



八旬老教师 “著书”传后人

“老伴儿恭喜你,多年前许下的‘出书’愿望,今天终于实现了。”9月27日上午,在青岛市市北区、今年80岁的书画教师刘维庭家中,任志明手捧带着油墨香的画册,激动地说道,“感谢报社‘公益助老出书’项目提供的好机会,让刘老师的人生,不留遗憾。”

酷爱绘画 教书育人

刘维庭1945年出生于山东日照一个革命军人家庭,从小就热爱绘画的他,因忙碌的工作和生活不得不放下画笔,将对书画的爱好埋藏心底。直到退休,刘维庭才重新拾起画笔,自学花鸟画。“老伴很有绘画天赋,学习能力强,做什么事都特别认真,所以取得了一些成绩。”据任志明介绍,2001年,刘维庭用自己的绘画技法教孩子,后又被老年大学聘为花鸟画教师,在任教的多所老年大学举办过3次个人画展,他的作品及艺术经历载入《当代国学家大辞典》《世界名人录》《中国收藏博览》等典籍。

从事绘画教学之初,刘维庭便有出书的想法。几年前,他终于将自己的教学成果,汇编成《中国花鸟画技法基础教材》,全书共有66个章节,浓缩了他多年的心血。

2022年7月,刘维庭看到本报“公益助老出书”的消息后,在老伴任志明的陪同下来到编辑部,签订了“出书协议”。

爷爷很早就因病离世,抛下孤儿寡母五个人,身为长子的父亲初中还未毕业就不得不辍学回家挑起生活的重担。后来被所在大队推荐,担任民办班教师。

父亲十分珍惜这来之不易的工作,深知自己年纪轻,知识学养不够,难以得到老师、学生及其家长们的信任,再加之本来就喜欢读书,于是在工作之余硬是挤出点滴时间来看书学习。这一学就是几十年,学习变成了习惯,成了自然,成为

报社亲友 助力圆梦

拿到文稿后,本报编辑部分配人员,分工合作。从封面设计、文稿校对,到作品拍摄、内文排版,各个环节有条不紊地进行着。“我希望版面样式生动活泼一些,底色用由深入浅的渐变色为好。”拿到第一份设计稿后,刘维庭提出了自己的看法。为了达到老人满意,编辑部先后更换了3名设计人员,设计出多种方案供老人选择。“你们的工作太细致了,不厌其烦地修改,让我很感动,最后这个版本很好,是我想要的样式。”刘维庭高兴地说。

在文稿设计过程中,工作人员需要与老人多次见面沟通,每次来报社,任志明都会陪伴左右。“刘老师身体不好,出门也不认路,我不放心就跟着一起来了。”任志明笑道,这么多年,她一直是老伴的“贴身秘书”,“刘老师只管画画,把心思放在绘画上就好,其他的事都由我来替他办。”

除了老伴的陪伴,儿女们的前期支持也为刘维庭的“出书”计划做了坚实的铺垫。“教材刚整理出来的时候,孩子们

也都很高兴,有翻拍照片的、有校对文字的,虽然不专业,但是都尽心了。”儿女们的付出,让刘维庭感到很欣慰。

言出必行 启迪后人

早在20多年前的一次家庭聚会上,刘维庭便许下诺言:“我要65岁教学,80岁出书,百年后把我所有绘画的技艺留在世上,教育后人。”如今,经过多年的不懈努力,刘维庭的愿望都已实现,“在爱人和孩子面前许下的承诺,我都做到了。”刘维庭说,言出必行,不仅是对自己的要求,也是给孩子们树立好的榜样。

“我没有进过正规学堂学习绘画,全靠自学。儿时酷爱画画,中学时就能画中堂,应征入伍后搁置,退居二线后重新提笔作画。学可知,能必须练,绘画是我一生的追求。”谈及未来,刘维庭说,他会继续努力创作,“生命不息,画画不止。”

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,再推出村风、村史、家风、家史、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。

爱学习的父亲 □孙效东

了他生活的重要组成部分。

父亲次年就被转为公办教师,从小学到附设初中的语文、政治、历史、音乐、体育、生物,哪里需要哪里去,任劳任怨,然后是校长,再到区文办担任领导职务,主持一方文教工作,再到县文教局,最后于十余年前在县教育工会主席任上退休。

