

人 生 新 境 19

四十不晚

——中年追夢族的故事

李梅蘭◆著



人生新境 ⑱

四十不晚：中年追夢族的故事

中華民國八十五年三月初版

定價：新臺幣180元

有著作權，翻印必究

Printed in R.O.C

著	者	李	梅	蘭
執行編輯	方	清	河	
發行人	劉	國	瑞	

本書如有缺頁、破損、倒裝請寄回更換。

出版者 聯經出版事業公司
臺北市忠孝東路四段555號
電話：3620308・7627429
郵撥電話：6418662
郵政劃撥帳戶第0100559-3號
印刷者 世和印製企業有限公司

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第0130號

ISBN 957-08-1524-8(平裝)

序

人過了三十五歲，似乎就開始出現「前不著村，後不著店」的恐慌感，朋友間討論中年生涯的話題也多了，不過大多數都是悲觀的，聞之徒增一片陰霾，偶而聽到少數樂觀朋友的觀點和作法，常敲擊我的心絃，激勵我這中年人無限嚮往。

於是，我開始收集有關「勇敢」中年人的故事，從故事裡接收到「四十不晚」的衝擊越大，越覺得有必要把這些訊息傳送出去。

五年前著手寫「四十不晚」系列，可惜進行了十餘篇，因雜事而停止。

沒想到當年促我成書的李赫兄卻記得這回事，去年底，竟邀我上電台談中年築夢群，且多次提及「年怕中秋，人怕半」的警語，勸我別浪費光陰，也別虎頭蛇尾，令我再也不好意思怠惰，又展開追逐中年追夢人的行動。

經過五年的輪轉，社會上那群不肯認老的嬰兒潮一代，雖然為自己取了一個逃避中年的名稱——前中年期，仍無可避免的變成不折不扣的中年族，不過，屬於嬰兒潮一代喜歡獨領風騷的習性卻未變，他們又讓自己成為熱門的中年話題，我剛好順風搭上了這列熱

門車，見識到他們大膽追求自我的一面。

感謝書裡每一位追夢者，他們的故事給我莫大啓發，助我成長，相信也能夠給予正走在十字路口的中年人嶄新的體驗。

還要感謝老公和兩個女兒的溫暖，使我對人生始終滿懷希望。

李梅蘭

目次

序/i

四十真的不晚

四十不晚？/3

四十真的不晚/5

開始審視過去與未來/8

做好下半生的人生規劃/10

追求內部升遷/13

提前退休好嗎？/18

自立門戶知多少/20

做個自由工作人/23

搖起筆桿談寫作/26

世界級名人的四十歲

美國總統雷根/31

李總統登輝先生/35

台塑董事長王永慶/37

麥當勞創辦人雷柯洛克/39

中年追夢族的故事

- 三個女人一家公司／45
范燕瑛的獵人公司／48
黑幼龍的卡內基／50
佐野志明風味冰淇淋店／53
陳平小花店安身立命／55
楊月靜建立幼兒園／57
何芝琪與他的營造廠／59
鄭哲明創意咖啡店／61
楚雲與藝術旅遊團／64
趙妍如不再朝九晚五／67
藍懷恩替人辦活動／70
朱小姐廚藝工作室／73
邱淑惠為轉型做準備／78
胡定國出國充電好滿足／81
李仲一投身公益事業無怨尤／84
華妮娜獻身幼兒音樂／87
黃驥與英文結下不解緣／89
吳秋月以學英文為樂／92
我們都是瑪爾寇「娘」／94
謝瑾瑜創業路上不孤獨／98
郭泰寫出一片天／101
翁雲霞為飲食文化而寫／104
苟澎生全力築夢不嫌晚／107
劉麗芳換了跑道更得意／110

- 吳美鳳為推廣真珠效力／114
沈曼光台前幕後一樣耀眼／116
洪冬桂做時間的主人／119
楊憲宏從平面到立體／122
周雲透過考試重拾自信／125
洪小喬要好好享受人生／127
陳艾妮不讓最愛擦身過／131
李赫積極前行不懈怠／134
陽芝英為自己而活／137
李文賓重拾畫筆彩繪人生／140
心岱學潛水／143
陳道年飛起來了／146
黃小玲不再做旱鴨子／149
學游泳沒有年齡限制／151
萬佩萱義工生涯樂無窮／153
李孔昭施比受更有福／156
遠赴菲律賓賑災／158
陳揚明活出人生的價值／161
郭掌從積極經營生活／165
張劍敏一圓畫家夢／169
程心祥投入客家歌謠教唱／172

