



现在,老翟每天推窗就能见泸沽湖美景



老翟的小木屋



家访,常走这样的路

(上接 B1 版)

工作?是的,只是没有报酬。老翟现在住在海拔 2700 米的泸沽湖边,是当地一个贫困儿童爱心组织的义工,在那边工作,包吃包住,没有工资。“说起来还挺巧的,之前资助过这里的一个小男孩。去年底刚从越南回来,那儿正好在招义工,半年,反正我没事,就来了。”

现在每一天,老翟要看很多孩子的资料,记住他们的姓名,知道他们家在哪,班级学校,然后翻山过河,找到要找的人家,了解那家的经济状况,孩子能不能去学校;每一天,他还会收到来自许多城市各个角落的不少钱,然后仔细记下每一笔,用在需要用的地方。

“300 多个孩子只有两个人(注:指义工),说忙也忙。”偶尔遇上闲暇的时候,老翟还是会选择到处走走,当初选择作义工,也是因为喜欢那里的环境。老翟现在的屋子是三楼的一间木屋,四面透风,晚上能听清楼下人说的话,有一张床,有前人留下的铺盖,有很多的卷宗档案,有一台电脑。“你可以这么形容,住在一个南方的小城,有一所房子,面向大海!哈哈……”又是一阵爽朗的笑声,“泸沽湖边的空气和城里完

全不一样,新鲜,天也不冷,如果想钓鱼,可以在湖边坐上一天,看日出日落,吹吹山风,晚上看漫天繁星。这一定就是你想听的退休生活了。”

我说老翟是个很“精神”的人,他不否认。“有时候跟朋友说起我在这边教书,他们说 30 多岁了还在谈理想,连我自己也感到有点意外。我们这个年纪的人,其实挺惨的,价值观建立正赶上变革的时代,信仰是渐渐淡了(或者干脆就没有),追求物质也变成了一种欲望。什么房子啊、车子啊……一样也不能少。大家说×××成功了,无非就是工作成功收入高。其实回过头来看看,有哪些人真正做着自己喜欢的事呢?很少。不过起码我现在可以很明确地告诉你,我可以!”

“满意这样的生活状态吗?”“还行,除了穷点,没收入……”

“会继续这样下去吗?”“经济上没有太大问题的话,肯定还要再持续几年。”

“要是没钱了呢?”“干老本行呗,又或者找另外一条出路,比如给杂志社写稿子,哈哈……”

意大利面比钱重要,我同意

退休者:小九
退休年龄:不到 30 岁

不要以为现代女性丢掉朝九晚五的工作就只能回家熬汤、擦窗、洗衣服。设计、写作、健身、学习……都是她们重新树立的奋斗目标,人生也因此变得更加精彩。

已经“预谋”退休很久了的小九是一家广告公司的策划,十八般武艺没一样不会的,虽然还不到 30,她俨然成了领导眼里的培养对象,在业内也是小有名气。

不过私底下,小九曾不止一次地向我抱怨,压力太大了。“你相信吗?整整一个月我都没有休息过,是不敢休息!公司的业务量大,领导也是个超级工作狂,什么事都马虎不得,尤其是写文案,修改好几遍那可是家常便饭。有段时间,为了赶个案子,我每天起早摸黑,凌晨三点回家,九点再去上班,甚至好几天都没和同屋见到面。”小九说朋友们都羡慕她的高薪水,可这里的苦也只有她自己清楚:这是拿生命在透支!

一天晚上,小九通宵加班。打开电脑,她习惯性地浏览朋友的 msn 签名。加菲猫说的一句话不知怎么让她很触动:这个世界上还有很多比钱更重要的东西,比如说意大利面。

那天晚上,她第一次将公司的事放在脑后——是的,这个世界上还有很多比钱更重要的东西:“我并不想每天都吃山珍海味,也不需要名牌香水和服装,存折上的钱也够我细水长流一些年了。第二天,我就决定:辞职吧!”

不过小九告诉我,她还是没勇气跟爸妈说这事儿,“他们老一辈的,都习惯一干几十年,到点才退休,知道我这样非把我拉回去好好教育一番不可。其实,在我看来,人生是自己的,可以有多种形式的选择,中间歇下来也未必不可以。”

现在,小九的生活可是羡煞旁人:晚上想几点睡就几点睡,早晨想几点起就几点起;喜欢的人可以天天见,不喜欢的人永远不见;想去什么地方走走,随时可去,不想去就一星期窝在家里,画画、调酒,哪怕趴在阳台上看星星、看行人都无所谓。

一段时间过去了,虽然开始习惯这样的日子,但无所事事的状态还是让小九很不自在,特别是看着同屋的朋友很“正常”地上下班,“我大概就是那种天生的劳碌命吧!或者知道自己还没有退休的资本,毕竟我还有许多理想没有实现啊!”

小九悄悄告诉我,前不久她刚去了趟上海新东方,准备报名学德语,“我喜欢语言,各个国家的,英语、德语、西班牙语,工作的时候还考过 BEC 和口译,不过没这么多精力去应付,现在有时间了,一定要把它学好。周总理不是精通七国语言嘛,我也要向他看齐!哈哈……”

“之后呢?有没有想过?”

