

大手笔

▲本期栏题题写李守德(安徽全椒87岁)



▲国画·江边泊舟
河北邢台 郝卫华 60岁



▲剪纸·花美鹿鸣
辽宁抚顺 刘桂云 64岁



▲剪纸·人间有味是清欢
山东青岛 邱爱国 66岁



▲篆刻·老有所为
黑龙江望奎 何明君 62岁



▲国画·盛世高歌
浙江金华 洪顺海 83岁

本期对联

- 云影波光天上下
(荐联:广东广州 肖学林 65岁)
- 红花硕果美春秋
(上海 雷英彦 84岁)
- 桨声渔火水东西
(河北无极 孙月卿 69岁)
- 晨钟暮鼓日朝夕
(河北任丘 马瑞发 66岁)
- 未来一、二周征联
夕霞暮色炊烟袅
(荐联:湖南武冈 曾凡智 69岁)
- 回望群峰,独爱千山飞瀑好
(荐联:浙江松阳 李丹 81岁)

诗风雅韵

游敬亭山

□安徽芜湖 杨宏林 67岁

登山游历乐娉婷,鸟语声声尤动听。
蝴蝶寻花情浪漫,蜜蜂亲蕊梦温馨。
蜿蜒石级连峰顶,翠绿松林掩阁亭。
一阵凉风吹暖意,诗吟李白说曾经。

乡村访友

□河南南阳 齐川红 52岁

五月榴红艳众芳,出城访友过河梁。
蜿蜒涓水银波绿,辽阔农田青麦黄。
叙忆桑麻情未尽,探究俚语意悠长。
书中记载多粗浅,问底寻源僻壤乡。

人间词话

青玉案·蝶醉

□辽宁调兵山 朱志勤 62岁

春风一缕天涯去,看蝶醉、花丛舞。
姹紫嫣红岚翠路,风微烟柳,日斜迟暮,满眼忙飞絮。
几时携手寻幽处,更盼东君永留住。
瀚海千山鸿雁渡,玉钩依旧,鸾笺难赴,肠断还如故。

散文小栈

粥之情

□陕西宝鸡 李拴伍 55岁

十多年前,我爱上喝粥。捧起一碗粥,闻袅袅升起的粥香,香气里浸润着无限幸福。清代袁枚曾在《随园食单》中说:“见水不见米,非粥也;见米不见水,非粥也。必使水米融洽,柔腻如一,而后谓之粥。”而我喝的稠粥,恐怕会颠覆不少人的想象,是见米不见水。

因为我喜欢五味俱全的粥味,故而每次煮粥都要在米中添加花生米、核桃仁、葡萄干等,可以说成“吃”粥,有时还加些菜。我和妻的早餐简单,妻子称为“三个一”,一人一块馍,一人一碗粥,两人一盘菜。前段时间与一同事聊天,他也喜欢喝粥,与我惊人的相似,一周七天早餐都有粥,还配有粥单,天天不重样,是真正的喝粥“大咖”。

粥暖胃,还养人。宋代费衎

在《张文潜粥记》文中写道:“张安道每晨起,食粥一大碗,空腹胃虚,谷气便作,所补不细。又极柔腻,与脏腑相得,最为饮食之良。”《颜氏家训》中也提到了一位叫裴子野的人,说他“饥寒不能自济者,皆收养之。家素清贫,时逢水旱,二石米为薄粥,仅得遍焉。躬自同之,常无厌色”。裴子野与众亲友一齐捧碗啜粥,那是充满了人情味的温馨场面。

粥也曾是不少贫困孩子求学的的生活支撑。相传北宋范仲淹少时家贫,只能以粥充饥,待粥冷却后,分成四块,早晚各两块,再配上切碎的腌菜,这便是划粥断齋的故事。生活如此清苦,但范仲淹对此毫无怨言,专心读书,终成一代名臣,名垂千古。

粥里有爱,粥里有情,一碗粥不仅是营养之粥,更是精神之粥。

欢迎您微信扫描右侧二维码,加入快乐老人报快乐文友群,我们会定期在群内推出征文信息和采风活动,以及一对一的写作指导。快来加入我们吧。



坚持看报的人,像绅士一样优雅

有人说:这年头,谁还看报,都玩手机去了这话其实很偏颇。快时代,更应倡导慢生活慢一些,灵魂才能跟上脚步
读书看报是慢阅读,细细品味,入脑入心
快乐老人报的200万读者,就是一群沉得住气的人
从容、优雅得像伦敦地铁上的绅士
向你们致敬!



快乐老人报全年定价138元
邮发代号:41-178 全年100期 每周一、周四出版



订阅方式

○中国邮政订阅热线:11185
○中国邮政订阅网(bk.11185.cn)
○微信订阅:扫描左边二维码
○报社咨询热线:0731-88906498