



扫码阅读

中道逢嘉友

■ 普显宏

2017年的一天，我在单位办公室见到一本素未谋面的杂志——《金色时光》。仔细阅读后，我才知道这是云岭先锋杂志社出版的新刊物，一本以老年人为服务对象，面向全国发行的杂志。

我津津有味地读起来，发现杂志开设了一个名为“养生经”的栏目，刊登老年人关于养生保健、延年益寿方面的经验文章。我在南华县龙川社区卫生服务中心担任副主任技师，常利用休息时间写点科普文章，看到“养生经”的征稿启事，我想到了在楚雄州图书馆遇到的93岁的李品芳老人，将他二十多年如一日前往图书馆读书看报的故事写了出来。此外，我对杂志开设的“畅谈云岭新变化 展望云岭新发展”征文也颇有兴趣，尝试着写了一篇文章投稿。

2017年第12期《金色时光》中，我写的《读书使他寿而康》和《老父亲三次建房》2篇文章同时刊登，令我喜出望外。我再接再厉，又在2018年第3期《金色时光》的“养生经”栏目发表《跟着88岁老人学养生》一文，写的是一位“边纵”离休干部的养生诀窍。

在老家牟定县新桥镇羊肝石村，我曾接触过一位103岁的长寿老人郭兰英。过去，村里自然条件差，饮水不便。老人不吃早点，每天起床后就喝一大瓢冷水，然后出门晒太阳。当时，我认为老人的生活并无特别之处，几年后再翻看笔记，觉得养生并无定法，老人持之以恒的习惯，本身也是一种养生之道。

于是，我写成了《百岁老妪的养生秘诀》



作者在阅读《金色时光》

一文，发表于2020年第10期《金色时光》。也许是我热心投稿的缘故，荣获了《金色时光》2018-2019年度“养生经”征文三等奖。

受此激励，我的写稿热情空前高涨。2022年春天，我到南华县雨露白族乡力戈龙潭采风，见很多泉眼干涸，是由于周围栽种大量桉树之故，就写了一篇名为《不要栽桉树》的文章，投寄到云岭先锋杂志社出版的另一本刊物《致富天地》的“农家茶座”栏目，想引起农民朋友的重视，但文章没能刊发。后来，我才知道，“农家茶座”每期都会设置一个话题，目的是增强与读者的互动性，要关注农事、围绕话题写稿，才符合刊发要求。对《致富天地》2022年第6期“农家茶座”的话题“如何看待超前消费”，我有感而发，写了一段文字，也顺利发表。

出门万里客，中道逢嘉友。《金色时光》就是我此生遇到的“嘉友”。再过数月，我即将退休，迈入“银发族”行列。如此一来，读书、看报、写作的时间会更加充裕。继续写稿投稿，就是我今后努力的方向。📖

我和党刊的故事
征文