

槐荫新语

“新银发”新精彩

李连瑞

我曾经以为,退休后的日常生活无非就是洗衣、做饭、接送孙辈、看报纸。然而,近年来,随着“60后”走进退休生活,他们全新的生活方式逐渐改变了我原有的认知,这一群体也因此被称为新银发人群。与人们传统观念中的老年人相比,新银发人群懂科技、爱时尚、会享受、肯消费,他们退而不休,不因离岗而孤寂,更加向往多彩的世界,对生活充满了热爱与憧憬。

新银发人群不再是被动时光推着走的被动群体,而是主动拥抱生活,争做新时代的主角。在社会转型与科技浪潮的双重激荡下,他们以令人耳目一新的姿态,续写着自己精彩的生活篇章。

新银发人群的退休生活,早已突破了传统认知边界。短视频平台上,60岁的舞蹈老师用灵动的舞步收获百万点赞;在线教育课堂上,70岁的学员戴着老花镜认真记笔记,并且熟练地使用移动支付、视频通话,甚至还在电商平台上经营自己的小店。他们用实际行动证明,年龄从来不是学习的障碍。当资深院士仍在实验室攻坚克难时,当退休教师自发组织社区读书会时,我们看到的是终身学习的理念在新银发老年群体中的生动实践。

精神世界的丰盈,让新银发人群活出别样的精彩。老年摄影协会的成员们背着专业相机,用镜头记录城市的变迁;老年大学的教室里,书法

班、油画班、诗歌创作班、声乐班,座无虚席。这些充满创造力的文化活动,不仅满足了他们对美的追求,更构建起温暖的社交网络。新银发人群还投身公益事业,用人生阅历帮助年轻人成长。他们不再将晚年视为人生的休止符,而看作新征程的起点,用积极向上的生活态度感染着身边的每一个人。

在代际关系上,新银发人群展现出令人钦佩的智慧与包容。他们不再固守传统的家长权威,而是以平等的姿态与子女沟通交流。面对儿女在婚恋方面的一些新观念,许多老人选择理解与尊重。在育儿方面,他们主动学习科学育儿知识,与年轻的父母共同承担教育责任。这种代际间的良好互

动,不仅促进了家庭和谐,也为社会注入更多的温暖与包容。

新银发人群正在重新定义人生的下半场。他们用开放的心态拥抱变化,用智慧与经验回馈社会,用热爱与活力点亮生活。这些银发追光者,不仅书写属于自己的精彩篇章,更为整个社会传递着积极向上的正能量。他们让我们看到,年龄从来不是限制人生可能性的枷锁,而是积淀智慧的财富。岁月会染白鬓角,但热爱生活的心永远年轻。

(本栏目长期征集杂文、言论类稿件,包括杂感、杂谈、随笔等,要求观点鲜明,短小、隽永,阐明自己的爱、憎、赞同、反对等观点、看法,论述具有独特的艺术表现力。)

畅销书识

《大局观》

机械工业出版社

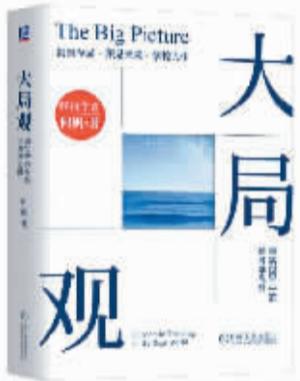
作者:何帆

何帆,经济学家、上海交通大学安泰经济与管理学院教授,曾任中国社会科学院世界经济与政治研究所副所长、北京大学汇丰商学院经济学教授,拥有20多年政策研究和市场咨询经验,游历50多个国家,是时代的观察者和记录者。

在这本心血之作中,他用经济学的视角,从人性、权力、

市场、技术变革、全球化趋势、老龄化社会、教育与创新等关键议题。这不是一本提供标准答案的书,而是一本思维训练手册。它鼓励读者跳出单一的视角,以更广阔的视野看待社会问题,在不确定的时代中寻找更理性的决策方式。

在书中,何帆老师告诉我们,无论是经济学家、社会学家还是平常百姓,人不一定是理性的,但我们要尽量保持理性,不要完全受直觉控制,要看清事实和形势再做选择或判断。本栏目图书由秋林书城推荐



