

退休真好

臧蓓一文

北美南加州·文苑

112

以前總覺得退休意味著年老而無用，那知道退休實際上是另一個人生里程碑，意味著自由與悠閑。寸如金的光陰突然多出許多，財支也游刃有餘，退休是真正在品味生活。

有人進入「自由業」，就是由自己安排的可以賺點零用錢的職業，雖然退休還是可賺錢做事，但是時間全是自己安排，賺得的這種零用錢在年輕時應該是養不起車，養不起房租，養不起孩子的。

吳誠文（清大前副校長及教授，前少棒選手）在他的一篇專欄中寫得很有趣：「人生就像一場棒球比賽，一般要打滿九局才能分出勝負，有時候九局平手，可以言和或進入延長賽，非分出勝負



不可。或是兩方因實力懸殊，一面倒，不如早點結束。或者因天候或其他特殊原因無法繼續，裁判可以以現狀決勝負或擇期續賽。」

每場比賽都不一樣，有的索然無味，有的高潮迭起，人生的奮鬥也如此，該退休而沒退休像是進入延長賽，時間過了還繼續奮鬥，人生九局之後，退不退休因素很多，對錯無法一概而論。

被需要、被肯定常常是決定是否退休的客觀條件，如果被迫退休，就要靠自我意識去調整。存在感與成就感影響一個人是否快樂，或是否自我感覺良好。他人的需要與肯定，常常決定了自己的成就感，當這個需要不存在時，就必須靠堅強的自我意識、自我肯定活出另一段人生，所以退休之時可以選擇多樣活動，志工或自由業來支持這種自我感覺良好的餘生退休生活。

下面一首詩是我非常懷念的已逝台大學姐丁曉雲（畫家丁紹光胞妹）在她的退休詩文中寫的，因深有同感，略有添加，願分享如下：

每一個早上都可以安排N件可做該做的事

在準備去做或要做第一件事的過程中

又發現另一件更有趣的事，就先去做了（反正有的是時間）

而且忘我的一頭鑽入
等回正神來已是數小時或數天之後

而那一堆原先安排好了該做的事卻還是乙件而不是乙二件
然後大嘆時間之有限及飛逝

馬上又再定下計劃做出行事曆 但還是舊事重演

不為別，只為生來「花心」

「花」在哪裡？

花在人都有趣

花在對太多事都有興趣

而只有一個我，每天只有二十四小時，每年也不能多過

三百六十五天

退休後就這麼日復一日，月復一月，年復一年的過去

在不自覺，也說不清楚，講不明白中過去

在忘情地享受中過去

在多年來，甚至一生無法有閒情逸致去做的每件事中過去

老了也很好

臧蓓一文

美

國流傳著重新劃定年齡為十八歲到六十五歲是青年，
六十六歲到七十九歲是中年，八十歲以後才算老年。美國

曾做過普查發現他們希望停留在五十歲比希望停留在二十歲足
足高了三倍。因為五十歲擺脫了青春焦慮與前途茫茫的壓力。

大部分五十歲人士過的日子已經較為優閒與放鬆。在受訪問的

手中不再能交出豐功偉業或銀行存款數字以增加

專業的履歷表一直藏在硬碟的資料夾中

而握在手中的是心電圖及三高的數字

那看不見的對人心的更加了解及對世事的更加淡化

往年的雄心壯志完全走入不同的方向而且漸漸風輕雲淡

從有形具體到意境神領

從名利之路走向心歷之路

從快刀斬亂麻到抽絲剝繭般的細細回味

經歷不同人生階段，不管苦甜都是滋味永存，價值不可估算

幾乎忘記了以前忙忙碌碌的，永遠在趕時間，永遠在不停的

衝鋒陷陣時所看不見，品味不到的一個更廣大更亮麗更充實的

世界

退休後做些什麼？好像說不出具體的狀況

不過在這個字裡行間，你找到答案了嗎？

七十五歲以上老人大部分都說他們有足夠能力去做任何他們想
做的事。

老人境界是我們一生中有意無意間在默默祈求與追求的。

最近看到傅珮榮在文章中分析老年的缺點為以下四點：

一、不能從事積極的工作：但是偉大的工作不是靠體力速



度，卻需要思想周密，性格穩定，判斷準確，而這些在年輕人身上不容易找到。

二、老人體力衰弱，不能參與競爭奮鬥；但是這正是鍛煉心靈之旅的大好時機。有些老人成爲顧問，以經驗及智慧指引晚輩，同樣受人尊敬。

三、老人必須放棄肉體方面的各種樂趣，不能大吃大喝，也不能享受性：



臧蓓女士，台灣大學商學系畢業，來美留學，取得北德州立大學電腦碩士。現任教美國網路大學電腦資訊系，自營電腦職業培訓補習班、電腦個人學習家教。擔任美國扶貧教育基金會財務長，基金會及校刊編輯。著作有電腦工具書十餘本，雜文十餘篇。北美南加州華人寫作協會理事兼文書、網站管理及「永久會員」，北美華文作家協會總會網站編輯。

但是食與色固然帶來快樂，但也伴隨慾望的張弛，需要的衝突，放縱的危險等壓力。尤其身心常在肉慾的煎熬下，又豈是人生的真正的幸福？老年終於贏得心靈真正的自由。

四、老年人來日無多，感覺死亡的威脅；但是死亡並不值得恐懼，它也許是靈魂遷移到永生的地方，享受極樂，何必害怕。

以前的生活是割裂的，向外慾求，如上學，升學，立足社會，永遠分不清工作是爲了生活，還是生活是爲了工作。如今心中不存目的，所見卻又無不合於目的。正如康德所謂的美，是無目的的目的性。「萬物都是自自然然的，自己而然，無過亦無不及。心靈可以逍遙而遊。遊是被動主動的相合，客觀與主觀的合一」。名爲平淡其實充滿生機，只是這種生機不再爲了任何有形的目標去運作。

王鼎鈞也提到活到老真好，退休意味著我們那一代的確是過去，人生對我們也沒有秘密。年輕和命運對抗，老來和解了，以前危機四伏，如暗夜行者，手裡有地圖，心中有煎熬，天天冰炭滿懷抱，靈肉衝突，義利衝突，群己衝突，哪有安寧。總算老了跳出三界，不喜不懼，無雨無晴。

以上所言都是自我安慰，我們還是希望：「還我青春來，再回到年輕多好！」文苑