

照顾岳母40年如一日

董安德，男，1958年1月出生，家住江苏省连云港市连云区墟沟街道大巷社区。1981年结婚后，他把患病的岳母接到家中照顾。这一照顾，就是40年，如今岳母杨秀凤已经101岁了。2006年秋天，妻子陶文萍因病去世，董安德也没有想过放弃，“做人要对得起良心，我不能撇下岳母啊！”2019年11月，董安德入选“中国好人榜”。

接岳父岳母同住

董安德是大巷社区闻名的孝顺女婿。他在幼年不记事时，父亲就不在了，高中刚毕业，母亲又因肝病过世。想起这段往事，他心里还是酸酸的。1981年，董安德结婚了，有了一个小家。

妻子是家中独女，岳母又有高血压、冠心病，董安德干脆把两位老人接来一起住。不过，平静幸福的生活很快就被击碎了。1998年，岳父因食管癌晚期去世。此前，为了给岳父看病，家中积蓄已所剩无几。紧接着2000年初，妻子陶文萍经医生诊断确诊为脑胶质瘤。看着病房里的妻子、家中年迈的岳母还有两个年幼的女儿，董安德暗自下定决心：作为家里的顶梁柱，砸锅卖铁也



要照顾好家人！屋漏偏逢连夜雨。2001年，董安德所在工厂倒闭，他下岗了。

为了岳母他不再婚

妻子手术后，要继续治疗，岳母也要吃药输液。为了生计，董安德只能拖着疲惫的身躯在夜里兼职。接送残疾小孩上下学、做保安……他那些年干过很多工作。

由于脑胶质瘤一再发作，2006年，妻子陶文萍去世。经历了丧夫丧女的悲痛，时年88岁的杨秀凤老人悲痛欲绝，身体状况更差了。为了让岳母从悲痛中走出来，董安德决定不再婚娶，把岳母当成亲生母亲照顾。

照顾体弱多病的岳母需要耐心，也需要像照料幼儿一样细心。软烂的饭菜、温暖的衣服、床头的奶粉蜂蜜……董安德总是变着花样让岳母过得更舒服。看到董安德忙个不停，老人总是笑眯眯的。

“岳母牙都掉光了，肉要用高压锅炖烂，这样不用怎么咀嚼就能吃下。”岳母最喜欢吃小白虾，董安德也会经常买，由于虾壳略硬，他会一个一个剥壳，小心翼翼地喂给岳母吃。

得益于董安德的悉心照顾，岳母杨秀凤虽然已经101岁，不怎么能说出完整的话，但身体还不错，一部分生活起居还能自理。

自从妻子过世后，董安德在附近学校找了个维修工作，加上退休工资每月有4000元左右收入。他白天可以回家做午饭，偶尔也能回家照顾一下岳母。不过夜里，他不敢睡得太沉，时不时要打开岳母房门看一眼。担心冬天太冷可能会引起感冒，他还花了两万多元给家里装上了暖气片。

岳母房间墙上挂着一个摄像头，正对着床。这是董安德为了确保他外出时，能够照顾到岳母的安全，连上网络就能随时看到岳母在家的状态。

据中国文明网

在民俗流变中守望文化精神

□肖俊

一元复始，万象更新，春节的脚步越来越近了！作为中华民族传统节日，它见证了中华文明的悠远灿烂，凝结着中华民族的血脉亲情。这份厚重的精神底蕴，需要我们每个人去守望传承。

我们至今还会在年俗的喜乐中行吟王安石的“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏”，因为它点出了春节所蕴含的万象更新的意义。春节，既是记录文明历程的重要载体，也是复苏文化记忆的重要时刻。

岁月不居，时节如流，人文日新，年复一年。与周围的新鲜事物一样，春节文化也在经历着创新蝶变。过去，全家人围炉夜话，共享年夜大餐；如今，科技新风赋予春节时尚的气息。微信、抖音、支付宝，全民广泛应用；网络、广播、微视频，全媒体传播；回家、春晚、中国年，家国情怀高涨。过去，城市务工者返乡过春节；如今，“反向春运”昭示城市化新动向。过去，大吃大喝、铺张浪费是一种节日常态；如今，移风易俗扬起清风正气，从“年年有余”到拒绝“剩宴”，过出了节俭味。科技

与文化、习俗与新风，交错叠加，融为一体。

然而，无论过年的形式怎样变化，无论时代怎么变迁，但价值内核却经久不变，那就是我们心中对亲情团聚的深深眷恋，对幸福生活的热切向往，对未来光景的无限期待。这些正是传统文化的核心要义。

