

退休前后

——人生的黄金阶段

〔英〕C·诺思科特·帕金森

〔印度〕M·K·拉斯托姆吉 著

〔印度〕沃尔特·E·维埃拉

《人与管理》丛书



• 山西人民出版社 •

作者介绍

C·诺斯科特·帕金森以他尖刻辛辣的语言讽刺官僚主义而闻名于全世界。他的名著《帕金森定律》使他一举成为当代著名的作家。

帕金森是一位多产作家。他有过非常迷人的经历——当过教师、士兵、政治历史学家和公司经理，而现在则是社会讽刺作家。

M·K·拉斯托姆吉，年轻时曾求学于欧洲，当过印度塔塔工程公司的高级董事。该公司是世界上同行业中最大的企业之一。他撰写了大量管理学书籍。这些书畅销英国、美国、德国、西班牙、印度、日本、巴西、捷克斯洛伐克和以色列等国。并被上述国家聘为顾问。他的著作受到大名鼎鼎的管理学专家彼得·德磨克的赏识，被认为对管理学艺术做出了重要贡献。

M·K·拉斯托姆吉曾是印度国家高效生产工作队的领导人。由于他的管理学专著在评比中获胜，他曾两次荣获英国爱斯克特出版公司书讲基金会的一等奖。他的一本书拍成电影后，该影片还获得了印度国家大奖。

责任编辑 赵世莲

新學
平知

PDG

前 言——

计划退休与设计事业或者婚姻同等重要。本书为退休后的生活描绘了一幅蓝图，包括精神状态、经济条件、健康状况、生活安排、工作（计酬的与自愿的）以及娱乐等方面。文笔简洁、流畅。将退休这一生活中的转折点，作为从肤浅的物质财富的追求，转而为实现更加丰富、令人满意的目标这一转变作了规划。书中所述思想和观念均摘自世界最杰出的社会学家和行为科学专家的著作。所汇集的实例以及醒目的插图，使这本富于研究成果的书更具有阅读价值。

退休后的岁月不一定是人生道路的终结，而可能会成为开端，成为人生的黄金阶段！

目 录

1. 您将步入老年人的行列吗… (1)
2. 多少岁才算老年… (1)
3. 老年人的人数在急剧增加… (2)
4. 老年人退休后由谁照管… (3)
5. 穷人和专业人员享受不到退休… (6)
6. 退休年龄… (6)
7. 面临退休的五种人… (11)
8. 惰性是退休之死敌… (11)
9. 退休后的三个顾虑… (12)
10. 退休的定义… (17)
11. 退休可使您获得按个人爱好选择生活方式的自由… (22)
12. 人生三阶段及其价值观念… (24)
13. 走向愉快的退休生活之路… (26)
14. 退休后空虚感之冲击… (34)

15. 改变生活信条——退休生活愉快
 与否的决定因素…………… (35)
16. 对于年老须持实事求是的态
 度…………… (37)
17. 退休生活愉快的先决条件…… (38)
18. 对个人的性格做一个坦率的估
 计…………… (38)
19. 提前计划是愉快的退休生活的
 关键…………… (41)
20. 计划退休时应有妻子参加…… (44)
21. 退休计划要灵活, 设想要实
 际…………… (46)
22. 保持健康的精神状态——退休
 计划的先决条件…………… (47)
23. 钱财——舒适的退休生活的关
 键…………… (56)
24. 确保身体健康之简单而周密的
 计划…………… (74)
25. 随时随地都要小心…………… (80)
26. 老年人的性生活…………… (88)
27. 退休后再工作, 是有益还是
 有害…………… (88)

28. 退休者必选其一的四种选择..... (90)
29. 退休后全天工作..... (91)
30. 退休后半天工作..... (95)
31. 自己开业..... (99)
32. 义务服务赋予人生以新的意义..... (104)
33. 游手好闲，无所事事..... (110)
34. 老年人受人喜欢的秘诀..... (112)
35. 公司在人们最后过渡期间怎样发挥作用..... (112)
36. 老年人前景光明..... (114)

1 | 您将步入老年人的行列吗

人人都要老，谁也不例外。人越活越老，可我们总以为自己不会老；那是父亲、母亲、叔叔、姨母、姑母等老一辈人的事，或者是50年前的同学的事，而绝对与我们自己无关。

每个人都抱着一个希望，想着能找到永葆青春的灵丹妙药。但这只是一个美梦罢了。不管你地位有多高，又多么富有，生命周期却不会脱离常规，老年、暮年和死亡在等待着我们每一个人，对于地球上最穷的人和最富的人都一样。

