

# 以退為進

退休不過是，想尋求人生另一道路，

求進步，還得要有趣。

梁麗清

著

## 自序

2020年8月，我決定提早退休。

知道我退休，很多人對這個決定感到不解，第一個反應是：大學教席算是一份高薪厚職的工作，而我在教學及研究上有超過三十年的經驗，應該沒有太大的壓力。況且，這個年頭，不應該是「賺得一蚊得一蚊」？我喜歡教學，喜歡見到學生成長。我亦喜歡做研究，能夠擴闊我的知識領域。不過同時，我不滿教育市場化，亦討厭學術庸俗化。

第二個反應是：「你移民？」在這個風雲色變、風雨飄搖的時刻，有這個想法變得理所當然。非也！移民的計劃仍沒有放在我的日程上。

兩個問題之後，第三個問題順理成章地就來了：「退休有乜嘢做？」

是的，退休有什麼好做？有人說，退而不休。其實，休，有什麼不好。休養生息，有助生命延續。我不大認同官方對「樂齡」(active ageing) 傾向用生產性(productive) 的定義。為什麼人要有用？為什麼要有貢獻？何謂有用？何謂有貢獻？主流媒體對長者生活意義的詮釋我有所保留，也不覺得要找受薪工作才可以過日(經濟上需要另作別論)，或到社區中心當義工才有意義。生活的意義有不同的層次，應該由自己去界定。

這個時世，提早退休可能有點冒險。「寵辱不驚，去留無意。」我辦公室一直都張貼了這張自己手寫書法的字句，大抵心裏一直追求這種生活狀態。退休的決定就是求變，求進步，以退為進。過新生活的想法醞釀了一段時間，其間也受著別人的感染。前年獲得一項有關《樂齡政策》(Active Ageing Policy) 的研究資助，算是為自己的退休劃上完美的句號。受訪(長)者中對退休的看法不乏睿智，有說「棄

我去者，昨日之日不可留。」好逍遙！有說對自己過去走過的路已感到自豪滿足，不再計較得失！亦有說六十至七十歲應是人生的顛峰，有經濟的基礎，沒有牽掛，而身體仍處於活動自如的狀態，在這個時候退是最好的時刻，不用做到老死。受訪者所描繪的退休生活讓我感受到退休的人生有很多可能性，可以是快樂和充滿生機的。

沒料到，退休時正值疫情肆虐和令人窒息的政局兩面夾擊，與我想像的退休景象有點差距，外面的風聲雨聲，不時在心中捲起翻騰的巨浪。正因為此，退休後可騰出多一點空間與自己對話，上下求索。以退為進是我退休的生活目標。我深信無論是讀書寫作練字，買菜煮食吃飯，行山旅遊茶聚，聽課演講禪修，甚至看電影電視煲劇，透過平凡的一動一靜的生活實踐和思考，就能夠追尋自我並創造生命的意義，以抗衡心中的無力感。寫這本書的目的，旨在記錄我退休後的生活，和生活上的一點反思。

第一章 退

- 11 退休準備  
15 可以不退嗎？  
19 道別與重逢  
23 告老歸田  
27 去或留  
31 安享晚年  
35 老而不老  
39 準備死亡

第二章 思

- 45 盛世·沉淪  
49 某年某日  
53 恐怖電視  
57 消失的國界  
61 赤的疑惑  
65 少年的我  
69 母子逆緣  
73 我要星期日  
77 保育廣東話  
81 新常態  
85 噪音  
88 看海的日子

第三章 行

- 95 我手寫我心  
99 學而後知不足  
103 山不在高  
107 路漫漫  
114 秋色  
118 踩單車於郊野上  
122 逛大南街  
126 食得是福  
130 日日做家務  
134 照顧照顧者

退

思

行

## 第一章

# 退

### 退休準備

我於1989年入職城市大學（前身是城市理工）。31年後退下火線，是年2020。

本應是兩年後才正式退休，提早的決定不是斬釘截鐵的，不像其他朋友有明確的人生新目標。退與不退的想法一直處於一種拉鋸的狀態。不諱言，我的確有點擔心退休後的適應，怕閒著。也明知失去工作身份要放棄一些自己一直享有的優勢，除了每個月有一份不錯的穩定收入之外，其他的附帶福利如醫療服務、學校圖書館、泊車優惠、互聯網、研究經費、海外研討會資助、私人的辦公室等，這一切都會隨著退休而失去。我得想清楚，這些對我來說重要嗎？

