

银发老夫妻 红歌寄深情



余润华、丁德纯夫妇在排练歌曲。

■文/图 本报记者 杨旭

“数九那个寒天北风紧，焦裕禄同志冒雪出了门，挨家挨户来探望，风里雪里查

灾情……”12月8日，记者在市区双汇路棉麻龙泰小区见到余润华、丁德纯夫妇时，他们正在排练歌曲《焦裕禄是俺们的

知心人》。余润华今年81岁，丁德纯今年76岁。唱红歌是老两口晚年生活的一大乐趣，他们用饱含深情的歌声抒发对祖国、对党的热爱。

5年前，余润华在参加社区活动时结识了一群唱红歌的老年人，年轻时热爱音乐的他立刻跟着唱起来。回家后，余润华将此告诉了妻子，想让她一起唱红歌。起初丁德纯觉得自己年龄大了，记不住歌词，但当丈夫在家中播放红歌，她就觉得很激动，仿佛回到了青春岁月。最终，两人一起加入了漯河红歌团。

为了唱好红歌，老两口下了功夫，每周周一、周三、周五都参加红歌团的活动，从不缺席。在专业人士指导下，两人学习了声乐技巧，不断提高演唱水平。记者看到他们家中茶几上放着一个厚厚的笔记本，里面都是余润华手抄的红歌词谱。“这些都是我最喜爱的红歌。这本红歌词谱是我们的宝藏。”余润华说。

经典作品往往能引发情感共鸣。丁德纯说，红歌团的成员很多都出生在二十世纪四五十年代，许多红歌都耳熟能详。现在再唱这些经典红歌，大家仿佛回到了青春岁月。

“我们虽然年纪大了，也需要在集体活动中找到归属感。大家因为唱红歌走到一起，丰富了精神世界，充实了退休生活。”丁德纯说。

余润华、丁德纯夫妇经常跟着漯河红歌团到社区演出。“唱红歌让我们愉悦了心情、释放了激情，还传播了正能量，收获了快乐与友谊。”余润华说。

老两口印象最深的是在郾城区孟庙镇敬老院演出。他俩把拿手节目《老两口学毛选》唱得荡气回肠、韵味十足。老人们听得津津有味，演出结束后依依不舍，邀请余润华、丁德纯夫妇下次再来。那一刻，夫妇俩觉得特别有成就感，深感晚年也可以老有所为、老有所乐，继续发光发热，将快乐传递给更多人。

唱红歌也激发了余润华的创作热情。最近他和妻子一起读《中国共产党简史》，颇有感触。“我们俩都是贫苦农民出身，现在的幸福生活，以前连想都不敢想。”余润华对记者说，“众多革命先烈为党和国家的事业抛头颅、洒热血，他们的事迹深深地感动了我。我在考虑围绕他们的事迹创作一些歌曲，等作品创作完成，再邀你来家里听。”

征集新闻线索

或老有所为、老有所学、老有所乐，培养自身的兴趣爱好，展现快乐的老年生活；或热心公益、无私奉献，不求回报帮助他人、服务社会，传播正能量，倡树文明新风；或在养生与保健方面有独特的理念、方法等；或别具情趣、心灵手巧，在生活的某方面有特长和绝活儿；或老年夫妻相濡以沫、相互扶持，有着感人的爱情故事……

如果您身边有这样的新闻线索，请联系我们。电话：13938039936

欢迎提供新闻线索!



老妈厨房

蛋黄虾仁豆腐煲

■文/图 本报记者 杨旭

家住市区尚武街铁路工房小区的刘俊梅老人虽已84岁，仍经常下厨做饭。日前，她向记者介绍了家人爱吃的一道菜——蛋黄虾仁豆腐煲。

刘俊梅老人介绍，这道菜的灵魂是虾油。首先准备一些鲜虾。剥离虾仁后，将虾头和虾壳下锅油煎，直至变成金黄色。挑出锅中的虾头和虾壳，用筛网过滤油脂，一碗虾油就做好了。“每次做与虾有关的菜，我都会熬一些虾油。虾油在冰箱里能保存1个月，平时做菜时放一些，菜特别香。”刘俊梅说。

刘俊梅将4个鸭蛋黄与虾油一起小火慢炒。蛋黄开始发泡时，倒入虾仁，继续翻炒，随后放入豆腐，加水煮8



分钟。“鸭蛋白不要浪费，熬白米粥时放一些能增加口味。”刘俊梅说。

出锅前加入生油、白胡椒粉调味，再撒些许淀粉增加汤的浓稠度，最后用葱花点缀。蛋黄本身自带咸味，不用放盐。“这道菜做起来并不麻烦，需要注意的是炒蛋黄时一定要用小火，否则容易糊锅。”刘俊梅说。

