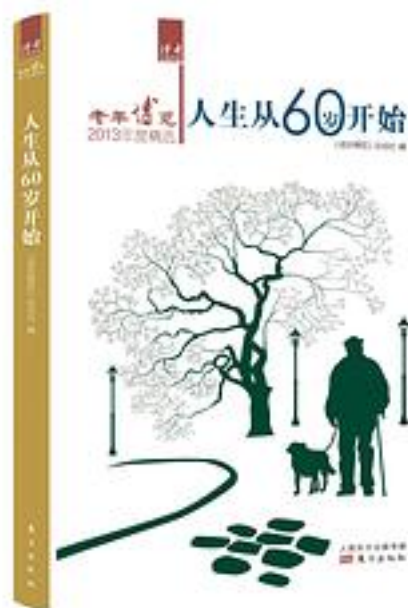


# 人生从60岁开始



[人生从60岁开始 下载链接1](#)

著者:《老年博览》杂志社

出版者:东方出版社

出版时间:2014-5

装帧:平装

isbn:9787506073936

本书荟萃《老年博览》2013年文章精华，分别收录老年人最喜闻乐见的文化时代、情感哲思、权益维护、乐活养生等内容，兼具科学性、知识性、实用性和趣味性，悉心照顾老年人的阅读习惯——“晨起精神，宜读史观人；午后心闲，宜漫谈情思；夜来，宜养生养心”，可作为老年朋友居家必备的精神伴侣。

作者介绍:

《老年博览》杂志社，读者出版传媒旗下专业杂志社。《老年博览》是专门为中老年朋

友创办的综合文摘刊物，内容充实、格调淳朴、设计精美，在全国历届老年期刊评奖中曾获百余奖项，2009年被评为中国北方十五省优秀期刊，是国内最受老年朋友欢迎的综合性文摘杂志。

目录: 代序  
活到90 岁你就赢了

时代人物·谱写世纪的传奇  
怀仁堂的学生们  
曼德拉: 闪耀人性光辉的一生  
朴槿惠: 嫁给韩国的女人  
茅于軾: 三十余载如一梦  
海伦·斯诺: 真正到达并记录了延安的人  
八旬老人, 带领“旅行者”飞出太阳系  
讲故事的人  
三位老者一堂课  
“中国好人”余法海: 为142 位烈士找“家”  
卖菜阿嬷的慷慨人生  
将中国美食做到美国的江孙芸  
郑洪升: 80 岁的“微博控”  
体操奶奶: 我的梦想我做主  
罗美珍的世界  
关伟峰独自骑车去拉萨  
文史纵览·岁月深处的光辉  
一份绝密情报促使红军长征  
从三大战役看双方统帅  
孙中山最后的日子  
解放战争前夜的一次战略飞行  
揭秘开国大典前天安门扫雷行动  
20 世纪五六十年代哪些国家“欺负”过中国  
谁画进了人民大会堂  
中南海来信  
邓颖超亲述: 当总理夫人其实很难  
朝鲜战争停战那一天  
国务院机构改革30 年: 那些消逝的部委  
出任新中国首任部长的四位民主人士  
中国人是怎样过上双休日的  
著名将领的“忘年恋”  
房产税: 中国古代已有之  
人间真情·花甲之年懂爱情  
欠爹的一场电影  
祖母的留言牌  
“电梯爷爷”的纯手工爱情  
八吊钱, 一世情  
那三个台湾老人  
父亲那么老了, 我还那么小  
花甲之年懂爱情  
42 个人, 共圆一个美丽“谎言”  
三次幸福感  
乐活指南·人生咸淡两由之  
世界上没有好玩的景点, 只有好玩的人  
在微饥中惜福  
一点盐

藏住心的买卖  
逍遥  
像植物一样睡觉  
不要以为自己就是尺度  
理想社会应该是所有人爱所有人  
人生咸淡两由之  
我俩的田园生活  
卖房也要去周游世界  
“拼老”也快乐  
老人不是包袱  
100岁的奶奶不灰心  
信息宽带·养老应该知道的事  
养老靠谁  
我能要求已经被收养的孩子赡养吗  
地方养老新招  
老人投资理财注意啥  
《权益保障法》解读  
失独后,财产纠纷怎么办  
老人应该如何订立遗嘱  
意外伤害维权老人防五陷阱  
养生保健·学会当自己的医生  
顺应自然,春宜养肝  
春困,常揉“自醒”穴  
春末夏初注意疾病的预防  
四种食物抵御花粉过敏  
学会当自己的医生  
转基因食品八个疑问  
“八个调节”控血糖  
降压保健操  
夏日六节气养生之道  
夏季补钙正当时  
选对食物清凉一夏  
养心护阳夏三月  
夏秋之交需防病  
秋季养生“七要”  
养肺润燥正当时  
如风骤来之疾:中风  
专家支招应对雾霾  
癌细胞自述  
冬日起居养生八字经  
中老年人冬季预防心脑血管病六对策  
糖尿病患者冬季应注意护足  
远离老年抑郁症的困扰  
· · · · · (收起)

