



关注“新民银发社区”，  
就是关心自己，关心父  
母，关心父母的父母

# 金色池塘

成为老人的艺术算  
不了什么,真正的艺术在  
于战胜衰老。——歌德



本报副刊部主编 | 第 134 期 | 2016 年 11 月 27 日 星期日 主编:龚建星 责编:龚建星 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn



最近，笔者采访了本市一些出版社，据一些编辑人员介绍，每年都有不少老年人抱着打印好的书稿或电子版联系自费出书，许多老年人把出书视作精神生活的一种新追求，当下这已成为一件时尚的事情。

## 精神生活新追求

今年 89 岁的解敦武原是浦东新区饮食服务公司经理，离休后他参加了上海老干部大学摄影班的学习，渐渐爱上了摄影。10 年间他背着照机，跑了 320 个城市，拍摄古塔一千多座。而且每到一地，有感而发，赋格律诗一首。不久前他出版了《中华古塔倩影》和《解敦武诗词选》。谈到出书，解敦武说：在过去这件事想都不敢想，而今却如愿以偿。雁过留声，人过留痕。人活一辈子总要留下一点东西，这两本书就是我留下的“宝贝”。

刘惠钧原是自行车厂工人，退休后他爱去横店、车墩影视基地当群众演员，十多年时间参与过百余部电影的拍摄，饰演过官兵、强盗、过路人、逃犯、车夫、店员等。每次演出后，刘惠钧都要写一篇回顾文章，或谈拍戏的体会，或谈与名人交往的感受。40 余篇文章全挂在九九关爱网站上。不久前，他将 40 多篇网络上文章，配上剧照，由老艺术家秦怡题写书名，出版了《影缘》一书。他拿到油墨飘香的新书时，难以抑制兴奋的心情，说：我终于有了自己的第一本书，我好开心噢！出书是我人生的大事、喜事，全家人都为我庆贺！

年逾六旬的郑林森从浦东新区老干部活动中心退休后，一直热衷于“爬格子”，经常在报上发表文章，而今已出版了故事集、随笔集等。他说：“出书有一种成就感，感到很自豪，很骄傲。”在亲朋好友面前，在一些聚会上，他有时也会展示自己写的书。

年逾 9 旬的李元馥是位离休干部，抗战时参加革命，新中国成立后曾任上海市总工会南市区办事处主任等，1981 年退休后，他重新拾起原来的

## 老来伴

在以往，写书、出书似乎是作家、艺术家、科学家和一些高级知识分子的专利，很少有普通老百姓问津。改革开放以来，出版业大发展、大繁荣，写书、出书已非少数人的专利，广大群众，其中不乏老年人，也纷纷加入到出版者的行列。老年人写书、出书已成为一种文化现象。



兴趣爱好——写作。他勤奋笔耕，写出了四幕话剧《大年夜》和独幕话剧《花烛之夜》，上演后获得广大观众的好评。他还专门出了书。

年已 6 旬的周成树是位导游，他走南闯北，行万里路，实地考察、考证，辛苦搜集、整理史料，历经 3 年勤奋撰写，完成了《三百六十行大全》一书，对每一个行当他都作详尽介绍，还让人配了图；一些旧的行当，如吹糖人、跑堂倌、收破烂、哭丧婆、耍猴人、拉黄包车、纤夫、演皮影戏、接生婆、磨剪刀、擦皮鞋、修棕绷、更夫、写书信、算命先生、爆炒米花、看西洋镜都被一一收罗其中。“不枉度此生，我也为文化事业作出了一点小贡献。”周成树说。

