



岁末 他们说90后要30岁了 我们说50岁最值得思考

上个月，被人形容为“生活的一大块儿都让他占领了”的高晓松度过了自己的50岁生日。人生经年，50岁，可谓历时过半，有感慨，有回眸，有未来可期，也有平静如水……

普通人的人生年轮或许没有高先生这前半辈子的辉煌绚烂，但这并不妨碍生命在平平淡淡中展露各自的精彩。倏忽半生，回看这一万八千多天的光阴，每个人，都在自己的生命中经历着欢笑泪水、喜怒哀乐，有得，亦有缺憾；有潸然泪下的悲伤，亦有喜极而泣的欣慰。

■新快报记者 陈斌/文 廖木兴/图

1

如果可以重来，我会希望经济独立

人物：小灵 / 年龄：1972年生人 / 职业：全职主妇

面对“空巢中年”需要重新发现自我

“空巢中年”的状态，相对来说是具有一定普遍性的社会问题，孩子一天天长大独立，对家庭的依赖程度日渐降低，对为人父母者而言，同样需要这种变化所带来的不适感，特别是对于长年居家、与社会相对脱节的全职主妇，需要调适的心理程度就更甚。

“突然间感觉到很不适应，不习惯了。以前还觉得自己有借口要照顾孩子，照顾家庭，现在孩子每天都在学校吃饭，每个星期只有周末两天晚餐会在家吃，缺失了照顾孩子的理由，我整个人感觉到空寥寥的，对这个家，我好像没有一点存在的价值了……”

处于“自我怀疑阶段”的小灵正面临着

“重新发现和寻找自我”的人生课题，她说这两年她越来越感觉到自己拖累了家人，长期的主妇生涯，让她已经失去了绝大部分增加家庭收入来源的技能，“现在每天宅在家，连买菜都用App买，我自己都感觉到我很颓废。”

她也知道，改变不是一朝一夕的，经年累月积累下来到现在，想瞬间扭转状态，这更加不现实，也是需要一个过程，而且也许是一个很漫长的过程。小灵希望自己能够迈出家门，能够重新与社会接上轨，经朋友介绍，寻了份工，但只去了一天，她就辞工不做了，“是去做搞卫生的阿姨，我去干了一天，感觉挺心酸的，

几十岁人还沦落到起点这么低的地步……”她说，“如果人生有得重新选择，我想我可能不会选择做全职主妇，我会让自己在经济上能够独立一些。”

但在怀疑自我的同时，她同样在积极地给自己做着心理建设，她认为自己算是一个凡事不刻意、不很执着的人，就算现在的状态不理想，但对于已经过往的人生也不会后悔，每个人都可能会走弯路，是不是弯路也只有自己走过了回头看的时候才知道，错过了的那些选择才能会从中摸索到经验和总结，“每个人的人生不都是这样过来的吗？哪里有像教科书一样可以参考的人生呢？”

十几年前，为了照顾小孩和家庭，选择了做全职主妇的小灵，最近几个月的人生进入了一个新的阶段——孩子读书的作息时间突然间变得异常紧张起来，尽管不是住校，但每天早出晚归，基本很难见到人，更不要说是照顾孩子的起居饮食和打理一应用品了，这种状态和阶段，就是我们常说的“空巢期”。

“假如时间可以重来，我可能不会这样选择。”她说。

最珍惜家人，恐惧“走”在先生后面

旅行是小灵家的一项必备项目，每一次旅行都能留下许多回忆。“最难忘的旅行有两次，一次是有一年在从化，体验水上帆板运动时突降暴雨，当时我们被困在河中间的一个小岛上，暴涨的河水、狂暴的降雨、迅速下降的温度和劈面打下来的雷电以及无处躲藏的我们，想起来确实有些后怕。还有一次在西安时遭遇了地震，也同样让我感到人在大自然面前真的很

无助、很渺小，有种深刻的无力感和无奈，提醒你要珍惜当下，过好当下。”

前半生倏忽而过，小灵说自己的人生经历谈不上有多精彩，可是相比儿时的玩伴，或许是因为不同城市的缘故，大家的生活状态很不一样，对某些事物的认知和观点，也有一定程度上的本质不同，“每个人有每个人的性格和特点，‘道不同不相为谋’，心态

宽容一点，到了现在这个年龄，我也不想要去刻意讨好谁。”

家人是她最为珍惜的“财产”，与家人在一起，“快乐是双方的，是互相不隐瞒，有开心甜蜜一起分享，有烦恼郁闷一起分担”的状态，她最恐惧的事情是“走在先生后面”，“如果留下我独自一个儿，我恐怕没有继续活下去的勇气。”