

### 《悦生活》第五届『时尚红颜养生养颜节』系列报道之一

永远充满热情的心态。  
cally译作『逆龄』,Mayer说,她讲的不是青春永驻,而是一种生活态度,一种对生活的冒险和热情,并未随着渐老而消逝,反而越活越年轻。有人把 Amortality,是《时代》欧洲版总编辑Catherine Mayer创造出来的,它的意思是没



逆龄达人:4岁半的果果

## 爱泡脚读报 爱军事政治



“逆龄生活”这个选题出来,我四处征集采访对象,几乎所有熟识的朋友都一致推荐——果果,这个刚刚4岁半的孩子,是朋友圈里出了名的“少年老成”:他不爱动画片爱军事政治节目,比起玩具,他更爱看书读报。

每到冬天的晚上,爷爷喜欢泡脚放松,果果也有样学样,在泡脚盆里一边泡脚一边读报,他觉得这是种享受。外出时需要排队,只要一份报纸,果果就能安静地排队等待。

哪个小朋友不爱玩具呢?一般的玩具,果果毫无兴趣,但遇到他觉得有挑战性的玩具,他就特别有专注力。端午节,他下定决心拼一个航空母舰的模型,2000多个零件,整整假期三天,他除了吃饭睡觉都在拼模型,连一旁帮忙的爸爸困了,想睡一会,果果也拖着不让,一定要坚持到底。终于,模型竣工了,果果骄傲地说:“太有成就感了!”

又有哪个小朋友不爱动画片呢?果果最近唯一看的动画片是《大力水手》,因为里面有积极的信息——多吃蔬菜才有力气。大多数时间,果果最喜欢看的是和军事、政治相关的节目,他能有模有样地和爷爷讨论,最近世界上哪儿哪儿又不太平了,领导人又去哪个国家了……果果还很喜欢看纪录片,《海洋》、《微观世界》都是他的最爱。我在果果爸的日志里看到,果果18个月就能认识100多个汉字,如今已经认识600多汉字,简单的看书读报已经没什么障碍。去年夏天,果果生病住院,他跟妈妈说:“你带本书给我,就可以忙你自己的了。”果果妈至今还存着一张儿子一边打吊针一边看书的照片。

果果很小时曾说,最大的理想是做一名“傻子”,觉得傻子什么都不用干,还很开心。我担心果果是不是觉得很累,果果妈说,其实这是因为果果胆子有点小。现在大一点,果果开朗很多,他现在的理想是造赛车、盖大楼。现代快报记者 马晶晶

逆龄达人:70岁的老严

## 爱自驾旅游 爱时尚搭配

这几天,昆明的一对夫妇,70岁的严老师(云南当地的尊称,类似于严老师、严师傅)和他的老伴因卖房去旅游受到网友的关注。他们最近第四次自驾进藏旅游了不方便接受采访,记者采访了和他们相识七八年的老友王老师,发现这对夫妇活得一点不像他们这个年纪的人,从不打麻将,不抱怨发牢骚,伶牙俐齿,说做就做,是个“逆生长”的典型。

老严和她的老伴绝对是“潮人”。在老友王老师的眼里,老严夫妇永远穿得干净得体:“他们穿衣服很讲究搭配,穿一个黄色上衣配蓝色裤子,特别好看,一点也不像70岁。他们也不喜欢穿深色衣服,总是浅颜色,每一天换一套,可时尚了,年轻人没他们这么讲究!”

他们不仅穿得年轻,内心也同样年轻,有一股不同于这个年纪的老头老太的冒险精神。老严是个十足的行动派,喜欢挑战自己,喜欢旅行,国内国外的跑了很多地方。在国内旅行,老严师喜欢自驾,4次进藏,2次去新疆,还有很多很多地方,他开着一辆能乘坐6-8人的微型车,便敢走南闯北。2008年的时候,65岁的老严一个人开车,一车带了5个老太去西藏旅游,从滇藏公路进,青藏公路回,开了有1万公里,在路上足足有30天。王老师把这事告诉别人时,别人都觉得是在“吹牛”,太不可思议了!

平日的的生活,这对夫妇也不爱“着家”。每天早上,九点左右出门后,便开始四处溜达,中午不做饭,在外面吃,晚上为了养生,就吃点水果。爬山、游泳都是老严师喜欢的运动。王老师说:“他们的玩法可多了,就是静不下来。”有人说他们简直是“疯跑”。

说到卖房去旅游,就不得不说老严的观点:“不要为别人活着,要为自己活着。”

他和老伴不愿被儿女困住,认为老年人应该有自己的生活,他们不带孙子,专注于追寻自己的生活乐趣。老严的老伴还编了个顺口溜:“两个老妖怪,一天家不在,儿孙不用管,生活还安排,游玩国内要国外,健康又愉快,生儿不占儿孙地,骨灰撒大海。”

王老师初识老严是在动物园,老严主动跟他搭话,说了许多他的游玩经历,王老师以为他不是疯子就是骗子。如今,64岁的王老师已然是老严的粉丝,也开始了自己的年轻态生活:试驾体验刺激的漂移、坚持写微博,成为参加越野车比赛年纪最大的一位……

逆龄

# 生活