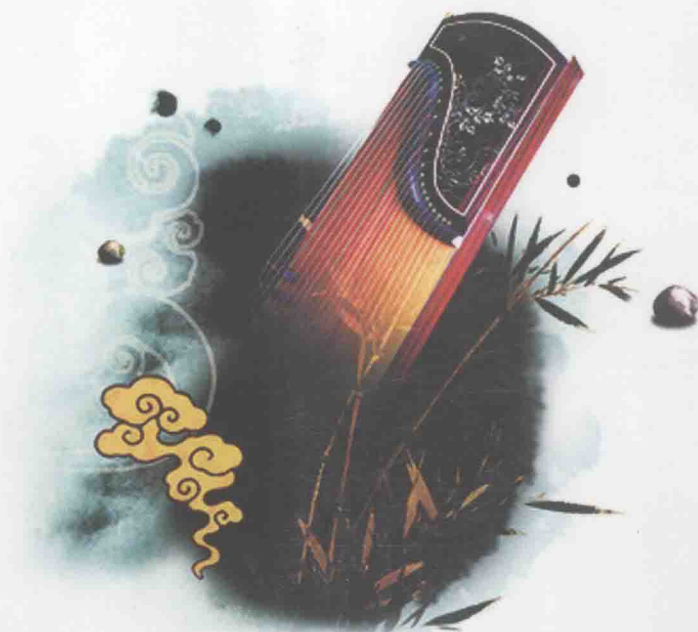
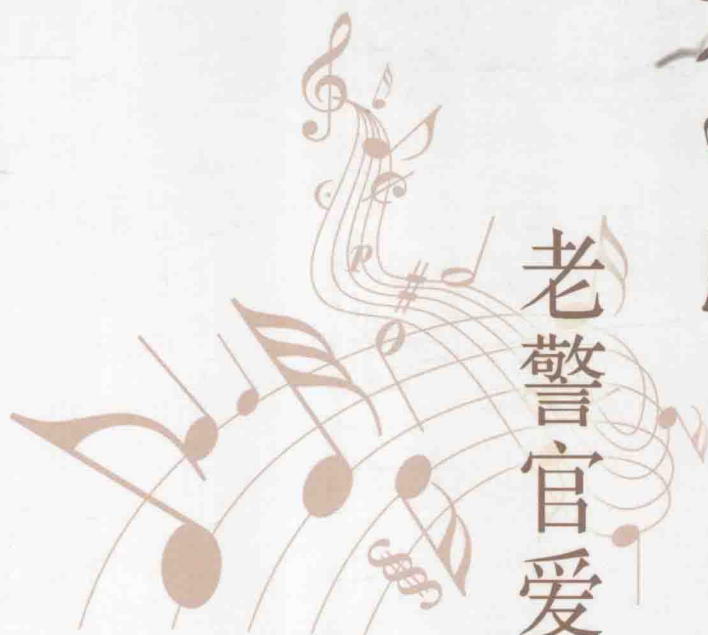




老警官幸福生活指南丛书

老有所乐

老警官爱唱的歌



公安部离退休干部局

编

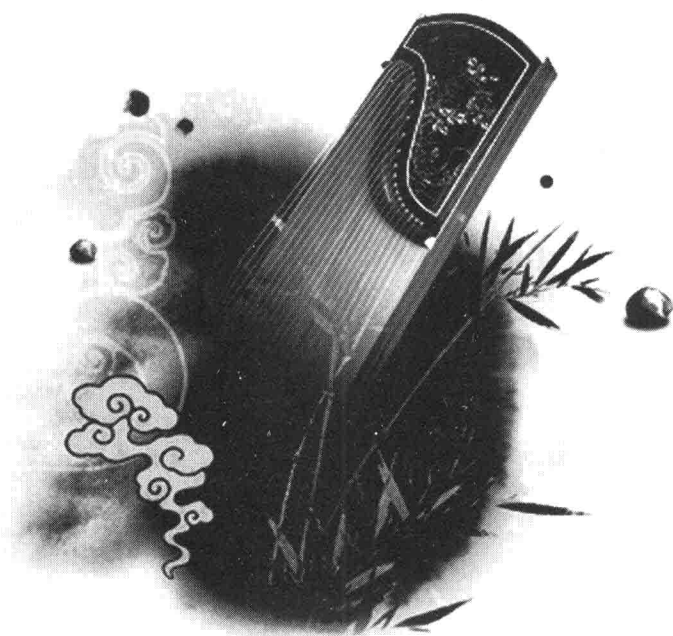
群众出版社



老警官幸福生活指南丛书

老有所乐

老警官爱唱的歌



公安部离退休干部局

编

群众出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

老有所乐：老警官爱唱的歌 / 公安部离退休干部局编.
—北京：群众出版社，2013. 1

(老警官幸福生活指南丛书)

