

## 名人堂

## 老年可期

生老病死这个人生必然的过程,“病”是最多人讨论的,“生”理所当然,没什么好谈,“死”中国人最忌讳,从来不敢去提到它,今天要聊的是“老”。

我们十几岁时,觉得三十岁人已经很老。到自己是三十的阶段,就说六十方老。古来稀了,还自圆其说:“人老心不老。”为什么我们对“老”有那么大的恐惧呢?皆因那些孤苦伶仃、行动不便的人给了我们印象,以为大家老了,就会变成那个样子。

你不想老吗?商人即刻有生意可做,什么防皱膏、抗老药在市面上一大堆,还有整容医生。但是,一切枉然,老还是要老。

在中国,香港人有必要学老,因为他们是全世界最长寿的人群之一。如何学老呢?从年轻开始,就要不断学习,别无他途。学识丰富了,任何一

种专长都可以用来做生财工具,我们就可以不怕穷,不怕老了。年轻人,别再打电子游戏和听无聊的流行音乐了。不然,你就会变成你想象中的老。

老要老的尊严,干干净净就有尊严,身上穿的是名牌,或者是花园街买的衣服,都要洁白、笔直。头发,如果还剩下的话,要梳一梳。胡子,留着也好,但是要修整,不然就刮光。这也不是做给别人看,老了还管人家那么多?

要保持年轻的体形,对上了年纪的人,根本是件难事。

“你再瘦一点才好看!”“你的肚腩为什么不消一消?”“你快点去把那头发染了吧!”

干什么?老了就老了,是个有尊严的老人相,改变来干什么?谁没年轻过?翻看从前的照片,有一个大家莎士比亚所说的

“消瘦又饥渴的样子”,步入中年的肥胖,是自然的。

“你没有看到某某人,六十多了,还那么健康,一点肥肉也没有,这都是运动的关系,你整天大吃大喝,什么都不做,怪不得身材愈来愈难看!”谁不知道运动会燃烧卡路里,但这些人一运动,便一生要做运动的奴隶,一旦停了下来,还不打回原形?

人生的每一个阶段都是美好,何必争取那不必要的假象?要保存的,是头脑的青春。

时下的年轻人,和他们谈话,总觉得他们不停地用什么“命里没有的,莫强求”“都是缘分作怪”等等老人语。对做事的积极,我比许多人强。我不断地说:“做,机会五十;不做,机会是零。”我重复地认为和年轻人之间有了代沟:我比他们年轻,他们比我老。(蔡澜,83岁,作家)

## 心灵点击

## 做人的格局

经常在社交场合遇见一些人,因为家世方面有些背景,所以喜欢自我炫耀,唯恐别人不知道他的重要身份。近读学者何兆武先生的回忆录,讲到他的两个同学,都是有显赫背景的人,但却极其低调。

何先生讲到的第一个同学叫孙念增:“我在中学有个很熟的朋友叫孙念增,后来在清华数学系任教。80年代我回清华,在一起聊天才知道,原来他的曾祖是(前清)内阁学士孙毓汶,军机大臣,相当于今天政治局委员的地位了。我和孙念增交往了那

么多年,从来都不知道他是孙毓汶的后人。”

何先生提到的第二个同学叫钱家邹:“我在初中有个同班同学叫钱家邹,有一次带我到他家去玩,那真是深宅大院,重门叠户的。后来他才说,他的祖父是钱能训(曾任北洋时期的国务总理)。在班里,钱家邹从来不显山、不显水,是个默默无闻的小孩子。”

真正有修养的人是不会随处炫耀身份的,格局大的人,具有深藏不露的能力,谦卑温柔,能让所有人都对他心生敬仰。(河北巨鹿 唐宝民 53岁)

## 书海拾贝

## 真正幽默的心灵

一个真正幽默的心灵,必定是富足,宽厚,开放,而且圆通的。

真正幽默的心灵,绝不抱定一个角度去看人或看自己,他不但会幽默人,也会幽默自己,不但嘲笑人,也会释然自嘲,

泰然自贬,甚至会在人我不分物我交融的忘我境界中,欣然独笑。

真具幽默感的高士,往往能损己娱人,反躬自笑。创造幽默的人,竟能自备荒谬,岂不可爱?(节选自《左手的掌纹》)

## 事同理不同

## 鼻子太大

米开朗基罗刚创作完艺术瑰宝大卫像的时候,主管官员觉得不满意,“鼻子太大了!”

米开朗基罗看了看,说:“可不是吗,我马上改。”然后拿起工具爬上架子,叮叮当地修饰起来。过了一会儿,米开朗基罗请官员到架子上去检查。官员爬上架子看了看,说:“好极了!”后来,米开朗基罗告诉朋友,自己只是做做样子,根本没有改动雕刻,而官员之所以觉得雕像有问题,是因为刚开始他是在架子下仰视雕像。(摘编自《小故事大智慧》)

请将您对这个故事的感悟在11月12日前发送至13397313188。

## 生活偶拾

## 过犹不及

天竺葵的叶子干枯了,我没有在意,秋已深,草木知秋,很正常。

可是,慢慢我看出了它的不正常。干枯的叶子不像以前是黄褐色,而是变成了灰色。莫非是我上花肥太多,把花烧死了?

三个月前,我请教门岗师傅如何把花种好。他在门岗养的花郁郁葱葱,很吸引人。他说施些花肥,有营养了,花会长得壮。

我买了一小包有机肥。前两个月每月捏花生大小一点儿撒在花盆里,花似乎没啥变化。第三个月,我捏了一撮儿撒进去。半

个月过去,天竺葵的叶子就灰了。

这盆天竺葵是回娘家时,大伯送我的。五年来,它占据阳台一角,四季开花,鲜红的花朵如火球般在枝头燃烧,灿烂热烈。

现在,我眼看着它的叶子一片片变成灰色掉落在地,轻轻一折,花秆就断了,它的根部已经全部死去,不堪一击。

我把天竺葵拔出来,看着空空如也的花盆,遗憾、自责:是我的过度关爱害了它。过犹不及,养花如此,生活中很多事情也如此。(河南洛阳 张亚玲 54岁)

## 故事回顾

上期故事详见10月31日“参悟”版《曾国藩识人》。

百家争鸣:不为外物所动,坚定信念,才能成就自我。(河北沙河 王文增 76岁)

判断一个人,不能只听其言,更要观其行。(山东德州 马庆昌 84岁)

真正的伯乐需要具备明察秋毫的识人能力。(河北保定 彭英凯 77岁)

一滴水也可以反映出太阳。(四川巴中 肖方云 83岁)

人要时刻注重自己的言行,一时不慎就可能全盘皆输。(湖南永州 张先立 78岁)

快乐老人报

www.laoren.com 快乐伴一生



# 看年轻的老年报 可以补年轻

快乐老人报心中有老人,笔下无老气

报龄年轻: 2009年9月28日创刊,今年只有7岁

报人年轻: 编辑记者全是30岁上下,有朝气有活力有想法

善于从老年人角度思考,勇于为老年人利益说话

报相年轻: 追求时尚,介绍新事物新知识新技能

让您能更好地适应社会变化,快乐健康地享受金色童年

越活越年轻。

快乐老人报全年定价138元

邮发代号: 41-178 | 全年100期 每周一、周四出版



中国邮政订热线: 11185  
中国邮政订网: (bk.11185.cn)  
微信订: 扫描左图二维码  
报社咨询热线: 0731-88906498