每个区县、每个街道都有不少老年人在忙着写书、出书，他们成了出版界一支有生力量。

出书使他们晚年生活丰富而充实，谱写了“老有所为、老有所乐”的生活乐章。

# 一道亮丽的文化风景线

聚焦老年人写书、出书现象



文/祝天泽

## 传承智慧与传统

书籍是知识的宝库。  
书籍是人类进步的阶梯。  
书籍传承着老一代人智慧与优良传统。

这也许是上海一些老年人当初出书的原动力吧。

笔者的案头上放着一套探索未知丛书，共有 10 本，内容有《绿色能源》《星际探秘》《通信奇迹》《奇幻环保》《地球震颤》《中国飞天》《海洋开发》《纳米世界》《塑造生命》《昆虫与仿生》，这是年已 8 旬，这套书执行主编、老科技工作者吴玖仪赠送的。吴玖仪原是同济大学高级工程师，退休后发现中小学科普教材很缺乏，于是在老科协支持下，组织一批老科技工作者分头撰写，编成了这套丛书。而今这套书已成为本市中小学生的课外读物。谈到这套丛书出版，吴玖仪说：科普教育是素质教育的一项重

要内容，对未知世界的知识懂得越多，对这个世界了解得越透彻，对中小学生的成长与发展，就会有更大的帮助。

年逾 7 旬的陈霞飞在华东医院从事半辈子营养研究。她退休后除给社区老年人上养营课外，还笔耕不辍，每天写三五千字，出版了《老年健康饮食》一书，她说：“营养学是健康的重要一环，吃得好可吃健康，吃得不好也能吃坏身体。总结人类经验，结合自己从医体会，通过书籍把知识传递给广大老年人，使他们延年益寿，这是我晚年最大的心愿。”

年已 91 岁的老将军龚云池，15 岁参加革命，曾在粟裕、陶勇手下从事情报工作。离休后，他花了 5 年时间写作出版了回忆录《东南情报》。此书有伏击重创日寇、阿庆嫂式的秘密交通员、惩处叛变者、内线潜伏等内容，战斗异常激烈，惊心动魄。谈到此书出版目的，他说：我们这一代人是怎样走过来的，如何坚持信仰，如何出生入死，如何艰苦奋斗，应该让我们的下一代知道。希望他们不要辜负我们的厚望，高举红旗，发扬光荣传统，将革命进行到底！

出书是为了总结经验，出书是为了凝聚智慧，出书是为了传承。让一代代人从书籍中汲取丰富的营养，更好地前行，更好地建设国家，这就是书籍的作用，书籍的力量和它的伟大之处！

## 残疾老人挑战自我

残疾老年人也不甘心寂寞与平淡，挑战自我，走进了写书、出书行列。今年已 60 岁的女盲人李海燕就是突出一例。李海燕原是上海半导体研究所播音员，因视网膜色素变性症而全盲。退休后黑暗的世界没有阻止她前行的步伐。她爱书，迷书，大量阅读了上海图书馆中外名著、文学作品有声读物，从中汲取丰富的文学营养。她刻苦练习，学会使用汉语拼音电脑打字。近年来她随丈夫去北京、云南丽江、内蒙古大草原、哈尔滨等地旅游。每到一地，她都用手去听，用手去摸，用鼻去嗅，用大脑去想，用心去感受，回来后感情奔泻，写出了一篇篇有声有色的游记。前些年她写作出版了《风雨彩虹》《键盘上的小精灵》两本散文、随笔集，著名作家叶辛读后甚为赞赏：这两部书中不乏佳作，精神可嘉，值得学习！后来他又为她题字——让人生闪烁光芒！

曾担任上海市残疾人联合会《灵芝草》副主编、年已 6 旬的范肇鹏，是个先天性脊膜膨出症不全瘫痪者，存在感觉、排尿等障碍，后又患了肾积水等并发症。他积极与病魔展开斗争，使用辅助器具顽强地生活。范肇鹏与侯春林一起写作出版了《脊髓损伤康复指南》一书，这本书全面介绍了脊髓损伤病人的症状、原因、治疗方法和康复手段，对这类病人的治疗与康复起到很好指导作用。他说：“我与疾病抗争了数十年，取得了许多经验与教训，写出来让同类疾病的人分享体会，这是我最大心愿，而今我做到了，很开心。”范肇鹏身残志坚，曾两次荣获市自强模范的称号。