

后半生最好的生活方式

1

后半生,请不要想“如果当初”

人生是一条有无数出路口的长路,你永远在不停地做选择。

但是人生没有重来的机会,选择了就不要后悔,更不要总是说“想当初”……

每一个做出的选择其实没有真正的好与坏。

只要把人生看成是自己独一无二的创作,就不会频频回首,后悔自己的选择。

2

后半生,请学会沉默

有时候,被人误解,不想争辩,所以我们选择沉默。

生活中,不是所有的是非都能说清楚,甚至可能根本没有真正的是与非。

那么,不想说话,就不说吧。

在多说无益的时候,也许沉默就是最好的解释。

3

后半生,请回归平静

人到了一定的年纪,反而不喜欢喧闹的环境,平静的心态更有利于身体健康。

不管物质生活充实还是贫乏,只要心里非常平静,就是在过幸福的生活。

4

后半生,请学会弯腰

和子女的意见发生分歧、与朋友发生语言冲突,这些都不要紧。

想开点,放开点,即使是弯个腰道个歉,又有什么关系呢?

这时候,你也可以回家,拎一块抹布,弯下腰,把面前的地板擦干净。

劳动身体的同时,也慢慢抚平了自己的心绪。

而且,还拥有了光洁的地板。

5

后半生,请继续学习

读书看报、书法绘画、唱歌跳舞、钓鱼打牌等等,都是我们继续学习的方式。

随身携带着一个老歌播放器,不管在家,还是外出晨练、练太极等,边听歌边做其他事情。

这样能给老年生活带来很多乐趣,会让心情更加舒畅。

6

后半生,请保持单纯

想得太多,反而会让生活复杂化,“单纯”其实是上天给予我们的恩赐。

7

后半生,请偶尔“俗气”

每天吃水果蔬菜、健康食品,是不是偶尔也想吃一些大鱼大肉?

那就尽情去吃吧!

健康食品对身体有好处,但偶尔也不妨“俗气”一把。

人生不需要把自己绑得那么紧,偶尔的小小放纵、偶尔的“俗气”会更平易近人。

8

后半生,请好好打扮

爱美应该是我们一生的追求,千万不要因为觉得自己年纪大了,就不爱打扮了。

要趁着我们现在背还挺得直,腿还走得动,多穿花哨的衣裳。

把自己打扮得美美的去看最美的风景,去拍最美的照片!

9

后半生,请糊涂一点

该健忘的就健忘,该粗心的就粗心,该弄不清楚的就不清楚。

过去了的事就过去了。

如果只会记不会忘,只会明察秋毫不会不见舆薪,只会精明强悍不会丢三落四……

那你的后半生只会无休止的苦恼。

10

后半生,请经常祝福别人

我们怎么对待别人,别人就会怎么对待我们。

经常赞美你的朋友吧,经常表扬你的子女、孙子吧,给陌生人也送去一份祝福吧!

当你带给别人快乐的时候,你会发现,你甚至能得到双倍的快乐!

人生,都是一个活在当下的过程。

要想活得漂亮,唯有不断修炼自己的内心。

如果心里拥有了美好,世界就会有美好,生活就会有美好。

活在当下,才能真正享受当下的生命过程里本来就有的种种美好。

这就是后半生最好的生活方式!

如初



虐待老人,在唐朝那就是找死哦

“养老”人法始于西汉,至唐更加完备。唐太宗李世民不仅钦定重阳为“敬老节”,《旧唐书》卷二“本纪第二”载:“九月丙午,诏曰:‘尚齿重旧,先王以之垂范。’”所谓“尚齿”,就是尊老敬老的意思,还制定了物质助老的基本标准,普通老百姓中的老年人(60岁为基准),50岁的士兵便可还乡种田,55岁免课役。

北宋宰相宋敏求编撰的《唐大诏令集》卷一“太宗即位赦”(贞观三年)曰:年八十以上各赐米二石,绵帛五段;百岁以上各赐米四石,绵帛十段;仍加版授,以旌尚齿。鳏寡孤独,不自存者,量事优恤。”

唐太宗于贞观十一年再次颁行“补给侍丁”制度,有效解决了没有子女或子女不在身边的老人的后顾之忧。其主要内容包括,“八十以上者,给侍一人;九十以上者,给侍二人;百岁以上者,给侍五人。”而且政府安排的这些侍丁不用服徭役,好让他们专心致志地奉养老人,使老人心灵不再孤独。唐太宗对普通老年人,按不同年龄段,予以免役、赐物、给侍

等待遇,体现了他对天下老人的关怀和照顾,也为唐王朝的继承者进一步完善养老制度提供了范本。

除保障老人基本生存权,《唐律》还规定了老人不受虐待的条文,违反者,从严惩处。《斗讼律》规定,子孙侮辱祖父母、父母者,处绞刑;殴打者,处斩刑;过失杀者,流放三千里;过失伤,徒刑三年。子孙的妻妾侮辱祖父母、父母者,徒刑三年;殴打者,绞刑;伤者,斩刑;过失杀者,徒刑三年;过失伤,徒刑两年半。并将侮辱和殴打尊长的行为,列入不赦的“十恶”之内。今天看来,这些条文属于“严刑峻法”,但客观上保障了老人不受虐待。

唐初宰相长孙无忌编著的《唐律疏议》既是我国历史上最为完备的一部律法典,也是第一部老年人权益保护法,它以立法的形式提出养老制度与老年人权益,为老年人物质和精神生活提供了法律保障。孔子虽很早提出“父母在不远游”,但直到唐朝才将此作为法律条文固定下来,同时还附加了“父母

健在,且不能与父母分割财产和房屋”等条款。《唐律疏议》卷一谓:“孝子之养亲也,乐其心,不违其志,以其饮食而忠养之。”通俗地说,就是赡养老人要在不违背老人意志前提下满足其各方面需求。

除优待老年致仕的官员,唐朝政府还制定了一套尊老敬老的礼仪:“凡为人子之礼,冬温而夏清,昏定而晨省。出必告……恒言不称老。居不主奥,坐不中席,行不中道,立不中门……”这些敬老礼仪,不一定条条遵守,却给人们事老提供了道德规范。

唐朝政府非常注重宣传的作用,朝廷对尽孝道的典型给予旌表。《唐书·孝友传》所罗列姓名,为最高的褒奖。武则天掌权时,元让以孝著称,召为“太子司仪郎”。女皇帝给出理由是“卿能孝于家,必能忠于国”。大力宣传敬老楷模,目的为促成全社会形成尊老爱老风尚。

赵柒斤