

八旬“百姓诗人”徐炳奎:圆梦出诗集 传承好家风



从小爱好诗词格律

“十多年的奋斗今天终于有了成果,心里别提有多高兴了。”4月15日,春光明媚,青岛市诗词爱好者、80岁的退休干部徐炳奎,手捧刚刚印刷成册的崭新诗词集,难掩内心的喜悦。“这本集子,是我一生的创作心血,今天拿在手里,感觉特别激动,这种心情,别人理解不了,只有自己能体会。”徐炳奎的声音里透露出一种深深的满足和自豪。这本名为《诗吟世间》的诗词集不仅是徐炳奎个人理想的实现,更是他多年来心血的结晶。



扫码观看精彩视频

“我喜欢文学,尤其爱好诗词。”徐炳奎说,上小学时,他就被课本中李白的诗词深深吸引,对诗产生了浓厚的兴趣。参军入伍后,接触到毛主席的诗词,他更是被其雄浑豪放、意境深远的风格所震撼。然而,早年忙于军事工作的他,一直未能全心投入诗词的学习与创作。

直到2011年初,徐炳奎听到以毛泽东《浪淘沙·北戴河》作为歌词的歌曲,其中那句“大雨落幽燕,白浪滔天,

秦皇岛外打鱼船”激发了他的创作灵感。他随即挥笔创作了《崂山渔帆》,并将这首小诗寄给了报社。没想到,诗文很快就被刊登出来,这给了徐炳奎巨大的鼓励。“从那时开始,我就更加拼命地学习诗词。”徐炳奎说,他于当年9月参加老年大学诗词班,学习诗词格律。

书籍拿在手里才更踏实

回忆起刚开始写诗词的日子,徐炳奎坦言自己当时并没有想到能够出书。他在老年大学学习,平时也坚持自学,不断积累素材。然而,在创作过程中,徐炳奎也遭遇了一些小插曲。“为了能用电子邮箱给报社投稿,我学习了电脑操作,把创作的诗词全部存放在电脑里。有一次,电脑突然出现问题,虽然后来修好了,但是自己创作的那些诗文全部丢了。”面对这样的打击,徐炳奎并没有放弃,他凭借着记忆,一首首重新回忆着写了下来。“那天读报纸,看到老年生活报上有帮助读者出书的活动,我就

毫不犹豫地报了名。”徐炳奎说,把诗文印刷成册,拿在手里、抱在怀里才更踏实。

徐炳奎的老伴对他的创作一直给予默默的支持。她说:“老徐一辈子喜欢写诗作画,出一本诗文集是他的追求和梦想,他的心愿就是我的心愿,现在心愿实现了,我们全家都非常高兴。”徐炳奎也表示,自己能安心创作,多亏了老伴的支持。他还特意老伴创作了多首诗词,赞美她的勤劳和善良。

不愿给人生留下遗憾

“这本书整体比较理想,无论是封面设计、版面布局,还是字号、字间距的大小,都是我想象中的样子,我很满意。”字里行间,可以感受到徐老对这本书的珍视和满意。徐炳奎说,老年生活报有一支业务精湛、热心敬业的专业团队,编辑、设计、排版人员都非常耐心,在一遍又遍校对修改中,他感受到了工作人员对读者的尊重和关爱,“感谢老年生活报帮助像我一样、有文学梦想的老同志们

圆梦。”

谈及出书的初衷,徐炳奎表示,他想通过这本书记录下自己经历过的事,留下历史和真相。徐炳奎表示,他要将这些书赠送给曾经的首长、同事,以及亲朋好友和子孙后代。“孩子们也都知道我出书,他们特别高兴,都给我竖大拇指。”徐炳奎希望通过这种方式,传递正能量,发扬好传统,将家族的良好家风一代代传承下去。“无论年龄大小,只要有梦想、有追求、有坚持,就一定能够实现自己的人生价值。希望更多像我一样有出书梦的人行动起来,不给人生留遗憾。”

记者 尚美玉

您有困难,我们来帮;您有故事,我们来写。本着最大程度为读者服务的宗旨,本报“公益助老出书”活动在补贴1万元的基础上,再推出家风、家史、村风、村史、乡贤故事等“出书”福利活动,如果您有“出书”计划,欢迎拨打(0532)66988698与本报编辑部联系。

保健品怎么用才合理?

“保健品的价格、质量、合理应用”半天学习班

新年第五期

- ◆你知道各类保健品的禁忌人群及副作用吗?
- ◆你知道各类保健品与西药同时服用时的注意事项吗?
- ◆你知道多种保健品同时服用时的禁忌与冲突吗?

