



## 重阳情怀

丹桂飘香的时候,迎来了一年一度的重阳节。

古时候,重阳节这天家家户户喝菊花酒,吃“重阳糕”,遍插茱萸,登高避秽。我没有饮酒赏菊吟诗的经历,只是小时候,身体不好,父母为替我消除疾病,许愿观音菩萨。九月初九日是观音成仙的日子,父母便带我登婆仙岭,朝拜观音,烧香还愿。后来,我读了文人们的一些重阳诗词,总觉得有些伤感,王维思念亲人:“独在异乡为异客,每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处,遍插茱萸少一人。”杜甫疾病缠身,伤时忧国:“重阳独酌杯中酒,抱病起登江上台。竹叶于人既无分,菊花从此不须开。殊方日落玄猿哭,旧国霜前白雁来。弟妹萧条各何在,干戈衰谢两相摧。”这总是勾起了我的一些怀乡思亲之情,我想起父母对我的关爱,重阳这天为我拜佛,虔诚吃斋,常暗自凄然泪下。于是,我便把重阳节当成感恩父母的日子了。

1989年,我国把重阳节定为“老人节”。从此,每逢这天,我便和老同志们一起过节,一起开会,一起游园。我曾多次组织青年学生慰问老人,献歌舞,洗衣被,解郁闷,悦心情,开展敬老、爱老、助老活动。我觉得老人是应该受到尊敬的。过去,他们为我们的事业做了不少的贡献,为家庭建设也尽心尽力,他们的知识、经验、威望等都是社会的宝贵财富。吃水不忘挖井人,我们今天的幸福生活与我们前辈艰苦卓绝的奋斗是分不开的。如今,有一大批德高望

重的老人,他们年老志不衰,仍然余热生辉,继续谱写人生的新篇章。就如“杂交水稻之父”袁隆平一样,他们壮心不已的事迹,永远激励着我们奋进。

现在,我也是年逾古稀的老人了,经常得到组织的慰问和关怀。领导关注老人的需求,想方设法为我们办实事、解难题、送温暖,充实报刊阅览室,建娱乐室,修门球场,组织旅游,为我们颐养天年、安度晚年创造了良好的学习和生活环境。孩子们也给了我很多的亲情、温暖、体贴和照顾,一有空闲就回家看望,两三天来个电话,以解彼此之间的思念与牵挂。我总是想,作为老人,我不能成为社会和孩子们的负担。健康地活着对社会对家庭都是一种贡献,我坚持天天锻炼身体。“莫道桑榆晚,为霞尚满天。”我参加社会公益活动,当顾问,当评委,做监督员,义教服务;参加诗词协会,歌颂清风廉政,为报刊写稿,赞美新时代;杰出学生胡再以我的名义为母校二中捐款100万元设立“楚湘基金”,奖励辛勤的园丁,扶助贫困学子,我积极义务参与工作,为振兴株洲教育发挥余热。眼下,重阳节又到了,老人活动丰富多彩。我诵读毛泽东的《采桑子·重阳》:“人生易老天难老,岁岁重阳。今又重阳,战地黄花分外香。一年一度秋风劲,不似春光。胜似春光,寥廓江天万里霜。”我和所有老人一样,欣慰社会和谐,深感生活绚丽,重阳黄花分外香,胜似春光,心情特别舒畅。

(作者:袁楚湘 79岁 天元区原二中宿舍)

## 诗韵欣赏

### 菊花近重阳

登高远眺又重阳,狂醉东篱赏菊香。  
肃穆刚柔伸绿臂,喷薄艳丽展容妆。  
凉风阵阵青叶老,玉露朝朝枯草僵。  
淡看红尘忧仿少,平生陋室赋华章。

(作者:戴羽高 75岁 天元区山水文园小区)

### 贺重阳

万老庆重阳,挥毫翰墨香。  
枫溪吟雅韵,凤岭赋声扬。  
执着求文化,专心著锦章。  
热忱弘国粹,活力布秋光。

(作者:萧鸿 83岁 芦淞区友好社区建设二村)

### 重阳赋

鹤发童颜即兴昂,吟诗作赋诉衷肠。  
银棉金谷朝霞醉,云淡天高旭日长。  
槛外篱边花吐艳,风清气朗酒飘香。  
欣逢盛世重阳节,骚客挥毫咏雅章。

### 老人节感怀

重阳岁岁赏秋光,今日黄花分外香。  
足食丰衣人晋寿,尊贤敬老国隆昌。  
青山夕照霞迷眼,白发冲冠兴激昂。  
喜庆诞辰终有节,煌煌盛世胜隋唐。

(作者:何渊 78岁 株洲县渌口镇)

## 征集

株洲晚报《乐活周刊》长设“常青艺苑”专版,专登老年人作品。  
赐稿请寄:株洲晚报一楼乐活周刊投稿箱,另外,请注明姓名、年龄、通讯地址和联系电话。邮编412000; 邮箱:wblehuozhoukan@sina.cn。

特别提醒:本刊刊登的文章、美术作品均有稿酬(纸质版、电子版、微信版稿酬合一),凡未收到稿酬的作者,请与本刊编辑部联系。作者如无特殊声明,即视为同意授予本刊及本刊微信版、本刊合作网站信息网络传播权,本刊支付的稿酬包括此项授权的收入。



