

# 我對人生中「老」的看法

—許文富—

在生老病死的人生過程中，什麼叫老？很難下一個定義，因每一個人對老的看法及認知未必相同，但都認同其與「年齡」或「體力」兩個要素有關。一般人對老的看法是指年齡大、體力衰退、頭腦不清楚或反應遲鈍的人。

從年齡觀點而言，國際上大多數國家不論政府或民間機構對其從業人員都有退休年齡的規定，亦即認為一個人在職場工作到退休年齡就是老了，應該退休了。至於退休年齡是幾歲？則各國並不相同，但大多在 60~65 歲左右。依此規定，可說退休年齡就是「老」的開始，又在許多已開發國家，皆認為一國之人口結構中，凡 65 歲以上人口比例超過百分之七以上時，就稱為老人化國家或老人化社會，依此看法，台灣早已進入老人化社會，而且也可預測很多新興國家將很快進入老人化國家的行列。

個人認為以絕對年齡做為老不老的標準，似乎不甚合理，因為各國人民的居住環境、國民營養、氣候情況、衛生條件、醫療設施等皆不同，致各國人口之平均壽命年齡差異懸殊，若僅用 65 歲作為進入老人的統一標準，似乎有點牽強、難以建立共識。



再從體力方面而言，人的體力隨著年齡增加而衰退是生理上的自然現象，好比一部機器用久了，各部零件會損耗或磨損以致不堪使用的情形相同，但不能否認的是，人的體力在人與人之間亦有差異；其實人的體力可再分為硬體的體力與軟體的體力，前者是指脊椎、膝蓋、頸椎等骨骼力，而後者是指腦力。一個人到退休年齡時，有些人硬體力尚強，但軟體力早已衰退，頭腦不清楚，成為失智老人或得阿茲海默症，喪失日常生活的自主能力，必須有人在旁服侍；又有一些人軟體力尚可，但硬體力不佳，以致不良於行，必須仰賴輪椅或他人扶助才能走動；屬於上述二類的人都不適合再工作，個人認為這才算是真正的老人。

但是，我們也可看到還有不少超過七、八十歲的人，身體硬朗、頭腦清楚、行動自如，經常參加國內外旅遊，像這樣的人因其人生經驗豐富、見聞廣闊，對事物的判斷力強，若能留住這些人繼續工作，相信是一種可貴的人力資源，這在勞力缺乏的今日社會尤其重要。

總之，人到幾歲才算老，因人而異，老是人生必經之路程，人人都會老，老人不需謙卑。個人要強調的是人之老不老不宜用「年齡」來界定，同齡的人其體能可能有甚大差異，若體能尚可，何妨鼓勵其繼續工作，這在勞力缺乏的今日，對家庭、國家與社會皆有助益，這是我對「老」的看法。

〈本文作者係中華民國合作事業協會理事長，台灣大學名譽教授〉



### 「合作社與社區關懷」系列報導徵稿啓事

- 一、為使社會人士瞭解合作社對地方公益之貢獻，本報導擬刊登「合作社與社區關懷」系列報導，以宣揚合作事業的特質。
- 二、合作社為具有地方性之社團，每年皆從盈餘中提撥百分之十為公益金，作為捐助地方公益建設，諸如：捐建人行陸橋、地下人行道、捐獻救護車、消防車，贊助學校建設、提供獎學金、照顧獨居老人、造訪老人院、孤兒院、及辦理文化、體育之社會公益活動，或配合地方產業資源，共同為社區營造具有地方社區特色之產業文化發展，造福社區鄰里，等等不勝枚舉均可提供廣為宣導。
- 三、「關懷社區」為國際合作聯盟所訂定合作社七大原則之一，我國合作社「取之於地方，用之於地方」及「回饋社會，造福鄉里」的經營理念正合乎此一原則，然而社會人士不太瞭解，似有廣為宣傳之必要。
- 四、來稿體裁不拘，字數以二千字左右為度，並請提供相關相片，稿酬優渥，如蒙投稿請郵寄「台北市福州街11之2號二樓中華民國合作事業協會收」或電子信箱：[furenho@yahoo.com.tw](mailto:furenho@yahoo.com.tw)