



年龄越来越大,想法越来越年轻

这样的老年人被称为都市“Gotys”一族

■记者 王渝凤/文 毕克勤 钱波/摄

■本报视点

这是社会的进步

张卫

明天,又是重阳节。在这个日子前后,又将有一批人跨入“老年人”行列。人会老,是必然,它与心态无关。这让我想起一位伟人的辞章:

人生易老天难老
岁岁重阳今又重阳
战地黄花分外香
一年一度秋风劲
不似春光
胜似春光
寥廓江天万里霜

是的,“人生易老天难老”,这个简朴的道理,不活到一定份上,人们懒得去理会。当萧瑟秋风中的这个重阳节到来时,许多人可能另有一番滋味涌心头。这虽是一个节日,但也是一个告诫:你,已经不再年轻了,已步入老年人的行列。

时间不可逆转,人却必定老去。这是客观。于是回到心态上:老年人,怎么能“想法越活越年轻”?

先看看英国,那里有这样一群人老人,他们已迈入60岁,想法却比年轻人更前卫,被英国媒体称为“Gotys”一族,意思是年龄在增大,想法却变得更年轻。根据该国调查显示,60岁以上的人更多地感到“备受鼓舞”,而不是“老迈无用”,这是因为在65岁以上的人群中,近1/3的人认为自己已30岁时具有更多目标,而在60岁以上的人群中,近2/3的人认为,他们比任何时候都更幸福。

回头看看重庆,60岁以上的老年人有可能“越活想法越年轻”吗?再问:为什么现在的年轻人反而很少有梦想?哪怕是“50一代”,面临黄昏愁绪时,也缺了梦想,而老年人反而有梦呢?应该说,是社会和时代给老年人留出了空间,让他们拥有了更多梦想。话说回来,人要服老,要遵循自然法则,但如何在服老基础上,演绎属于自己的快乐,却是一种境界,毕竟,对曾经沧桑的这代人来说,生活有无数指向,活法不止一种,哪怕已是老年。

因此,什么是最适合的,才可能是一个人最快乐或最幸福的。作为老年人,如果你认为每天打打小麻将、或打打球、或带带孙儿孙女、或买菜煮饭、或上老年大学、或去茶馆吹吹空龙门阵最适合你,那么,社会均应表示尊重与认同。因为任何人的生活都不能由他人替代。本报今天推出的几个老人,他们属“越活想法越年轻”的那一类,这样的人在重庆还不是少数,他们这样的生活,有怎样的价值?如果这样的老人更多一些,社会会不会更和谐、更美好一些呢?

不知道。但至少,想法越活越年轻,应该是社会的一种进步。

正在召开的十七大上,胡锦涛同志提出了以改善民生为重点的社会建设六大任务,“老有所养”是其中的一个重要词汇,而“所养”的内涵,正是今日本报报道希望表达的内容。

本栏目征题热线 63907418

唱出别样快乐



忙于群众文体活动的吴玉林

吴玉林:60岁,原新华印刷厂医生,现“大家乐群众演唱团”团长

“对不对,你唱错了,应该是C调,你跑到哪去了?听到我给你示范一遍……”昨日,吴玉林一边看着歌单,一边挥舞着手臂;他像一个音乐家。采访吴玉林时,他正为下一次演出做彩排。

“初退下来,确实很彷徨,你想,忙了一辈子,要喊我天天呆到家里,没病恐怕也要窝出病来。最初,我去找了份工作,在一家企业当总经理助理兼办公室主任。”对于那段往事,老吴没有细说,用辞职带过后,他津津乐道地谈起了现在的演唱事业。

“后来,我遇到了一些和自己同样迷惘的老年人,大家退休了,都感觉生命到点了,商量以后,觉得唱歌跳舞这样大众化的娱乐更适合我们。”吴大爷说,“3个老人一台戏”,他和另外两位老年人用一个录音机组成了最初的“大家乐群众演唱团”,并选择了杨家坪步行街作为舞台。

