

退休雜記

◎文 / 吳慶明

退休前常聽說，某人在退休後就無所適事而到處閒晃，或在家中“惹事生非”，成為日本人所謂的“大型垃圾”。更甚的是開始“有時間生病”，果真在退休後不久便病魔纏身，縱使有再高的素養和才藝也無法發揮，最後只能帶著無奈和未了的心願撒手人間。當然也看到了許多退而不休的義工，在國家的各角落貢獻所長來回饋社會，實在令人敬佩。而內人在前年二月，順應著“五五專案”的優惠退了下來，觀察她退休後生活過得那麼充實、忙碌又有趣，於是半年後我也積極的提出了申請，雖勉強被慰留了一學期，但最終還是獲准退休了。

回顧從前剛大學畢業就進入學校服務，從國中教到大學研究所，一轉眼已三十餘年了。或在講台上授課或在台下與學生交流，扮演好老師的角色自然成了天職。如今，不用過朝九晚五的生活，可自己完全支配時間，搭車坐在博愛座也沒人側目，開會時常以前輩身份被邀請發言，且提議多被尊重和採用，演講後又多被褒揚等等，這些身分地位與角色的轉變，都是全新的感受。再說，過去因有職務在身的關係，很多個人的理想和抱負都因此擱



下。所以退休後極想利用個人的裝備和專長，做幾件在職時礙於現實無法實現的夢，自然成了個人的追求標的了。

一．推動家中環保

交還宿舍遷入新家後，心想把管理實驗室的那一套移轉到新家，似乎是個不錯的主意。於是就開始努力推行家中環保，除了常提醒家人要節約水電及物資之外，自製太陽能鍋煮食，廚餘製成有機肥在陽台及頂樓種有機蔬果，二次水用來沖馬桶或灌溉等再利用，都成了居家的例行公事了。雖然剛開始執行時，會有些不便或偶爾產生味道以致家人頗有微辭，且一個月也省不了幾百塊，但卻有能為子孫留下



淨土的成就感，最終還是能得到家人的認同。再說，既然在家的時間多了，過去屬內人份內的工作，我也試著去分擔，因此灑掃、洗衣、到傳統市場買蔬果魚肉，都成家常便飯了。甚至我還會依網路教學燒幾道好菜，至今已邀請數批親友來分享過了，都還有不錯的評價呢！

二．休閒與運動

常言道：“年老就怕病來磨”且“久病床前無孝子”，健康是退休後必須特別重視的問題，它的好壞影響生活品質甚鉅，再者退休金是活越久領越多啊！有此共識後，我倆夫妻除了做定期健康檢查外，也擬定了一系列的健身計劃。週間就與內人一起加入一個讚美操的運動團體，週末則去騎車或游泳，也因而認識了一些新朋友，每次運動完還可和他們哈拉一陣子。單就各式各樣的醫學保健常識和秘方的交流，就可以讓你感受到似乎醫院的設立是多餘的呢！而在運動中，個人也出了點小插曲；就是生日前夕，在新化騎車摔成顏面撕裂傷和頸神經壓迫，躺在自家的醫院，接受自己學生無微不至的照護，實在別有點滴在心頭。

另外，我還向朋友借了塊荒廢的耕地

與魚塢來耕種百果園和養魚（如圖），不僅達到運動目的，且各類水果和魚的供應都不虞匱乏，還常分享給朋友呢！深居農舍，享受遍地野花和蟲鳴鳥叫，傍晚還可在水上欣賞落日餘輝；“農閒”之餘看看書、寫寫報告或構思演講，還蠻自得其樂的。

三．參與社會服務

在現今的社會不難看到，許多人累積大半輩子的的工作經驗及人生體驗，退而不休地參與社會服務，繼續在傳承他們的智慧與經驗，我對此深感敬佩，也期望自己服務能不落人後。因此，退休後還延續著退休前就受邀在監獄、觀護所及醫院等單位當義工，尤其是在自家醫院探訪和安慰病友及其家屬，並在出院後將他們轉介到附近公益機構，繼續接受關懷照護的事工，個人覺得最有意義。

另一方面，頂著成大醫學院的光環，又是賴市長的老師，因而常有機會被邀請去談保健、生命的起源或生死學等議題。特別是關乎生命的起源，即進化論與創造論孰是孰非的問題，個人的頗析頗能引起聽眾的共鳴。心想一個證據薄弱的進化論，竟然在各級學校的生物學程中常被當



真在教，引響所及單在上個世紀全球至少有百億學生曾學過，在各類媒體中也是被廣泛的教導群眾，對人生觀的影響不可謂不深啊！個人在演講中的一貫主張是進化論若真，則堅持創造論的聖經該燒掉，教會也該關門；反之，若創造論是真，國內的生物教育就該通盤檢討，談生命教育豈有不先探討生命的起源問題之理。遺憾的是：美韓的教育單位對生命的起源問題，都有這樣的評鑑機制（註 1，2），而我們至今仍完全闕如呢！學生只能接受片面的教導，實在令人憂心。

