

像30岁那样活后50年

人生最后10年、20年的活法,是决定人的一生是否活得精彩的关键所在。正因为如此,我们在活到50岁左右的时候,就必须认真地考虑“后五十”的活法问题了。

“白金人生”

如今,日本人的平均寿命,男性大概为79岁,女性为86岁。也就是说退休后还能活20多年,但如何活好这段时间,极为重要。

人生最后10年、20年的活法,是决定人的一生是否活得精彩的关键所在。正因为如此,我们在活到50岁左右的时候,就必须认真地考虑“后五十”的活法问题了。

遗憾的是,大多数的人都认为,年事已高,就该像个老人的样——太太平平地过日子,深居简出。简单地把年老理解为退缩。其实不然,年老,意味着更可以随心所欲地享受生活。

为此,首先必须改掉掉袭至今的对老者的称呼,如老人、银发等等。也许有人不以为然,但事情就是这样——称呼一改,心情就不一样了。自己变了,对方也就会自然而然地跟着变。所以,我要大声疾呼:请对经历了漫长人生、岁月的磨砺、心灵深处潜藏着光芒的人们,称呼为——“白金一代!”

白金,虽不能像黄金那样炫目华丽,也不会像白银那样素朴无华。白金一代,是外在不花俏,内在有花头。我想到了白金一代的誓言:“我们,不被世俗左右,充满好奇心,追求人生所爱;不惜赞美他人,不自我欣赏,优雅洒脱有点‘坏’!”这就是生活的新起点,我想把它做座右铭。

假如八旬老太穿着鲜艳,一袭红裙,或许会被人嗤笑为与“年龄不符”。细想一下,与“年龄不符”的定论到底是谁下的呢?答案很简单,是世俗。许多人想的就是,大家都穿着朴素,所以我也朴素点吧。

但是,别搞错了,我们可不是为了身边的婆婆妈妈、爷爷奶奶们活着的,如果一味地迎合世俗的话,那么迟早会失去个性,迷失自我。如果老是在意别人的眼光,这不是活得没意思了么!

要活得与“年龄不符”,首先得从年龄的束缚中解脱出来,把“上了年纪,就该……”的禁锢抛到九霄云外,只要退休后不添人麻烦,管别人怎么想,坚持走自己的路。我想给“白发一族”以及后备军的50岁朝上的积极乐观的人生,命名为“白金人生”。

来吧!退休!

想要讴歌“白金人生”,首先要明白我们所处的年代,如今已迎来了一个工作、婚姻、男女等各种社会关系发生重大变革的年代。

中世纪、近代及二战前,日本基本上是男权社会,男尊女卑所造就的纵向社会关系持续了很长一段时间,后来随着女权运动的抬头,女性社会地位的不断提高,女

性在经济上也越来越独立了。

对于这种变化,最感到困惑的,首先是男人,特别是中老年男人。男人在适应环境变化的能力方面颇有欠缺。“退休”,对于一般的男人来讲,总不是件喜闻乐见的事儿,好不容易工作了大半辈子,突然有一天被传话:“你辛苦了,以后这里不需要你了”——你说还有比这更不讲理的事吗?!从此,收入一下子少了,多出来的是大把的空余时间,困惑、不安,在所难免。

但是,不要把退休看得这么负面、这么悲观。事实上,退休是一件美妙的事儿。因为从此可以从所谓的社会伦理和企业行规的紧箍咒中彻底解脱出来,如此自由自在,岂不是值得庆幸的新生活的开始?

从今后,再也无需为“头大”的工作烦恼而操心啦,再也不用在事业与自我、事业与家庭之间作没完没了的“非此即彼”的无聊选择题啦——要说开心,还有比这更开心的事儿吗?!

退休以后,时间是大把大把地富有,只要一想到能花时间去做些什么,就感到无比快乐——可以好好地外出云游四方;想钓鱼就去钓鱼;想打高尔夫就去打高尔夫。以前没时间去搞的业余爱好,比如摄影、素描,还有围棋、象棋,作诗、养花等等,现在一切皆有可能。

不止这些,也可以静下心来慢慢求学——去心仪已久的高校,过过读书郎的瘾;也可以约上知己,细细长谈,弥补一下以前紧张的工作节奏留下的遗憾。

也许还有没了官衔不自在的人。但是,换个念头想一想,无官一身轻,反倒可以更坦诚更亲密地深交朋友了。说不定,退休后结识的新朋友、赢得的新友谊,又为自己打开了一个社交的新局面呢!