2 | 多少岁才算老年

很难给“老年”下个定义。有的人说：“我看比我大15岁就算老年了。”所以有些十几岁的人觉得30岁就老了；而45岁的人觉得60岁就老了；

就是年纪大的人也很少承认自己老了。

人们广泛以退休为老与不老的分界线。大多数国家的退休年龄定在55岁到65岁之间。退休年龄还因国家及其发展水平不同而有差别。退休者就被划入“老年人”的范围。

然而，用退休年龄来划定“老年”并不是最好的方法。因为在一些富有国家里，退休年龄每隔几年就降低一点，以便使人们早点领到退休金，去度较长的悠闲岁月。然而，因为人的寿命在不断延长，退休年龄自应随之而拖后。但是有些因素却在起着相反的作用，其中一条就是“为年轻人登上顶峰让路”。

3 | 老年人的人数在急剧增加

二次大战后婴儿大量出生，现在倒变成老年人大量出现。现在的老年人比历史上任何时期都多。

这种现象是由于世界人口出生率降低而形成的。1950年每1,000人中，有36个以上是婴儿；而到2025年，每1,000人中将会只有18个婴儿。随着健康与营养状况的不断改善，人们活得

更长了。1950年时，世界范围内平均寿命为47岁；而到2025年，世界平均寿命将达70岁。（1980年时，美国平均寿命为70岁，日本为75岁。）

到2025年，世界总人口据估计将增长到1950年的3倍。但60岁以上的人数则将增长到5倍。到2025年，在工业化程度较高的国家里，三分之一的选举人将是60岁以上的人。

4 | 老年人退休后由谁照管

将来赡养60岁以上的人的负担将落在人数较少的60岁以下的人的肩上。由于年轻一代决定少生孩子，而老一代的寿命却日见延长，世界大家庭的结构也将发生改变。到2025年，肩负赡养越来越多的60岁以上的人口的年轻人会越来越少。在东亚，60岁以上的人口和15—19岁的成年人口之间的比例，据估计将比现在的比例翻一番。

在中国，1975年7个工作者赡养1位老人，而到了2025年，7个工作者将赡养2位老人。在美国，1975年100个工作者赡养30位退休者，而到了2025年，100个工作者赡养的退休者将增长到45位。

应由国家或应由社会照管？

在发达国家，工业化的高度发展导致了人口的急剧城镇化和人口的大量流动，人们的生活方式因而起了变化，老年人不再是家庭的一部分，他们住在老年人之家，或是住在费用昂贵的私人办的老年人之家，或是住在国家办的老年人之家。有些老年人则住在自己拥有的那套房间里，和子女、儿孙们不住在一起。

这些国家里的老年人一般均由社会保险机构照顾，给他们提供收入、医疗和其它福利。

但是，由于总人口中老年人百分比不断增长，保险制度的负担越来越重，因而老年人和其他有关人员有必要重新分析形势，想方设法使保险制度能够承受得起这些负担。

由长子照管：

在亚洲、非洲和南美洲的发展中国家里，大多数老年人是一直工作，直到丧失了工作能力为止，根本没有退休制度。他们不能再工作了，就由家庭照管。在许多社会里，这是长子的责任。老年人在这里并不是被看作废物而移交出去。相反，他们是受人尊敬的，有发言权，他们的意见

举足轻重。

但是，现在这种社会常规正在发生变化，特别在城市里更是如此。就象以前发生在发达国家的情况那样，由于工业化程度的提高和人口流动，几世同堂的家庭正在解体。有些老年人已不能和子女一起生活，不能住在子女们的家里。这些老年人的境况极其悲惨。因为象西方那样的社会保险制度还未被引进，来取代几世同堂的家庭制度。

由独身女儿照管：

过去，世界上许多地方常常是独身女儿留在家里照料父母的老年。但是，婚姻机遇的改变已使这种情况发生了变化。而且，现在的妇女，无论独身或已婚，就业的机会也增多了。因此，很少有妇女不结婚或不工作的。很自然的，大多数妇女都愿意做既能挣钱又能使自己满足的工作，而不愿呆在家里照管老人了。

因此，老年人不得不另想办法，寻找适合自己个人情况的方式，而没有通用的公式或解决办法。每个人都在以自己特定的方式度过老年，正如自己曾以自己特定的方式度过以在的岁月一样。

5 | 穷人和专业人员享受不到退休

退休制度与到了退休年龄就得退休的人们的关系特别密切。一般说来，这些人都在商业机构或者政府任职。

发展中国家里在田间辛勤耕作的人们，其他国家里未参加工会的农业或工业生产者、手工业者、商人、作家或者诸如医生、律师和商业顾问等专业人员均不受退休年龄的限制。许多人终生工作，仅因年事过高而减轻工作量，但是断不截然停止工作。