ISBN 978 - 7 - 5014 - 5065 - 7

I. ①老… II. ①公… III. ①歌曲—世界—选集 IV. ①J652

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 256778 号

老有所乐

——老警官爱唱的歌

公安部离退休干部局 编

出版发行：群众出版社

地 址：北京市西城区木樨地南里

邮政编码：100038

经 销：新华书店

印 刷：北京通天印刷有限责任公司

版 次：2013 年 1 月第 1 版

印 次：2013 年 1 月第 1 次

印 张：13.5

开 本：787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数：200 千字

书 号：ISBN 978 - 7 - 5014 - 5065 - 7

定 价：60.00 元

网 址：www. qzchs. com

电子信箱：qzchs@sohu. com

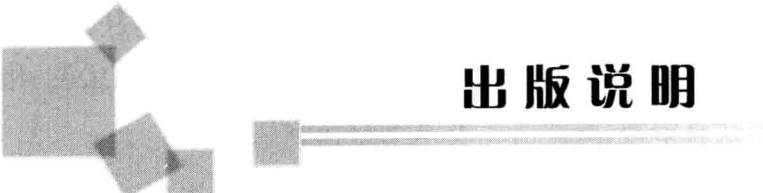
营销中心电话：010 - 83903254

读者服务部电话（门市）：010 - 83903257

警官读者俱乐部（网购、邮购）：010 - 83903253

公安综合分社电话：010 - 83901670

本社图书出现印装质量问题，由本社负责退换
版权所有 侵权必究



出版说明

公安机关广大离退休干部是党和国家的宝贵财富。他们为中国革命、建设、改革事业,为人民公安的建设和发展,建立了不朽的功勋。历届公安部党委始终高度重视离退休干部工作,始终坚持把离退休干部工作置于公安工作大局的战略高度来研究,摆到公安队伍建设健康发展的长远角度来推进,始终对老同志政治上尊重、思想上关心、生活上照顾、精神上关怀,不断为老同志老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐创造良好条件,使他们身心安康、神情愉悦地享受幸福的晚年。

截至2012年年底,公安部机关离退休干部有近1200人,加上部属教育、科研、文化等直属单位的离退休人员,总数已达数千人,而且以后逐年都将有一批干部职工从工作岗位退休。为了满足公安部机关广大离退休干部日益增长的精神文化需求,引导大家以积极、健康的心态安排好退休后的晚年生活,达到老有所学、老有所乐,陶冶情操、颐养天年的目的,公安部离退休干部局与群众出版社共同策划、组织编写了这套“老警官幸福生活指南丛书”,包括:《老有所养——养老生活新理念》、《老有所医——安全健康度晚年》、《老有所学——多才多艺好心情》、《老有所乐——老警官爱唱的歌》,共四册。为使这套丛书贴近生活、贴近实际,真正为老警官所喜欢,我们先后两次召开有离退休干部代表参加的座谈会,对策划方案和编写大纲进行反复研究修改。除了聘请相关领域的专

家学者撰稿外,还邀请学有专长的老警官亲自担任部分篇章的作者。初稿形成后,我们又在一定范围征求了老干部和老干部工作者的意见、建议,对书稿进行了认真审校,最终将这套丛书呈送到您面前。

这套丛书以体现生活理念,激发生活情趣,教会生活技巧,提供生活指南为原则,力求对老警官们的退休生活有所教益。《老有所养》主要介绍了老年人养老生活的新理念、新方式;《老有所医》介绍的是看病就医、科学养生方面的常识;《老有所学》介绍了书法绘画、吹拉弹唱、运动健身等方面的知识与技巧;《老有所乐》则收录了 100 首适合老警官合唱或独唱的红色歌曲、中外民歌等经典曲目。

这套丛书自 2012 年 3 月正式启动编写工作,能够在较短时间内顺利出版,中国人民公安出版社的领导和编辑人员付出了辛勤的努力,也得到公安部第一研究所、中国人民公安大学等单位老干部工作部门及部机关许多离退休老警官的大力支持和帮助,在此表示诚挚的感谢。由于经验不足、水平有限,书中某些缺欠在所难免,敬请读者批评、指正并予谅解。

编者
2013 年 1 月

致老警官

朋友,你好!当你翻开这套《老警官幸福生活指南丛书》时,衷心祝你老有所养、老有所医、老有所学、老有所乐!