通过交游、交友,开拓了更多新的兴趣爱好,结果家庭内部也鲜活起来了。比如,过去对家庭日常生活不闻不问,现在也会倾听妻子和子女的述说了,说不定还会重新拾回和妻子交流的快乐感觉。

因为退休了,少了来送礼的,因此而失落的人,还大有人在。其实那些虚情假意早该不要啦。再也不必拘泥于过去,只要向前看,积极乐观地生活,就能享受美好的人生第二春。“好哇,我要好好享受退休生活”——只要怀着这样愉快的心情,那就等同于和美好的人生第二春有个约。

打扮是让内心走向年轻的最短路径

到巴黎南部的卢瓦尔去旅游,在小餐馆里偶遇的一对夫妇,令人印象深刻。夫妇俩看起来年约80来岁。男的较瘦,行走不便,拄着根拐杖,却头戴贝雷帽,身穿宽松夹克。女的稍胖,穿着鲜艳的花纹礼服,颈上的粗项链金光闪闪。两人看着我们,笑容可掬又亲和随意地询问:“你们从哪儿来?”“祝你们旅途愉快啊。”一下子,夫妇俩的印象吸引了我——鲜活自信,光彩照人的。

很多人认为,反正退休了,穿着朴素简单一点就可以了。

不对!正是因为退休了,再也不受谁的管束,可以自由支配退休后的人生了,难道不应该更好地享用时装吗?名片不用了、官衔没用了,不正是赋予我们白金一代可以穿着打扮尽显自我的最佳时机吗?

“人靠衣裳马靠鞍”。哪怕是普通人,只要外表打扮一下也能显得高贵。一个不争的事实是:人一旦考虑外在的改观,其内心自然会随之改变。可千万别小看了这股可以引起“变心”的“变身”之力。欲速则不达,乍一看以为是绕远路了,其实,打扮是让内心走向年轻的最短途径。

那么,怎么样才能使白金一代穿着潇洒又得体呢?最简单有效的方法就是穿着鲜艳。60岁的男人穿上鲜红衬衫,肯定引人注目。要改变外表又不知如何着手的人也没必要烦恼,开始时,试着买一件从没敢穿过的鲜艳服装。穿上它,带着爱妻下馆子,这样一来,朴实的一天就变成豪华的一天了。原先懒得不想去的旅行,现在也想去。

我家附近就住着一位出色的白金一代的女性。尽管是年过80的她,仍然穿着艳丽,记得有回在街上相遇,闲聊时她说:“我这老太,就是喜欢穿着艳丽,还真有些害羞……”的确,当时她穿的那条连衣裙色彩太过艳丽了,但我即赞扬说:“很漂亮得哦!”自那以后,只要在路上撞见,我都会赞美她的装束。于是,不可思议的是,原本与“年龄不符”的装束打扮越来越符合她了,整个人都焕发着光彩和年轻的气息。

只是,像这样勇于改变外表,肯定会惹来麻烦。“都这把年纪了,还这身打扮出门,丢人现眼”——子女、子孙们说不定会皱起眉头。邻居们可能也会背后议论:“不想想年龄,还好意思打扮成那样。”

不过,不必害怕成为别人眼里的另类。一下子改变了穿衣风格,没看习惯的人会感到“不配”和异样,这是理所当然的。只有不妥协地敢穿,服装就会自然而然地体贴你、配你——这就叫穿着得体。

白金一代,应该从正面的积极意义去理解:享乐主义、玩乐主义。一过60,外华内实,下决心,彻底打扮,彻底享受。自己挣来的钱自己去花费——这种思想上的革命才是白金一代所追求的。

有一位魅力十足的女子叫大屋政子,总是穿着与“年龄不符”的时装令人大跌眼镜。有意思的是,见怪不怪地看惯了,反而看得顺眼,甚至她一上电视大家就爱看。后来不知何故,看见电视里的她比以前穿得朴素多了,“到底发生了什么事啊?”人们还在纳闷呢,不久便听说,大屋去世了。

从这件事上也可以看出,“年龄不符”的时装打扮也是生命力旺盛的表现。换句话说,要想坚持我行我穿、坚持引人注目,没有相应的体能和毅力是办不到的。

这也是为什么,与“年龄

不符”之人总是活得有光彩。老是想着“一把年纪了”把自己关在家里,就会很快老去。不如用与“年龄不符”的服装好好地打扮一下自己,让身心都神气活现起来,让日子更光鲜美好起来!