创作文艺作品 讴歌幸福晚年

■文/图 本报记者 王培

“退休好比船靠岸，今后生活怎么办？丰富多彩夕阳，点赞！自然规律进老年，难免银发步履蹒跚，心态平稳快乐行，向前！家庭和睦社会安，媳妇女婿不要攀，儿女自有儿女福，少管……”这是陈大双创作的三句半作品。今年60岁的他退休后热衷创作，通过诗歌、三句半、快板等，歌颂美好生活，传递社会正能量。同时，他还积极参与公益演出，创作、主持、表演……晚年生活过得有滋有味。

12月22日，在市区人民路君悦府小区，记者见到陈大双时，他正在创作。在他的书房，记者看到书架上摆放着《诗韵新编》《诗词格律与创作》等书籍，打开电脑，里面保存着他的作品，有诗词、有三句半、广播剧、相声等，还有他每次参加节目准备的主持词。“我年轻时喜欢诗

词。这首诗是年轻时写给我爱人的，这首诗是写我们的工作……”他一边翻看以前的作品一边向记者介绍。

2018年，陈大双退休了。正当他思考怎样安排退休后的生活时，一位爱好文艺的朋友邀请他加入我市的爱心艺术团。“反正闲着也是闲着，不如和大家一起唱唱跳跳，为群众演出，发挥余热。”他想。于是，他加入了这支文艺团队，后来还担任了爱心艺术团的副团长。他主持、表演样样在行，经常跟艺术团进社区、乡村、敬老院参加各种公益演出，把精彩的节目带给群众。同时，他还加入了市文化馆组织的合唱团，在这里学习了专业音乐知识。

爱好文学的他还尝试创作。他找来各种资料自学，加上原本有写作基础，创作出不少反映群众心声、凝聚时代精神的文艺作品，生活中的点点滴滴都成了他创作的源泉。他还根据演出时的宣传内容进行创作。比如为了宣传预防

艾滋病的知识，他创作了三句半《远离艾滋健康行》；为了助力普法宣传，他创作了三句半《普法宣传在行动》；为了迎接全国儿童预防接种宣传日的到来，他创作了三句半《预防接种更轻松》……近日，他又创作了群口音乐快板《六中全会送春风》，宣传党的十九届六中全会精神。创作中，为寻找最合适字词，他总是反复推敲，再三修改。有时已经睡下了，半夜惊醒，脑海中突然冒出灵感，他就赶紧起床，拿笔记下来。他创作的作品既接地气又有深度，充满正能量，深受群众欢迎。

今年4月，陈大双和同为艺术团副团长的孟艳伟一起创作并主演了广播剧《刑场上的婚礼》，为建党百年献礼。节目演出时，不少观众感动得落下了眼泪。《刑场上



陈大双在创作。

的婚礼》还在源汇区群众优秀文艺节目评选中获奖。

每天，陈大双不是在排练、演出，就是在创作、学习，生活简单而充实。他用作品讴歌幸福生活，又通过演出把快乐带给更多的人。



往日情怀

割舍不断的故乡情

■成新安

1978年3月8日是我终生难忘的日子。这一天我应征入伍，穿上绿色的军装，成为一名光荣的解放军战士，踏上了保家卫国的征程。次日上午，我们带着亲人的嘱托和厚望，乘坐敞篷大卡车从舞阳县武装部出发到许昌火车站，与叶县籍的新兵汇合。两地新兵乘坐闷罐车前往西北高原。闷罐车没有灯，窗子很少且很小，不透气。车厢里并列铺着一排排苇席，大家席地而坐或放下背包躺着。不一会儿，“哐当”一声闷响，火车启动，离开了许昌火车站。

飞驰的火车一路向西，日夜兼程，到达西北高原的一个小山沟。军营被群

山环抱，交通不便。部队生活虽然艰苦，但能锤炼人的意志。我和战友们在操场上出操、走队列，摸爬滚打，生活紧张而有序。在那物资贫乏的年代，商品供应十分紧张。一次偶然的机会，我发现一个战友抽的竟然是漯河卷烟厂生产的卫星牌香烟，触物生情，思乡之情油然而生。我询问他得知香烟是在军人服务社购买的。吃过晚饭，我直奔军人服务社，购买了一条家乡生产的香烟，如获至宝，高兴地跑回了连队。