父母是孩子最好的老师,此话一点不假。父亲没

有刻意教导过我们,但父亲的潜移默化却无声地影响了我们,我们四姊妹都是通过中考或高考升上专业学校,成为有了一技之长、服务社会的专业人士。

而我也步入了爱读书写作的行列,工作之余读自己的书,然后写点小文章发表在报刊或者自己的博客,2016年也跟随父亲的脚步出版了自己的第一本文集,

现在仍然是乐此不疲。我的女儿也爱上了读书,高中毕业考上省外一所医科大学,几年后考入四川大学华西医学院的研究生,毕业参加工作成为了一名医务工作者,工作之余也喜欢读书。

在我看来,这一切都是受父亲的影响,一个爱读书爱学习的父亲就是我们无声的榜样,无声的号令,我们都是踏着他的足迹前行的。同时也是一笔巨大的精神财富,将受益于我们的子子孙孙。

曾国藩：家俭则兴 人勤则健

曾国藩以勤奋、俭朴、求学、务实为家风家训,并一直为曾家后人所传承。曾国藩主张“和以治家”,特别强调“勤以持家”。“勤以持家”有两层意思,一是家庭成员要克勤克俭,二是做家长的要言传身教。曾国藩留下十六字箴言家风“家俭则兴,人勤则健;能勤能俭,永不贫贱”,体现了他的治家之道。惟俭可以养廉,曾国藩提出了“八本”家训,其中一条是“做官以不要钱为本”,他一生为官清廉、不爱钱财,还经常教育子弟正确对待权力和富贵。

曾国藩非常注重对子女的教育,无论工作多么忙,他都不忘教育子女。曾国藩有写家书的习惯,据说曾国藩仅在1861年就写了253封家书,无论公务多忙,他都会坚持给子女写信,帮助他们制定严格的学习计划,敦促他们每日学习,他通过写家书不断训导教育弟弟和子女。

曾国藩把做人修身的教育放在第一位,他虽官居要职,但却不准自己的子女滥用特权。在次子曾纪鸿奔赴长沙参加科考之时,曾国藩就教育他场前不可与州县来往,不可递送条子,进身之始,务知自重。这对于当今的“官二代”“富二代”具有警醒的作用。

不仅如此,曾国藩还十分注重子女美好品德的培养,他教育子女:“凡世家子弟衣食起居,无一不与寒士相通,庶可以成大器;若沾染富贵气息,则难望有成”,使他们不因为生于官宦之家就养成骄奢淫逸、贪图享乐的恶习,而是培养他们慎独、勤劳、俭朴和谦虚谨慎的好作风,这对于子女来说都是受益无穷的。

在曾国藩的言传身教之下,曾家后人人才辈出。在曾国藩看来,决定家族成败的是子孙们优秀的道德品质,而不在于给他们留多少钱,做多大的官。 王敏

辅酶Q10 12瓶仅需368

随着年龄增大,想要年轻健康,就要饮食清淡,多注意保养。经评价,辅酶Q10软胶囊具有增强免疫力和抗氧化的保健作用,可随季节补充适量辅酶Q10软胶囊。

辅酶Q10团购活动通知

本次活动向消费者提供的精品辅酶Q10,由老年生活报康商城直接面对厂家批量团购,省去中间诸多环节,12瓶团购价仅需368元。优质精品辅酶Q10,各项指标均达到相关标准,让读者能吃上正宗、便宜的好产品。

活动要求:为了让实惠真正落到需要的读者身上,本次活动提出以下两点要求:①团购者必须是真正有需求的朋友;②为防止恶意囤货,每人最多购买2份。



威海紫光科技园有限公司 国食健字G202137101442
鲁食健广审(文)第240525-01062号
本品不能代替药物

0532-80632815 400-6179-028
老年生活报康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)
乘车路线:125, 206, 218, 220, 25, 32到延安三路南九水路下车即到; 225, 232, 314, 125, 206, 218, 220, 25, 32, 104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁; 地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

全民健康福利19元购买熊胆粉

熊胆粉——创新技术,更易吸收



需常量及微量元素等。

延边州汪清县野生动物养殖场生产的熊胆粉是从延边三岁以上黑熊的胆囊中通过生物萃取技术提取而来,再经过科学的提炼和加工处理,破壁成2000目超微细粉,这样的处理方式既保

熊胆粉是熊胆的一种加工形式,主要含胆汁酸类、胆红素类、胆固醇类、氨基酸类、多种必需

留了熊胆粉中丰富的活性成分和食用价值,又使其分子结构更小,更容易被人体所吸收。

为了回馈广大中老年人,公司决定近期启动“尊享健康,拥抱自然”特价促销活动,针对年满50岁的中老年人,每人只需拨打长寿饮熊胆粉全国订购热线电话400-631-6899,即可获得19元抢购998元“长寿饮”熊胆粉机会,数量有限,先到先得。

订购电话:400-631-6899