大胆地说爱

曾几何时,“沉默是金,雄辩是银”已成过去,现在是“雄辩是金”。好男人的鉴别条款里导入了新的评价基准——花言巧语已不再是什么坏事了,而是丈量一个好男人的重要标杆。

这里要提请注意的,就是千万不要讲述自己、特别是自命不凡的过去。一退休,没了名片、没了官衔。寂寞难耐,还特别在意过去的官衔地位和干过的“丰功伟绩”。倒不如讲一些失败的经历和一些糊涂的蠢事,这样大家反而抱有好奇,觉得这老头可爱有趣。

我自己也是一个被言语改变的人。中学一年级的时,语文老师要求以词的形式,真实地表达出内心的感受。我信手写了一首,谁知竟得到了老师的表扬,惊喜之余,便爱上语文了。越爱,就写得越好,结果就越受到表扬,这就激发了我对文学的浓厚热情。

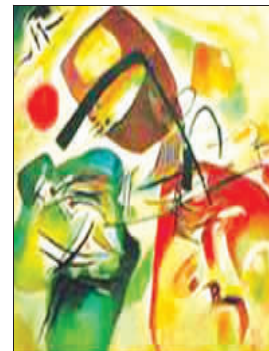
我曾经问一位私交很好的名画家:“为什么想当画家?”他回答:“并没有什么特殊的理由。”只因为上小学的时候,邻居老奶奶来串门,临走时看了一眼他的画,表扬了一句:画得很好啊。高兴得要死,于是又拼命画画,又得到表扬。结果越努力越受到表扬,越表扬越努力,越画越好。“就这样在赞美声中循环往复,不知不觉地自己竟然成了画家。”他淡淡地说。

如此说来,赞美的言语,有时也具有改变人生的巨大潜能。不妨试试看,表扬一下你身边的人吧。

夫妇间的对话,是不是相互赞美已经少得不能再少了?要消除夫妻间的龃龉,填补夫妻间的隔阂,美言说爱能派上大用场。面对面难以启齿的人可以写便条。积重难返、常年寡言少语的,可以从早晨的问候开始。重要的是开口说闲话。“今天的发型不错啊”“今天的早饭很好吃啊”之类的。当妻子听到赞美露出和颜悦色,你就会重新认识到言语的威力了。

出色地说爱能培养良好的人际关系。先从身边开始,然后再勇敢大胆地实践吧。首先要去做,坚信自己能做到,勇敢地跨出第一步。有了第一步,就有第二步,不久的将来,你的心中一定会绽放出白金般的光芒。

作者:渡边淳一
摘编自《熟年革命》



陌生的拥抱

北风凛冽,列车上也冷得透骨,是暖气出了问题。和我坐在一起的是一个20岁左右的女孩,她穿着一件薄薄的红色羽绒服,看得出来,这件衣服并不能为她保暖。她面色忧郁,似乎有着重重心事。

天上下起了雪,雪花横飞。看着车窗外雪花飞掠,我们很长时间没有说话。我们也无须说什么,因为本来就是陌路人,与车上其他人一样,来自不同的地方,有着不同的目的地,下车后就如那飞舞的雪花散落到不同的地方。

女孩不时呵着气暖手。车上实在太冷了,如同冰窖,不一会儿,她便冻得缩成了一团。她紧靠着车窗坐着,与我保持着距离——在我这个年轻的异性面前,她要保持一个姑娘的矜持。

看她冻成那样,我忍不住打破了沉默,说:“冷,就靠近我一点,这样会暖和些。”

女孩木然地摇摇头。我想了一下,也是,那样解决不了问题。我索性脱下了风衣,给她盖上——其实我穿得也不厚,可谁让我是个男人呢?女孩定定地看着我,任我把风衣盖在她身上,什么也没说。大约只过了一分钟,女孩不声不响地向我靠了靠,把风

衣展开来,把我和她盖在了一起。

车窗外的雪越来越大。渐渐地,女孩的头像靠了我的肩膀。她好像要睡一会儿,闭上了眼睛,可是两条手臂却突然拥住了我,几乎偎依在我的身上。这个只发生在情人间的动作让我有些吃惊。

我侧脸看了她一眼,发现她的眼角挂着泪珠。由她一直很忧郁的神情,我猜想她肯定是遇到了什么让她痛苦的事情。那就让她哭吧,流泪总有流泪的理由:或许她遭遇了一个负心的男孩,现在靠在一个陌生男孩的肩头,想起了那个碎了的梦;或许她受到了老板的责骂,丢掉了工作,心中蓄满了无尽的委屈;或许……

