



三千诗词写不尽半世恩爱 八旬老兵为妻著书庆生

“每逢妻子生日，或是与她相关的节日，我总想送她一份礼物，以表达内心的真诚。如今思来想去，我想出一本诗词集送给妻子，镌刻我们相守多年的风雨历程。”近日，青岛市79岁的退伍老兵李鹏武拨通本报热线，言语间满是温柔。这位与癌症抗争的老人，正紧锣密鼓地筹备一份特殊礼物——从毕生创作的近3000首诗词中精选200首夫妻题材作品，集结成《“斌”好良缘天作合》，献给相伴近50年的妻子杨文。

从战场到诗行：铁血汉子的柔情笔触

初中未毕业便参军入伍的李鹏武，曾作为海军战士奋战在福建前线。在军营里，他就对诗词产生了兴趣，开始尝试写作。尽管当时对诗词格律了解甚少，但这份热爱的种子就此种下。“那时不懂格律，只想记录家国情怀。”李鹏武说。转业后，他潜心钻研诗词格律，访师拜友，不断提升自己。为了掌握平仄规律，他反复研读相关书籍。基于自己的学习与总结，他还编写了一本格律诗写作手册——《格律诗学习创作》，这既是对自己的学习成果的梳理，也为后来的教学提供了素材。后来，他有了自

己的学生，将对诗词的热爱传递给了更多人。

退休后，李鹏武出版了首部诗词集，收录了自己创作的800多首诗词。

去年，李鹏武被查出患有肠癌。“住院期间，老伴寸步不离地照顾我，她说‘没有彼此就不成家’……”李鹏武声音哽咽。妻子的话让他深受感动，也更加坚定了为妻子创作一本书的想法，“我想把我们的故事永远留在诗里。”

她是我的第一读者

走进李鹏武的书房，一摞泛黄的诗稿旁摆着夫妻俩的军装结婚照。李鹏武告诉记者，他与妻子杨文于1978年结婚，至今已携手走过近50年岁月。回忆起当年，李鹏武满是温

情，“我们当初花了几百元去上海旅行结婚，虽然简单，但很幸福。”婚后，二人相互体谅，即便有意见分歧，李鹏武也总会主动让步，“两个人过日子，就是要相互包容，这样才能和美美。”

“每写完一首诗，我都先读给她听。”李鹏武笑道，“她常提出好建议，比如‘这句太直白’或‘那个词不够文雅’。”妻子杨文喜欢写毛笔字，两人的爱好相映成趣，为生活增添了不少雅致。

以诗词定格恩爱瞬间

从自己创作的近3000首诗词中，李鹏武精心挑选出约200首夫妻题材的诗词，准备集结成册，书名暂定为《“斌”好良缘天作

合》。“‘斌’字，是妻子杨文的‘文’与我的‘武’的合字，‘好’是‘女’与‘子’的合字，寓意着我们的缘分。”李鹏武解释道。这本诗词集不仅有文字，他还选取了一些照片穿插其中，希望能更生动地记录夫妻二人的恩爱瞬间。

目前，这本诗词集初稿正在整理中，李鹏武希望能在报社的帮助下，进一步修改完善，尽快印刷成册。“妻子只知道我要出本书，但还不知道内容，我想给她一个惊喜，这也是送给她70岁生日，以及我自己80岁生日的最好礼物。”李鹏武满怀期待地说，希望这本书能成为他们夫妻感情的永恒见证，流传下去。

记者 尚美玉

我与自行车(节选) 回忆录创作班 李益家

在上世纪七八十年代，自行车是人们的主要代步工具。1984年，我托人直接在青岛自行车厂买了一辆大金鹿自行车，从此我也有了自己的坐骑。

自行车是我的载重车，它帮助我完成了许许多多生活中的难题。我结婚成家后居无定所，换过几次的出租房。几次搬家就用一辆自行车承担了，充分发挥了大金鹿的载重优势。平日里用它买煤带菜，上班送孩子，真是物有所值。那时大街小巷跑的都是自行车，叮铃铃的响声清脆悦耳，余音悠扬。它是一个时代的缩影。

自行车也是我们家的旅行车，无论是回娘家还是出门游玩，我都喜欢用自行车载着她们娘俩，天南地北地出行。自行车伴随着儿子的童年，一路走来，带来的是一个个欢快愉悦的故事。

如今几乎家家户户都有了小汽车，用自行车出行已经成为历史。某日孩子开车载我出行，运行平稳畅快，舒适安逸。不禁触景生情，感慨万千。当年我用自行车载你，如今你用汽车载我，别样场景同样情，长江后浪推前浪，一代更比一代强。但是我们生活的本质是不变的，我们做人的亲情是永恒的，我们争取美好生活，艰苦奋斗的精神将永存。

下巴摔伤
莫大意，三周
内救治别耽误

日常生活中，我们常常会遭遇摔倒或碰撞等意外，尤其是下巴着地时，很多人以为只是皮外伤。然而，这种看似普通的下巴受伤，可能隐藏着一个严重问题——下颌骨髁突骨折。

下颌骨就像活动的马蹄铁，它让嘴巴能够自由开合，吃东西、说话都离不开它。下颌骨后两侧的小突起就是髁突，髁突则是连接颞骨形成颞下颌关节的关键部位，控制着嘴巴的开合功能。

如果摔倒后出现嘴巴张不开、疼痛加剧或牙齿无法正常咬合等情况，很可能是下颌骨髁突骨折。此时要尽快去医院就医，不要拖延。途中可用冰敷缓解肿胀。到医院后，医生会通过X光、CT或MRI等影像学检查确诊伤情。

治疗下颌骨髁突骨折，越早越好，最好在三周内进行。如果骨折不严重，移位不明显，医生会为患者采用限制张口、冷敷等保守治疗；如果骨折严重，移位明显，大多数情况下需要进行手术治疗。手术的目的是将骨折部位复位并固定，让下颌骨恢复正常功能。术后康复期间，患者需遵医嘱进行张口训练，要特别注意饮食和生活习惯，避免吃硬物和刺激性食物。

张勇

为健“出书” 我们更专业

时光沉淀智慧，笔墨记录永恒！无论您是想要出版个人回忆录、书画集，还是文学摄影合集，我们以专业、优质、实惠的服务，助您实现出书梦想！

一站式服务：文稿整理、编辑校对、设计排版、印刷出品，全程专业支持；

代写回忆录：量身定制，让您的故事跃然纸上。

超低起步价3500元，价格透明，按需调整。

为家人留存温情记忆，为时代增添珍贵史料，
我们用心成就每一本书的独特价值。

即刻行动，留下属于您的传奇！



拨打热线 (0532) 66988698 开启您的出书之旅！

——专业编辑记者团队，品质保证，让文字与时光永驻。



山东省文明办 大众报业集团