



創造「老年」的新典範

《老年之書》

王乾任 ◎ 文字工作者



**老年之書：
思我生命之旅**
湯瑪斯·科爾, 瑪莉·溫克爾著; 梁永安, 鄧伯宸譯
立緒文化
10008/587 頁 / 23 公分
560 元 / 平裝
ISBN 9789866513404/544

一個人只有準備好與生同死，才算繼續活著。

~ 榮格

❁ 人生七十才開始

古人說，「人生七十古來稀」。然而，從人口學統計數字來看，活到七十歲，根本一點都不「稀奇」，今天的臺灣，平均壽命為 79 歲（意思是，每個人都有機會活到 79 歲），目前有 10.8% 的人口超過 65 歲，也就是說，有超過 250 萬的臺灣人超過 65 歲。預估到了 2050 年，有 30% 的臺灣人年紀超過 65 歲。難怪越來越多人說，「人生七十才開始」。

不過，七十以後的人生，可不好受，身體漸漸老化、體力漸漸衰退、記憶力漸漸變差、活動力漸漸變弱、病痛纏身、愛人謝

世……，更別說社會大環境對老年人不友善（想想獨居老人、老人安養的問題），等待著人們的「老年」，似乎苦多過於樂，不知該如何與老年相處。

❁ 老年是一種未完成的現代性計畫

對人類來說，其實「老年」是一個陌生而亟待被了解的狀態。古代人很少人能活到老年（姑且以 65 歲為分界），因而多將老年視為生理、道德與靈性的邊疆，忽略其存在，甚少認真對待，更別說深入探索其中的奧妙。

然而，拜醫療科技發達之賜，老年成為現代人人生必經的階段，人們注定得在「老年」之中等待死亡的降臨，短則十幾二十年，長則超過三十年。老年已經不再是人生的殘羹剩飯，不容再將老年流放邊疆，必須仔細審視老年的存在，找出新的典範供重新定義「老年」才行。

也就是說，老年是現代社會特有的產物，從社會理論的角度來看，老年屬於一種「未完成的現代性計畫」，現代人空有「老年」的（生理）壽命，卻還不知道該拿甚麼（心理狀態）來填滿「老年」的生活，目前社會對老年的看法，無法給予老年階段廣泛而

共用的意義，是一種亟需充實其內在意含的現代性特質。

❁ 真的有所謂的「美好」的老年嗎？

有鑑於此，Thomas R. Cole、Mary G. Winkler 起意編撰一本「老年之書」，從古今中外的哲學、宗教、文學、醫學、歷史、神話、詩歌、小說、戲劇入手，上窮碧落下黃泉地蒐羅了人類對於「老年」的思考之精華（也包含對老年的否定與排斥的看法，並不對老年持單一意見），以九大主題（中文版拿掉了兩章，僅剩七大主題），扎扎实實地展現了人類至今為止對老年的探索。

人類把人生視為一個整體，視老年為人生必經的一個階段，在老年的階段中，人必須面對身心靈的變遷/變形，回憶、審視過往人生（成敗、苦樂），面對孤單/寂寞、疾病與（自己與親人的）死亡的威脅。

作者盼望能由此一編纂，描繪出一部令人對老年「耳目一新的人生地圖」，幫助越來越多的即將成為老年的人們，學習如何「入老」、「成老」而不屈服於老，讓現代人重拾「老年」的道德與靈性向度，嫁接生命與科學的鴻溝，調和現代人重視個人發展的價值觀，以及古代人接受自然侷限和社會責任的價值觀，接合個人與社會之間的微妙互動，

認識老年在個人/社會之中的命定位置，進而成熟而堅定地接受自己的老年天命，以創造性的思維打造「美好」的老年。

「老年」的身體雖然一天老過一天，一天天接近死亡，但生命強度卻一天強過一天，老而彌堅，不知老之將至！

是的，美好的老年是可能的，而且人人都有權利擁有！

❁ 面對它、接受它、填滿它、使用它

「老年」不再是凋零、殘破、死亡的代名詞，老年遠比我們想像的來得複雜，人們不該再以錯誤的偏見（從過往歷史而來的系統性偏誤）侷限老年（如，認為老年就是等待死亡的人生終章），必須改以「創造性」的思維來面對它、接受它、填滿它，使用它。

誰說「老年」就只能被社會隔離，等死？成老之後的人們，照樣可以工作、戀愛，擁有無比的創造性與活力，日前美國有位 83 歲的老阿嬤跑去豐胸，其作為正是在追求自己的幸福人生，探索「老年」的無限可能。

如果不希望未來二三十年的「入老」歲月白過，《老年之書》是幫助自己正視「老年」的好開始。❁