晚报乐活周刊读者群: 632352980

## 爱酒重阳节情暖老人心

菊花吐蕊,桂花含香。岁岁重阳,今又重阳。从古时遍插茱萸、赋诗饮酒习俗,到现代崇老敬老、厚德仁爱的意蕴,重阳节早已不是简单的时令。重阳期间,我市举办了各种主题特色活动,透过活动,节日厚重的岁月感和质朴的生命感喷薄而出。



1 老人自编自演节目 热爱生活,孜孜不倦

2 养老服务暖人心 最长情的告白是陪伴

重阳时节的天空,经历了艳春和炎夏,秋高气爽、寰宇朗朗。这些都和老年人的人生阶段十分相似:经历了奋斗,阅历了辛劳,步入成熟,神清气定。

近日,天元区泰山路街道工大社区,第一届书香文化节暨重阳节尊老敬老活动拉开序幕。现场,我们看到一场精彩的文艺节目,让人肃然起敬的是,无论是二胡、长笛,还是太极、舞蹈,大部分节目都是社区老年文艺志愿者自编自演完成。无独有偶,重阳节当天,在天元区嵩山路街道大湖塘社区,近百位老人,手拿鲜花,一边吃着饺子,一边欣赏节目表演。俏丽人艺术团带来的舞蹈《桃花红杏花白》将活动推向高潮,因为人们都不敢相信这支风姿卓绝的队伍,表演者平均年龄达到60岁。

今天的幸福生活,承接于老一辈的奋斗。环顾身边,我们那辛劳一生的父母,仍在忙个不停……“银发战队”尚有矢志不渝、孜孜不倦的干劲,让人不禁感慨,年轻一代还有什么理由不加倍努力?

## 3 健康大礼送关爱 感受现代社会的幸福

重阳节期间,石峰区响石岭街道、芦淞区建宁街道社区卫生服务中心等地都开展了免费义诊活动。活动现场,每位医务人员都耐心地给老人测血压、听心率,听老人讲述自己的病症,还为老人们讲解了骨质疏松、老年养生等保健知识,让老人们体会到老有所养、病有所医。

不仅是身体上的健康,还有心理上的健康。天元区泰山路街道广场社区举办“爱在深秋,最美夕阳”重阳节活动,组织老人们户外赏花、登高、表演、聚餐;嵩山路隆兴社区,也为安排一场“九九重阳节,带着爷爷奶奶看株洲”主题活动,老人们前往株洲市规划展览馆,了解科学技术飞跃发展给株洲带来的日新月异的

变化。在这个科技迭代、技术更新的互联网时代,老人显得有些“落伍”。在荷塘区月塘街道石头头社区,组织了老人学习用智能手机。“有一种孝顺,是带老人跟上这个信息时代。”社区工作人员呼吁,佳节团圆时,不妨帮家里的老人多装几个预约出行、网上订餐、网络购物的APP。陪伴老人跨越数字鸿沟,便能让他们在参与中丰富生活、感受快乐,真正分享现代社会带来的便捷和幸福。

有“暗香盈袖”的生活诗意,有“人间重晚晴”的生命关怀。爱洒重阳,便是最美重阳。

(赵帅帅)



## 湿冷天气 下周继续

在昨天那样非常有穿透力的北风里,看到窗外的雨,你应该不会有任何意外的感觉,只会继续紧一紧衣服,撑着伞,加快脚步赶路,好早点躲进室内。

一个个小细节都会让你不禁觉得,雨天又这样回归了。确实,接下来几天,迎接我们的是一场又一场雨天,天气并没有变暖的意思,从目前的预报来看,周三前,都是阴天或者小雨的日子,最高气温18—21℃的样子,最低气温15—16℃。

天气渐渐凉了,这几天倒是想念一些腊货腌菜的美味了。

对于株洲来说,说起腌菜,非雪里蕻莫属了。腌好的雪里蕻就非常百搭,炒冬笋、豆角、猪肚、鸡肉,都是最美味不过。

我父亲就是腌雪里蕻的好手,这几天,他就在张罗着腌菜。他说,腌制雪里蕻,首先,要将其洗净晾干,用粗盐搓一遍,然后放入坛子里,再压上石头,剩余的雪里蕻先用盐腌在盆里,随着雪里蕻下沉,再续到坛子里。最后菜出的汤会没过菜,菜盐比10:1,最后,阴冷处保存,半个月后,便可尝到它的美味。

(记者 王娜)

质量等级:良	主要污染物:pm2.5		
今天天气	明天天气	后天天气	
中雨转小雨	小雨	小雨转阴	
15—18℃	16—18℃	16—21℃	
(气象台20日16时发布)			

## 历史上的今天

1879年10月21日 美国科学家爱迪生发明了电灯。

1992年10月21日 三峡库区县城移迁新址选定。

## 导读

重阳节 你送了什么礼物给父母? >>> A02

当我们老了 想要怎样的陪伴? >>> A03

## 书法欣赏

这是杜牧写的一首有关重阳节的诗《九日齐山登高》:江涵秋影雁初飞,与客携壶上翠微。尘世难逢开口笑,菊花须插满头归。但将酩酊酬佳节,不用登临恨落晖。古往今来只如此,牛山何必独霏衣。

(作者:陈惠明 64岁 天元区)

杜牧九日齐山登高 高正成 重阳惠明书

江涵秋影雁初飞,与客携壶上翠微。尘世难逢开口笑,菊花须插满头归。但将酩酊酬佳节,不用登临恨落晖。古往今来只如此,牛山何必独霏衣。