剖析現代中年人

- 這一代中年人的特質／177
中年人為何總有一顆騷動的心？／181

女人四十一枝花／183

四十女人男人觀點／185

臨老生子的趨勢／187

男人的初秋／191

如何好好的變老

保持健康的體魄／197

做好心理的調適／200

擬定理財的計畫／203

四十真的不晚

麥克阿瑟曾說：「歲月的消逝不會使人蒼老，只有放棄理想，才令人很快老去。」

以現代人的壽命而言，四十恰是人生的中途站，你可以加完油，繼續原来的旅程；也可以轉換新的航道，嶄新的再活一遍，創業、進修，或者完成少年時的夢想，只要能力所及，有什麼不可以？

四十不晚，就看你敢不敢出擊。

四十不晚？

四十歲是個尷尬的年齡，雖然古人早有明訓，應該不惑，但是不少的現代「四十族」，卻十分迷惘，有一種走到十字路口，不知何去何從之感。

其實有這種感覺並非壞事，至少代表自我期許意識比別人高些，因為大多數人步入這個所謂的前中年期，人未老，卻已先嘆，「人入中年，萬事休」。

雖然大部分政壇、商場或學術界意氣風發的才俊，都已年過四十，但一般上班族，如果謹守相同的崗位近二十年，又無像樣的升遷，四十歲卻可能被人視為「老芋仔」，難免有那麼幾分萬事皆休的無奈。

而每天一成不變的生活，對於現代的「四十族」，又何嘗不是一種壓力，一種抑鬱？

上焉者可能力求突破，卻往往苦於找不到拆除現有藩籬的方法，讓不少人不惑之年卻化為「迷惑中年」，只能日日長吁短嘆，嚴重者更變成了「憤怒中年」，憤世嫉俗，事事不滿意。

另有頹廢中年族，根本不思考打破現狀，每天看電視、打麻將

或在KTV度過，以等待退休的日子來臨，對工作和個人也形成負面影響。

不過，在我們這個社會，仍然有許多勇於冒險的中年人，他們打破萬事休的傳說，硬是向人生做高難度的挑戰，充分詮釋出「四十不晚」的精神，他們的經驗對於徘徊嘆息的中年人，應該有所啓發。

麥克阿瑟曾說過，「歲月的消逝不會使人蒼老，只有放棄理想，才令人很快老去。」

以現代人的壽命而言，四十恰是人生的中途站，您可以加完油，繼續原來的旅程，也可以轉換新的航道，嶄新的再活一遍，重新創業、進修，或者完成少年時的夢想，只要能力所及，有什麼不可以？

四十真的不晚

如果你看完下面的故事，可能就會對四十不晚有深切的體悟。

1994年11月5日的晚上，福爾曼向世界拳擊協會及國際拳擊聯盟重量級拳王摩爾挑戰，在第十回合擊倒了摩爾。

這一年福爾曼45歲。

他創下了職業拳擊史上最高齡重量級拳王的紀錄。

福爾曼曾於1968年奪得奧運重量級拳擊金牌，第二年轉入職業拳壇後，1973年初次登上拳王寶座，接著又在東京衛冕成功。

但好運沒有多久，第二年和阿里交手，他失去了拳王寶座，又過三年，福爾曼竟敗給一個無名小卒，至此，他的拳擊生涯也就告終了。

決定退出職業拳賽場後，他成為牧師，不但傳教，還四處為貧苦兒童募款，同時成立一所青年輔導中心，輔導貧民窟似的社區孩童，但募款不易，讓他有乞討的感覺。

退出拳壇十年後，他考慮重回競技場，期望藉以獲得大筆獎金來幫助青年中心，此時的他已38歲，超重許多，身材臃腫，何況當年已是敗將，因此大家都不看好。

但立下目標的福爾曼，咬緊牙根完成所有的訓練，他先於1991年向拳王何利菲德挑戰，雖然未能成功，但他並不氣餒，終於擊倒另一名拳王摩爾，站上了必須完全靠體力和技巧致勝的拳壇。

