



◎金婚故事◎

“我能想到最浪漫的事，就是和你一起慢慢变老……”当年，赵咏华的一首《最浪漫的事》红遍大江南北，其中很重要的因素就是表达了爱人间质朴的心愿：执子之手，与子偕老。相扶到老不容易，近段时间，本报刊登了多对老年夫妇的金婚故事，不少读者在羡慕的同时，更想了解这些金婚夫妻背后的故事。不急，就让记者带你走进他们的生活，聆听属于他们那个年代的爱情故事及婚姻保鲜秘籍。

老中医与老伴的 幸福生活

在我市的一家药房内，有一位叫杨崇云的老中医，他每周一、三、五早上8点就来到工作地点，为病人诊脉、开药。拿药的是他的老伴吕元芝，她的动作特别麻利，只需要看一眼药方，就能很快地在1000余味中药中准确地找到需要的那一味。夫妻二人腰板挺直、笑声朗朗，50年的合作让他们看上去十分默契，脸上也总是露出舒展的笑容。当患者知道他们已经72岁的时候，无不露出吃惊的表情。杨崇云说，幸福的晚年得益于良好的夫妻关系、和谐的亲子关系和有效的养生方法。



养生有道 身体健康

作为一名老中医，杨崇云对于养生自然有一套，得益于他的日常调养，夫妻俩才能身体健康，看上去十分显年轻。吕元芝说，自己平时几乎没有吃过药，高血压、糖尿病等基础病也从未找过自己。即便现在已经72岁，她最多的时候一天曾经取过150服药，年轻人都喊着胳膊疼，自己却没有什么感觉。

二人的养生诀窍是什么呢？杨崇云说，第一是几乎不在外面吃饭，常年在家做饭。“为了追求味道，餐馆里的菜一般都是重油、重盐，常吃会给我们的血管、肾脏等带来很大的负担。”他这样告诉记者。在家做饭也有讲究，多吃新鲜的、当季的蔬菜和水果，少油少盐，清淡利口，夏天多吃苦瓜、芹菜、木耳等，肉类也是不可缺少的，但是要尽量选择牛肉、鸡肉和鱼肉，少吃肥腻的五花肉和动物油脂。“我家也从不外买馒头，吃的馒头都是我自己做的。”吕元芝说。

在杨崇云的手边，随时都会有一个保温杯，里面根据季节变换总会有不同的中药材。他说，中医讲究辨证施治，体质不同，所需的中药材也不同。他让记者来看看，现在泡的是补气补血的山茱萸、养阴的熟地和助消化的山楂。除了中药茶饮，夫妻俩最常喝的饮料是茶水，空闲时间在家泡杯茶，不但能提神、去火，对饮或者独酌都有特殊的趣味。

早睡早起是二人多年养成的好习惯，日出而作、日落而息，二人顺应天时，几乎从不熬夜，这也是他们保持好身体的一个诀窍。锻炼的时候适可而止，感觉到劳累的时候就停止，从不勉强自己。不打牌，不打麻将，时常情绪平和，自然就能心态乐观，从而保持良好的身体情况。

因为对养生有讲究，杨崇云的父亲已经98岁高龄，至今仍然生活能够自理，还能骑着三轮车四处转转。杨崇云说，目前自己已经有了8个孙子辈，3个重孙，每到过年的时候，全家20多口人聚集在一起，十分热闹。

吕元芝提起孩子们就乐开了花，她说，大年初一大早孩子们就都来到了，儿子儿媳、孙子孙媳、重孙子轮流磕头行礼，自己和老伴会提前给他们每人准备好红包，虽然钱不多，但图的就是一个乐呵。这个五世同堂的大家庭父慈子孝，其乐融融，成为了亲戚邻居心中的楷模。



文/图 京九晚报全媒体记者 戚丹青

五十年前 二人结缘

杨崇云告诉记者，自己是宁陵县程楼乡杨楼村人，与中医的缘分还要追溯到爷爷那一辈。“我爷爷是个有心人，他的一大爱好就是收集中药方。”杨崇云说，这个爱好不但让自己和家人保持健康，邻居们有个头疼脑热的，也去家里讨要药方，然后自行抓药、煎药，靠着这个爱好，他在邻居中拥有良好的人缘。