诗歌集萃

金秋游

张东升

层林尽染绘金秋,
游人沉醉夕阳红。
笑逐颜开心欢畅,
大好河山入画中。

画秋

赵占魁

金风玉露好时光,
满目斑斓韵味长。
远望山川枫叶赤,
近观沃野果蔬香。
庭园月季花鲜艳,
河畔秋菊蕊灿黄。
桑梓故土多美景,
欣然提笔著诗章。

秋枫

孙建敏

秋深稀翠微,
君去何时归?
南山枫尽染,
鸿雁几番催。

秋色

段银贵

霜染层林神采扬,
神州妙手绣妍妆。
绮园菊绽凝金色,
路边枫燃似画廊。
秀岭林枝垂硕果,
沃田禾粟送幽香。
休言此季多萧索,
自有斑斓兆瑞祥。

冬始万物藏

“立冬”是冬季的第一个节气。“立”是建立、开始的意思。在古人的智慧里,立冬不仅是一个时间节点,也是天地间阴阳转换的标志,是万物收藏与蓄力的开始。正如元代吴澄所著的《月令七十二候集解》所言:“冬,终也,万物收藏也。”这“藏”,并非消极避世,而是积极准备,是为来年春天的勃发积蓄力量。于是,冬季成为自然界与人类一同顺应四时、尊重生命规律的过程。

在这个时节,田野上的农人结束了一年的辛勤劳作,稻谷归仓,硕果离枝。他们虽然会流露出一丝疲惫,但脸上始终洋溢着收获的喜悦。立冬的到来,仿佛是大自然给他们放了一个长长的假期,让他们有机会放下手中的农具,围坐在火炉旁,享受一段宁静的时光。这是一幅多么温馨的画面啊!它让人感受到生活节奏并非一成不变,而是有着起伏和停顿,正如音乐中的休止符,能让旋律更加动听。

自古以来,文人墨客就善于捕捉四季更迭中的微妙情感,将其化为笔下流淌的诗篇。唐代诗人李白曾在他的诗作《立冬》中写道:“冻笔新诗懒写,寒炉美酒时温。”将立冬时节的氛围描绘得淋漓尽致:天寒地冻,笔尖因寒冷而凝滞,难以挥洒自如。新诗的灵感似乎也被这严寒冻结,难以流淌。然而,室内却是另一番景象,炉火正旺,暖意融融,一壶美酒在炉边慢慢温热,散发出诱人的香气。诗人围坐在温暖

的炉火旁,手捧一杯热酒,任由思绪在寒冷的空气中自由飘荡。虽然笔尖凝滞,但心中的诗篇却在悄然酝酿,等待着合适的时机喷薄而出。在这样的氛围中,诗人懒得提笔,不是因为灵感枯竭,而是更愿意在这宁静的冬日里,围炉而坐,享受那一杯温暖的美酒,让心灵在微醺中得到片刻的放松与慰藉。

在立冬时节,我们不妨放下一些忙碌与纷扰。在冬日的暖阳下,泡一壶香茶,捧一本好书,茶香袅袅,书页轻翻,让心灵随着文字的温度慢慢升温,让思绪随着茶香与墨香一同飘远。在这美妙的时刻,时间仿佛凝固,让人忘却了外界的寒冷,只留下内心的温暖与充实。或是邀三两好友,围炉而坐,分享彼此的故事,让友谊的温暖驱散冬日的严寒。这样的生活,虽然简单,却充满了诗意与美好。 裴金超/文



菊韵 高旭珍/作

有新闻《老友新闻》
有历史《精品阅读》
有故事《记者串门》
有生活《百事顾问》
有医疗《医疗指南》

让更多老年人老有所养老有

扫码订阅

一纸精彩
值得拥有

2026年《燕赵老年报》火热征订中……

<p>订阅热线</p> <p>中国邮政:11185 长安东站长安北站: 66161718 长安西站长安北站: 66161717</p>	<p>桥东南站 裕华西站: 66161716 新华南站 新华北站: 66161721 桥西南站 桥西北站: 66161729</p>
--	--

每周三期 全年定价120元
四开八版

邮发代号: 17-103