人生如日,有起有落。面对夕阳晚景,人们的心境各有不同。从“夕阳无限好,只是近黄昏”,我们看出了李商隐的惆怅、无奈;从“莫道桑榆晚,为霞尚满天”,我们看到了刘禹锡的悠然、从容;而通过《夕阳红》的词与曲,我们则真切感受到了当代老年人无限美好、令人沉醉的不了情。或许你已两鬓斑白,或许你已步履蹒跚,虽老,你也是老当益壮!七十岁的你,就是“七零后”;八十岁的你,就是“八零后”;九十岁的你,就是“九零后”。

在你们中间,不管是老张老王或是李老赵老,不论是退而不休还在发挥余热抑或是在含饴弄孙颐养天年,你们的人生路上一定还会有灿烂的春光,你们的心中都还有挥之不去的公安情怀。你们时时惦记着公安工作继往开来的新航程;你们时时期待着公安队伍气象万千的新面貌,你们也时时关注着公安事业与时俱进的新发展,因为你们是老公安!而“革命人永远是年轻”!正如一首诗写的那样:

年轻的战友们啊,
你们年轻,
我们也年轻。
你们年轻总是写在脸上,
我们年轻总是藏在心房。

你们做梦，
我们也做梦。
你们做梦充满了奇思妙想，
我们做梦常常是豪情万丈。
你们有爱情，
我们也有爱情。
你们的爱情讲究的是热情奔放，
我们的爱情讲究的是地久天长。
你们是财富，
我们也是财富。
你们的财富在于青春作伴前途无量，
我们的财富在于历尽苦难饱经沧桑。
你们是太阳，
我们也是太阳。
你们是一轮火红的朝阳，光芒万丈，
我们是一抹绚丽的夕阳，同样灿烂辉煌。

朝阳和夕阳，都是红太阳！

朋友，当你走进夕阳、步入人生的黄昏时，别忘记，你们也曾意气风发、也曾辉煌豪迈，你们把秀发和青春献给了共和国每一天的晨钟暮鼓。你们经历过枪林弹雨，身经百战。社会治安，有你们辛勤的汗水；刑事破案，有你们脚步的奔忙；公安科技，有你们增添的含金量；队伍建设，有你们的语重心长。你们“干了一辈子革命工作，也该歇歇了”。从今天起，卸下工作的行囊，安度晚年，做一个“老有所养，老有所乐，老有所学，老有所为”的幸福的“闲”人！

“但得夕阳无限好，何须惆怅近黄昏。”请从捧起这本书开始，细细品味你温馨从容、丰富多彩、绚烂多姿的离退休生活。

目 录

特别推荐

- 001 老警官之歌 (3)
- 002 夕阳红 (6)

经典曲目

一、祖国颂,山河秀

- 003 草原上升起不落的太阳 (11)
- 004 草原夜色美 (11)
- 005 春天的故事 (12)
- 006 党啊,亲爱的妈妈 (13)
- 007 父亲的草原,母亲的河 (14)
- 008 共和国不会忘记 (16)
- 009 共和国之恋 (17)
- 010 解放区的天 (18)
- 011 举杯吧朋友 (18)
- 012 妈妈教我一支歌 (20)

013 南泥湾	(22)
014 社会主义好	(23)
015 谁不说俺家乡好	(24)
016 我爱你,塞北的雪	(24)
017 我爱你,中国	(25)
018 我爱这蓝色的海洋	(27)
019 我爱祖国的蓝天	(28)
020 我属于中国	(30)
021 五星红旗	(31)
022 延安颂	(32)
023 走进新时代	(34)
024 祖国,慈祥的母亲	(35)
025 祖国,我在你的怀抱里	(36)
026 祖国啊,我永远热爱你	(37)
027 祖国你好	(38)
028 祖国万岁	(38)

二、岁月如歌

029 敖包相会	(43)
030 北京欢迎你	(43)
031 打起手鼓唱起歌	(44)
032 弹起我心爱的土琵琶	(45)
033 飞吧,鸽子	(47)
034 分手时,再敬一个军礼	(48)
035 好日子	(49)
036 红梅赞	(51)
037 军港之夜	(52)

038 家和万事兴	(53)
039 快乐的好朋友	(54)
040 泉水叮咚响	(55)
041 珊瑚颂	(56)
042 十送红军	(57)
043 吐鲁番的葡萄熟了	(58)
044 为了谁	(60)
045 我不想说再见	(61)
046 小草	(61)
047 小城故事	(62)
048 映山红	(63)
049 永远是朋友	(64)
050 又见炊烟	(65)
051 在那桃花盛开的地方	(65)
052 在那遥远的地方	(66)
053 祝你平安	(67)

