

85岁老头喜欢钓鱼爱好书法

身体健康乐在其中

□本报记者 牛超

85岁依然红光满面,皱纹也很少,虽头发花白但腰杆笔挺,走起路来虎虎生风。他就是家住市区矿工路中段向阳路1号院的周新献,一位喜欢钓鱼和书法的老人。

退休后,他迷上钓鱼

“您今年85岁?”10月12日上午,记者见到周老伯时,再次向他确认年龄。“85岁。”周老伯说话中气十足。

周老伯原籍南阳,1998年从平煤神马集团一矿退休。

“退休前,他是个‘工作狂’。”周老伯的老伴胡淑芳阿姨说。办了退休手续,忙碌的生活猛地停下来,周老伯特别不适应,无聊之余,开始爬山。

早上4点多起床,爬到山顶时天还未亮。天天如此,风雨无阻。爬了两三年,膝盖出问题了。原来,活动量太大,半月板磨损严重。医生告诫他要减少活动量。这时,他遇到几

个钓鱼爱好者。

“他们说钓鱼很有趣,还能锻炼身体,我就有些心动。”周老伯说。

学会钓鱼后,周老伯便迷上了,几乎隔天就骑着自行车到周边的水库、河边去钓鱼,甚至下雪也不能阻挡他。在钓鱼的过程中,他的身体也越来越好。

渔翁之意不在鱼

不过,对周老伯来说,垂钓之意不在鱼。

“我不爱吃鱼。每次钓的鱼,要么送给街坊四邻,要么全部放生。我就是享受那个过程。”周老伯说,“千万别小瞧了鱼,它机灵着呢!你在钓鱼,鱼也在钓你,它会多次试探鱼饵,与你斗智斗勇,所以每次有鱼上钩,都是一件开心的事。”

周老伯说:“钓鱼时间长了,确实有利于健康。”

有鱼的地方,环境通常都不错,呼吸着新鲜空气,心情也会变好。每当鱼饵往水里一



10月1日,周新献在参加钓鱼比赛。本报记者 禹舸 摄

抛,浮标往水里一立,眼睛盯着浮标时,头脑里什么事也不想了,心里特别平静,什么烦恼都没有了,日久天长,不但不觉得累,反而愉悦的心情就“钓”出来了,而且日晒时间长,也不会骨质疏松。

老伴胡阿姨说:“我跟他去了几次后,发现钓鱼真的很不错。没有鱼上钩时,他也起来在周边转转,活动活动。现在,我和孩子都支持他钓鱼。”

年纪最大的钓鱼选手

今年10月1日,市区西环路湛河桥东侧的湛河两岸举行了全民健身系列活动——钓鱼比赛。当天的比赛共有200多名钓鱼爱好者参赛,周新献是年龄最大的参赛者。

“我家里订有《平顶山晚

报》,老伴看到有钓鱼比赛,就告诉了我,我委托孩子给我报了名。”周老伯说,“之所以参赛,一是当天是国庆节,二是我的生日也在这天。与国家一起过生日,而且还有我喜爱的钓鱼比赛,我觉得很有意义。”

平顶山钓鱼运动协会专门为老人送上了生日礼物——鱼浮、衣服和帽子。老伴和孩子也来到现场为他加油。

当天,老人以两个小时钓上5条鱼的成绩,获得第二名。老人告诉记者,其实他钓了7条,另外两条有点小,他放生了,“重在娱乐”。

他还是书法爱好者

在老人的客厅、书房等处,挂有多幅书法作品,隶书、行书、小楷……在一张两米多宽

的书桌上,放着写了一半的隶书《岳阳楼记》。

“这都是他写的,就这两爱好,钓鱼和书法。”胡阿姨说。

周老伯自小喜爱书法,经常临摹一些书法家的作品。上班后因为工作忙,书法被“晾”在一边,退休后又“拾”了起来。现在,周老伯还是平煤神马集团书法协会和市老年书法协会的会员。“每逢建党节、建军节和国庆节,我们都会举办书法展,我也会送一些作品去参展。”周老伯说,现在,钓鱼和书法就像他的两个孩子,“天气好时,会约着老伙计一起去外面钓鱼;天气不好时在家练书法,修身养性、自得其乐。”

“可能是得益于钓鱼,我现在眼不花,写字、看书都不用戴老花镜。”周老伯开心地说。



周新献在家书写隶书《岳阳楼记》 本报记者 牛超 摄

年轻只身闯山东 年老陪父度晚年

种花种菜愉悦身心



李胜利给父亲递茶

□记者 胡耀华 文/图

本报讯 10月13日,鲁山县

张良镇营东村一农户家,干净整洁的院内,种植着各种各样的花草,虽已近深秋,有的绿意

盎然,有的花儿还在开放,让不大的院子充满生机。房屋门口处,66岁的李胜利与92岁的父亲在坐着聊天。

“父亲年轻时没少操劳,现在老了,我们应该陪伴和照顾他。”李胜利一边说,一边将手中的热茶递给了父亲。

66岁的李胜利并未把自己看得很老。现在除了陪伴父亲,就是养养花、扫扫地。

李胜利记事起家里就穷,初中毕业后,他回家务农。后县里组织果树技术培训,他报了名,从此与果树打上了交道。1986年,李胜利承包了村上一处苹果园。1989年,不甘贫困的李胜利放弃果园,决定外出闯荡。

“那时候没有钱,一路上都是扒货车,多数时候靠步行。”回想当年情景,李胜利感慨万千。他说,那时候真是“闯山东”,靠着乞讨,最后到了青岛。

李胜利在青岛找了一家服装批发店打工。稍有积蓄后,他租了个摊位儿,尝试服装经营,虽然一天仅赚10多块钱,但他感到很满足。

“也是从那时候起,生活慢慢好起来了。”李胜利说,由于生意好,他把妻子和儿女也带了过去,一直到今天,青岛仍有他的服装批发生意,儿子和女儿的生活也很幸福。

10年前,李胜利的母亲去世。2015年,他把生意交给儿子,决定回来陪伴父亲。

“老年人都爱把晚年幸福寄托在子女身上,认为子女能陪伴身边才叫晚年幸福,所以我要尽量满足老人的心愿。”李胜利说。

李胜利人勤快,除了照看父亲,还种了庄稼和蔬菜,并利用年轻时学到的嫁接技术嫁接了不少红梅。冬春季,李胜利还出去帮人修剪果树,“人不能闲着,闲着容易生病”。自从家里种上花草后,父亲也经常帮助浇水、拔草等,有时候父子俩一起干,愉悦了身心,也锻炼了身体。

“他放着生意不做专门回来照顾我,对我可好了。”提起儿子,李胜利的父亲笑着说,“现在的生活真是幸福极了。”