



重陽之歌

崔光祖

邵梅

中國大百科全書出版社

重阳之歌

崔光祖 邵 梅 著

中国大百科全书出版社
(北 京)

总编辑：徐惟诚 社长：田胜立

图书在版编目(CIP)数据

重阳之歌 / 崔光祖, 邵梅著. —北京: 中国大百科全书出版社,
2003.8

ISBN 7-5000-6884-0

I. 重… II. ①崔…②邵… III. 诗歌—中国—当代
IV. I227

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 068901 号

责任编辑：贾 毅

责任校对：章福坤

责任印制：杨海涛

封面题字：宋富盛

封面设计：蔡 军

文内插图：李文龙

中国大百科全书出版社出版发行

(北京阜成门北大街 17 号 邮政编码:100037 电话:010-68348716)

<http://www.ecph.com.cn>

高等教育出版社印刷厂印刷 新华书店经销

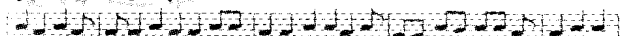
开本: 850×1168 1/32 印张: 9 字数: 230 千字

2003 年 8 月第 1 版 2003 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1-10000 册

ISBN 7-5000-6884-0 / C·26

定价: 12.00 元

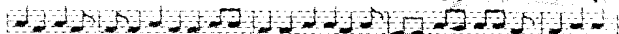


序一

李宝库

崔光祖和邵梅同志要我为他们创作的《重阳之歌》写序。我仔细看了他们的稿子，这是一部专门奉献给老年人群的长篇歌谣体读物，也是难得的精神财富。作为中国老龄协会会长，我感到义不容辞，就愉快地答应了。

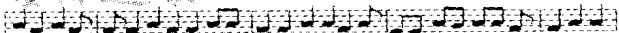
自 1982 年以来，我国 60 岁以上的老年人口，平均以每年 3% 左右的速度持续增长，目前已经达到 1.32 亿，超过总人口的 10%。21 世纪上半叶，中国人口老龄化程度将随着经济和社会的发展而不断加强。预测到 2050 年，老年人口将达到 4 亿。特别是高龄化趋势日益明显，到那时，80 岁以上的老年人将由现在的 1300 万增加到 1 亿。人口平均寿命延长，老年人口增加，是经济发展、社会进步、人民生活水平提高的重大成果，是社会文



明的标志。同时，也给老龄工作提出了新的更高的要求。所以，中共中央、国务院在《关于加强老龄工作的决定》中指出，“老龄工作是党政工作的重要组成部分”；“加强老龄工作，发展老龄事业，是党中央、国务院面向新世纪作出的重大决策”。针对老年人的思想政治工作和存在的一些问题，《决定》强调指出，“必须高度重视、认真解决”。

崔光祖和邵梅同志的这本《重阳之歌》，正是根据老年人群的年龄特征、生理特征、心理特征和遇到的实际问题，按照与时俱进、大胆创新的精神所写的一部思想修养方面的读物。这本书的特点，可以简单概括为“三个没有”和“三个紧扣”。即：没有教训人的架子，完全是平等交流，促膝探讨，广泛磋商，既是革命同志，知心朋友，又是老兄老弟老姐妹；没有无边际的官话，完全是敞开心扉，以诚相见，围绕主题，实话实说，既是老同志们想说的心里话，又不是每一个老同志都能讲得出来，由他们讲出来，老同志们又都会感到“心有灵犀一点通”；没有任何生僻的词语，全是老百姓常说的家常话、口头语，而且大都押韵合辙，琅琅上口，每一篇还都配有插图，好看好懂好朗诵，想背下来也容易。全书始终紧扣邓小平理论和江泽民同