四．繼續進修學習

周圍有許多退休的朋友多選擇進入社區大學，修習各類才藝，或為興趣或為打發時間。我則因常受邀在教會站講台，怕說錯話而選擇進神學院當學生，當然就有許多不同領域的書要看，也有許多報告要交，其中撰寫“父親節的感念文”，使我獲益良多。

十多年前父親過逝後，一直很想該寫篇文章來記念他，但因事物煩雜都未曾提筆。如今有的是時間，因而在區公所調出幾位先祖的資料後，也開始走訪老爸故鄉－彌陀的同輩及長者。在訪談之間，赫然

發現祖父竟然是個幼年出家，卻在成年後還俗娶妻生子的和尚，其關鍵涉及一件他因被鬼魔騷擾，而改信耶穌得釋放的故事。若祖父仍在家修持繼續當他的和尚，吾家老早就斷香火了，我的存在當然是問題，且那可是零與八十二個子孫的差異呢！至終他當年的耕地如今也成了彌陀長老教會的建地就是個見證。回顧整件事情的來龍去脈，個人把祖父的故事投稿在某雜誌上，還引起不少的迴響呢！

再接再厲的追溯先祖，使我得知渡海來台開發“泛彌陀區”的第一位先祖－吳壽（9 代前），吳家遷居福建省的第一人（56 代前），吳氏始祖吳（姬）泰伯（98 代前）何故在江蘇無錫縣建國及與周武王的淵源，乃至 124 代的祖宗－黃帝之相關。此外，在以色列辦事處的協助下，我取得該國某家族 173 代已追溯到亞當的族譜，聯結與我們同具 23 對染色體的同宗－以色列族的結果，確知我們都曾是一家人（連老共的科學家也這麼說，註 3，4），而本人就是亞當和夏娃約 143 代的後裔。個人將這些族譜，再加上中國史籍中對聖經中人類史知而不詳的記述，彙集成“認祖（主）歸宗”的主題，且將傳福

音定調為與列祖的上帝相認，在一些團體的演講中頗受歡迎，因為它幫了許多基督徒擺脫民間宗教所謂：信耶穌就是“背判祖先”的控告。因此，個人還認為民間信仰所拜的神祖牌背面書寫時，都該把亞當、閃、約坦等先祖列入才算完整。

五. 新人際關係的建立

摔車大難不死後，倍感生命的無常和時間的寶貴，於是走訪了久久未見的親友，就成了生活的常態，總覺得與他們能多相處的每一刻都彌足珍貴，尤其是與長輩和老友相聚時。也因過去的醫學背景，很自然就成了親友醫病諮詢的對象，陪親友上醫院或轉介醫生的機會，無形中也增多了。

也拜現代科技之賜，藉一些社交軟體新人際關係紛紛建立了起來，許多多年失聯的老友、同學和學生，都在這段期間紛紛來函要求聯結，一時之間社交圈子擴大了不少。於是許多的親友互訪和各級同學會使生活忙碌了許多，特別是參加曾教過的國中學生之同學會，心中倍感

欣慰。在學時是中段班的師生，今日卻有不少成為政府機關的主管，企業的經理人或超商的供應商等，其中薪資少有比我低的。他們當年有些曾是因功課或規矩被我狠狠修理過的孩子，然而卻在聚會中“一笑泯千仇”，師生因此成了勾肩搭臂的老友，當然其中也有幾個英年早逝留下的遺憾。在這些機緣的交流中，我竟然還意外的撮合了同學和學生間，數十萬公斤無毒檸檬合同的簽訂呢！

結語

剛退休，時間充足且體力還不錯，想要做的事真還不少。但顧及個人的興趣、體力、專長及現實的環境，經一年的調整後，已經知所取捨了。原則上就是生活上要保有快樂和積極的心去學習、去貢獻，但不要常造成自己的壓力和焦慮。正如退休前輩給的建言：退休後要努力去保有「老伴、老本、老身、老友、和老趣」，使自己成為一個有平安喜樂的可愛長輩，而不要成為社會或家庭的包袱，個人也希望退休後能成為一生中最有意義的時光。

註釋：

註 1 美國創造論與進化論的世紀大戰 http://www.oc.org/big5_txt/oc3932.htm

註 2 韓國教育部建議出版社刪除教科書中生物進化論內容

<http://blog.udn.com/jason080/6669265>

註 3 新華社電訊 (1999.4.28)：中國不是從北京原人和原始猿人進化來的；中國人同整個人類來自單一的起源。<http://www.ccn.nl/boeken02/szchl/1-1.htm>

註 4 新華社 (2005.10.27)：中國人很可能起源於東非 <http://ido.3mt.com.cn/pc/200510/20051017217582.shtm>