# 六十岁的生日感悟

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2024-10-09

*开栏的话：经过改革开放的历史巨变，生活水平迅速提高的中国百姓，开始关注和追求健康。你在任何时候，到任何一个地方，不论是中心城市，还是边陲小镇，都可以看到成群结队的人们在晨练。老干部同样如此，他们热爱运动，渴望健康。其实，健康的钥匙就在自己手...*

开栏的话：经过改革开放的历史巨变，生活水平迅速提高的中国百姓，开始关注和追求健康。你在任何时候，到任何一个地方，不论是中心城市，还是边陲小镇，都可以看到成群结队的人们在晨练。

老干部同样如此，他们热爱运动，渴望健康。其实，健康的钥匙就在自己手中。

有一个乐观向上的心态，是保持健康的关键。对老干部来说，如何对待人生、名利、地位、待遇等，是保持晚节、保持良好心态必须解决的问 题。

为此，我们开设《人生感悟》专栏，以漫谈的形式抒发对人生的感悟，欢迎赐稿。日近黄昏的时候，接到一位好友的电话，邀我参加庆贺他六十岁的生日宴会。

放下电话，在暮色中我好一阵子回不过神来，他的提醒使我意识到自己离六十岁只有一步之遥了。英国作家萧伯纳说过，“60岁以后才是真正的人生。

”想来也是有一定的道理。六十岁是人生辉煌阶段的开始。

人，不论你出生在什么家庭，从咿呀学语到蹒跚学步，你必须在大人的帮助下完成人生初级阶段的社会化。正如贾平凹所说，“当二十岁的时候，不，在四十岁之后，你会明白人的一生其实干不了几样事情，而且所干的事情都是在寻找自己的位置”。

真正值得风光的正是六十岁以后。这时你卸去了人生中繁杂的事务，告别了许多挠头的烦事，读自己想看的书，干自己想干的事，写你想写的东西，圆你未圆的梦，人的生命真正进入了一个崭新的阶段。

六十岁是一种阅历的标志，是一个从容的年龄。著名作家蒋子龙说过：“人原本就是在通向衰老的过程中，领悟人生，学会一切”。

人的一生，经过几十年风风雨雨的磨练，几十年曲曲折折的经历，几十年兢兢业业的实践，几十年孜孜不倦的探索，使自己由稚嫩变得成熟，由单薄变得丰厚，由浮躁变得宽厚，由功利变得大度。正如一位哲人所说，人的生命犹如一条河流，少年时涓涓水珠，清流晶莹；中年时奔流峡谷，浪遏飞舟；待到老年，河流已进入大海，水面宽阔了，波涛平稳了，包容万物、吐纳星月。

人生进入一个放眼物量、海阔天空的阶段。善于和人相处，和生活共存，达到了与环境的和谐，与人的和谐，淡入淡出，清水芙蓉般的物我齐一。

六十岁是展示自己才华和学识的年龄。法国启蒙思想家卢梭说道：“青年期是增长才智的时期，老年期则是运用才智的时期。

”六十岁以后的岁月，浓缩了几十年的智慧、经验、学识、能力，因而应当是人生的黄金时期。让我们把60岁看成人生的新起点，重新规划自己的人生，再创新辉煌，谱写新篇章。

（来源：解放军报第8版）

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找