重阳之歌

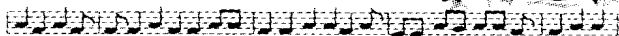


志“三个代表”的重要思想，始终紧扣党中央、国务院《关于加强老龄工作的决定》精神，始终紧扣老龄事业和老同志的心。内容丰富，含有哲理，读后使人很受启迪。

崔光祖和邵梅同志这对老夫妇，这几年来，退而不休，辛勤耕耘，成果丰硕。他们关注执政党的建设，写了《党员干部修养歌》（山西人民出版社出版）；关注社会主义精神文明建设，写了《人生世事来回想》（中国青年出版社和书海出版社联合出版）、《公民道德歌》（学习出版社出版）；关注下一代成长，写了《人之初——新世纪德育童谣100首》（知识出版社出版）。这是他们以高度的政治责任感，坚持老有所为的具体体现。从他们身上，我们看到，我们的老同志有着多么宝贵的自强不息的精神，有着多么巨大的潜能！真是“最美不过夕阳红”啊！

我对两位老同志表示深深的敬意。我衷心祝贺这本书的出版，也衷心祝愿两位老同志健康长寿，为我国老龄事业作出更大贡献。

2003年元旦于北京



序二

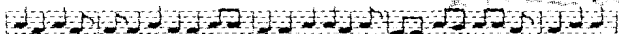
艾 斐

《重阳之歌》，就是唱给老年人听的歌。老年人是一个重要的社会群体，但同时也是一个容易被忽视和被遗忘的社会群体。正因为这样，崔光祖和邵梅同志的这部书稿便显得格外及时而重要。因为整个世界都在向老龄化社会迈进，中国自然也不例外。这就要求我们必须以急迫的心情和得力的措施，来尽快尽好地解决老年人群的社会定位和老龄化社会所提出的诸多问题。《重阳之歌》在这种情况下熠然问世，其所具有的重要价值和意义，乃是不言而喻的。

我谨在此郑重地向大家推荐崔光祖、邵梅同志合著的《重阳之歌》。因为这部以诗歌形式写成的内容丰富、思想厚重、精神饱满、意趣盎然的书，是专门针对老年群体的。它既有针对性，又有感召



力。作者就像刘勰所说的那样：“登山则情满于山，观海则意溢于海。”通篇都情款款，意拳拳，心愫如炽，娓娓如弦，犹若良言规劝，又似促膝谈心，直把老年朋友在实际生活中所遇到的几乎所有的问题都揽在视野之中，钐于笔触之下，认真进行诠释，仔细加以剖析，并在深入透彻的阐发之中得出正确的结论，使读者不仅能够情趣中获得教益，在诤言中受到启迪，在图释中得到濡染，在规劝中实现升华，而且能够在清纯而刚健的字里行间中解开心中的疙瘩，廓清眼前的迷雾，驱除思绪的纷扰，得到精神的抚慰。这本书，既是老年人的生活顾问，又是老年人的开心钥匙；既是老年人的心灵倾诉，又是老年人的精神依托。凡是老年人遇到的问题他们都想到了，凡是老年人想到的问题他们都说到了，凡是老年人说到的问题他们都写到了。他们想得是那么周到全面，他们说得上是有滋有味，他们写得是那么生动具体。以至于让所有的老年人都会产生“一册在手，万事皆通”的感觉。叔本华说过：“人由于有理性而超过动物的地方，就在于他能对整个生活有全面的概览。”这本《重阳之歌》就是对老年人生活的全面概览。全书分为三



个单元，共 18 个章节，另附有《前言》、《篇外》和《后记》。内容涉及老年人的生活、志趣、学习、工作、婚恋、家事、理想、信念、身体保健与精神滋养等。第一篇《志在千里》主要从政治的高度阐发了老年人在离退休之后仍然要坚守思想防线，坚持继续奋进，坚定理想信念，努力做到退休不退色，有功不居功，竭诚荐才俊，矢志学马列。第二篇《余热生辉》主要从工作的角度陈述了老年人在离岗之后仍然要努力学习，积极工作，求真图善，奋发有为，认真做到教有所求，学有所进，事有所为，医有所得，与时俱进不停顿，奋发开拓创佳绩。第三篇《文明健康》主要从生活的角度叙说了老年人在离开工作岗位的情况下，同样要按照生活规律和道德准则严格要求自己，切实做到夫妻挚爱，儿女亲和，家风纯正，心境舒怡，乐观向上，积极进取。就像《礼记》中所说的那样：“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。”