我一点儿也不想向她打探为何流泪。我们就这样无语地拥在一起……车到合肥,女孩要下车了,而我的终点还在前方。她向我道了一声谢,嫣然一笑。笑容在脸上复苏后,我发现,她原来是个很漂亮的姑娘。

在最需要人间温情的时候,是我用我的体温把一个心都冻僵了的女孩焐出了笑容。

她的背影消失在人流中,车又向前走了,我的心里是满满的成就感。

(朱迎兵 来源:杂文月刊)

倔强的爱

有个女孩给电视台打电话求助,说她患有先天性心脏病,医生说她这辈子不能结婚,也不能生孩子,因为心脏受不了。女孩却不甘心,她渴望爱情。命运巧合,她果然认识了一位男友,偷偷交往三个月,发短信上千条,相互倾诉爱情。

我们用摄像机去倾听她的故事。男友也在我们车上,女孩站在门口迎接我们。她看上去相当瘦弱,嘴唇深度乌紫,两只手也是黑紫色的。我从没见过这么严重的心脏病病人,感觉到她像一个脆弱的纸人,只要被风轻轻一吹就会破碎。

脆弱的心脏,却挡不住她倔强的爱。她一定要谈一场恋爱,轰轰烈烈爱一回。她父母考虑到她的特殊情况,不希望她找男朋友。她爸爸对我们说:“我们不能骗人家小伙子,不能拖累人家啊!”说着,拿出一摞厚厚的病历给我们看,那上面有女孩两岁时的确诊结果,

一大串专业术语。她父亲说,她这种情况都不能做手术,太复杂了。

全家人为这个心脏病女孩操碎了心。她妈妈说,从小到大一直带着她到处看病,希望能够治好她,但是,她的病情实在太严重了。她妈妈指着那只立在床头像炸弹一样大的氧气瓶说:“她一犯病就得吸氧,随时随地离不开人。”

女孩很倔。女孩说我的身体没问题。她是执意要恋爱的。她用余光看她男友,目光温柔。恋爱真是一剂奇妙的药,她在这瞬间看上去是那样健康,好像什么病都没有了。她男友一直在滔滔不绝地说服女孩的父母。人可以有一颗不健全的心脏,但不能缺少爱。

也许,上天为了可怜这女孩,特意派来这名男子,给她全部的爱,将她残缺的心填满。

(赵凝 来源:渤海早报)

特别的作业

肖炎是香江学院的心理学教授,这天,他走进教室对同学们说:“今天我给大家布置一道特别的作业,请同学们每人给自己的母亲打一个亲情电话,你们只需要在电话里对母亲说:‘妈,我爱您!请您原谅孩儿以往的不孝。’就行了。”

1号吴玲玲上来,她犹豫着拨了母亲的号码:“妈,是我呀。”吴玲玲说着,偷眼瞧了瞧肖教授。肖炎盯着她,鼓励地冲她点点头。“妈,我——我——”吴玲玲张着嘴,却说不出下文,以往与母亲通电话不是要钱就是让她为自己做事,现在却要说这样没来由的话,太难以启齿了。吴玲玲吭哧了半晌儿,可急坏了那边的母亲,同学们都听到了吴玲玲母亲焦急的声音:“孩子,你怎么不说话?有什么事吗?快对妈说呀。”吴玲玲被催得没法儿,一咬牙,对着话筒快速地叫道:“妈,我爱你,原谅孩儿以往的不孝吧。”说完,赶紧挂机,红着脸回到座位上。

同学们依次上来,在肖炎的逼视下,勉强地完成了这道特殊的作业。肖教授很失望,因为他没听到一位同学对母亲的感恩是发自内心的,全部是在匆忙甚至是慌乱中敷衍了事。

下课了,同学们都长舒了口气,肖教授的心却越发沉重。第二天,校园里忽然来了七八位同学的父母,一进校园就急急地向门卫询问自己的孩子出了啥事。等不及的家长们又拥到教室外面,焦急地往里张望。吴玲玲也看到了她的妈妈……他们惊讶地走出教室,父母呼啦一下围上来,拉着自己的孩子左看右瞧,连声问道:“孩子,你怎么啦?可千万别做傻事,爸妈不能没有你呀!”听着父母一声声担忧的呼唤,望着他们脸上旅途颠簸的倦色,同学们都呆了。吴玲玲忽然抽泣起来,她紧紧地搂着母亲,泪流满面地哭道:“妈,对不起。女儿爱您!请您原谅孩儿。”

来源:草屋文学