

半生戎马岁月 半生笔墨诗文

老兵欲出书分享人生智慧

“街巷流星雨，楼间落彩霞。”一位平凡的退休老兵，在朋友圈里记录着生活的点滴，从军事生涯到党校工作，再到退休后的生活琐事，他用文字和图片记录着自己的成长历程，这位老兵就是64岁的李毅民。近日，李毅民来到本报编辑部，咨询关于“公益助老出书”活动的相关事宜，并与记者聊起了他的笔墨人生。

历经风雨，笔耕不辍，从军营到党校，热爱文学的李毅民在人生的不同阶段都留下了深刻的足迹。如今，他希望将这些年的感悟和经历集结成册。这不仅是对自己个人生涯的回顾，也是对那段军旅岁月和党校生活的深深怀念，更是对一代人奋斗与拼搏精神的传承。

1 参军入伍 奉献军营



李毅民 1960 年出生于江苏南京，18岁参军入伍，成为南京海军学院一名战士。两年后，李毅民考入海军第二炮兵工程学院学习自动化专业，毕业后分配到当时装备最好、战斗力最强、任务最重的海军驱一支 104 舰。他先是担任军事干部，后来调到政工部门，从事领导职务。由于工作调动，1990 年，李毅民来到山东青岛，在潜艇学院从事政工工作。

李毅民的人生并不仅仅局限于军事领域。2000 年，李毅民转业到青岛市委党校，负责学员的日常管理，配合辅助教学。在党校工作的 20 年里，他兢兢业业，深受同事和学生的喜爱。

工作训练之余，李毅民喜欢写写画画，在各类文字材料处理中锤炼了自己的文字功底。虽然从未系统地学习过写作，但他凭借着对文字的热爱和不懈的努力，逐渐摸索出了自己的写作风格。李毅民阅览各类书籍，不断学习，不断提升自己。这种对知识的渴望和对文字的热爱，成为他后来写作的坚实基础。

2 创作诗文 感悟人生

2020 年，年满 60 岁的李毅民光荣退休，但他并没有停止对生活的热爱和追求。离开繁忙的工作岗位，李毅民进入老年大学学习唱歌，一周两次，不仅锻炼了身体，还提高了艺术修养。他还喜欢打网球、练太极拳，保持着良好的身体状态。

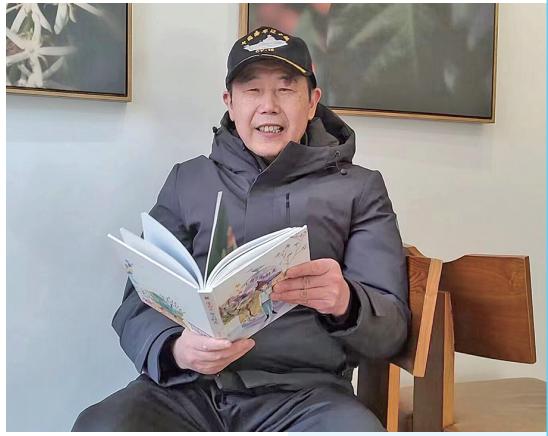
2015 年，李毅民注册微信号后开始定期在朋友圈发布诗词，并配以精美的图片。这些作品记录了他工作生活中的点滴感悟，也展现了他对生活的热爱和对文字的执着。李毅民的朋友圈成为他精神寄托的家园，见证了他一路的成长历程。在父亲的影响下，李毅民的女儿也喜欢写作，甚至写起了连载的长篇网络小说。

3 欲出诗册 回顾人生

值得一提的是，李毅民的岳父是一位对海军舰艇作过突出贡献的老兵，也是一位热爱写作的人。岳父在 80 岁时，将自己的成长工作经历写成了回忆录，出版印刷。李毅民深受启发，决定将自己的诗文作品和岳父的文稿整理在一起，印刷成一本更加厚重的诗文集。

“文稿放在家里，散落在书橱一角，如果不把它们整理保存下来，感觉挺可惜的。”李毅民说，每一篇文章、每一首诗词都凝聚着自己的心血和情感，见证了自己跌宕起伏的人生历程。“我想把我这辈子的经历和智慧，通过书籍分享给更多的人。”李毅民表示，这本书不仅是对自己人生的一次回顾和总结，也是希望能给年轻人一些启示和帮助，激励着更多的人去追求知识和梦想。

记者 尚美玉



《烟火人家》 让家庭题材剧冲破窠臼

由杨晓培担任艺术总监及总制片人，徐帆、马思纯领衔主演的家庭话题全景群像剧《烟火人家》，日前在CCTV-1 黄金档、腾讯视频热播。该剧开播以来，就以当下人们真实的生活状态还原和“女性群像”的成功塑造，展现鲜活的生活气息和紧贴生活的现实感，抓人眼球的同时赢得观众点赞。