《重阳之歌》是人生哲理、思想启迪和生活顾问，同时也是艺术和诗。全书 18 个章节都是以诗歌的形式加以艺术表现和美学渲染的，而且十分富于真情、深情与激情，读来不仅让人感到质朴和亲



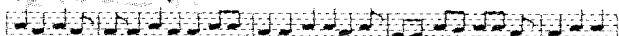
切，而且能够让人触摸到泥土的芬香与民俗的醇厚，字里行间都跳动着作者对老年人的一颗无限眷恋和挚爱的心。每一个章节都用“老兄，老弟，老姐妹”开头，一声亲昵的称呼，作者便把自己融入了老年读者之中，完全是在进行零距离的交流与心贴心的沟通，并以此赢得广泛的社会认同和心灵感应。特别是作者根据不同的内容和场景的实际需要所采取的长句与短语并用、格律与歌谣并用、陈述与诘问并用的形式，更增添了作品的跌宕性和感召力，加强了作品的社会性和爆发力，通篇都很有激情和气势，充满理趣和诗魅。显然，实现生活化、社会化和大众化，是作者在创作中的一种高度自觉的审美追求。这种创作是赋有先进文化的内涵和符合先进文化的前进方向的，也是具有民族优秀传统文化和开拓创新精神的。为了使作品更具形象性和冲击力，全书配有插图，从而形成一种诗画交融、诗画比衬、诗画相詮、诗画互诉的美学境界，读者一旦进入这个境界，便能够在崇高的艺术陶醉中自觉地接受书中那激扬着的丰富而深刻的政治内容、思想内容和社会内容，并由此而实现精神的感悟与道德的提升。



毫无疑问，这是作者在创作实践中所获得的一种巨大的成功。也是这本《重阳之歌》能够获得广泛的心灵感应和社会认同的重要原因。

诗有旨向，诗无达诂。《重阳之歌》的内容是具体的和现实的，但其所赋有的繁富意蕴和所具有的积极社会功能，却是永久的和无限的。作者对老年事业的钟情，对生命颐年的礼赞，定当能结出丰饶的果实和升起璀璨的霓彩！

2003年3月3日于太原



前 言

我国 60 岁以上的老年人口已占到总人口的 10% 以上。我国已进入老龄化社会。如何更好地为老年人群服务并做好他们的思想政治工作，使之健康长寿，积极乐观，有所作为，是时代赋予我们的一项重要课题，必须认真研究，审慎对待。

党的基本方针是“改革、发展、稳定”。绝大多数老年人，对历史有深刻了解，对现实有切身感受，对共和国有重大贡献，对中国共产党和社会主义制度有深厚感情，在群众中有较高的威望和影响。做好老龄工作，调动好老龄人群的积极性，既有利于改革，又有利于发展，也有利于稳定。无论是对国家的现代化建设，对青少年的培养教育，还是在依法治国、以德治国和科教兴国等方面，老同志都起着承前启后、继往开来的不可替代的重要作



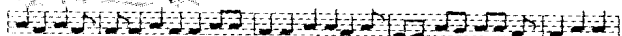
用，千万不可忽视。

基于此，我们为了执政党的建设写了《党员干部修养歌》，为了全社会的精神文明建设写了《人生世事来回想》，为了下一代的培养教育写了《人之初——新世纪德育童谣 100 首》。为了贯彻落实中共中央印发的《公民道德建设实施纲要》写了《公民道德歌》。之后，又根据党中央关于老龄工作的指导方针，面对广大老年同志，特别是离退休的老干部、老军人、老科技工作者、老文学艺术界同仁、老教师、老职工等，写了《重阳之歌》，以此和广大老同志敞开心扉、促膝相谈、交流思想、共取进益，善始善终。

