

郑锐一著

离退休老人自律歌

LITUIXIU LAOREN ZILU GE

赵樛初时年九十七



◎安徽教育出版社

邵善澤題



离退休老人自律歌

◆ 安徽教育出版社

离退休老人自律歌

郑锐 著

出 版：安徽教育出版社（合肥市跃进路一号）

邮政编码：230063

发 行：安徽教育出版社发行部（合肥市桐城路145号）

邮政编码：230061

经 销：新华书店

排 版：合肥南方激光照排部

印 刷：安徽新华印刷厂

开 本：889 × 1194 1/16

印 张：7

版 次：1999年1月第1版 1999年1月第1次印刷

印 数：5 000

标准书号：ISBN 7-5336-2373-8/G · 2744

定 价：45.00 元

发现印装质量问题，影响阅读，请与我社发行部联系调换

十周年和国际老年人年



谨以此书献给

中华人民共和国成立五



清月青山
夕照竹



郑镜同上书题

荣师清

召明补图时在

丁卯夏月于滢上





作者简历

郑锐，安徽省长丰县人，一九二三年生，一九三八年参加革命工作，同年加入中国共产党。在抗日战争和解放战争期间长期坚持敌后斗争，曾任区、县委书记，连指导员，区队教导员，县总队政委；解放凤阳时，兼任凤阳县军管会主任。一九四九年后任皖北区党委农委会和土改委员会秘书长，皖北区、安徽省生产救灾办公室主任。一九五三年后任安徽省委办公厅主任、副秘书长、省委委员、常委。一九七七年后任合肥市委书记、市人大常委会主任、合肥军分区第一政委，兼任合肥联合大学董事会董事长。一九八三年后任安徽省六届、七届人大常委会副主任、党组副书记。曾任五届、七届全国人大代表，党的十二大、十三大代表。一九九三年离休后被推选为安徽省人大工作研究会会长，省中小学幼儿教师奖励基金会、省徐悲鸿教育基金会理事长，被聘为中华职教社顾问，安徽省和省直老年书画联谊会名誉会长，全国老年书画联谊会顾问等。书法作品曾多次参加省内外书法展览，并被全国人大办公厅、海南三亚机场、渡江战役总前委旧址纪念馆、江苏老年书画联谊会等单位收藏，有的作品为美国、日本、新加坡等地友人珍藏，还有很多作品流入民间。在纪念抗日战争胜利五十周年时，省文联、省书协等单位曾联合举办郑锐等四位老同志书法展；在纪念中国共产党诞辰七十五周年之际，精装本《郑锐书法集》正式出版发行。

一九九八年十月

序言

沈培新

郑老的《离退休老人自律歌》，由安徽教育出版社出版了。这方面内容，用书法艺术的形式出版，在当前还是罕见的。这是十分有意义的一件事，是值得庆贺和颂扬的。

郑老是一九三八年参加革命工作和入党的。六十年来，他一直战斗、工作、学习、生活在江淮这片热土上。他为中国人民的解放事业和安徽的改革开放、经济建设、社会事业、民主法制建设，作出了重要的贡献。他一贯同人民群众保持密切联系，坚持党性原则，实事求是，光明磊落，敬业奉献，同时平易近人、广交友、乐为人。作为晚辈，我和郑老的相知相交，佩服他总是为事业为他人着想，从不顾惜个人得失。回顾他六十年的奋斗生涯，无愧当年；展望未来的老年生活，再谱新篇。今天与我们见面的《自律歌》，与其说是他与离退休老人的共勉，不如说是他六十年心血的结晶，是一曲老年人的正气歌。老年人读之有益，中青年可以受到教育，青少年和书法爱好者还可以作为学习书法的范本。

老人，他们是社会的珍宝。没有老人就没有今人，就没有社会物质和精神财富的积累。随着社会和科学的进步，生活质量的提高，老人占全社会人口的比例越来越高，老龄社会已成了当今世界的重要特征。一九九九年是联合国确定的国际老年人年，郑老《自律歌》的问世，既顺应老龄社会的时代需要，也是献给国际老年人年的一份厚礼，具有积极的益世意义。

有说老人是夕阳红，更有说老人是今又重阳。如果从六十岁算起，活到八十岁、九十岁、一百岁、一百二十岁……，还有二十年、三十年、四十年、六十年……怎样度过这数十年的老年生活，做到老有所养、所医、所学、所乐、所为？郑老的《自律歌》对老年人生活作了全

