

何谓老年：从“居室适老化改造”谈起

曹东勃

截至2020年9月30日的最新数据显示，上海百岁及以上老年人口已突破3000人，这个城市也已成为名副其实的长寿之城。

可折叠换鞋凳、LED发光长扶手、马桶辅助升降椅、可变成凳子的拐杖、全套自动报警系统……这些适合老人的居家设施，将走进越来越多的家庭。为提升老年人居家养老的安全性、便利性与舒适性，2020年开始，上海在部分街道试点开展面向老年人家庭的居室环境适老化改造，即对老年人居住的房屋进行适度功能改造，增加适老的设施设备，消除风险因素。这可说是近年来解决养老问题的新思路之一。

随着1949年以后出生、在新中国扫除文盲运动中成长起来的最初一代人步入老年，中国的老龄化格局就转变为：一代具有一定甚至较高文化程度的老年人成为老龄群体的主流。他们当然不同于过往的几代人。他们有对生活水准的追求，但也越来越重视精神文化方面的需求。对他们的养老，也就绝不是简单的增加养老床位、摆几张麻将桌、跳一跳广场舞所能够满足的。

多年前某家居企业为避免成为老年相亲角而不再提供免费咖啡，一时惹得众人关注，然而所关注者，却是所谓“老人变坏还是坏人变老”这种伪命题。事实上，这一现象本身更值得人们注意的，恰是这一代老年人的精神、情感需求的新变化：仅仅十多年前还只是“夕阳红”之类的电视节目上专家们正襟危坐评析或春晚小品中略带善意调侃的黄昏恋，已经悄然形成如此之大的一个市场规模。这不正是新一代老年人率性洒脱、与以往不同之处？

每个人都会老，但每个人的老年都与众不同。当我们撇开先入为主的成见，去观察朋友圈中那些转发心灵鸡汤和大红大绿照片的老年人，可能会陷入某种沉思：究竟何谓老年？

种标准的答案是，老年就是处于生命周期最后阶段的个体。英国诗人丁尼生曾有诗言道：

老人仍有荣誉和任务/死亡将结束一切/但在生命到达尽头之前/庄严的人生要继续/此非不识时务者抗争神明/虽人生大半已去/我等尚欲坚持/虽昔日移天地之力不再/这就是我们/我们

是/同一英雄气概/随岁月、命运变得平和/但坚强意志仍在/奋斗、探索、寻求、决不投降。

与麦克阿瑟那句“老兵不死，只是逐渐凋零”颇有相契之处。人的一生经过婴儿、幼儿、少年、青年、中年和老年。个体的老化或衰老实际上自人出生的那一刻就开始了，贯穿于人生活的各个阶段。只不过，人们把年轻阶段的老化描述为发育、成熟，这个阶段从出生一直持续到青春期，人的生理和社会性方面都得到发展。到了一定年龄，所有的器官系统都会出现正常的衰退。这就是衰老或老化的过程。人们习惯于用年龄作为度量并界定老年人的一种“客观”标准，然而这往往也会带来错觉，因为积极的心态、深邃的思维与活跃的行动，可以在某种程度上消弭生理功能上的衰退，从而使一个人“不显老”。

亚里士多德曾在他的修辞学研究中为老年“画像”。他认为青年活在希望中，老年活在追忆里。青年凭热情和欲望行事，难以自制；老年受理性与利益牵引，患得患失。青年爱憎分明，富于道德感；老年圆滑世故，追求暧昧感。在讨论个人品质与美德时，亚里士多德往往通过对处于两个极端状态的特征提出批评，而崇尚中道。如一端是怯懦，一端是鲁莽，中道则是勇气。在这种分析模式下，青年和老年这两个阶段，在亚里士多德看来，都带有致命的缺陷，惟有壮年（盛年）值得推崇。尽管亚里士多德对于老年的评价总体上是负面的，但在《尼各马科伦理学》中，他在谈到“明智”这一概念时，则间接地肯定了老年较之青年的优势。他写道：“青年人可以通晓几何、算术，在这方面成为智慧的，却没有人说变得明智。其原因在于明智不仅是对普遍事物的，而且是对特殊事物的，这须通过经验才能熟悉，青年人所缺少的正是经验，而取得经验则须较长时间。”（亚里士多德：《尼各马科伦理学》，苗力田译，北京，中国人民大学出版社，2003，第127页）智慧和经验是不同的，一个人可以有经验但未必有智慧，但也许一个人没有经验也不会有智慧。经验的作用不仅在于它可以充实实际推理过程中所需要的有关具体知识的积累，也有助于避免青年人在缺乏经验支撑下的盲目乐观。年龄与智慧的关联因此建立。

西塞罗是古罗马最有才华的政治家之一，不仅当过执政官、元老院元老、总督，也是当时最伟大的演说家、哲学家和散文家。《论老年》一文是一篇对话体论著。西塞罗在这部著作中假借年事已高的马尔库斯·加图之口论述老年。值得注意的是，他此时已62岁，他的共和国政治理想已随着凯撒的大权独揽而告结束，并不时受到政敌的排挤和威胁。在家庭生活方面，西塞罗结束了他的第一段婚姻，但随后的第二段婚姻也很快破裂，他的女儿在这时死去，在雅典学习的儿子几乎从不给他写信……可以说，西塞罗的暮年生活是痛苦而孤寂的。《论老年》正是在这种环境下创作而成。西塞罗总体上倾向斯多葛学派，崇尚顺应自然的生活。他反对追求那种邪恶的感官上的快乐，认为人们应当追求高尚的理智上的快乐。西塞罗并未将其晚年的悲凉境遇带进《论老年》，却是平和而达观地对老年期的价值和意义大加称道。