战友陆续回乡探亲，归队时少不了带一些家乡特产与大家分享。南方的战友大多带些热带水果，北方的战友带大枣、核桃之类的土特产。漯河籍的战友

跃进探亲回来，带回两样漯河的产品：一样是食品罐头厂生产的午餐肉罐头，另一样是卷烟厂新生产的金雀牌过滤嘴香烟。战友们见了一窝蜂地扑上去，争相品尝。我知道，身在外地的人见到家乡的产品就如见到亲人，递到他们手上的香烟，其实是家乡的问候和浓浓亲情。大家快乐地分享着来自家乡的产品，谈论着家乡日新月异的变化，憧憬着美好的未来，那种情怀、那份惬意，就像喝了美酒似的使人陶醉。

保家卫国终不悔，驰骋疆场献青春。我怀念曾经的岁月，往事历历在目，仿佛就发生在昨天。如今我已年过花甲，但那割舍不断的故乡情经常回荡在我的脑海，回味无穷。



▲富贵吉祥(国画) 董新会作

家庭纪事

我家的老座钟



■邢德安

“他爸，座钟停摆了，你快调一下吧。我要蒸馍了，还要看时间呢！”妻子说着端起面盆朝案板走去。我急忙

起身去调座钟。我家这台座钟是1992年买的，已经陪我们度过了30个年头。这台座钟在我们家是古董般的存在，我们一直使用着。不知是惜物还是恋旧，总觉得它的身上似乎有我们浓浓的感情，看到它不停地摆动，我们心里就感到踏实。

这台座钟可以说是我们家由贫穷走向富裕的见证。虽然如今已经锈迹斑斑，但它的声音仍浑厚响亮，不时回荡在我们的生活中。

买这台座钟的时候两个儿子正上初中，每天早上5点多就要去学校。喊孩子起床上学，时间靠鸡鸣叫来判

断，不是早便是晚。一个冬天的早上，一觉醒来，我看到窗外天色很亮，急忙唤醒了儿子，催他们赶紧去学校。谁知过了大约半小时，他们回来了，说学校尚未开门，看门的人说才凌晨3点多。此时我才知道是我误把月光当晨曦了。看着冻得发抖的两个孩子，我心里挺不是滋味。这年夏天，我拿着交公粮的余款，狠下心花了59元钱买了这台烟台产的“北极星”牌座钟。自此，我们家再也没有出现过上述情况。

进入新世纪后，生活越过越好，房子翻修重建，家具更新换代，这台座钟好像也没了用武之地。儿子们多次建议把它处理掉，我和妻子都不同意。它对我来说意味着一段难忘的岁月，我将永存内心。

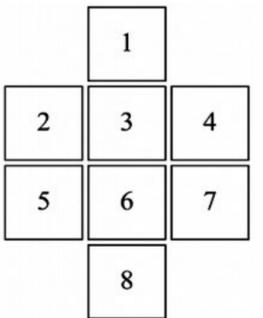
征稿

本版真诚关注老年人的生活。如果您平常喜欢写写画画，这里为您提供一方展示自我的平台。老有所学、老有所乐的心得，家庭生活、祖孙相处的动人瞬间，邻里、朋友之间的温情故事，外出旅行的所见所闻，发生在身边的新鲜事，在养生、健身方面的经验等，您都可以动笔写下来，与大家一起分享。您的书法、绘画等艺术作品，或者生活中的巧手小制作等，也可以在这里展示。投稿请用电子版，书画作品拍成照片，写清楚姓名、年龄、地址、联系方式，发送至信箱13938039936@139.com。联系电话：13938039936。

健脑游戏

排列数字

右图1~8个数字有序排列在一起，请重新排列这些数字，使任何两个连续的数字，在上下、左右和对角线方向上都不相邻。



逻辑推理

现有红、蓝、黄、白、紫5种颜色的珠子各一颗，且都用纸包着，摆在桌上。有甲、乙、丙、丁、戊5个人，猜纸包里的珠子的颜色，每人限猜两包。甲猜第二包是紫的、第三包是黄的，乙猜第二包是蓝的、第四包是红的，丙猜第一包是红的、第

五包是白的，丁猜第三包是蓝的、第四包是白的，戊猜第二包是黄的、第五包是紫的。猜完后打开纸包一看，每个人都猜对了一种，并且每包都只有一个人猜对。请你猜一猜，他们各猜中哪一种颜色的珠子？