景式的描述和开发。革命一生，要保持晚节；离退休闲，不忘誓言；坚持理想，坚定信念；继续学习，有所奉献；保健养生，乐度晚年。

郑老的《自律歌》是一九九七年写就的。经过不断地吸纳修改，形成现在四个部分、四十个句子、六百四十字的《自律歌》，内容丰富，哲理性强，有相当的精神养生和积极行为的作用，可以操作。正因为如此，在许多老同志、领导和年轻朋友的帮促下，今天才正式出版。经过友人的参谋，决定邀请安徽著名书法家和青年新秀用书法艺术形式表现出来，并配以名画和篆刻，这就更增加了这本书的品位和价值，更具有艺术性和收藏性，是思想性、艺术性和使用价值的完巧的结合。

我也步入老年了，拜读《自律歌》书稿，倍感亲切，深受教益，拙文作序，誓愿以《自律歌》为座右铭，重新设计自己未来的生活，使之更富有内涵、更有价值；并愿有更多的朋友，以《自律歌》加勉，老来好，保健益寿，老当益壮，余热生光。

让我们在二十一世纪生活得更加美好！

一九九八年十月

自序

郑锐

人到老年，离休退休，这是一生中的重大转折，也会遇到许多新情况、新问题。如何认识，如何对待，是很多离休老人都会考虑的。有些老革命、老红军、老干部、老专家，他们思想境界高，对这个问题处理得非常恰当，为我们树立了榜样。我觉得这种转折和变化是合乎规律的，是正常的，所以在退下来时心情比较平静和舒畅。退下来后，我经常思考着如何度过晚年，让余生继续生热发光。在长期的革命和建设过程中，我体会到，要做好工作，少犯错误，必须在党的领导下，努力学习运用马列主义、毛泽东思想、邓小平理论，结合实际，实事求是，走群众路线，勇于实践，全心全意为人民服务；同时对自己的思想行为一定要按照党的要求严格自律。离休后，虽不在职了，但依然是共产党员。按少奇同志的《论共产党员的修养》和周总理提出的活到老、学到老、改造到老的要求，我想仍应按照党章规定坚持自重自律。特别是在改革开放的新形式下，社会主义现代化建设日新月异，自己的思想必须跟上，同时对外来的某些腐朽思想的侵袭保持警惕。以江泽民同志为核心的党中央和中央领导同志一贯强调要从严治党，加强党风廉政建设，我感到十分正确，非常必要。作为一个离休的老党员还能例外吗？基于这些考虑，也就不断思考自律的内容、重点和对有关问题的看法及展望。我认为，应在邓小平理论指导下，按新时期党的要求，结合自己的实际，把应该做和可能做到的一一列出，作为自己管理自己的行为规范，经常检点，以求保持革命晚节，不给党造成不良影响，继续为党为国增光。

按照上述思路，我写了一个《离休老人自律歌》初稿，先后向省人大工作研究会、省徐悲鸿教育基金会、省直老年书画联谊会和省加省市老年书画展的部分老同志作了简介。省人大常委会老主任王光宇同志和原副主任魏心一、应宜权、康志杰、杜宏本、陈庭元以及老委员们均表赞许，一些离休老人听后也感兴趣，觉得需要注意自律。春节期间，省领导卢荣景、回良玉、孟富林、王太华等同志来看望时，我说了此事，他们点头称赞，使我受到鼓舞，增强了写作《自律歌》的信心。去年在参加一次会议时，我将《自律歌》初稿给省委副书记方兆祥同志看看，想听听他的指点，不久，他转给《安徽日报》发表了。此后，我又作了较多的补充修改，送请省老龄委主任程光华同志阅