還未作最後決定之時，我先作好安排。一年多前已經不再收研究生，以免為學生構成不便和壓力。我讀博士的時候，就因為指導的教授轉校而需要更改導師，當中嚐過不安和要對研究的範疇作出犧牲，最後要更改研究的課題。因此，退休前我盡力協助手頭的研究順利完成論文和畢業，也不再收新的研究生，避免讓他們要經歷轉變而引致不安。

醞釀退休的過程中，我想有多一些空間去思考。於是在去年申請了一個學術假期 (sabbatical leave)，大部份時間在家寫論文或研究報告，偶爾到國外作學術探訪及交流，也順道散心。我頗享受這種生活方式，像半退休。到下學期重返教學崗位時，竟然要經驗31年來未曾經驗過的網上教學。疫情關係，全球都改以網上教學，因為對用Zoom這個軟件沒有經驗，我這個電腦白痴怕應付不來，累我失眠了好幾晚。體驗過網上教學，感覺在視頻上教學會加深老師與學生之間的隔膜。以往面授始終能夠跟學生你眼望我眼，也看得出他們的反應，他們專心聽書好、起哄好、發

白日夢也好，都起碼覺得自己是一個老師，有存在感。雖然面授課堂上也難免會有時感到自說自話，但在網上教學大部份學生拒絕露面，說話的對象像是虛擬人物，沒有溫度，不知屏幕背後的光景，這種感覺讓我產生了莫名的疏離感。加上社會運動過後，大學的校門被圍封，要拍卡才可以進入。大學內重門深鎖封閉的氛圍，加深了我想在人生路上另闢天地的想法。

因為怕閒著，退休前，我就想出十項退休必做的計劃，有學習性的、有社交的、也有消閒的。十項計劃中我蓄意留一項空泛的，因為要體驗新的生活，就得要留一些空間去發掘新事物，將日程填得滿滿的便削弱這個可能性。不過，知易行難。我還死性不改，不單每週編定活動時間表，還寫定一星期要購買的菜單。退休的頭兩個月總覺得人間心不閒，好像面前有很多功夫要完成，很多書還未看。偶然看到馬傑偉寫的《人生走到初秋》，當中提及到他的一位朋友在退休後一年內一口氣看了六十多本書，像跑數。看後會心微笑，深有同感，也積極調整心態。退休後雖然很想多做一些能夠完滿人生的事情，然而，太著意反而沒有讓自己輕鬆下來過著慢

活的生活，似乎有違退休的原意。說到底，退休的願望不過是想過另一種生活模式，尋求人生另一道路，求進步，還得要有趣。

送行飯聚那天，系主任問我退休後第一天會做什麼。我不認為要有什麼活動或儀式去宣示退休生活的開始，因為想做的事情有些是上半場的延續，而下半場要做的早前也開始熱身了。如今每星期行山，看書、練字、寫作、看電影電視，生活如常、踏實。

## 可以不退嗎？

除了我之外，還有不少朋友是提早退休的。講到「提早」一詞，其實有點複雜。這說法似乎假定有所謂統一的退休年齡。然而，就大學教授一職而言，香港八間資助大學，有六間規定退休年齡是60歲，包括港大、中大、科大、教大、理工和浸資大學。其餘兩間分別是城大和嶺大則是65歲退休。因為我任教於城大，未到65歲而退也算是提早了。

近年社會上出現要求延長法定的退休年齡的聲音，呼籲政府牽頭去檢討所謂法定退休年齡的界限。話說回來，其實上述六間大學在近年已相繼延長退休年齡至65歲，但能夠延任的暫時只有一些被校方認為有貢獻的教授。所謂有貢獻的，幾乎全

## 看海的日子

靜。很靜。在清冷的早上，微紅的晨光淡然地待著，海面深靜無痕，一切都安住在靜默中。只有在登山的日子，我才會六時爬起床，才能夠讓我看到此情景。渾然天成的美景，讓人不忍將目光移開。瞬間，紅霞褪去，海面便開始有輕微的躁動。

亮。月很亮，特別在漆黑的海面上冒起。月亮起時是微紅的。紅，不是落日的紅，並不火辣，很收斂。掩藏在遠山後的月爬升的時候漸漸變黃。月圓之夜，海面被照得出現一度長長的光影，顫動著，有點像舞步。圓月並非素淨，附著一些斑駁的黑影，難怪有月中仙子的傳說。看著明月，心情愉悅，這時候的我就情不自禁哼起《在那銀色的月光下》、《菽苞相會》、《月亮代表我的心》等情歌。漆黑的

