

# 大手笔

本期栏目题写 张盛云  
(山东曹县 86岁)



▲ 水彩·江南水乡  
辽宁铁岭 李益民 84岁



▲ 摄影·老哥俩  
江苏如东 顾华 62岁



▲ 摄影·依恋  
安徽长丰 李陶 67岁

### 楹联雅集

传承经典,共赏联趣。添加本版编辑微信进群,出句对句仅通过楹联雅集群征集。

专栏主理人 苗云泽(从事诗联创作近40年,作品散见于《对联》《中国楹联报》等报刊书籍)

### 本期出句

万山红透 霜华岂让丹青手  
(河北涞水 苗云泽 62岁)

### 对句

千水澄明 月色不输锦绣篇  
(河南安阳 李长顺 72岁)

一叶初黄 秋意难输骚客情  
(河北石家庄 杨世欣 75岁)

千壑翠流 春雨化成点染师  
(福建厦门 许洪光 80岁)

百鸟曲集 天籁不输管乐师  
(河南焦作 范全良 64岁)

千嶂翠凝 雪色犹存造化心  
(湖北洪湖 刘早发 72岁)

一水清幽 碧浪常吟骚客词  
(河北邯郸 宋继超 75岁)

九野金黄 稻浪犹超翰墨情  
(湖南浏阳 陈仲霞 72岁)

### 下期出句

盛世风情 金桂殷勤开二度  
(湖南长沙 朱元亮 88岁)

### 诗风雅韵

#### 秋游有感

□湖南汉寿 周津礼 76岁

落木鸟啾啾,金秋莫负游。  
登高期已许,致远意何求。  
人爽红尘淡,心安景色稠。  
汀洲浮眼底,亦想泛扁舟。

#### 双孙生日贺

□河北石家庄 侯书彦 68岁

烛影摇红贺岁长,  
双星同闪耀华堂。  
风霜蕴就凌霄羽,  
更待他年展翅膀。

注:两孙儿同天生日,实属难得。

### 人间词话

#### 鹊桥仙·慎独

□四川江油 严兴才 62岁

云屏茶暖,寒衾灯寂,慎独难分昏昼。空庭蛛网锁秋深,更怕见、药炉烟瘦。  
紫窗慵。莫言老去爱孤幽,慎独易尝囚岁久?

注:老年生活宜提质、增品、稚孙分饼,故人斟酒,笑语漫 守安、保健,不能自囚于“独”。

### 散文小栈

## 推拿科小记

□安徽合肥 叶炎 65岁

许是低头刷手机多了,颈椎僵硬伴偏头痛不请自来,不得不去中医院做理疗。

推拿科里,五六间大小不一的诊室摆满了床位,空气里浮着艾草燃烧后焦香的余味,混杂着药油浓烈的气息。一个老师,身后七八个实习生跟着,师生之间时而低声讨论,时而爆出一阵大笑,在满是药味的空气里,漾开一圈活泼的涟漪。

我的治疗是教科书式的套路,针灸、拔罐、刮痧、推拿。那细细的银针由老师亲自下手。他凝神屏息,指尖微捻,那针便悄没声息地探了进去,似被蚊虫叮了一口,有点些许酸痛。为增强疗效,银针上接通了电源,银针在电的作用下有节奏地在我的皮层抖动,像是在跳广场舞。学生们围成一圈,眼神里满是专注的敬畏。我伏在治疗床上,面部放在一个椭圆形的洞穴内,虽看不见他们的脸,却能感受到那目光的重量,是医术传承的庄严。

拔罐时,便多是学生们动手

了。一个个玻璃罐带着热气扣上来,皮肤被吸吮起一座座暗红的丘陵,紧密地簇拥着,像雨后冒出的蘑菇。不多时,背上便留下一圈圈紫红色的印记,像是身体写给岁月的密信,诉说着骨子里的湿与寒。

轮到刮痧,药械贴着皮肤滑过,凉意之后便是火辣辣的热。这感觉我不陌生。儿时中过暑,头晕想吐,母亲拉我坐在门槛上,用一把白瓷的汤匙,蘸点香油,在背上一下下地刮,嘴里絮絮地念着些民间口诀。那时的红印与此刻的红印,隔着半个多世纪的光阴,叠在了一起。

最熨帖的当数推拿。那学生的手力道足却又懂得收敛,在酸痛的关节处不疾不徐地揉按,紧绷的肌肉化作绕指的柔,一切的烦扰都暂且搁下了,双目微闭,大脑清空,周围病友间家长里短的闲话成了远远的背景,模糊而温馨。

做完理疗,脖子上的痛楚轻了许多。人食五谷,孰能无病?珍惜当下每一个或晴或雨的日子,最是正经。

## 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!

