

# 新天地

# NEW HORIZON

中老年人 心灵驿站

原《老人天地》

光明日报

报业集团主管主办 2013.

# 2

邮订 2-290



封面人物  
王本祥 77岁

## 新春特辑

我为对联狂

节日闲聊，忌讳别小瞧

有感于习近平的“四菜一汤”

至真至善 一世情缘

论语中的养生密码

2013: 我的经济梦

ISSN 1673-7857



www.laobm.com

老爸老妈新天地网 月刊·上  
定价: 5元方数据



光明日报 报业集团主管主办

# 新天地

2013年2月(总第351期)

社长/总编辑 夏欣  
副总编 田茵  
本刊政策顾问 台恩普  
本刊法律顾问 北京市冠腾律师事务所  
李瞻哲

广告策划 邵义松  
编辑部主任 孙展  
责任编辑 辛娅 孙展  
美术编辑 海龙

国际标准刊号 ISSN 1673-7857  
国内统一刊号 CN 11-5523/C  
国内邮发代号 2-290  
国际邮发代号 M736

社址 北京东城区和平里7区16号  
办公楼6层《新天地》杂志社

邮编 100013

投稿电话 010-84258035

服务电话 010-84257955

发行电话 010-64202560

广告电话 010-64200699

传真 010-64222910

电子信箱 xtd18@yahoo.com.cn

新天地网站 www.laobm.com

(实名:老爸老妈新天地)

开户行/账号 中国工商银行北京和平里北街支行  
0200004209200145465

户名 《新天地》杂志社

广告许可证 京东工商广字第0216号

国内发行 北京报刊发行局

国外发行 中国国际图书贸易总公司  
(北京399信箱)(100044)

印刷 北京华正印刷有限公司

出版日期 每月1日

零售价 5.00元

## 新春特辑

- 4 春节快乐
- 5 那年大年初一
- 6 亲情让年味更恒久
- 7 女儿送我压岁钱  
母亲冬来俏
- 8 孙中山、毛泽东、周恩来过年趣事
- 9 一个人的春节
- 10 节日闲聊,忌讳别小瞧

## 大视角

- 1 2月特别提醒
- 11 80后网上弘扬国粹
- 12 有感于习近平的“四菜一汤”  
倾听老子之道
- 13 品悟“流行语”  
2013:我的经济梦
- 14 作品秀
- 16 人生中的又一个第一次
- 17 一生未曾停息的思想
- 18 淘书在多雪的冬天

## 看人生

- 20 苦难里你是我幸福的帆——茅于軾夫妇的故事
- 22 外公火了
- 23 母亲的贺岁卡
- 24 老院士俯首为草根
- 26 自学油画的优雅老太
- 28 六旬寻梦人

## 情感吧

- 29 费力缘何不讨好
- 30 至真至善 一世情缘
- 32 何庆魁放不下的那只雏鹰
- 34 金牌编剧的精神家园
- 36 最浪漫的事



## 快乐坊

- 38 农妇的诗情  
写歌唱家乡
- 39 我为对联狂
- 40 老年团加价的陷阱  
老年旅游需“四看”
- 41 小轮椅游天下  
井冈山上吃“红军套餐”
- 42 你挑水来我浇园
- 43 难舍关东剪纸情
- 44 手中有粮，心中不慌

## 心驿站

- 45 “和解”是一种智慧
- 46 越老越相爱的5大法则

## 观天下

- 48 外国老人的吃与玩

## 自助医

- 49 姑父会保养
- 50 爱吃零食的百岁顽童
- 51 运动抗病，我做到了
- 52 论语中的养生密码
- 53 冬季居家健身好点子  
小偏方调理哮喘
- 54 简单有效的双耳保健操
- 55 药自厨房来
- 56 退休后的南瓜缘
- 57 自我按摩好养肾

## 封面人物

王本祥 77岁

北京红十字会血液中心退休干部(摄影:何城)

人物侧记详见第16页《人生中的又一个第一次》

**免责声明** 稿件凡经本刊使用,即视为作者同意授权本刊代理其作品在互联网的传播,如无电子版方面的特殊声明,本刊支付的稿费已包括上述使用方式的稿费。

**汇款需知** 凡需向杂志社汇款订阅或邮购者,收款人请写“《新天地》杂志社”,勿写个人。