三、警徽闪亮

054 花儿为什么这样红	(71)
055 怀念战友	(71)
056 警魂	(72)
057 人民警察之歌	(74)
058 驼铃	(75)
059 英雄	(76)
060 忠诚	(77)

四、外国歌曲

061 喀秋莎	(81)
---------------	------

062 卖花姑娘	(81)
063 莫斯科郊外的晚上	(82)
064 小路	(83)
065 雪绒花	(84)



重唱、合唱曲目

066 阿拉木汗	(87)
067 啊,朋友再见	(89)
068 保卫黄河	(92)
069 大中国	(100)
070 歌唱祖国	(103)
071 革命人永远是年轻	(104)
072 共和国的旗帜	(107)
073 红莓花儿开	(110)
074 洪湖水,浪打浪	(111)
075 没有共产党就没有新中国	(113)
076 青春舞曲	(116)
077 人民警察	(121)
078 山楂树	(122)
079 思念	(124)
080 送别	(126)
081 天路	(128)

082 同一首歌	(134)
083 团结就是力量	(137)
084 我的中国心	(145)
085 我的祖国	(148)
086 我和我的祖国	(151)
087 我们的生活充满阳光	(154)
088 我们走在大路上	(156)
089 我为共产主义把青春贡献	(157)
090 乌苏里船歌	(163)
091 小白杨	(169)
092 英雄赞歌	(173)
093 游击队歌	(175)
094 友谊地久天长	(178)
095 在太行山上	(179)
096 振兴中华	(181)
097 中国,中国,鲜红的太阳永不落	(186)
098 中国警官	(187)
099 祖国给我理想	(188)
100 祖国颂	(192)

特别推荐



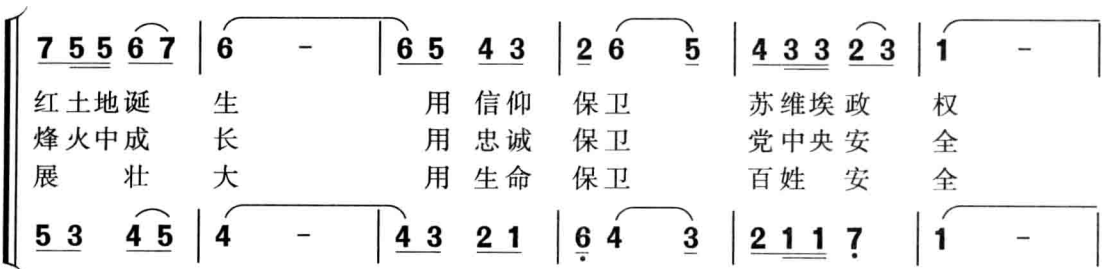
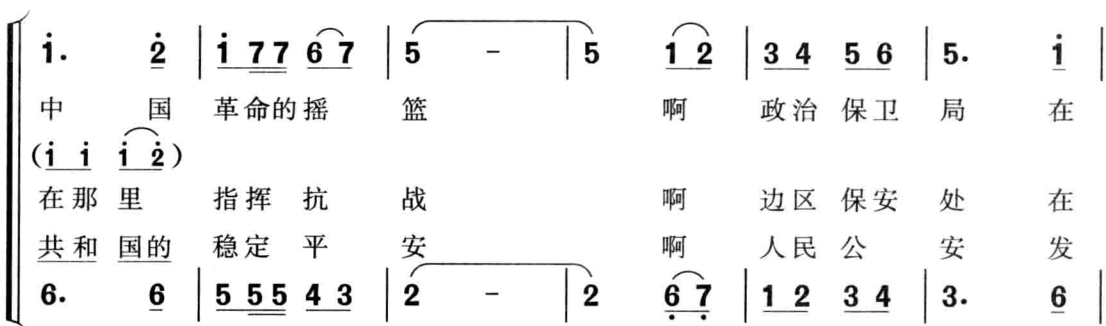
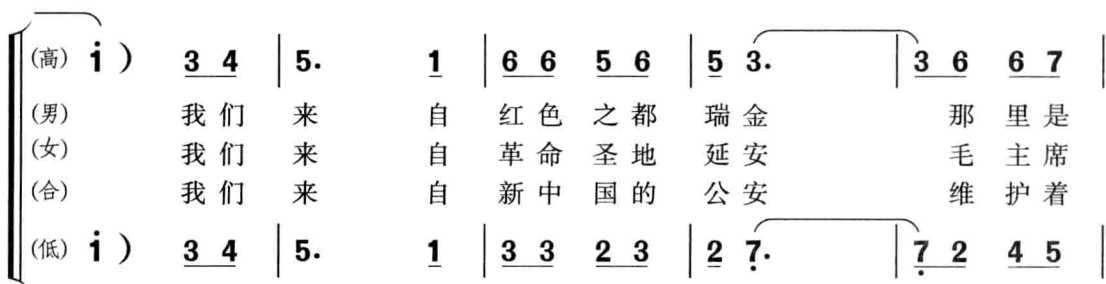
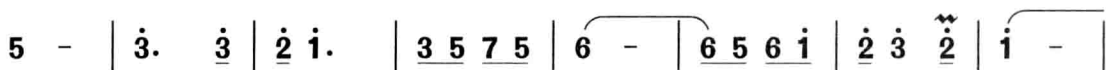
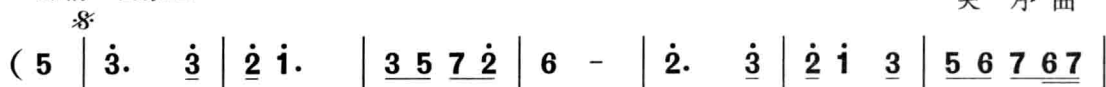
老警官之歌

