

复旦毕业典礼：让青春绽放最好的模样

校长金力寄语毕业生：拒绝躺平，激发三重内生动力

时报记者 臧莺

盛夏至，毕业骊歌声起。6月16日，复旦大学2023届学生毕业典礼在正大体育馆举行，一万余名复旦学子告别校园，走向广阔天地。

“像阳光在冬日里满溢，像晚星突然照亮天地”，一场不期而至的毕业典礼快闪，点燃了热血沸腾的青春，11位复旦师生联唱11首暖场歌曲，在掌声涌动中，让青春绽放最好的模样。上午9点，毕业典礼在2023届本科生毕业纪念片《向远方》中拉开帷幕。12分钟内，数十次的掌声和欢呼声响起，大家一起告白青春，作别校园。

校长金力以“拒绝躺平”为主题，勉励毕业生们激发出人生奋斗的内生动力，完成长途跋涉，体验到更多更美的风景。他指出，拒绝躺平，可以有三重内生动力：一是中国人不会选择认命。复旦人应有敢为人先的豪情、扎根人民的踏实和迎难而上的脊梁，胸怀“国之大者”，服务人民根本利益，以引领时代发展、推动社会进步为己任，勇立中国式现代化建设的潮头。二是青年人不能自我压抑创造。他希望毕业生们找到一生的兴趣，选择真正的热爱，品尝到“唯信仰与热爱不可辜负”的滋味；不懈地用劳动创造幸福、创造未来、创造历史。三是复旦人不会选择守成。高远的理想

依靠一步一个脚印的奋斗去实现，卓越的境界在一次次的拼搏、突破和超越中被成就。他希望大家永远保持“卓越而有趣”的文化特质，努力成为发现者、开拓者；永远保持“赶考”状态，不忘初心、有进无退，掌握人生的主动。

教师代表、中国科学院院士、化学系教授赵东元与毕业生们分享了自己的人生历程。他勉励毕业生们，做一个发现兴趣、找到热爱、勤奋坚持的人，做一个务实求真、理性质疑、大胆创新的人，做一个传承复旦精神、勇于奉献的人。“带着复旦精神烙印，心中有理想，脚下有泥土，将社会责任与个人志趣相结合，找到属于自己的人生意义。”赵东元强调。

我的老年生活我做主

上海老年大学举行校园开放日活动

时报记者 魏小潭

流行歌曲演唱、中外艺术歌曲欣赏、重彩油棒画课堂……6月15日，上海老年大学钦州书院里热闹非凡，很多老年朋友来到这里参加上海老年大学校园开放日活动，丰富多彩的课程和沉浸式体验深受欢迎。

家住宝山区的徐阿姨今年刚退休，她特意乘公交来这里参加活动。“上班时有很多想法不能实现，现在退休了，我的生活我做主！”徐阿姨告诉记者，她已报名参加了中、西点制作课程。受朋友影响，她还想学习钢笔淡彩课程。

循着徐阿姨的脚步，记者来到中西点心展示教室，各种点心摆放在展示台上。已退休近十年的林阿姨热情地向前来咨询的老人介绍课程。“教授这门课的陈老师特别用心，每次讲授的内容都很有新意。”

林阿姨表示，通过学习制作点心，她感受到了生活的乐趣，也体会到了老年生活的意义。

本次校园开放日除了琳琅满目的体验类课程外，还有精彩的随堂展示观摩课。中国古典舞、中国古代题画诗赏析、王老师伴你游世界、健康体检与智能就医……每一堂课都折射出了老年教育课程设置以人为本、重视老年人兴趣爱好和实际需求的特点。

通过报名预约，当天有近千名老年人走进上海老年大学，兴致勃勃地参观学员作品，认真观看课程、观摩课堂，打卡沉浸式体验课，踊跃报名参加老年教育课堂。“老年大学要成为老年人的‘知识学园、生活乐园、精神家园’。”上海老年大学党支部副书记、副校长褚沁表示，希望更多老年人热爱学习，融入时代步伐，让晚年生活更健康、更充实、更快乐。

