

# 我们身边的“银发力量”(之一)

## 互动话题

主持人开场白:在这个充满活力的新时代,越来越多的老年朋友老有所为,为社会发展注入源源不断的“银发力量”。

### 嘉宾出场

#### 韩秀菊:发挥余热教书法

生活中,总有一些默默奉献的人,为周围的人带来温暖和希望。在石家庄市老年养护院书法班,有这样两位令人尊敬的老师——刘佐秀和李杰。刘佐秀老师今年91岁高龄,退休前先后任河北青年管理干部学院院长、党委书记兼本院《学报》主编,他师从黄琦、夏湘平等书法名家,擅长隶书。李杰老师今年85岁,曾任锦州市委副书记,他常年习练书法,颇有造诣。两位老师都住在老年养护院,为了传承中华文化,发挥余热,义务当起书法班的老师。书法班的学生都是80岁以上的老年人,在两位老师的指导下,书法水平都有所提高。我是初学者,两位老师深入浅出地指导我横、竖、撇、捺、点的用笔写法。我书法上的每一点进步,都浸透着老师们的心血。我深刻体会到,书法不仅是一门艺术,更是修养境界的体现。“老骥伏枥,志在千里。烈士暮年,壮心不已。”两位老师虽然到了耄耋之年,却依然发挥余热,为传承中华文化贡献自己的力量,着实令人敬佩。

#### 苏应纯:从小学老师到“大学”老师

邻居王大姐是一位从教30年的小学音乐老师。去年5月,她从繁忙的教学岗位上退下来,一时还不太适应。这时,社区领导找上门,说:“社区打算开办一个业余老年大学音乐班,您愿不愿意做志愿者,教老年朋友们学音乐?”王大姐满口答应。就这样,她从小学老师摇身一变,成了“大学”老师。第一次走进老年大学的教室,王大姐看到了一双双满怀期待的眼睛。她知道,自己要做的事不仅是教唱歌,更是与老年朋友们共享音乐的快乐。在她的音乐课上,总是笑声此起彼伏。有一次,她教大家唱《小城故事》,一位老先生把“看似一幅画”唱成了“看似一壶茶”,逗得大家哈哈大笑。从此,课堂上增添了“小城故事会”,大家纷纷谈起自己的趣事,课堂氛围变得更加生动活泼。每隔一段时间,王大姐还会组织一次户外音乐实践。大家带上乐器,来到公园或广场,举行一场小型音乐会,引得路人驻足欣赏。这样的生活,让王大姐感到无比充实和幸福。

#### 李朝云:“老社区”心系社区建设

在我们社区,经常会看到这样一位老人:她年近九旬,和社区工作人员一起谈工作,为居民排忧解难办实事,调解居民之间的民事纠纷,组织社区居民开展丰富多彩的文娱活动。她就是心系社区建设的边敬雯,大家都亲切地叫她边阿姨。上世纪90年代初,社区工作辛苦又琐碎,年轻人大多不愿意干,而边敬雯退休后却主动要求来社区“上班”。她和一名军队退休干部组成了工作班子,义务为小区居民服务。后来,社区来了一些年轻人。按理说,边敬雯可以歇歇了,可她心系社区,依然忙个不停,给年轻人传授工作经验,关心他们的成长进步和个人生活,协助社区组织居民联谊活动。比如,社区组织的端午节包粽子、冬至包饺子、元宵节猜灯谜等活动,边敬雯既是协助组织者,也是积极参与者。去年夏天,她还自编了一套老年保健操,传授给老年居民,每天早上和大家一起锻炼。这些年来,社区各方面的工作多次受到办事处的好评,这其中就有边敬雯的一份功劳。

#### 祁敬君 刘燕:藏书方便广大读者查阅

老友辛宝贵是一位藏书人,他在辽宁抚顺购置了一套房子,专门存放收集的书籍。2021年,他被评为辽宁省第十届全民读书节最佳藏书人。辛宝贵从抚顺供电公司退休,是土生土长的抚顺人,从小就深爱自己的家乡。20年前,辛宝贵意外得到一本《抚顺市志》,一读便爱不释手,从此点燃了对书籍的热爱。他突发奇想:何不将有关抚顺的各种书籍全部收集起来?从此,他开始收集一切与抚顺有关的书籍。大街小巷的旧书摊,角角落落的废品收购站,时常能见到辛宝贵的身影。不论是早已绝版的地方志,还是泛黄的照片集、回忆录,只要涉及抚顺市,他都毫不犹豫地买下并妥善保管。如今,他已经收藏了3000多本书。他藏书不仅自己阅读,也提供给大家学习与研究。许多学者、作家慕名而来,在他这里寻找需要的材料。书屋藏着的不仅是书,更是一座城市的灵魂和历史。自从退休后,辛宝贵的时间更充足了,他还对藏书进行了分门别类,方便广大读者查阅。

### 主持人发言

“银发力量”如涓涓细流,汇聚成推动社会进步的磅礴江河,必将激励身边的人为社会贡献力量,让自己的人生绽放光彩!



放风筝 李陶/摄



### 酸不酸

一天,我带孙女在楼下玩,遇见老李提着一袋橘子从外面回来。老李从塑料袋里掏出两个黄澄澄的橘子,塞到了孙女手里,然后聊了几句就回家了。

这时,孙女剥开橘子,一瓣一瓣地吃起来。我问孙女:“甜甜,橘子酸不酸呀?”孙女说:“不酸。”我说:“给爷爷吃一瓣好吗?我尝尝酸不酸。”孙女立即剥下一瓣橘子。我正想夸她懂事,她却直接把那瓣橘子放进了自己嘴里。孙女冲我笑了笑,说:“爷爷,您看我的表情,就知道酸不酸了。”

汪小弟/文

本期乐园答案:1.对; 2.皿;3.安;4.又;5.约;6.虫; 7.矢;8.月。



打卡网红动漫墙

王少青/摄

## 祖孙之间

### 孙子教我剪辑视频

今年春节,孙子从外地回来,为我们带来了欢声笑语。除了享受儿孙绕膝的天伦之乐,我还在孙子的耐心指导下,开启了一段全新的学习之旅——学习剪辑视频。

对于短视频制作,我只是略知皮毛,看到别人制作的精彩视频,总是羡慕不已,却苦于无处系统学习。我曾经几次在网上自学剪辑视频,都以失败告终。春节期间,孙子刚到家,我便和他聊起了短视频制作。在孙子的鼓励下,我决定再次尝试。孙子从基础软件下载讲起,详细介绍了视频从剪辑到制作的每个环节。我一边听一边认真记录,不一会儿就记了满满几页纸。当时,我感觉自己掌握了这些知识,不免有点小骄傲。

然而,当我独自尝试操作时,才发现远比我想得复杂。那些刚记住的步

骤,瞬间忘得一干二净。我一次次尝试,却一次次失败,心里不禁有些沮丧。但孙子始终没有放弃我,他总是微笑着鼓励我:“爷爷,慢慢来,不要着急,多练习几次就好了。”在他的陪伴和指导下,我反复练习。每一次失败,我都仔细回忆孙子的讲解,查找错误的原因,实在弄不懂就再去问。终于,我掌握了导入视频、编辑、裁剪、加入文字和音乐等基本操作。那一刻,我感到无比兴奋和自豪,自己终于可以独立制作一段简单的视频了。

这次学习经历,让我深切地感受到时代的发展和科技的进步。网络时代为我们带来了无限可能,即使在晚年,也能通过学习新技能,跟上时代的步伐,找到新的乐趣和价值。孙子的耐心陪伴,也让我感受到了亲情的温暖。

范云阁/文

