

突破边界，第二人生图鉴

在现实中，上海的一批 60 后 70 后群体主动选择退休后“重启人生”。对他们而言，人生过半，才是旷野。

□ 记者 | 金 姬

在日剧《重启人生》中，女主在车祸离世后不断重启人生，经历了公务员、药剂师、电视台制作人、科研人员和飞行员的不同职业。现实中，上海的一批 60 后 70 后群体主动选择退休后“重启人生”。《新民周刊》采访了其中的六位，从诗朗诵到画工笔画，从潜水到海外游学，从即兴喜剧到打碟，每个人都在尝试去探索一个全新领域。

对他们而言，人生过半，才是旷野。

看似跨界，其实水到渠成

2025 年 9 月的一天，复旦诗社第七任社长、诗人甘伟的首部诗集《黄梅雨季》在他离世百日之际出版。在复旦艺术馆举办的诗集首发仪式上，59 岁的 Judith 和其他复旦校友上台朗诵，分别以声音唤醒诗歌的灵魂。

成立于 1981 年的复旦诗社是那个时代复旦人的嘉年华。1989 年毕业于复旦新闻系的 Judith 曾是复旦剧社成员，也曾为诗歌心潮澎湃。“我是北方人，



普通话比较占优势，从小也喜欢文艺，当时参加了复旦诗社的一些朗诵活动。” Judith 向《新民周刊》回忆道，1986 年上海人民广播电台录制复旦诗社的朗诵会，她当时朗诵的是师姐李泓冰（人民日报社上海分社原副社长、复旦大学新闻学院特聘教授）的作品《女人的翅膀》。

进入职场后，Judith 从事业单位跳槽到外企工作，和诗歌渐行渐远。直到 2022 年正式退休，她才重拾了初心——和复旦校友韩国强（复旦诗社第八任社长、86 级哲学本科）、简昉（复旦

上图：59 岁的 Judith 和其他复旦校友上台朗诵复旦诗社第七任社长、诗人甘伟的首部诗集《黄梅雨季》，以声音唤醒诗歌的灵魂。

剧社成员、91 级中文本科）组成了一个“我们还有诗”的组织，不定期地在上海一些知名书店举办诗歌朗诵会，每期都有不同主题。

Judith 坦言，他们的这个三人组织十分松散，活动不定期，上台诗朗诵的也大多是素人。他们曾在喜马拉雅和小宇宙开号，但也并没有去刻意经营。在她看来，“朗读诗歌，让我的情感变得更加细腻，人生变得更加丰富，也更怀悲悯之心，于是，更有力量”。

和 Judith 相比，在上海外国