

心若年轻 岁月不老

■ 袁海毅

步入老年，理想的状态应是什么样？叔本华道出了他的想法：老年时最大的安慰莫过于意识到，已把全部青春的力量都献给了永不衰老的事业。

在云南省大理白族自治州祥云县，84岁的赵祖龙积极发挥余热，退休后依然坚持跑山区、下基层、做科普。他带领联合党支部，通过不断试验和推广，让脆甜李、车厘子等多种特色水果陆续在彩云之乡落地生根。

在浙江省杭州市，有一支平均年龄超70岁的老年摇滚乐队——风荷吉他乐队，队员中最年长的88岁，最年轻的也近60岁。“不要觉得自己老了，要让我们的青春再一次怒放。”乐队成员纷纷表示，摇滚乐不是年轻人的专利，虽然他们年纪大了，但演奏起来感觉每一个细胞都是活跃的。

在陕西省西安市沙井村，年近八旬的村民史庆芬，出版了两本近80万字的村史书籍。此外，练书法、写随笔、做调研都是她的晚年生活日常。

这些紧跟社会潮流、“不服老”的老人们诠释生命的方式多种多样，他们活到老学到老，一点不输年轻人。他们最明显的特征是与时俱进，不管在什么样的年龄，思想观念乃至人生态度都很新鲜、很年轻。他们敢于突破年龄的禁锢，以一种年轻乐观的心态，活出了自己想要的晚年生活。

如今，称呼这样的老人有一个新名词——“新老人”。他们满怀热忱，用行动证明晚年生活同样可以做到“太阳每天都是新的”；他们努力让自己更自信，更有活力，更具吸引力，在老去的时光中，越活越有滋味，越活越年轻，也越活越睿智。

“新老人”的故事说明了人会变老，但心可以永远年轻。只要热爱并且努力去生活，就能不断感悟世间的美好、感受生命的乐趣。用他们的话来说，挑战不只属于年轻人，老年人同样可以用年轻的心态去迎接新事物，去做让生活变得更充实、更有意义的事。

在生命的旅途上，人人皆为过客。好身体，能决定自己走多远；好心态，才能决定自己生命的质量。心若年轻，则岁月不老。愿你我焕发青春，共赴下一场精彩！