海面，除了月影，不時還有幾點漁火襯托。月圓月缺會在固定的位置轉移。我家窗外，只看到月圓，看不到月缺，雖然每月只有幾天可賞月，於願足矣。

飛鳥。風和日麗的日子，一群白鳥追逐在小氣船翻起的細浪之後。再看，遠處又來了另一群，跟在另一艘小船後，來來回回的。海面變成了這群活潑好動的白鳥的遊樂場。在淺灘覓食的是小白鷺嗎？在米埔，我學會了分辨小白鷺和小白鷺。小白鷺是黑喙黑腳的，而小白鷺的腳同樣是黑的，但嘴巴是黃色的。相信我所見的是小白鷺。好一段日子不見小白鷺，差點兒把牠們忘記了。本來是人跡杳然的海灣，疫情之下已變成了遊人的樂土。有人挖蜆，有人垂釣，有人放狗，有小孩追逐，有放模型機的，也有踏著滑浪板、划著獨木舟或風帆而來的。人到，鳥不到。

潮汐。潮汐漲退，是海的常態。不過我這個城市人還是有些大驚小怪，見到潮漲時淺灘被淹沒在海水中，潮退時海水又退到伸展出海灣的小山坡中部，大樂。於是立心在潮退時走到海灣的盡頭。那天我和老伴戰戰兢兢的繞著海灣的小山坡腳下



走了一圈，果然是別有洞天！山丘的叢林裏藏著幾隻小艇，大概就是每天早上在海上活動的。再走遠一點，有位大叔在晾曬。走到小丘的盡頭，原來海灣的另一邊是一條臨海的小村莊。平日我從高處看下，一樣的海，角度不同，景致不一。我忽發奇想，說要為潮汐作記錄，怎料老伴淡然說，每天報章收音機都會報導潮汐漲退的時間，不用自己記錄。這一說，讓我打了退堂鼓。

風動。北風來了，海中心湧起了白頭浪。幸好，北風節制，內灣的海面只不過像吹皺了的一池春水。春雨綿綿，煙霧迷漫。莫說遠處的大鵬灣，連三百公呎以內的淺灘都隱沒在五里雲霧中。墮入迷霧的感覺很詭異。雨後，一抹長長的白雲纏在八仙嶺山腰的慈山寺處，驟眼看來活像觀音駕著雲霧而來。雲和霧，是春日的場景，充滿詩意和遐想。

有人說：每天對著同一海景，有啥好看，遲早會生厭。怎會生厭呢？海有陽光月亮的影照，有島嶼、飛鳥的相伴，有風雨雲霧的襯托。海水有藍、有綠、也有金色，色度的深淺就隨著天光雲影調度。海的面貌沒有一天是相同的。海，是主角還是襯景並不大重要，它存在的意義，是與大自然互相契合，吹起奏鳴曲。慶幸退休前一年搬進這新居，讓我每日能夠觀賞這個寧靜的小海灣的四時變化，萬物生生不息。在兵荒馬亂、疫情肆虐的日子，觀看生活中的美景讓人坦然，很有治癒性。

以退為——進



## 秋色

要不是疫情，很多港人已飛去看紅葉了。日本、韓國是港人賞楓葉的熱點，我們也不例外，這幾乎是我和老伴每年的指定動作。加拿大雖是楓葉國，但稍遠，在職的沒有可能利用周末加公眾假期成行。去年我趁學術假期（sabbatical leave），去了溫哥華的哥倫比亞大學訪問。溫哥華並非賞楓熱點，但我們趁機往溫哥華以北大概125公里的威士拿（Whistler）度假區走了一趟，看到不少染紅了的楓樹。那夜，忽然來了一場初雪，嫣紅的楓葉在蓋上白雪的山峰襯托下更顯出色，算是不枉此行。本來約了住在多倫多的老同學，在今年我退休後去魁北克省一起看楓葉，聽說那兒的楓葉更好看。真不知道幾時才可以成行。

香港雖美，但有缺憾。缺憾之一，是沒有明顯的四季，四季中也不見變奏的色彩。近年，元朗大棠成為賞楓打卡的好去處。當然那兒的楓葉景致跟日本的不可同日而語，但對於因疫情不能外遊的港人，欣賞大棠秋色不失是一種樂趣。今年大棠的楓葉總算沒有欺場，紅的黃的在微風下翻動。

日本中部的日光，是其中一個我們曾去欣賞秋葉的地點。春去秋來，少不免帶點感傷，秋意卻被喧鬧的人潮驅散了。我們好色，去過日光不能滿足我們的慾望，翌年再去裏盤梯高原看秋葉。日光再北走便是裏盤梯高原，那一趟亦無法趕得及在山間最嫣紅的日子去湊熱鬧。但裏盤梯高原的秋意更濃。