福爾曼以無比堅韌的毅力贏得勝利，也嚐到美好的成果，1994年他在拳擊場和廣告界贏得850萬美元，完成他幫助貧苦青少年的夢想，他的身價一飛登天，各種廣告廠商排隊等著他，演講也排不完，這些都是他當年28歲退出拳壇時難以想像的。

最令人佩服的是，福爾曼在這許多榮耀籠罩下，第二年又以46歲的高齡衛冕成功，他的對手28歲的小伙子，非常不服氣欲再次挑戰，但對於福爾曼來說，又一次創下世界職業拳擊界的高齡紀錄已具有特別意義，下一次，他又何必在乎呢？

中年再起是許多人的美夢，當然，不可否認得靠機運，但是內心的目標設定更為重要，有了目標，就要加上追夢的毅力了。

近年來在國內、香港甚至新加坡、大陸走紅的「包青天」一劇，也讓主演該劇的金超群紅透了半邊天，而他也是在年近45歲才獲得如此好運。

在演出「包青天」之前，金超群為了追求夢想，把所有的錢財砸到一次立委選舉，輸了，輸到那一年他和妻子兩人以速食麵過年的情境。

還好他即時認清自己只有回歸最熟悉的演藝圈才能存活，他成功了，有人說他走老運，有人說天可憐他一無所有，但，金超群找到正確目標全力以赴的精神更不可忽視。

四十不晚，就看你敢不敢出擊。

日本作家石井勝利認為，現代人的壽命延長，人生七十才開始的說法應改為「人生八十才開始」，生在這一個時代，青年期指的應

是25歲到48歲，而48歲到64歲則是人生的壯年期。

過去所謂的「人過了四十歲若尚未成功，大概就難以成功了」的說法，在石井勝利看來實在為無稽之談，他認為不妨把自己視為大器晚成，不必日日為成就有限而羞愧。

事實上，石井勝利48歲辭去新聞記者的工作，專職經濟評論家，兩年之內賺到比原來受薪時多出三、四倍的收入，但他說，「大家都羨慕我，卻沒想到辭去工作的前十年，我是如何拼命的用功，為了累積實力，創業之後又是如何的日夜不懈。」

英國「犯罪小說之后」詹姆絲，作品部部扣人心絃，現年已74歲仍致力寫作，而且由英國走進美國市場，一部新作《原罪》出版一周，就進入《紐約時報》的暢銷書排行榜，而她是自39歲才開始寫作的。

一般人刻板印象中，中年人的腦力體力大不如前，研究卻發現，中年人容或體力不如年輕小伙子，但智慧卻不會衰竭，一項新的研究更發現，人的記憶力到70歲才稍出現減退現象。

撇開畢加索80歲時仍有想像力豐富的佳作不說，美國一家連鎖旅館的調查也顯示，推銷工作做得最好的是一位78歲的老先生。

開始審視過去與未來

雖然現代人把40歲才訂為中年人，但是爲了不讓自己做一個怨嘆的中年人，35歲其實就應該開始思考未來。

一項調查顯示，台灣人自覺快樂的比例相當高，然而自覺成功的比例卻很少，可見大家把成功的境界訂得頗高。

其實，平衡的成功，在國外早已流行，成功，不一定是名望聲勢都高人一等，成功，也不一定是大富大貴，成功，應是一種自我肯定。

因此，35歲的你應確定未來追求的目標是什麼，工作上的升遷、自行創業、或者成爲一名多職者，甚至做個暢意快樂的自由工作者，但，基本條件是，先要能夠溫飽。

在一心追求夢想的同時，經濟需求是首先要考慮的，這也是中年人特別覺得縛手縛腳的。

如果意欲提早退休，牽涉到的財務問題更多，所要思考的深度應更爲寬廣。

中年人有如過河卒子，有進無退，在找尋人生戰場之前，應先檢核目前的事業、快樂度和發展，而年輕時可能忽略的家庭生活、

休閒生活，此時也應列為人生重要課題，生命的充實感不一定全然是事業，來自家庭和休閒的生活，有時更能帶來滿足感。

中年人最易有時不我予之感，面對不可避免的老年遙遙在望，放手一搏之念常油然而生，而且時不時湧現「別辜負了人生」的念頭，但是在行動之前，雖不必三思，適當的思考仍有必要，以免自不量力，賠了夫人又折兵。