



# 传承孝亲文化 看见银发活力

## 重阳佳节展风采



10月28日，“九九重阳节”淮阳荷花杯交流展演活动在淮阳区伏羲文化广场温情启幕。来自全市的200余名中老年参与者伴着轻柔的节奏舒展动作，在欢声笑语中共度传统佳节。记者 郑伟元 通讯员 王建新 摄

## 最动人的“父母爱情”

□记者 田亚楠 郑伟元

“婚姻生活就像打太极拳，心要静、气要和，日子才能长久。”10月29日，在建业太极辅导站，78岁的李永成和76岁的老伴韩玉芳相视一笑，道出了他们婚姻保鲜的秘诀。这对从江苏连云港走来的夫妻，因照顾孙子而定居周口已有10年。他们用半个多世纪的陪伴，诠释了爱情最朴素也最坚韧的模样。

1970年，李永成与韩玉芳自由恋爱结婚。在那个仍以“媒妁之言”为主的年代，他们的结合显得格外珍贵。55年风雨同舟，生活中难免有意见相左之时，但他们始终秉持“心平气和讲道理”的原则，矛盾从不隔夜。

今年9月，韩玉芳患上带状疱疹，李永成每

天骑着电动车送她就医输液，回家后还细心地为她擦药、按摩，用无微不至的照顾温暖着彼此的暮年时光。

20年前，两人与太极拳结缘。在连云港练了10年，定居周口后，又在社区的组织下，与几十位拳友一起，风雨无阻地坚持锻炼，共同练习太极拳成了他们之间最默契的交流方式，也成了平淡生活里最温柔的仪式。“一起打太极拳，就是最浪漫的事，既能锻炼身体，又能彼此陪伴。”李永成笑着说，“婚姻的本质是相互包容，是彼此扶持。”

从连云港到周口，从青丝到白发，55年的婚姻生活里，没有惊天动地的誓言，只有柴米油盐中的相守、日常点滴里的体贴。

这便是最动人的“父母爱情”——在时光里缓缓流淌，在拳式中静静延续。

## “翰墨丹青”贺重阳

□记者 黄佳

**本报讯**岁岁重阳，今又重阳，为庆祝重阳节，弘扬中华民族尊老、敬老、爱老的传统美德，丰富老年群体的精神文化生活，10月29日，由市文化广电和旅游局主办、市文化馆承办的周口市“翰墨丹青”美术书法作品展在市文化馆4楼展出，为老年朋友及广大市民献上了一场文化盛宴。

此次展览共展出美术、书法作品百余幅，这些作品主题鲜明、风格多样，既有对祖国大好河山的壮丽描绘，也有对美好生活的细腻刻画；既有对传统文化的深刻诠释，也有对时代精神的生动展现。参展作者中，既有德高望重的老艺术家，也有崭露头角的青年才俊，他们以笔墨为媒、以丹青传情，共同表达了对老年群体的深情

祝福。

展览现场，一幅幅精美的作品吸引了众多市民驻足欣赏。一位老年观众感慨地说：“能看到这么多好作品，实实在在让我们感受到了节日的意义！”市文化馆馆长刘振宇表示，此次展览通过艺术的形式，传递尊老、敬老、爱老的正能量，市文化馆将继续举办更多丰富多彩的文化活动，满足老年群体的精神文化需求，让他们的晚年生活更加丰富多彩。



李永成、韩玉芳夫妇一起练习太极拳。记者 田亚楠 郑伟元 摄

## 何老太的三餐四季

□记者 何晴

在圈神庙街，提起92岁的何老太，街坊们都夸她是个“好福气的”。

何老太名叫杨勤华，育有三子一女。自老伴儿去世后，便和70岁的大儿子一家生活。何老太有个哮喘的毛病，因担心母亲夜间犯病，大儿子便陪着她住在了楼下的二层小楼里。这一守，已有8年。

“老何，鲜奶热透了，给咱妈端过去吧。”早晨8点，伴随着大儿媳妇在楼上的喊声，刚送完孙女上学的“老何”又“一奔子”上到了4楼。一碗鲜牛奶、两个水煮蛋、一份炒青菜，便是何老太常吃的早餐。吃完早餐，在大儿子的搀扶下，二人走到街巷口，要么陪老街坊唠两句，要么静静地坐着，何老太眯着眼打盹，大儿子就帮她整理被风吹乱的衣襟。

午饭时间很快到了，大儿媳妇今天准备的是一碗饺子和一个卤鸭腿。“你快点，饺子咱妈喜欢吃热乎的。”腿脚不便的她又开始催促“老何”了。“奶，我跑得快，我去给老太送饭。”9岁的小孙女放下饭盒，一溜烟跑下了楼。

晚饭宜清淡。稀饭熬得黏糊，配着一荤一素，带着假牙的何老太吃得津津有味。“俺老大天天陪我，洗衣洗澡有闺女搭手，那俩儿也总拎着东西来看我。”何老太眯着眼笑，眼角的皱纹挤成了花。路过的张婶听见，笑着接话：“这才是真有福哩！”

## 重阳敬老，更在“懂老”

□李艳华

天高云淡，菊酒飘香，又是一年重阳至。各地纷纷开展敬老活动：志愿者走进敬老院，送上冬衣与戏曲表演；医护人员深入社区，举办公益义诊活动；老年书画展、气排球赛等也轮番登场，让长者尽展风采。这些温暖的行动，为“敬老”二字描摹出清晰的轮廓。然而，要让关怀真正抵达老人心底，我们还需多一份“懂老”的用心。

“懂老”，是懂得他们所期盼的“热闹”，不只是舞台节目，是有人坐在身旁，倾听那些沉淀在岁月里的往事；是懂得他们接过礼品时的笑容背后，或许藏着对日常陪伴的深切渴望；是懂得老年活动不应只是“被安排”，而应尊重他们对生活品质与精神归属的真实追求。

重阳的暖意，不应只停留在节日这一天。倘若只在此时“集中敬老”，却在日常中忽略了老人的真实需求，那份关怀便难以持续生温。唯有将“懂”字融入平常，多站在老人的角度体察与思考，让敬老从“节日仪式”真正转变为“生活常态”，长者才能在持久的尊重与理解中，安享幸福晚年。