建设小学开展“书法名家进校园”活动

师生在翰墨飘香中体会民族文化之美

文/图 李婷

“你知道最早的汉字是什么吗？为什么要学习书法？”6月20日，建设小学的书法教室里坐满了40名二至五年级的学生，他们在书法名家徐梅的指导下，上了一堂以“书之乐 乐之书”为主题的书法指导课。据了解，本次活动是“书法名家进校园”系列活动之一，旨在让传统文化入脑入心，让师生们感受书法艺术的魅力。



图为徐梅向师生们展示书法作品

立信坚持“三个聚焦” 促理论学习走深走实

（上接头版）

立信聚焦“分类指导”，推动以上率下学。对学校党委理论学习中心组、处级领导班子和普通党员实施分类管理，分类制定学习计划。学校党委理论学习中心组领学带学促学，严格落实“1+3+X”每周述学制度，校党委书记解超领学导读《习近平著作选读》第一卷，还邀请复旦大学“一带一路”与全球治理研究院常务副院长、博士生

导师黄仁伟教授作“当前国际形势的重大变化”主题报告。各级党组织举办观摩情景党课《印痕：红色使命》、《党的干部要自觉坚定理想信念，补足精神之钙》等主题党课，共话使命担当。

立信聚焦“特色发展”，推动结合实际学。校党委坚持念好“严”“实”“效”主题教育三字诀，注重“从事什么工作就重点学什么”，把自己摆进去、把职责摆进去、把工作摆进去，谋划学校发展定位，把

握学校在强国建设中的战略支撑作用。校领导班子成员领衔《用习近平新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂，建设具有“立信特色”的高水平应用型人才培养体系》等9大调研选题。党委学工部带领各学院易班工作指导教师赴教育部易班发展中心调研学习，加强学校网络思政工作，推进易班建设。会计学院赴中汇会计师事务所开展调研交流和党建联建，推进访企拓岗促就业专项行动。

用人文和医学视角审视生命

这场专题培训在上海中医药大学开讲

时报记者 李婷

为引导大学生探寻生命意义，实现生命价值，6月14日~6月17日，2023年上海高校心理健康教育与咨询示范中心“中国文化下的生命智慧与高校心育实践”专题培训在上海中医药大学开讲。来自复旦大学、华东师范大学、华东理工大学等近二十所高校的学生工作负责人、辅导员、专兼职心理咨询师三十余人参加了培训。

本次培训由上海市名中医、上海中医药大学终身教授王庆其以“中医药文化中的生命观”为主题开讲。他介绍道，中医学在“天人合一”思想指导下，构建了“天地人三才一体”的医学模式。讲座从中国传统文化角度阐释生命，帮助高校学生工作者建构未来中国人的生命观。

上海市名中医、上海中医药大学终身教授李其忠以“和煦则春，惨郁则秋——传统文化视角下的精神养生”为主题，诠释《论语》《黄帝内经》

《备急千金要方》《养生论》《医述》的相关章节，通过引经据典，结合实践经验，向学员们生动讲述了情志养生之道和情志养生之术，为中国特色的心理教育工作提供新视角、新思路。中国心身医学终身成就奖获得者、上海中医药大学教授何裕民提出了心理活动的“演进”图，进行了东西方心理光谱的整合，强调了中华优秀传统文化对价值观的重视及对心理健康的意义。同济大学附属精神卫生中心名誉院长赵旭东教授介绍了文化精神医学、心身医学的有关论点和方法，为学员们深刻理解和感受心理学提供了文化特色的视角和着眼点。

区别于传统的培训授课形式，上海中医药大学还安排了生命之“大”体验活动——人体经穴解剖学陈列馆、解剖绘画展及“大体老师”纪念廊的“沉浸式参访”。通过该课程的学习，学员们理解了如何将“珍惜生命、敬畏生命”融入心育实践中，感受生命的智慧、价值的升华。