1 = D 或 E $\frac{2}{4}$

激情 自豪地

毕晓明 词

关 序 曲



女高	1	5	3̣.	3̣	2̣ ị.	3 5	7 2̣	6	-	2̣ 2̣	2̣ 3̣	2̣ ị	3
女低	1	5	ị.	ị	7 5.	3 3	5 6	4	-	6 6	6 7	6 6	3
			啊	春	风	梳	理	一	头	银	发	晚	霞
			啊	春	风	梳	理	一	头	银	发	晚	霞
			啊	春	风	梳	理	一	头	银	发	晚	霞
男高	1	5	3̣.	3̣	2̣ ị.	3 5	7 2̣	ị	-	2̣ 2̣	2̣ 3̣	2̣ ị	3
男低	1	5	5.	5	5 5.	3 3	5 4	4	-	4 4	4 5	4 4	1

5 6	7 6 7	5	-	3̣ 3̣	3̣	2̣ 2̣	ị	3 5	7 5	6	-
3 3	3 2	2	-	ị ị	ị	7 7	5	3	5 3	4	-
风	光	无	限	我	们	是	共	和	国	老	警
风	光	无	限	我	们	是	共	和	国	老	警
风	光	无	限	我	们	是	共	和	国	老	警
5 6	7 6 7	7	-	3̣ 3̣	3̣	2̣ 2̣	ị	3 5	7 5	ị	-
1 1	3 2	5	-	5 5	5	5 5	5	3	5 3	4	-

6 5	5 3	6 6	7 ị	2̣	-	5 3̣	2̣	ị	-	ị	-	:	ị	-
4 3	2 1	3 3	5	4	-	5 7.	5	-	5	-	:	5	-	
曾	经	为	中	国	革	命	奉	献	献					
曾	经	为	新	中	国	诞	生	奉	献					
曾	经	为	祖	国	建	设	奉	献						
ị 5	5 3	6 6	7 ị	2̣	-	5 3̣	2̣	3̣	-	3̣	-	:	3̣	-
4 3	2 1	1 1	3	6	-	5	-	1	-	1	-	:	1	-

8

III.

1 5 || 1 - | 1 - | 3 3 3 | 2 2 1 | 3 5 7 5 |

5 0 || 5 - | 5 - | 1 1 1 | 7 7 5 | 3 5 3 |

献 我们 是 共和 国 老 警

3 } 0 || 3 - | 3 - | 3 3 3 | 2 2 1 | 3 5 7 5 |

1 } 0 || 1 - | 1 - | 5 5 5 | 5 5 5 | 3 5 3 |

6 - | 6 5 5 3 | 6. 6 | 7 1 | 2 - | 2 5 |

4 - | 4 3 3 1 | 4. 4 | 5 - | #4 - | #4 5 |

官 永 远 为 祖 国 振 兴 奉

1 - | 1 5 5 3 | 6. 6 | 7 1 | 2 - | 2 5 |

4 - | 4 3 3 1 | 4. 4 | 5 - | 6 - | 6 5 |

4 - | 4 3 2 | 1 - | 1 - | 1 - | 1 0 ||

2 - | 2 7 } | 5 - | 5 - | 5 - | 5 0 ||

7 - | 7 - } |

献

4 - | 4 3 2 } | 3 - | 3 - | 3 - | 3 - ||

2 - | 2 7 } | 1 - | 1 - | 1 - | 1 0 ||

5 - | 5 - } | 5 - | 1 - | 5 - | 5 0 ||

1 - | 1 - } | 1 - | 1 - | 1 - | 1 0 ||