《论老年》主要就人们经常提出的对老年的四个质疑进行了反驳。其一，关于“老年使我们不能积极的工作”的观点。西塞罗指出，老年人尽管在体力上有所下降，但他们完全可以胜任脑力工作和正常参与公众事务。其二，关于“老年年人老体衰”的观点。西塞罗指出，老年人缺乏体力，这是确实存在的问题，但是人们也并没有对老年人在体力上有所苛求。“轻信、健忘、邋遢、马虎并不是老年本身所固有的缺点，只有那些懒散迷糊、老年昏聩的人才是如此……老年痴呆也不是所有老年人的通病，只有心智不健全的老人人才是如此。”（西塞罗：《论老年 论友谊 论责任》，徐奕春译，北京，商务印书馆，1998，第19页）其三，关于“老年使人缺乏感官上的快乐”的观点。西塞罗表现出斯多葛学派的哲学气质，对感官上的享乐提出严肃的批判，并提倡节制这种欲望。在有节制的、有道德的生活中，感官快乐的缺失并不是老年人的悲哀，恰恰相反，即使是年轻人，也应当避免毫无节制的感官享乐。其四，关于“对死亡临近的焦虑和恐惧”的观点。在这里，西塞罗展现了理性的伟大力量。在他看来，死亡无非有两种可能，第一是灵魂彻底毁灭，那么，这种情况下死后注定是毫无痛苦的；第二

是灵魂得到永生，那么死后将会得到幸福。除此之外不会有第三种可能。而无论哪种情况，都不值得人们去害怕。事实上是，年轻人希望活得长久，而老年人已经实现了这个愿望。至于西塞罗本人，则相信灵魂不朽。他认为，一切都是有限的，唯一可以存留的是美德与正义的行为所赢得的声誉。年轻人的“夭折”是违背了自然的法则，而老年人的寿终正寝则完全是一种非常完满的状态，如同“一团火在没有任何外力作用的情况下渐渐烧尽而自行熄灭”一样，老年时的死亡是成熟后的自然现象。

大约于公元4世纪后期基本固定下来的基督教经典《圣经》中，存在着大量关于老年人的论述。其大体包含如下几方面内容：一是肯定老年的价值，认为老年人能够明辨是非、经验丰富、灵性美好。二是体恤老年的软弱，包括老年生理功能的退化和精神世界的萎缩。三是引导老年的发展，使其认识、追求并享受心灵与智慧的快乐。四是倡导敬老的风尚，以各种例证劝勉晚辈敬老尊老。

在关于老年范畴的近代观念史讨论中，文艺复兴是一个重要时期。蒙田在《论年龄》一文中，表达了对青年的推崇和对老年的贬抑。他认为，人类的全部丰功伟业，不管是何种何类，也不管古代现代，可以认为多半是三十岁之前而非三十岁之后创立的。生命充满不确定性，受到大自然的摆布，年老力衰再寿终正寝这种死法是十分罕见的、特殊的、非自然的，只能将之视为一种特别的优待。在《论后悔》一文中，蒙田同样对年龄的增长给人们的肉体和精神带来的一系列变化表示厌恶。他认为，老年人欲望的衰减与心境的淡泊是一种病态。“人到老年，欲望变得淡泊，一种彻底的履足感攫住了我们的灵魂……老年的抑郁寡欢与羸弱无力给我们打上了懦弱和病态的印记。”（蒙田：《蒙田随笔全集》下卷，潘丽珍等译，南京，译林出版社，1996，第31页）而对于老年在思想上的宁静，蒙田认



著名素描画家门采尔笔下的老年形象

为那不过是一种幻象。他所认为的一种理想的人生应当是不哀叹过去，也不害怕未来，使肉体状况的每一阶段都适逢其时，而不是在生命的最后阶段“将一个哲学家的尾巴拴在一个已经完结的人的身体上”，这“瘦弱的尾巴”不能否定生命中最美好、最健全、最漫长的时光。

同一时期的培根通过《论青年与老年》一文对两者的优长做了凝练的表述。他认为，青年较适于发明而不适于判断；较适于执行而不适于议论。较适于新的计划而不适于惯行的事务。“有年岁的人过于喜欢反对别人，商量事务商量得过长，冒险过少，后悔太快，并且很少把事务推进到十分彻底的地步。”（培根：《培根论说文集》，水天同译，北京，商务印书馆，1983年第二版，第156页）

卢梭晚年居住在巴黎普拉特里埃街一所不起眼的旧房子里，过着贫病交加、为社会所抛弃的退隐生活。对未来完全绝望的他，以散文和日记的形式记录了这段孤寂的生活。书中散逸着比较浓厚的悲观情绪。他认为，青年期是增长才智的阶段，老年期则是运用才智的阶段。然而，“这么晚才获得有关自己的命运以及他人对此的正确认识，对风烛残年的我又有什么用呢？”（卢梭：《漫步遐想录》，廖灯明译，北京，中国社会科学出版社，2003，第39页）老年人依恋尘世、向生恶死的心态虽可理解，但很多人主要是遗憾于其费尽毕生辛劳所获得的荣誉、财富和家业终究只能是身外之物，生不带来，死不带去。卢梭则认为，他早已考虑过这类问题，并且领悟到灵魂的静享安宁是一种幸福。