗杆制作模型，克服自己的恐高症爬上高高的旗杆进行焊接，或是为了让街坊邻居们能够看到女排夺冠的瞬间而放弃了可以和自己的小女朋友说再见的时刻，或是为了国家两弹工程隐姓埋名，再见爱人时已是诀别，或是对生活失去希望而自我抛弃而在看见白昼流星后重拾信心，或是为了成为杰出的女飞行员而挑战极限……

台下的人也有自己的故事。前几天袁隆平爷爷又一次霸占了热搜，以他为代表的中国式英雄，没有言语，却默默解决了世界五分之一人口的口粮问题，又如南仁东老先生，扎根28年，造出了领先世界20年的国之重器。

与叱咤风云的美国式英雄主义不同，中国式的英雄们大多站在台下，站在生活中间，站在群众中间，靠着坚忍不拔和众志成城，创造着一个又一个奇迹。

可我们不会忘记，历史不会忘记。

08年的不久前才是汶川大地震，我们不久前正坐在电视机前看着官兵们挖开砖头救人，又能在不久后看见中国的奥运艳惊四座，我们的历史忘记不了每一个为了祖国的发展奉献自己的人，他们让这副国旗熠熠闪光。

那天，是2008，也是2019。

那天的我，激动的说不出话来，只是想哭，就是感动的想哭，激动的想哭。形形色色的人们，以自己对生活的理解和坚持的信念，构成了多大的一个国，多有底气的一个家。

就是那么一瞬间感受到了国之于个人的意义。是一种归属感，是一种简单而真诚的爱，是每个热血时刻的感同身受。

国庆节放假，回家的时候特意问地铁站的志愿者爷爷要了一根小红旗，挥着它感觉全地铁的人都以一种羡慕的眼神在看我。

我好像也在以自己的方式，毫无羞耻的在表达自己的爱国热情呢。

真好。

也会越来越好。



（图片来自网络）

绝望的歌

作者/海象泡儿

在十年后我离开你时想起十三年前的初遇

风景是那么模糊

心情又多么摇摆

你的吐息

随阳光滴进我的心里

在那时就应预见

十年后的分离

便是永恒

古典

作者/海象泡儿

你如天空中戴钻石的露西

你像铁蹄下的几何图形

你是伦敦的雾

我扣响天堂之门

竟却喷出紫烟来

我像西西弗斯

又像一块滚石

我是水，是万物之源

你便唱起颂歌

又开了失真嚷着变革

笔耕不辍 花开有声 4

九月

作者/王岚

“一个人若能自信的向他梦想的方向行进，努力经营他所向往的生活，他是可以获得通常还意想不到的成功的。他将要越过一个看不清的界限，他将要有一些事物抛在后面；新的、更广大的、更自由的规律将要开始围绕着他，并且在他的内心里建立起来；或者旧有的规律将要扩大，并在更自由的意义里得到有利于他的新解释，他将要拿到许可证，生活在事物的更高级的秩序中。”

——梭罗

隐居在瓦尔登湖的梭罗在自然之中找到了真谛，在他的笔下，干枯的事物变得鲜活，简单的事物有了寓意——“每一个早晨都是一次愉快的邀请”“火车从不停下来欣赏这湖边的山光水色”。他可以晦涩难辨地喃喃自语——“人们所爱好的纯洁是包裹着大地的雾，而不是上面那蓝色的天空”“许多讨厌的声音传的很远，听来却像音乐”；也可犀利地挖苦道——“谁个没有吃得津津有味过，而胃囊却一无所获”“使人惊奇的是他们、你、我，怎么能过如此卑劣的禽兽生活，只是吃吃喝喝”。

作为一本把第一页翻过去就不知道刚刚讲了啥的书，它已经在“最难读下去的书”排行榜上多年，每看一次就像没看过一样，我也不知道它究竟想给读者什么，能给什么，但是可能在某个喧闹的、停在林立的高楼之间用高德地图找不到路的时候，你会想起它，然后，向往那个早已不复恬静的湖泊。反正，我上一次想起它是在高三做数学卷子做到秃头的时候。

当我精简来到大学重重的行囊时，之所以没把它丢下，不是因为多喜欢它，只是因为别的书是脑子里阅过即焚的故事，而它却像永远都没读过一样。在高三时，你敏感的神经可以迷信地赋予它许多个意义，我记得你用早晨是愉快的邀请强行让自己保持早起的兴奋与虔诚，用火车不停留让自己埋下头，鬼知道你当时是怎么想的，只记得当时晨色和夜色其实也差不多。

可你现在翻开它，中意的还是这段话。

所以啊，抢不到车不要紧，排不到饭不要紧，找不到座位不要紧，慢慢走，欣赏啊。



（图片来自网络）

花开有声征稿启事：

笔耕不辍 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）