电视剧《烟火人家》围绕孟家的三代人展开，讲述她们在生活中遇到种种问题与困惑之后，彼此支撑、各自成长的故事。三代女性角色组成的“女性群像”，支撑起整部剧的故事发展。

剧中，宋春丽饰演的乔海云有三个女儿。徐帆饰演的老大孟明玮因跛脚自卑而望女成凤，和女儿李衣锦关系十分紧张，但最终她们体谅了对方的苦衷，明白保持适当的距离才是

维系母女关系的良方；梁静饰演的老二孟凌青，与学霸女儿陶姝娜无话不说，却无意中发现了彼此的秘密，最终明白完美的母女关系不是遮掩缺点而是彼此支撑；李小冉饰演的老三孟以安强势又独立，事业家庭平衡之难让她渐渐理解了当年的母亲。

近年来，家庭题材影视剧的创作热度不减，而女性视角的解读则以对女性群体的多元化解读，使观众尤其是女性观众更容易从人物经历中找到与自己生活相契合的连接点，从而产生共鸣，引发思考，获得启迪。《烟火人家》的创新之处在于，对一个家庭中三代女性角色的塑造没有就重避轻，而是通过对家庭中“女性群像”的刻画，全方位诠释女性在各年龄段的危机、困境以及成长，体现了对多方面问题的思考。刘桂芳

选用真正好羊奶 无膻味 奶味醇香浓郁

厂家直销 限时特惠 买1罐送7罐 一天只需几毛钱



免疫球蛋白羊奶

最新升级版免疫球蛋白羊奶富含百种人体所需的营养物质，羊奶粉是普通乳制品中营养较全面、较丰富的营养品，羊奶喝了不易燥、不易热、不易上火、不易过敏、不易发胖，分子小，更有利于中老年人吸收，健康之人饮用亦可帮助增强体质，是人类滋补养身的健康选择。

免疫球蛋白羊奶，来自陕西八百里秦川天然原生态牧场，拥有优质的羊奶粉示范工厂，以鲜羊奶为原料，富含乳清蛋白，添加免疫球蛋白，高钙含量，添加乳矿物盐、多种维生素、铁、锌、叶酸、菊粉等营养成分。(本品非固体饮料)

厂家直销·买1送7

开春钜惠，限时订购，厂家直销 6000 箱免疫球蛋白羊奶，**今天明天后天打进电话，只收一罐的钱 198 元，买 1 罐免费送 7 罐，厂家整箱(8 罐)发货，每天前 100 名打进电话再送同款羊奶粉一罐。**

羊奶每罐均为最新批次生产，每人限购 5 箱，活动真实有效。全国包邮货到付款，先订先得，售完为止！

折合 25 元/罐 每罐能喝一个月



订购热线 400-1555-991

SC10634122106109 安徽微琪药业有限公司

国药 桂龙药膏

上了年纪，老人容易一体多病，如风湿骨病、慢性腰腿痛、失眠多梦、心悸气短、贫血多汗、尿频、尿急、腹胀、厌食等疾病。老年人的一体多病，往往与五脏失调有关，桂龙药膏祛风除湿、舒筋活络、温肾补血，治三虚调五脏，能很好地改善老年人的常见慢性病症状。

华天宝桂龙药膏采用黑老虎根、九牛力、玉郎伞、高山龙、红药、过岗龙、狮子尾等 28 味广西深山天

来电半价申购

然药材，华天宝桂龙药膏在选材、清洗、浓缩、收膏、密封每一个环节都做到精益求精，真正做到了一斤药材浓缩成二两膏。

特别提醒：由于桂龙药膏原材料价格上涨，工人成本上涨，活动有效期 5 天，仅限前 100 名打进电话的顾客，60 岁以上多种慢性病患者可优先购买，原装正品，名额满了以后，一律恢复原价，请理解！

订购电话 400-822-6798

广西华天宝药业有限公司桂药广审(文)第 250810-004125 号 OTC 国药准字 Z45021464 请按药品说明书或在药师指导下购买和使用

采编中心:(0532)66610000

广告部:(0532)82933171

合作部:(0532)82933718

通联部:(0532)82933711

邮局发行投诉热线:11185

地址:山东省青岛市崂山区株洲路 190 号

邮编:266101

法律顾问:琴岛律师事务所 侯和贞、王云诚、于华忠律师

印务中心电话:(0532)68688618