我们两口子都是年逾花甲、将近古稀的人了。对人生的诸多方面，也有一些看法和体会，很想和老兄、老弟、老姐妹们一块聊聊。因为大凡到了这个年龄阶段的人，都程度不同地会由于共同的经历而产生共同的感受、共同的心愿和共同的语言。所以，聊起来也就容易融洽和投机。

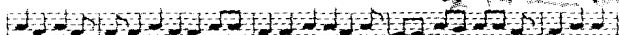
之所以起名叫《重阳之歌》，初衷有三：其一，是想借“重阳”一词的本来意义，憧憬和祝福各位老兄、老弟、老姐妹的人生又一个春天的到

重阳之歌



来；其二，是想呼应当年杨沫同志为年轻人写的《青春之歌》，我们想专门为老年人群写一曲《重阳之歌》；其三，是想在中国共产党十六大精神指引下，为进一步开创我国老龄工作的新局面作出我们应有的贡献。人的一生如一年四季，有春夏秋冬之分。老年人在经历了人生的花季和果季之后，又进入了一个新的积累期和孕育期，开始为下一个新的花季和果季积攒力量，以备爆发出更加灿烂的生命力。冬天的树木看似落了叶子，实际上那不是凋零，而是在孕育着新的生命，营造着新的春天。英国诗人雪莱有一句极富哲理的名言，叫做“冬天来了，春天还会远吗！”再说，老同志经过长期的奋斗，终于迎来了改革开放的新时代，迎来了集中精力建设有中国特色社会主义的太平盛世，这不又是一个时代的春天、生活的春天与生命的春天吗？所以，用《重阳之歌》作书名，既是客观的反映，也是我们主观的愿望。

之所以采用这种形式，是因为这样写简明扼要，也比较上口，好看、好懂、好记，也好流传，更适合老同志们的特点和需要。尤其是大量采用群众语言，力求做到通俗易懂、琅琅上口，老同志



肯定欢迎。

徐特立老人曾赋诗道：“世有老少年，也有少年老，不落时代后，年老才可宝。”

张闻天同志更赋予生命以进取的价值，他说：“生命如流水，只有在它的急流与奔向前去的时候，才美丽，才有意义。”

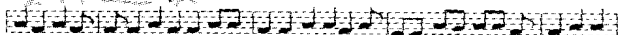
而今，老同志们 in 马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想的指导和激励下，一定会认真想清楚这样三个问题，即：参加革命、锐志改革，为了什么？现在离休退休了应该做些什么？将来身后应该给人民、给事业、给子孙后代留下点什么？

如果真的把这三个问题想清楚了，我们的生命就会爆发出火花，我们的生活就会出现奇迹，我们的事业就会快马加鞭。因为这三个问题都是带有根本性的问题，都是世界观、人生观、价值观的本质体现，都决定着人生的道路、方向和价值。

早在延安时代，毛泽东同志给吴玉章先生祝寿时就说过：“一个人做点好事并不难，难的是一辈子做好事，不做坏事。”

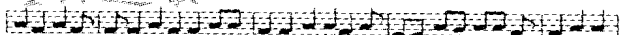
我们只有真正想清楚了这三个问题，才能确保

重阳之歌



一辈子做好事，一辈子有德行，一辈子作贡献。才能真正地迎来生命的春天，画好人生的句号，焕发事业的光彩，高扬奋进的风帆！

壮士暮年，雄心不已。我们一定始终保持共产党人的蓬勃朝气、昂扬锐气和浩然正气，一定倍加顾全大局，倍加珍视团结，倍加维护稳定，牢记“两个务必”，努力开创中国老龄事业的新局面，在全面建设小康社会的伟大事业中作出应有的贡献。



目 录

序一	李宝库 1
序二	艾 斐 4
前言	9

第一篇 志在千里

一、年高离职更亲党 到龄退休不退色	3
二、有功享誉理应该 自己不必挂心怀	17
三、为了事业万世兴 帮青助少第一宗	33