改，他觉得不错，随交《安徽老年》刊登了。一些老同志看后表示赞赏，并建议出个小册子。在大家多次帮促和《中华三德歌》出版的启示下，我想如能出版也可同离退休老人交流、共勉，争取大家的监督，但主要仍是自己自律。今春我又约请省人大工作研究会秘书长刘康，省政协教科文卫体委员会主任、省文联主席、徐悲鸿教育基金会常务副理事长沈培新，徐悲鸿教育基金会副理事长陈韧、王世杰、杨新生、徐静斐和秘书长王敬东、副秘书长赵春鸣，省老龄委副秘书长朱继臣，合肥市人大常委会原副主任、合肥市老年书画研究会会长方明，合肥军分区原政委李子斌，合肥市书协主席周彬，《合肥晚报》主任编辑潘立纲等同志再次进行研究，看有无出版价值，大家表示肯定，认为可以出版，并提出《自律歌》与书画篆刻结合的方案，出一本思想内容与艺术形式统一、品位较高的本子。在这前后，省人大常委会原副主任陆子修、原秘书长陆德生、省出版局副局长黎洪，省文联副主席、省美协主席鲍加，省社科院研究员钱念孙，合肥市人大常委会原副主任潘培咸、程干桐、王贞铨等同志，对《自律歌》也都提出过修改和补充的建议。经过大家的帮助，逐步形成了四字一句，四句一节，十节一章，全文四章，共六百四十字的《离退休老人自律歌》。今年十月间，我和沈培新同志约请我省几位著名书法家、篆刻家商量落实书写和治印事宜，得到大家的充分支持。全国政协副主席、中国佛教协会会长、九十二岁高龄的书法大师赵朴初老人和中共中央委员、《人民日报》社长邵华泽同志为本书题写了书名，省书协名誉主席刘夜烽、省书协主席李百忍和老红军书法家黎光祖同志书写了前三部分标题，使我深为感动，非常感激。本书还收入了著名画家赖少其、亚明等同志的国画，增加了艺术光彩。在省新闻出版局和安徽教育出版社的大力支持下，这本书现在出版了。在此，我怀着十分高兴的心情，向一贯关心老干部的省委、省人大常委会、省人民政府、省政协的领导同志，向所有关心、支持、帮助本书出版的各位老同志、老朋友、各位书画篆刻家，以及编辑、装帧设计、印刷、发行的各位同志致以崇高的敬意和衷心的感谢！

这本书肯定还有不足之处，我殷切盼望各界离退休老人和读者给予指正。

一九九八年十二月

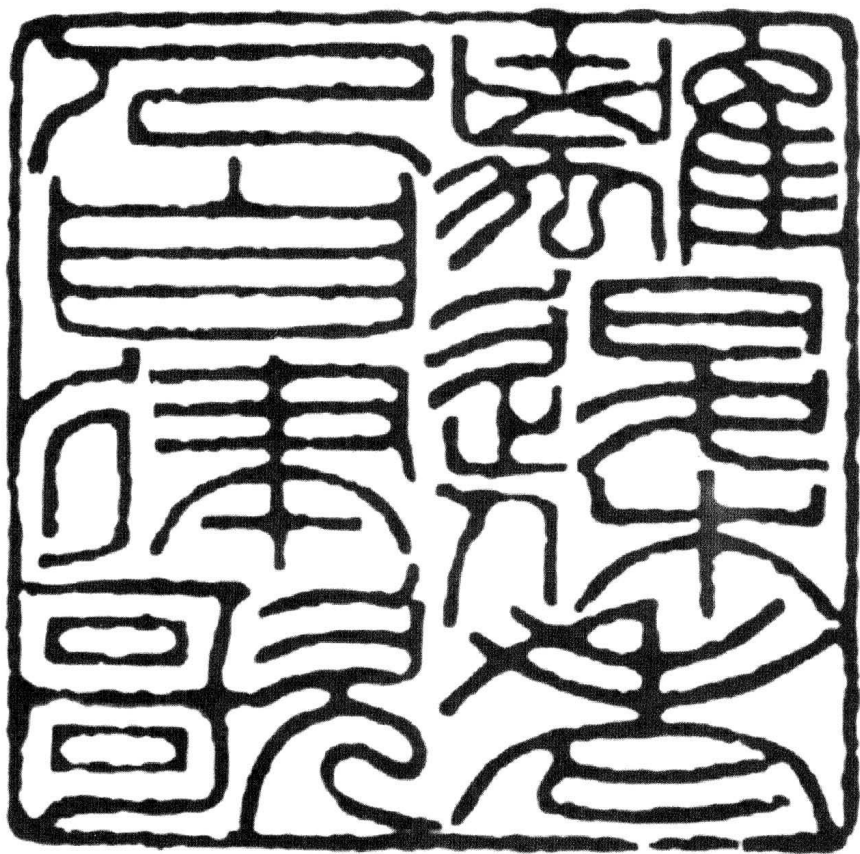
目录

序言	1
自序	1
离退休老人自律歌	1
优良传统，坚持发扬	5
老有所学，老当益壮	27
保健益寿，余热生光	49
新老团结，伟业共创	71
编后记	1

高退休老
自律歌

郑琬自题

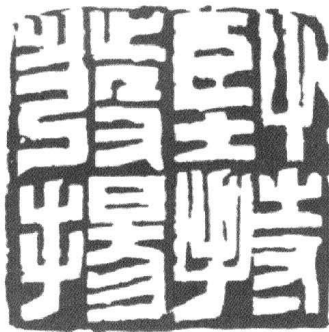




優良傳統
堅持發揚

八十四歲黎先祖書于采榕軒





中華美德
光輝璀璨