“唱的时间多了,关注我们的也就多了,我发现,很多老人和我一样,在家里生活得郁郁寡欢,都愿意加入我们的演唱团,好梦也算给老年生活寻找一丝慰藉。”于是,吴大爷发出“招贤令”,凡是有团结精神的老年人,都可以参加他的演唱团。之后,巴南的、沙坪坝的、大足的,远远近近的都来了。截至目前,他的演唱团已有100多个团员,下设满族舞、蒙古族舞、新疆舞、红军舞、唐装舞等多种适合不同年龄段的老年人跳的舞。

三个月前,为了演唱团的发展,老吴花钱买了台电子琴,并请专业老师教会了自己弹,下一步,老吴还打算为团里自创一首团歌,走到哪唱到哪,“如有可能,我想把大家乐这个演唱团唱遍中国,让更多的老年人来体会别样快乐。”

活出生命价值



蒲光玉觉得比以前更有价值

蒲光玉:76岁,原九龙坡区常务副区长,现九龙坡区老年体协主席

在九龙坡区老体协的办公室,蒲光玉正在整理“迎奥运,全区老年人健身”资料,坐在一旁的老伴,在看报纸。

“呵呵,我来发挥余热,搞得老伴也没了休息日,天天在这里当我的书童。”看着一旁的老伴,蒲阿姨还觉得有些内疚,尽管身体比较硬朗,但由于患有骨质增生,时常走路会疼痛,老伴不放心,每天上下班,都会陪着她。

回顾自己的生命轨迹,蒲阿姨觉得自己活得很值,“现在都倡导老年健身,人老了不运动,各个器官容易迅速老化。”退休后的蒲阿姨,带着全民健身的想法,这个和区里的运动健将联系,把原有的体协发展壮大开来。

“退休后,我很少有时间运动,可自从担任了老体协的主席后,我运动的时间也多了,还主动和区里的运动健将一起,跑跑步、打打球。除了骨质增生的老毛病没有医好外,上班时有的许多毛病,都已经被健康的生活治好了。”

和老年人打交道,蒲阿姨说,这是一门学问,“同样的活动,如果上一次要这个人参加了,而这一次没要他参加,或许这位老人就会生闷气,我还要充当知心大姐的角色去开导他,解释一下。”多年以来,九龙坡区老体协在蒲阿姨的带领下,斩获无数荣誉,协会的老年人,大都团结互助,形成一种良好的风气。

体协的工作没有工资,完全是义务劳动。但蒲阿姨说,“老牛明知夕阳短,不用扬鞭自奋蹄”,“活一天就要做一天的事情,生命不息,奋斗不止,我相信,即便到我86岁那一天,我还是会像今天这样,为了给大家做些有意义的事情——我活出了自己的价值。”

教出自我本色



在老年大学发挥余热的朱文俞

朱文俞:74岁,退休前曾在九龙坡区委宣传部和建设厂教育中心任职。现任九龙坡区老年大学班主任

“同学们,请安静一下,我们要上课了,今天这节课是舞蹈课,请大家安静地听,并和老师主动配合。”说完这句话,朱阿姨离开教室,回到办公室研究班主任手册。

朱阿姨可不是小学教师,74岁的她,现任九龙坡区老年大学的班主任,她的学生,不少比她还大。“刚退休时,我就报名读了老年大学,虽然工作时,也在许多单位干过,但毕竟许多基本知识欠缺,看着身边的老姐妹们都进了大学,我也赶紧去报了名。”当初,朱阿姨报的是老年大学综合班,学的是保健和营养学,“这些知识对于我们老年人来说很重要。”

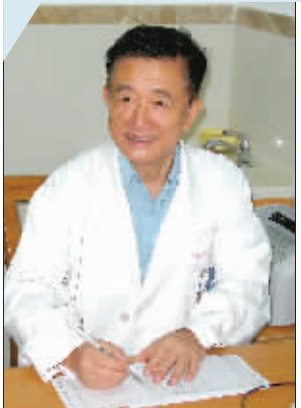
这些知识,让她成功地运用到了生活上。边走边聊,她比二十多岁的记者走得快,“不好意思,平时都是这样的速度。”