[人生从60岁开始 下载链接1](#)

标签

老年

生活

文摘

好看

父母

慢生活

人生

## 评论

仅仅是看目录，你就能知道，这是一本很有厚度的书，它涵盖的范围很广，一如老人们丰富的人生，老人读这本书，是休闲，是回味，是健康；年轻人也可以读读这本书，换一个角度来看这个世界，也不失为一件有趣的事情。

-----  
书与杂志是父母一代人的精神食粮。这样的文摘对于已经迈向电子阅读时代的“80后”或许过时，但对于父母，是难得的故事。其实，即便是我们，何尝不能停下来，思考年龄的意义与生活的价值。读书，在电子时代不仅意味着怀旧，也是一种慢生活的追求与享受。

-----  
好看，虽然是给老年人读的，年轻人也值得一看

-----  
[人生从60岁开始\\_下载链接1\\_](#)

## 书评

人的一生很长，每一个阶段都有着不可替代的色彩，如果你想领略千帆过境的畅然，如果你想与同龄人一起体悟人生，感怀世事情怀，翻开这本书，娓娓道来的是，平常却又精彩，深刻又丰满，就像与一老友，躺在摇椅上，聊聊曾经的那些事，其实，正是那些独特的经历，才丰满了我们的内...

曾经，觉得了老年是一件很恐怖的事情，爬满皱纹的面庞，日渐模糊的记忆，满是寂静的等待，那时候，对于我来说，老了就意味着过一天，算一天。渐渐地，我发现外国的很多老人其实活得很年轻，年近古稀的依然上班忙碌，甚至热衷于挑战极限运动，忍不住感叹他们的精力为何那么好，...

读书读多了，必然会有一些私密的情怀，比如期待某些类型的书大众可能更愿意亲近。我一直在期待，书店里或市面上，关于幼儿和老年这两级年龄层别的图书更多一些，更精致一些，更人情味儿浓厚一些。最近迷看去哪儿这样的节目，当然也在思考暑假带上自己的父母去哪里旅游的问...

妈妈已经过了57岁生日，慢慢地步入60岁。30、60，对于女人来说是很重要的年龄分水岭。30岁的女人开始感慨年华老去，60岁则是儿孙绕膝、淡然从容的年纪。这本写给我们的父母的书，只有她们最懂。60岁其实也很好。

终于有一本写给老人的书，不是讲如何少油少盐，怎样降脂降压了，光凭这一点就必须赞。其实到了60这个年纪，很多身体保健上的事情，他们顺其自然地就会去做了，我的父母每天都会去公园锻炼啊，快步走啊什么的。大鱼大肉，给他们吃，也吃不下多少的。反而是这份心境，更难从几...

老爸老妈都已年近花甲，在他们这个年纪，作为儿女总希望他们能放下心中所累，以一种超脱和淡然来为自己而活，但事实不然，年轻时的各种执念在他们身上仍然清晰可见。我希望能呈现给他们另一个世界，帮助他们能够选择一种某种意义上更有幸福感的生活。这里，我寄希望于书。读书...

本来是听朋友推荐，准备买来送给老妈看的。结果自己翻了一遍，竟有些欲罢不能了。没有说教和煽情，那些人生故事和道理，就这么娓娓道来，丝毫不显得生硬和做作，仿佛一位年老睿智的朋友，在讲述自己的经历，一言一语，平淡而隽永。经得起细品的才是好书，我想，这本书是当得起...

-----  
爷爷是个老知青，最喜欢的事是带着眼镜翻报纸，然后看到好的文章做个标注，有实用的内容就摘抄下来。后来喜欢翻杂志，但老年类的杂志相对还是很少。《人生从60岁开始》，是《老年博览》的2013年度精选集，收录的内容非常齐全。自己非常喜欢它的书名。我们的人生是从...

-----  
如果我们用60年作为一个生命的丈量单位，它，既不是人生的开始，也走过了高峰。但60岁，还有另一特殊含义。因为人生就是一种假定，在这个世界上，只要还没有结束，一切都是刚刚开始。

-----  
爸妈年轻时都挺爱看书的，年纪大了不爱看大部头了，就这种碎片化的小短文，挺喜欢每天看个一篇两篇的。这本书里既有老年人感兴趣的养生知识，也有与人心有戚戚的人生感悟，还有历史人文，社会热点等多方面的文章，爸妈很喜欢看。

-----  
60岁，如果人生才刚刚开始，该是多么美好的事情。如果怀着一颗经历世事却又不被其累的豁达心态，人生真的才刚刚开始。这不是蓦然回首的怀旧，也不是垂垂老矣的无奈，这是品茗一杯清茶，悟一生禅机，这是仰头饮尽的一杯薄酒，叹人生豪迈。60岁，正是刚刚好的年纪，我们带着丰富...

-----  
[人生从60岁开始 下载链接1](#)