人们春节期间团聚在一起，聊聊家常、互致祝福，分享过去一年的收获，同时表达对新年的美好祝福。春节的礼仪文化透过各种习俗活动得以延续至今，使得年味又多了一份仪式感和神圣感。通过祭祖、拜年、压岁钱、团圆年夜饭等春节习俗，弘扬了尊亲爱幼的传统美德，敦厚了家族的血缘亲情。

春节是新的开始，预示着新的希望。在流动的时代感受团圆的温暖和力量，在变化的时间里守护不变的文化基因，我们将更有动力创造美好生活，肩负传统迈向新征程。



颜延之《庭诰》

颜延之（384—456年）字延年。琅琊临沂（今山东临沂县）人。南朝宋著名文学家。他曾任太守、中书侍郎、金紫光禄大夫等职，故或称“颜光禄”。《庭诰》是颜延之晚年留给子孙的遗训。“诰”，即古代的一种告诫性的文章。“庭诰者，施于闺庭之内，谓不远也。”“庭诰”即对家人的告诫。

《庭诰》共分两部分：前一部分主要讲修身的重要性。其关键在于清心寡欲，身先垂范。要使家庭和睦，子弟孝悌，家长首先要具备孝、悌、慈、信的品德。他说：“身行不足，遗之后人。欲求子孝，必先慈；将责弟悌，务为友。虽孝不待慈，而慈固植孝；悌非期友，而友亦立悌。夫和之

足，必有不信。”

后一部分主要讲家长应该恬淡宽愉，教子谨慎择友。人的品行是可以改变的，可以变好，也可以变坏，关键在于接近什么样的人。他说：“然喜过则不重，怒过则不威，能以恬淡为体，宽愉为器者，美矣！大喜荡心，微抑则定；甚怒烦削，小忍即歇。故动无愆容，举无失度，则物将自悬，人将自止。”

这是说的加强自身修养，自我克制不良情绪问题。

晚综



走姿礼仪(二)

日常练习走姿注意的细节：

- 1.挺起胸部，全身伸直，背和腰不能弯曲，膝部也不能弯曲，全身成为一条直线。
- 2.成直线前进，不左右摇摆，脚尖向前伸，不应向内向外。

3.姿态自然，全身协调，不要死板僵直的前进，这样会显得呆板；摇摆太厉害，则显轻佻；走的自然配合手脚动作，方能显示走路的姿态美。

4.也不要因为太过在意走姿而适得其反让身体过度紧张，事实上，最自然的走姿才是最

正确的走姿。(未完待续)

据中国礼仪网



国学名言名句赏析(六)

大君子有大道，必忠信以得之，骄泰以失之。

【注释】选自《大学》第十六章。君子：指为君上者。道：修己治人之术。忠信：尽己之心而不违地物。骄泰：骄横放纵。

【赏析】在儒家的德政思想中，立信于民占有极其重要的位置。孔子在《论语子路》里说：上好信，则民莫敢不用情。即为君上者讲信用，人民就会以实情相告。为上者做到言出即行，表里如一，以实际行动取信于人民，得到人民的信服，就会得到民心，获得人民的支持和拥护，国家政权也因此而得到巩固。

所以说，治国的大原则就是必须忠诚守信来争取人民的拥戴。

道得众，则得国；失众，则失国。

【注释】选自《大学》第十四章。道：言说之意，指治国的道理。

【赏析】儒家治国思想是为政以德，以礼治国，以民为本。这句话所阐述的道理和孟子的“得道者多助，失道者寡助”同出一辙。在上位者，要重视民众的力量，把人民作为立国之本，因为民众的向背，决定着国家的存亡。有仁德的君主，应顺应民心，以推己及人，“己所不欲，勿施于人”原则，宽以待民，善待民众，关心民众疾苦，让民众安居

乐业。获得人民的支持和拥护，自然保有天下。这种治国思想对后世产生深远的影响。

财聚则民散，财散则民聚。

【注释】选自《大学》第十四章。

【赏析】治理国家，财用之源自人民的辛勤劳动。国君若能从爱民出发，节约用度，使人民能生活充裕，以达到爱民、善民、富民的目的，人民自然而然会人心归向，辛勤耕作，贡献国家。所以，《大学》强调为上者要修养道德，公正无私，廉洁自律，与民同乐，拥有了人民，才是真正的拥有财富。

(未完待续)

老庙

给您带来好运气

五运呈祥 庙致好运

历经百年辉煌，始终秉持对传统文化的沿袭与创新

弘扬传统文化 传承国学经典

漯河日报社 漯河老庙银楼 联合推出