大学毕业后,朱阿姨当上老年大学的班主任,和学生的交流,在朱阿姨看来其实很不容易。“大家都是上了年纪的人,比不得小学生可随意批评,语气稍微不对,学生就不来上课了,上课时,还有不少学生喜欢交头接耳,老师都不敢说话,因为老学生往往是需要哄的。人与人之间的沟通,人际关系的调和,全部重点都堆到我一个人身上了。”朱阿姨说,一次,学生们外出照相,相片洗出来后,一个学生突然说不要了,因为她认为,照片上的她不如现实生活中好看,无论怎样劝,这位60多岁的学生始终不肯掏一元钱来买下这张照片。朱老师前前后后跑了10多天,最终让这位学生心甘情愿地掏钱买下这张照片,化解了一场信任危机。

现在,班里的同学都乐意和朱阿姨交流,不仅包括学业,还有家里的一些问题,朱阿姨也感觉到,自己不仅是一个老年大学的班主任,更多地扮演了老年知心朋友这样一个角色。

“比起年轻时,我觉得自己活得更更有价值,每天,可以像年轻人那样追寻着自己的梦想,这样的生活,才是我真正追求的生活。”

医出绚丽人生



晚年因医学而快乐的姚晓翔

姚晓翔:74岁,原重庆医科大学教授,退休后返聘回原岗位

身穿白大褂,脚穿解放鞋,说话干脆不罗嗦,这是姚教授给人的第一印象,他是重庆内分泌外科的奇迹,寻找他看病的人多了去了。

“这么大岁数了还出来看门诊,你的家人反对吗?”“反对啥子嘛,坐在家头还不舒服,习惯忙碌的生活了。”1956年,姚教授毕业于当时的湘雅医学院(现湖南医科大学),在当初看来,这位出生医学名门的学子应分配到更好的地方去,毕业第一年,姚教授来到上海第一医院,短暂的上海行没能留住他行走的步伐,1958年,成立重医时,姚教授主动报名走进西部,走进了那时还不能与上海第一医院媲美的重医。

因为学的专业比较吃香,姚教授感觉这一生都很忙,“来到重医,我就扮演着医生和教师两种角色,一方面,我要到门诊去为病人看病,另一方面,还要带研究生,搞临床实验,常常为了工作,忙得不知时日。”至今,姚教授已记不得教过多少学生了,但至少是以万计。由于医院缺少内分泌外科方面的教授,退休后的姚教授再次被返聘回现在的岗位,每周四上午,坐门诊,其余的时间辅导年轻医生。

门诊室外,几十个病人正在排队等候姚教授,“十多年了,我都来找姚教授看病。”来自荣昌的病人胡女士说。

“看嘛,我穿这双解放鞋就是为了跑上跑下方便,我不能输给那些年轻人。”中午时分,姚教授接到病房电话,来不及短暂休息,又跨着大步向医院另一头走去。身后,众多病人竖起大拇指。

【说法】

活出自我是老人的乐趣

现在对老年人的定义已不再以50岁为界线了。市老龄委李处长说,45岁以前,都应被称为年轻人,45岁到60岁被称为中年人,60岁到79岁,被称为年轻的老年人,80岁以上的,则是真正的老人。

目前,全市60岁以上的老年人有400多万,关注老人其实就是在关注整个社会的和谐发展。“很多时候,人一旦到了退休的年龄,仿佛自然而然地就被划入无用人的行列了,但事实上,这是错误的。”李处长说,现在,不少老人正在用自己的方式证明着,证明他们比年轻人更有活力,更适合这个社会的发展,“无论任何时候,活出自己的价值,才是大家追求的目标。”

