

<<60岁后怎么活>>

图书基本信息

书名：<<60岁后怎么活>>

13位ISBN编号：9787562463269

10位ISBN编号：7562463263

出版时间：2011-10

出版时间：重庆大学出版社

作者：和平

页数：222

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<60岁后怎么活>>

### 内容概要

本书是针对中国广大离退休群体的一本心灵励志类图书。

本书描写了十四位离退休老年人各具特色的退休生活。

退休后，他们可以选择自己喜欢的生活方式——可以去跳街舞、可以当讲师团的老师、可以上网玩微博、可以当自愿者、可以养花种草、可以四处旅行……退休后，有无数多种可能性，只要你愿意，完全可以让自己的生活变得多姿多彩。

做一个与时代潮流紧密联系的老年人。

正如《60岁后怎么活》的作者说那样：“活得好是一种选择”。

如何充实自己的老年生活，全靠老年人自己去选择——选择自己的圈子、选择自己的朋友、选择自己的爱好。

本书为退休后老年人该怎样去更愉快的生活，树立了一个个榜样。

读者可以根据这些榜样，或模仿，或直接照搬上面的生活方式，创造自己的晚年新生活。

## <<60岁后怎么活>>

### 作者简介

和平，50后，当过知青，上过大学，最后如愿成为了一名记者。这份职业让她见识不少，思考很多。

几十年走过，今至退休。于是，有时间将近年对于老年问题的思考写成文字，与大家交流。

## <<60岁后怎么活>>

### 书籍目录

- 活得好是一种选择——说一些想说的话（前言）  
奉献也是一种人生——戚泉木与他的“百老讲师团”  
    搜索 讲师团：力量汇聚作用  
有梦做的人是幸福的——嵇果煌的文化跋涉  
    搜索 大众写作：每个人都是潜在的作家  
给岁月以生命——吴鼎坤的饮食养身之道  
    搜索 中华食疗：有病治病，无病强身  
心静，而后能安——何家秀的笔墨故事  
    搜索 中国书法：美妙的养生之道  
寻找更新的生活——武济民的社区百草园  
    搜索 社区服务：让我们守望相助  
拨正生活的次序——王经文用电脑与时代同步  
    搜索 电脑世界：让你活得多姿多彩  
总是给自己更大的空间——邬志星的花语人生  
    搜索 养花种草：与不同的生命息息相连  
感觉到自己的价值所在——包玉珍感受“被需要”的生活  
    搜索 志愿者：用生命影响生命  
长生也是技艺——“李双华”的欢乐歌唱  
    搜索 唱歌：发自内心的声音  
死而不亡者寿——许国屏用笛子承载精神  
    搜索 学习民乐：助你身心两悦  
实现梦想什么时候都不会晚——张玉桢骑车量地球  
    搜索 骑游：选择燃烧脂肪而不是燃烧汽油  
做一个与原先不同角色的梦——杨柳炫舞人生  
    搜索 跳舞：旋转着宣泄内心的情感  
超越眼前的世界——曲雯“在路上”读万卷书  
    搜索 自助旅游：自由地去感受外面的世界  
享受你所追求到的——黄昭琴体味“候鸟”生活  
    搜索 异地养老——飞来飞去的乐活  
感谢你们（后记）

## &lt;&lt;60岁后怎么活&gt;&gt;

## 章节摘录

奉献也是一种人物——戚泉木与他的“百老讲师团” 共产党给我一支笔 1937年4月8日的傍晚，离（浙江）诸暨县城二十多里的戚家市村一个戚姓农民家里，传出了新生婴儿的啼哭声。村里有一位有“老秀才”美称的长者，拗不过戚家三番五次的上门求教，就取陶渊明“木欣欣以向荣，泉涓涓而始流”之意，给婴儿起了个大名：戚泉木。

我儿时尽情地享受着一个富裕农民家庭所能给予的童年欢乐。

然而好景不长，八岁那年，母亲忽然患心疼病当夜猝死在床上。

以种田谋生的父亲因过度劳累，患肺炎也一病不起。

父亲的死，让破碎的家彻底破落，没多久，七十多岁的祖母也吞毒惨死。

以后，我的大姐流落上海做工谋生，三姐被骗到杭州山区受苦，小妹一身烂疮……继母为生活所迫，“典身”维持全家的生计，成了又一个“沦为奴隶的母亲”。

因交不起学费，我终被赶出校门。

当解放军的脚步踏进诸暨以后，我如久旱的禾苗盼到甘露般，欢唱着“解放区的天是明朗的天”……

1950年底，在上海工作的大姐来信要我到上海念书。

由于学习刻苦，还在期末考试时获全校第一名，我得到一笔奖学金和一支钢笔。

我从解放前后对家庭巨大变化的真切感受出发，连夜写了一篇作文《共产党给我一支笔》。

作文里写道：“三寸水笔重又重，穷人几代扛不动，共产党给我一支笔，千歌万曲向党颂”。

老师对这篇作文赞扬备至，鼓励我“长大后争取当作家，为新中国的建设贡献力量。

” “一个用这支笔讴歌美好生活的信念，渐渐在我的脑海里形成。

” 世界上没有无缘无故的爱，也没有无缘无故的恨。

新旧不同的两种生活，让少年戚泉木立志要为这个社会做点“有人生价值”的事。

罗曼·罗兰曾说：一个人的特色就是他存在的价值，不要勉强自己去学别人，而要发挥自己的特长。

这样不但自己觉得快乐，对社会也更容易有真正的贡献。

年轻的戚泉木，在确立了自己的理想后，就开始了对践行人生价值的苦苦追求。

……

<<60岁后怎么活>>

编辑推荐

告诉你后三分之一生命快乐的奥秘，帮助你追寻有目标，有意义的退休生活，退休后必看的一本书。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>