

老年生活报



老年生活报

全国助老服务热线
0532-66610000

让回忆
在笔尖绽放
本报“回忆录写作班”
第三期公益课堂举行

本报讯 4月23日上午,由本报与青岛市老年活动中心共同主办的名人大讲堂“中老年人回忆录创作班”第三期课程在活动中心如期举行。中国作家协会会员、青岛市作家协会副主席高伟与二十多名中老年文学爱好者共话回忆录写作。

“写作不是年轻人的专利,白发恰恰是最好的稿纸。”高伟说,回忆录的写作,既是对过去生活的记载,也是留给子孙后代的精神财富。课堂上,她结合自己的写作经验,为学员们分享了诸多实用的写作秘籍。

讲座结束后,许多中老年朋友仍然兴致不减,继续与高伟交流。他们纷纷表示,这次课程让他们受益匪浅,不仅学到了写作技巧,更重要的是,激发了他们写作回忆录的热情。

(记者 尚美玉)

世界读书日,作家高伟与本报读者共话回忆录写作 “人生如何落笔?先探出一片花瓣”

4月23日是世界读书日。当日上午,中国作家协会会员、青岛市作家协会副主席高伟与二十多名中老年文学爱好者共话回忆录写作。

将完整的“我”和盘托出

“写作不是年轻人的专利,白发恰恰是最好的稿纸。”高伟说,回忆录的写作,既是对过去生活的记载,也是留给子孙后代的精神财富。她结合自己的写作经验,为学员们分享了诸多实用的写作秘籍。

她提到,写回忆录时,要敢于展现真实的自己,就像卢梭那样,从不回避自己的缺点与过失,而是将完整的“我”和盘托出。卢梭在《忏悔录》中坦白自己将五个孩子送进育婴堂的经历,“这种自我剖析的勇气令人敬佩。”高伟强调,“回忆录写作不需要完美人设,真实才有力量。”

“真实这个事情很难把握,包括成熟的作家。但李娟的《我的阿尔泰》让我

深受触动,她敢于说自己喜欢单一重复的工作,这在文学中是不‘正确’的讲述,但她真实地表达了自己,反而让读者感受到了她的真诚和力量。”所以在高伟看来,回忆录的意义不在于获得多少赞誉,而在于真实记录生命。

除了真诚,高伟还强调了细节的重要性。她建议学员们在写作前,先收集与自己生活经历相关的物品,如老照片、日记、信件等,这些物品可以帮助唤起记忆,为写作提供素材。同时,要制作一个大纲,组织思路,确保回忆录的结构清晰,内容连贯。在叙事时,要注重细节描写,让读者能够身临其境地感受到当时的情境和氛围。

谁的经历都是一部奥斯卡获奖作品

“父亲在世时写过一本回忆录,当时我们都没太在意。可父亲去世后,这本回忆录却成了全家的珍宝,几

个姊妹争着抢着翻看。从那些文字和老照片里,我们真正读懂了父亲。”课堂上,高伟以自身经历为切入点,讲述写作回忆录的意义。

“我们总以为要惊天动地才值得书写,其实剃须刀里残留的胡茬、雨天想拨通的空号,才是直击人心的突袭感。”高伟鼓励大家,每个人的经历都是一部获得奥斯卡奖的作品,不要轻视自己的故事,要大胆写作,真实记录。

教室里沙沙的笔记声中,71岁的李淑兰在稿纸上写下:“1968年下乡那天,母亲连夜缝的棉袄领子里藏着两块钱。”她轻声对记者说:“以前觉得这些小事不值一提,今天才明白,正是这些碎片拼出了人生的全貌。”

75岁的赵先生特意将一枚褪色的军功章别在衣襟上。“年轻时保家卫国,退休后想用文字给子孙留点念想。”这位曾参加过边境作战的老兵,与邻座退休民警杨先生一见如故。两双布满老茧的手紧紧相握,交流起过往工作中的趣事,笑声不断。



作家高伟在授课现场

为自己的生命开一次花

张女士是一位退休工程师,她激动地跟大家分享:“我一直想写一本回忆录,记录自己的过往经历和人生感悟。但总觉得无从下手,今天听了高老师的课,我有了方向和信心。我要开始动笔了,让自己的回忆在笔尖绽放。”站在一旁的李先生笑着接过话茬:“我要用文字记录下自己的奋斗历程,留给子孙后代一份宝贵的精神财富。”

最后,高伟吟诵了西晋的诗句《开花》,送给每一位中老年朋友。银发学员们跟着吟诵“开花就是解放,开花就是革命。开花吧,为自己的生命开一次花吧”,有人打节拍,有人悄悄抹泪。当“先探出一个花瓣来”的句子响起时,赵先生在笔记本扉页写下:“明天开始,每天写三百字,就从行军壶里的青稞酒写起。”

记者 尚美玉



主办:台东街道办事处、青报集团老年生活报
协办:台东街道计生协、台东街道瑞泰社区卫生服务中心

——青报志愿服务团——
青岛市公共卫生临床中心、天道中医、城润家颐养社区、光大银行青岛分行



“中医生活化启蒙之旅”启动仪式

时间:4月25日(周五14:00-16:00)

地点:台东三路步行街
(靠近千川百货和台东利群)

- ① 中医科普及推广咨询服务。
② 现场为台东幼儿园小朋友代表捐赠中草药种子。
③ 青报志愿服务团提供健康养老金融方面的咨询服务。



参与活动·扫码咨询

公交:乘坐219、368、367、229、19、212、32、206路等公交车可抵达;地铁:①乘地铁1号线台东路站(F口);②乘地铁2号线台东站(F口)