猶記得，裏盤梯高原的山坡下，有溪澗。兩旁的樹，筆直參天。由於我們去晚了，頂上的葉已經是禿了三分之一。走下濕滑的山坡，得要沿著溪澗的石堆上走。從一塊大的踏跳到另一塊大的圓的，又從一處高的躍下到另一塊小的尖的，來來回回，跳跳躍躍的。看似輕鬆，又得步步為營。就這樣，走了一段路。在溪邊，停了

下來，看樹。有一陣強風，將紅的黃的黃中帶紅的葉都吹得在半空像羣鶯亂舞，我在看。葉落的聲很大，颯颯的響起，我在聽。究竟一片紅葉有多重？我在想。無意間，一片紅葉墮地前在我的髮梢上輕輕滑過，足夠讓我感受到它曾經存在過。存在，似輕、若重。

溪澗是攝影愛好者的盤據地。拍攝的人除了遊人，不乏專業拍友，全副武裝，有女有男。他們認真的拿起長鏡短鏡或對著斜坡上的樹影，或對著石間的一泓淺水，擺弄散落在水中鮮紅嫩黃的秋葉，也有捕捉在湍急的溪流翻滾的數片落葉。老伴也是拍友，與其他發燒友聚在石間忙個不了。我游手好閒，見身旁一個年過六十歲的女士將鏡頭從石間轉移到溪澗，我向她示意要看看她鏡頭下的影像。她點頭，我俯前，然後舉起拇指。並非是出於客套的舉動，因為我看到她那支200mm的鏡頭下的佈局，流水在慢速下變成一絲絲輕柔的白紗，與左下角駐足在灰黑石上的紅葉形成一個強烈的對比，鏡頭下的秋葉更富詩意！

醉心攝影的老伴，其實是色弱的。一個色弱的人，不能分辨暗紅、啡色、綠色，幹嘛要看紅葉、拍秋色？他真的能欣賞嗎？真的懂得在拍攝的過程中調校色調？他說，辨色，是學習得來的。蘋果紅色、香蕉黃色、天藍色、草綠色，是幼時學會的。他看到的紅跟我看到的紅可能是不一樣的，我看到的紅跟你看到的也不一定相同。這個世界，可有「真正」的紅、「標準」的黃嗎？老伴說，色彩，是知識，也是一種想像。知識是建構出來的。憑想像，他就能夠在自己的視角下享受紅葉黃葉的樂趣。老伴套用了老子的一句：「天下皆知美之為美，斯惡已。」說的甚是。我們在共同的世界，不一定要有同一的標準、同一的夢想。硬套一種標準，不外是製造排斥。



# 以退為進

退休不過是，想尋求人生另一道路，

求進步，還得要有趣。

- 作者：梁麗清  
編輯：Margaret Miao  
設計：4res  
出版：紅出版（青森文化）  
地址：香港灣仔道133號卓凌中心11樓  
出版計劃查詢電話：(852) 2540 7517  
電郵：editor@red-publish.com  
網址：http://www.red-publish.com
- 香港總經銷：香港聯合書刊物流有限公司  
台灣總經銷：貿騰發賣股份有限公司  
地址：新北市中和區立德街136號6樓  
電話：(886) 2-8227-5988  
網址：http://www.namode.com
- 出版日期：2021年6月  
圖書分類：散文  
ISBN：978-988-8743-27-8  
定價：港幣78元正／新台幣310圓正

ISBN 978-988-8743-27-8



## 期待著退休生活，一則以喜，一則以懼。

對於未來，有種喜悅，相信是懷抱希望。在紛擾迷亂的世代，要是不想墮落沉淪，就得要積極尋找生存的意義。退休，大有創作生活的空間，無論是讀書寫字、行山靜觀、煮飯吃飯，都可以滿載生活的樂趣。剖析自身的經驗，重塑歷史，相信能創造新的自我。

對於未知，感到恐懼，大抵是怕失去。退休，讓我想到老去。老去，讓我想到死亡。人可以不老嗎？人可以不死嗎？如何能夠優雅地老去？如何直面死亡？退休，正好騰出一點空間，與自己對話。

本書收錄了三十篇散文，

思考退休和退休後的生活，

以退為進。



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台  
加入我們：www.red-publish.com

Mod & E

上架建議：散文

定價：港幣 78 元正 / 新台幣 310 圓正