

七旬老人“升级”原著:人生智慧留后人



“我2010年出版了一本《让你受益终生的人生大智慧》，经过这些年时代的进步和我自己的整理，我想把这本书进行重新出版印刷，我该如何操作这件事呢？”近日，家住青岛市市南区76岁的读者韩浩德拨打本报公益出书热线(0532)66988903咨询出书相关事宜。



自小酷爱文学

1 一生与文字打交道

据韩浩德介绍，他自幼酷爱文学，在中学的时候任班里的学习委员，喜欢文学创作。1972年，他便在青岛日报上发表《学习鲁迅》一文，后来在大众日报、青岛日报、人民日报等报刊上发表了大量的诗歌、散文等作品。“看到自己的作品发表，特别受鼓舞，似乎成了小‘名人’。”韩浩德说。

1977年，高考恢复，已经三十岁的韩浩德鼓起勇气参加了高考，并且以优异的成绩考入曲阜师范学院。1982年，进入到青岛医学院，成为《青岛医学院报》的记者。1994年，他又被调任青岛市工商局主办的《青岛工商报》总编，直至退休。这些年的工作经历也让他的文学才华得到了很大的施展。

作为一名“老报人”，韩浩德说，无论是写作还是办报都要有“创新”的精神，“把报刊办得有可读性”作为宗旨。



2 为教育子女 写出“人生大智慧”

2010年，韩浩德以“浩瀚”为笔名在青岛出版社出版了20余万字的励志书《让你受益终生的人生大智慧》，当时在全国各大城市的新华书店发行，广受读者欢迎。

“当初写这本书的原因，主要是孩子们对第三代的教育问题引发了我的思考。现在都是独生子女，难免有溺爱，但是，如果孩子

过度溺爱，对孩子的成长没有任何益处。所以，我就写了关于家庭教育的一些思考，后来又增加了事业、亲情、友情等方面的章节，囊括为人处世方方面面的智慧。书中引用的材料，不管是古今中外名人轶事、经典佳作，还是普通人的生活小事，无不涉笔成趣，发人深省，具有较强的独创性、趣味性和哲理性。”韩浩德介绍。

3 与时俱进 升级原著传家风

为什么要重新出书呢？韩浩德表示，近些年，随着阅历的丰富，一是重新写了一些篇章，替换旧作；二是拓展补充新内容。

“随着时代的变化，人们的社会关系、婚姻相处、邻里之间相处都与十几年前有了很大的变化，我要与时俱进，增加一些更实

用、新鲜的内容，删减掉一些已经不合时宜的作品。另外，我的理想是加进本人60余年的人生体验，将其编辑成为一部别开生面的书籍。这部书也将成为我留给子孙后代的一笔精神财富和我们家风的传承之作。”韩浩德说。

记者 崔佳佳

在出书过程中，本报编辑部收到了不少读者的建议，其中最多的就是苦于自己有一肚子的故事和想法，但是由于年龄原因，没法自己写出来以及用电脑打成电子版。您有烦恼，我们来您帮，您有故事，我们来写，本着最大程度为读者服务，在2023年，本报“公益助老出书”活动将在补贴1万元的基础上，再推出“助老写书”福利，如果您有故事，与我们联系，我们将派出专门的工作人员帮您写书，助您圆梦。如果您想出书，请拨打(0532)66988903与本报编辑部联系。

领袖家风

周恩来的10条家规(上)



周恩来与邓颖超

周恩来十分重视家风建设。他没有亲生孩子，但周家是一个大家庭，像普通家庭一样，也有生老病死、就业上学等问题。怎样对待这些问题，建设什么样的家风，是新中国成立后，周恩来时时在考虑并着力解决的一个问题。他不但用自己的工资资助亲友长辈，以减轻地方政府和社会的负担，还主动担负起教育引导周家年轻一代的责任，在大家庭内部建立起一种良好的家风。

在江苏淮安周恩来纪念馆的展板上，醒目地写着“周恩来的10条家规”，家规中要求：晚辈不能丢下工作专程进京看望他，只能在出差路过时才可以去看看；外地亲属进京看望他，一律住国务院招待所，住宿费由他支付；一律到国务院机关食堂排队就餐，有工作的自付伙食费，没工作的由他代付；看戏以家属身份购票入场，不得享用招待券；不许请客送礼；不许动用公车；凡个人生活中自己能做的事，不要别人代劳，自我服务；生活要艰苦朴素；在任何场合都不能说出与他的关系，不要炫耀自己；不谋私利，不搞特殊化。这10条家规，是周家晚辈根据周恩来平时对他们的教

育总结出来的。周恩来没有写在纸上，而是写进了后辈们心中。

从这10条家规可以品出，周恩来对亲属晚辈的要求十分严格，也十分具体、细致，细微中透着关怀。周尔均是周恩来的堂侄、国防大学原政治部主任。1953年，他在部队被批准入党，很兴奋，立即把这个消息写信报告给周恩来和邓颖超。很快，邓颖超代表周恩来写了回信，在祝贺的同时，提出三个必须：“今后你必须加强党性锻炼，克服非无产阶级的思想，不断地为着党员的八条标准而努力，不要辜负了光荣的共产党员的称号，争取如期转为正式党员；你必须注意密切地联系群众，关心群众，向群众学习，才能更好地为人民服务；你自知应不骄不馁，但必须从思想上、行动上不断地实践为要。”周尔均深有体会地说：伯伯对我们的要求“看似无情胜有情”；“他对我们晚辈的严是一种真正的爱，发自内心的爱”。

周尔均的体会是十分准确的。周恩来虽然对亲属要求很严，但却是一个充满温情、恪守孝道的革命者。他年轻时在海外求学，因曾经照料过自己的八叔父去世悲痛万分。在战争年代，他把父亲接到身边养老送终。装着父亲遗像的皮夹，他始终贴身带在身边几十年。在迎接解放的日子里，他想起早已去世的母亲，含着眼泪对记者说：“35年了，我没有回家，母亲墓前想来已白杨萧萧，而我却痛悔着亲恩未报。”

廖心文

老年生活报 · 健康生活馆海参

质量好 品种多 价格低 服务优 吃得住 放心买 钱花值

特别推出下列四款质优价廉特价海参，惠顾新老客户
另有多款：不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

本市免费送货
全省全国免费包邮
货到自验满意付款

感恩新老客户

送海参汤腌制的疙瘩头咸菜

长岛大连即食刺参
220元/1斤
买5斤送1斤

长岛优质刺参
1200元/1斤
买3斤送1斤
买2斤送半斤

长岛刺参
1950元/1斤
买3斤送1斤
买2斤送半斤

大连刺参
2350元/1斤
买3斤送1斤
买2斤送半斤

送

疙瘩头咸菜好吃，用海参汤腌制的好上加好，拌或炒口感更鲜美，是家庭餐桌上的一道美味佐餐小菜。前两年曾送过一次，特受老人们欢迎。另送益生菌、绿茶、虾皮任选其中一份。

时间：2023年2月27日-3月8日 电话：13105153320 13505321980 (杨小兵)

地点：市北区胶州路12号观象山庄大门一侧

市立医院马路对面公交车站和地铁站工棚后面
地铁2号线观象山市立医院站A口或中山路下车