- ◆保健品的成分及含量有高低,你知道如何判断其成分及含量的高低吗?
- ◆红曲类保健品能够代替他汀吗?什么情况下不能服用红曲?
- ◆长期服用辅酶 Q10 有什么副作用?哪些人不适合服用辅酶 Q10?

邀您参加过期药品回收环保活动

中老年朋友家中会有些过期药品,为了投身环保,让大家手中的过期药有个处理渠道,我们打算回收这些过期药品,并通过环保途径进行处理。诚邀您参与本公司推出的过期药品回收活动,您家中若有过期药品,可以凭过期药品来本公司兑换100~200元的代金券。

此次学习班内容对广大深受保健品应用乱象困扰的朋友们帮助巨大,欢迎积极报名参加学习。

(参加学习班请自带纸、笔、水杯、老花镜)

本次学习班将会给您很多答案

重点分析以下产品:

辅酶 Q10(泛醌、泛醇)、牛初乳(免疫球蛋白)、一氧化氮、纳豆激酶、红曲、氨糖、软骨素、欧米伽-3、硒、各类抗氧化剂、硫辛酸、灵芝孢子油等。

半天学习班时间:4月22日上午9点

报名电话:156-5015-3695

学习地址:香港中路68号-华普大厦

凡参加学习班的朋友,均免费赠送《失传的营养学》科普书籍,望积极报名参加学习。

山药玉米糊无蔗糖、无色素、无添加,低脂又营养!

山药玉米糊是长寿主食 常吃好处多



免费送20大碗

有这样一种食物,在许多长寿地区人们的饮食中都有,它就是:山药玉米糊。研究表明,在所有主食中,玉米和山药的营养价值和保健作用是极好的。山药玉米糊,长寿老人都爱它!

广西巴马瑶族自治县的老寿星们多数也以素食为主,主食多粗粮,他们主食以玉米为主食,搭配的红薯、豆类。他们习惯把玉米煮成糊糊吃。玉米中的维生素丰富,还含有多种钙、谷胱甘肽、纤维素、镁、硒、维生素E和脂肪酸。常吃玉米的好处很多!

山药玉米糊,配方科学、原料醇正,精选国家地理标志保护产品陈集山药,世界三大黑土带之一-东北平原上种植的优质玉米,每年日照达2000多个小时,每年平均降水量达400mm-700mm,色泽金黄,满满的营养比例搭配制作而成。吃着每一口都是浓浓的山药和玉米的味道,没有添加剂,粉质细腻,吃起来口感非常香浓软糯!老人和小孩都能吃。

不是所有的山药都能被评为国家地理标志保护产品,山东菏泽位于东经115°38'北纬35°12',这里的土地肥沃,雨热同季,光热充足有利于土壤的养分积累。为山药的优良品质提供了得天独厚的保障,1年的种植,6年的养地,只为给你带来一根好山药。6斤鲜山药才能出1斤山药粉,生长在世界三

大黑土带之一,陈集山药,原料精挑细选,确保成分可靠放心更有营养!专业机构质量检测,品质更放心!山药玉米糊每一碗都是大自然浓浓的馈赠。

玉米和山药两者一起没有克性,是非常好的营养搭配。两者均富含丰富膳食纤维,膳食纤维吸水膨胀,这款山药玉米糊特别适合追求健康的人群,一小包热量相当于一个苹果。无蔗糖无添加,富含膳食纤维,让你的身心日渐轻,一口就让浓郁麦香轰炸你的味蕾。真正的低脂健康食品,低脂山药玉米糊,解饿又美味,轻食代餐一碗就可以饱腹!山药玉米糊用热水一冲就很容易化开,口感很细腻,顺滑,入口能吃到玉米香味。小包装,分量更精准,饿了热水冲一杯,粗粮更健康,热爱生活,从好好吃饭开始!

低脂养生山药玉米糊 一天不到1块钱

惠民大促销!山药玉米糊降价!一送到底!打品牌,做宣传,市场价390元一箱,本报读者朋友可享受199元一箱,足足100大碗,并且前200名订购者再免费送20碗。非常实惠,抓紧时间抢购,数量有限,售完为止! 订购2组送会员礼品一份!

订购电话:

400-1088-169

遇占线请拨打大客户专线131 6157 1116 限时特惠 免费发放 货到付款 (优惠代码:623)