受爷爷的熏陶，到了伯父和父亲这一辈，就通过正规的学习成为了中医大夫。杨崇云自小在这样的环境中长大，“门里出身强三分”，不到20岁，他就跟着父亲行医了。高中毕业后，他先到宁陵县一个专门培训医生的培训班学习，又到许昌中医院、北京中医学院进修，毕业后被分配到程楼乡卫生院工作，10余年后，因为业绩突出，又被调任至华堡乡卫生院任院长，然后再到宁陵县卫校附属医院工作直至退休。可以说，他是那个年代农村少有的文化人。

自己能识文断字，伯父、父亲都是医生，家庭条件也可以，到了该找对象的年纪，他对对方的要求自然也不低，有文化成了第一个条件。他认为，这样两人才能更有共同语言。经过媒人介绍，邻村的吕元芝出现了，她与杨崇云同龄，高小毕业，外貌俊秀的她在同伴中十分突出。二人对彼此均十分满意，结婚就成了水到渠成的事。

刚结婚时，杨崇云在外工作，还经常到外地学习，即便是回到家，一天工作下来也十分劳累，他不会做饭，也不爱干家务，照顾老人、抚养孩子的重担就落在了吕元芝一个人的身上。对此，夫妻俩也曾有过争执，但每次又重归于好。吕元芝说，自己是一个受传统教育长大的女性，丈夫不爱做家务这件事，自己只是偶尔发脾气，但心里是能接受的。杨崇云则说，自己是用另一种方式承担着责任，那就是努力挣钱，少抽烟、少喝酒、不打牌，把工资都交给家人。“我那时一个月的工资是38.88元，现在看起来不多，但当时的物价低，熟羊肉才0.45元一斤，再加上家里还有地，收的粮食够吃饭的，两项收入加起来，我们家的生活在村里是数一数二的。”杨崇云说。

共同工作 更有默契

夫妻二人共生育了三儿一女四个孩子，在他们的精心抚养下，孩子们慢慢长大并进入学校，吕元芝一下子轻松了。这个时候，杨崇云的工作也调到了华堡乡卫生院，离家远了，回家更不方便，吕元芝选择和他一起到了工作地，并在药房里工作。她有文化，又在家里耳濡目染，拿药对于她来说轻车熟路。夫妻二人一个开药方，一个拿药，生活中相亲相爱，工作中互帮互助，小日子过得十分美满。

杨崇云退休后，身体条件特别好的他先是来到郑州的一家医院工作，七八年后，他回到商丘，孩子们都劝说他休息，但他觉得一辈子积攒的知识不用太可惜了，正好一家药店需要招一名有工作经验的中医，为市民把脉开方。杨崇云接下了这份工作，每周一、三、五早上8点之前，他就会和老伴一起准时来到药店工作，直到现在72岁高龄，二人仍然勤勉，几乎没有迟到早退过。

“她是个‘老封建’。”杨崇云对老伴的这个评价让人忍俊不禁，问他为何有这个说法，他说，老伴接受的是传统教育，年轻时回娘家都不好意思一起走，而是要一前一后隔开一段距离，生怕别人笑话。现在在城市生活多年，她仍然坚持这一套“相处法则”。杨崇云说，看到别的老两口相扶相携，自己有时候也会浪漫一把，过马路的时候尝试着拉住老伴的手，但每次都被她甩开了。“手就像触电一样。”他的形容让吕元芝不好意思地笑弯了腰。老伴如此“封建”，杨崇云却没有放弃，现在老两口外出旅游，反正谁都不认识，吕元芝没有了心理压力，再遇到老伴递过来的手，她也会偷偷牵住，两人仿佛回到了年轻的时候，彼此的心里充满了甜蜜。但也仅限于外出，在熟悉的环境中，吕元芝仍然坚持自己的做法，她说，孩子都长大了，怕他们看见了不好意思。

在杨崇云的手机相册里，有吕元芝身着各式裙子的多张照片，他说，老伴操劳了一辈子，一直勤俭持家，现在经济条件好了，儿女都已经成家立业，老两口也到了享福的年纪，只要是她相中的，别管花多少钱，他都会毫不犹豫地买下来。