老年人正创造更多价值

重庆大学贸易与行政学院李志教授,是研究社会学的专家,在他看来,老年人的力量不可忽视。

老年人不等同于无用之人。“现在,要纠正的是部分老人的错误观点,很多老人退休以后,不再像以前那样用上班来约束自己,天天在家休息,打麻将,这样会导致疾病缠身。”李说,不过,这样的现象正不断在改善。

现在的老年人分为两种,一种是在原有的工作岗位上有一技之长的技术型人员,在知识经济唱主角的今天,他们在身体许可的前提下,主动与社会再接触,发挥余热,可以再次实现自己的人生价值。

另一种是没有技术特长的老人,也可通过参加类似演唱团、歌舞团、象棋、围棋、义工组织等,来实现自己的梦想。

忠诚度高的企业愿聘老人

位于高新区的凌云科技有限公司,是一家规模不小的企业,公司里,不少员工都是老年人。该公司老总称,选择老人,是因为他们的忠诚度比年轻人高。

“最初,公司也是清一色的年轻人,但是,当这些年轻人工作到一定程度时,往往觉得窝小不能住凤凰,于是带着核心力量离开公司。”经过重创后的凌云老总认为,请那些忠诚度高的老年人,要比请年轻人更加可靠。

上到公司办公室主任,行政总监,下到普通职员,凌云一年内至少招聘了20名五六十岁的员工。“不用缴‘三险一金’,只要在收入上多给予一些报酬,这些老人,就像我的亲人一样,实在难得。”请老人一年的时间,凌云总算了笔账,至少比请年轻人节约了10多万元,企业还增收近100万元。

不会抢了年轻人的饭碗

老都老了,还到社会上找工作,会不会抢了年轻人的饭碗?对于这个问题,市老科协副会长王崇苏说,其实,老年人也在用自己的方式,为这个社会作贡献。

“我们协会就有个老教授,年轻的时候,专门研究妇幼保健,现在退休了,自己开了家保健品公司,招聘了不少年轻人,一来解决了年轻人的就业问题,二来,这位教授也把自己的学识毫无保留地回报给了社会,这是剩余价值的体现。”王会长说,现在,他们老科协的很多老人,都没有闲着,近期,他们正开展“银龄行动”,组织一些老的科技工作者下乡给老百姓解决点实际生活难题。

重庆商社

新世纪百货 NCPS

凯瑞商都

地址:重庆市沙坪坝双巷子9号(三峡广场)
服务热线:89056867 团购专线:89056856

当日购6楼羊绒羊毛 内睡衣 3楼中老年区服饰

折上累计满288元起送4级温馨礼

单票不分券 小票可累计 礼品如有赠完 以等值礼品替代 并以现场陈列为准

288元级

送双羊羊毛衫一件+羊绒衫一件

688元级

送双羊羊毛衫一件+羊绒衫一件

1288元级

送双羊羊毛衫一件

2488元级

送双羊羊毛衫一件

注:花车特卖、服务类项目及柜台注明“不参加”商品不参加活动,详见柜台 赠礼地点:6楼商场处

品牌折扣 羊绒

- 鹿王 全场8.5折 特价498元起
- 斯庆高娃 全场3-5折
- 圣雪绒 满200元省80元 特价190元起
- 春竹 全场满300元省80元
- 梦特娇 全场7折
- 金利来 满200元省100元 部分满300元省60元

羊毛

- 春竹 3折起 正价满200元省100元
- 金兔/袋鼠 全场4-5折
- 格老大 全场5折
- 积派 全场5折
- 金利来 满200元省100元 部分满300元省60元
- 三利凯琦 全场5折 特价68元起

睡衣

满200省100

满200省80

内衣

三枪/宜而爽/皮尔卡丹/AB/舒雅

满200省60

3楼 中老年服饰

依蕾园/巴马尼/华兴/贵夫人 全场4.5折

妙娜/梦之诗/空秀秋装/凌云秋装 全场5折