6 | 退休年龄

25岁就退休吗？

是的，从事某些职业的人，到25岁或30岁就退休了，例如时装模特儿或者职业拳击运动员。但是把这说成改行更合适些，这是从一种职业转向另一种职业。

士 乔·路易斯退休前是一个拳击运动员，但后半生一直在一家餐馆工作。时装模特儿退休后如有才华还可再去当演员。这些人都是从一种职业转入另一种职业。

45岁就退休吗？

有些人，例如在部队服役满20年或25年后，到40岁或45岁时就离开了自己的专业工作。这类人是有组织有秩序地从第二阶段转入第三阶段，即从工作阶段转入休养阶段。这些人对将要发生的变化心中有数，所以在部队的最后几年里就已为去地方从事某种职业而着手准备了。

部队本身也组织各种训练项目来培训将要退役的人员，建立安置部门来为退役人员安排合适的位置。转业的整个过程较为顺利，人人心情舒畅。这种制度行之有效，因为退役者和组织者双方在“铺平道路”方面都花了时间和精力。而且40——45岁时就退休，本身还年富力强，自然也是有利条件，避免了60岁退休所产生的不思进取的情绪。

从部队转到地方当人事干部：

特雷弗曾任陆军中校，退休时45岁，他原是

一名优秀的部队干部，意志坚定而待人友善，士兵和他指挥的下级军官都很喜欢他。退休后到了一家庞大的经营管道安装和民用建筑的工业集团，当了人事干部。那家公司人员庞杂，包括了未经训练的工人、焊工、其他技工以及高度熟练的机械工程师等等人员。特雷弗在炮兵师当过营长。很明显，由于他经验丰富，平易近人，天性和气，他在地方工作十分出色。

从部队到世界野生动物保护组织

约瑟夫在部队时任陆军中将，由于组织能力强而颇有名气。他退休后发现挑选工作的余地不大，许多工作都与他的经历无关，而且与他在军队中的职务也相差很远。不过他在年轻时曾是一名出色的运动员，当时仍对体育运动很感兴趣。当他听说世界野生动物保护组织在他本国需要一名秘书时，他感到自己是最合适的人选，他终于得到了这一任命。他现在仍担任着这项使他能成功地利用自己的组织才能和兴趣爱好工作的任务。

60岁退休吗？

在地方工作，不管是在商业公司或是在政府部门任职，退休年龄均在55到65岁之间。许多人

都属于这一范围。但是这些人中的大多数对于他们要面临的这个所谓“倒霉的日子”缺乏准备。写作本书的首要目的就是为这一部分人们。

永不退休吗？

大多数专业人员和在商界工作的人员都属于这个范畴。他们给人们说自己快退休了，可是很少付之行动。

许多专业人员（如医生、律师、管理顾问等）可能是由于没有儿子或侄子来继承其事业，即使有人继承，他们也放心不下，要继续干预，直到死亡来临为止。他们的业务活动围着年轻人团团转，错误地认为年轻人离开他们就不行。

那些自己拥有商业机构的人也属于这一范畴。他们不到临终是不肯离开“岗位”的。这使家庭里的年轻成员十分恼火，因为这些年轻人在50岁之前只能当个跑腿的学徒。但是那些老年人，特别是那些企业的创始人，赶也赶不走。就象老兵一样，他们只会慢慢消失，却永远不肯退休。

罗伯特·索撒尔——70岁还未退休：

索撒尔是他父亲创建的一个大企业的领导

人。他继承了这份遗产，但并未对其作过丝毫的贡献。目前所属各个工厂运转正常，在日益扩大的市场上，在受保护的条件下，销售量不断增长，但也仅是如此而已。

索撒尔的儿子天资聪敏，曾在美国的商业院校受过良好的教育。但他们进入企业后，索撒尔却不许他们对工厂的现状作丝毫改进，也不许对企业的规模做任何扩大。任何一笔开支，任何扩充计划，事无巨细，都要征得索撒尔的同意。而索撒尔每次都至少会提出三条充分的理由来说明不能那样做，或者不应该那样做。

罗伯特·索撒尔当然也常说他已退居二线了。他下午3点去办公室，5点钟离开，用这宝贵的2小时来为俱乐部的帐单签字，为捐款支票签字或者处理其他琐碎事务。其余时间他或去世界各地游览名胜古迹，或斋戒、淋浴，准备后事。儿女和企业中的高级管理人员对他的坚持不退休很不理解。只是因为这是他从父亲手里接过来的家业，尽管他的继续干预对企业不利，可是谁也不能强迫他退休。