“我很喜欢傅雷,希望能作个像他一样的翻译家。”住腻了杭州,这姑娘还想偶尔换个地方住住,“上学的间隙可以逛逛上海的老弄堂啊!”可以预计,她的退休生活并不比工作时轻松。

“大修”自己,保证后半生健康

退休者:方君
退休年龄:28 岁

在这些“新退休主义”者中,选择退休,还有一个普遍的原因——健康问题。由于长期的疲劳工作和巨大的工作压力,很多人基本处于所谓的“亚健康状态”。突然有一天,他们意识到了这种状态对自己的威胁,于是有意识地对自己进行一次“大修”,以保证后半生的健康。28 岁的方君就是这样。

方君是某数码产品的品牌代理商,在这行干了五年,这两个月却神秘失踪了,谁也不知道他在干什么。从来没有过关机的他,还破例把手机转到了移动秘书台。后来据他自己讲,他失踪的原因和自己的身体有关。

“我们的工作就是要应酬,做生意嘛!”方君向我大倒苦水,“我是个豪爽人,明知道自己酒量不好也硬撑着,你看,年纪轻轻的,都有了啤酒肚,连女朋友都笑话我。”说起女朋友,方君觉得自己特别愧疚,自己忙,几乎没什么时间能陪她,谈了三年恋爱,在一起的时间加起来不超过半年。

●专家点评

退休之后,是更大的挑战

杭州千汇管理咨询 王峻铭

“新退休主义”,是一种新的生活态度,无所谓好或者坏,就像有的人把工作作为自己最大的乐趣,不工作就等于“慢性自杀”,而有的人以生活为中心,工作对他们来说只是谋生的手段。不过对于选择“新退休”的人,我还是建议,需要思考一个问题:之后怎么办?如果还要继续工作,干什么?

当然,中途退休也算得上一种“个人职业规划”,但毕竟不是长久之计。(当然你有足够的物

●记者手记

拥有工作是幸福的,抛开物质而言还具有一种创造的快感,但是某种程度上,尽情享受生活也是一种“工作”的方式。很多中国游客在美国地铁中看到拉小提琴的流浪汉竟然拥有博士学位的时候,挠破头皮也想不明白:“这位老兄不是有病吧?!”其实,换个角度,既没扰乱社会秩序,又能自得其乐,怎样选择工作和生活是自己的事情。

做一个新退休主义者不是一件容易的事,有人总结过他们需要具备的条件:具有足够的

不过让方君作出决定的,还是一张体检报告。“有一天我突然觉得天旋地转,一检查,才知道自己患有高血脂、高血压和脂肪肝!”平时连个头疼脑热都没有的他,开始重视起来,“我才 28 岁啊,居然有这么多所谓的‘富贵病’”。

方君说,原来很多时候一直觉得自己像个机器,每天都在高速旋转,一开始还很自豪呢,每天睡三四个小时精神一直很好。经历了这一次,他终于意识到自己不能像个机器一样,到零件都生锈了才退下来。“我太累了,一旦工作起来,必须特别忘我,夜以继日,现在正好,权当是给自己放大假了。”方君立刻作出决定,把公司生意交给助手打理,自己退居二线。他没有选择海滩或者别墅,而是选择了医院。

方君住院疗养了,住院疗养的他依旧很忙,戒烟、戒酒、刷牙、割肿瘤,把身体的各个部位详尽检查,一一治疗。如今在医院里忙着“检修”自己的他深有感触:钱是挣不完的,但如果失去了健康,却是多少钱都买不回来的。

质基础,那是另当别论。)其实不妨利用这段时间好好考虑考虑,是要前行还是调整自己的方向?

可能有的人希望继续老本行,这一点在传统的公司就不太现实了,毕竟没有一个老板会喜欢半途中断职业又不去学习的人。如果你从事的是相对自由的新兴职业或者一些以知识为核心的职业,我就要恭喜你了!还有的人想换个行当,那么你要问问自己,做好心理准备了吗?从一个已经干成功的行业到另一个你并不熟悉的行业,就好比从一个山顶到另一个山顶,必须下了山才能爬坡,一切归零可并不是每一个成功的人士都能接受的!

物质实力和成熟的思考能力;应该有自己名下的房和车,同时最好具备足够的理财知识,有一个科学的保障计划;得到亲密爱人的支持,朋友们的理解。

他们主动从高速运转的职业状态中暂停或减缓下来,给自己放一个大假,他们想自主地控制生活的节奏。他们佐证着现代中国都市人价值观的新变化。说不定在不远的将来,退休这个词就会被社会所淘汰。

酸奶小知识 光明大普及

越来越多的人开始意识到了酸奶中的益生菌在人体中发挥着巨大的保健功效。它不仅可以帮助肠胃,帮助消化,还能极有效的降低血胆固醇,延缓细胞衰老。那如何正确的选择酸奶呢?今天我们就来告诉你。

如何选择“益生菌”酸奶?

1. 选择大企业、大品牌。因为,这些企业信誉度高,拥有先进的技术和设备,能够为消费者提供更加健康的产品。

光明乳业不仅拥有亚洲规模最大、实力最强的乳业技术研究机构,同是旗下的乳品八厂是世界上最大的酸奶工厂之一。领先的技术水平和世界级的自动化生产技术,成为高品质酸奶的坚实后盾。

2. 益生菌的含量也不容忽视。因为含量的多少与保健功能有着密切的关系。

光明 E+ 益生菌酸牛奶每千克酸奶含量高达 40 亿个 E++ 活性益生菌群,可以有效调理肠胃,帮助消化。

3. 益生菌的种类。随着酸奶生产技术,产工艺不断进步,酸奶中的益生菌由两种变成了 4 种,不仅酸奶的营养价值有了明显提高,助消化,抑制有害菌的作用也得到增强。

光明 e+ 益生菌群有效成分——L(保加利亚乳杆菌)、A(嗜酸乳菌)、B(双歧杆菌)、S(嗜热链球菌)是由全球领先的菌种公司丹尼斯克和光明乳业技术中心一起针对中国人的肠胃精心筛选培育而成。E+ 益生菌群具有较耐酸及耐胆汁能力,能够适应通过胃肠环境充分发挥其调理肠胃,帮助消化的功效。

