

長者學習——精彩人生，盡在黃昏

文：安妮

勸學

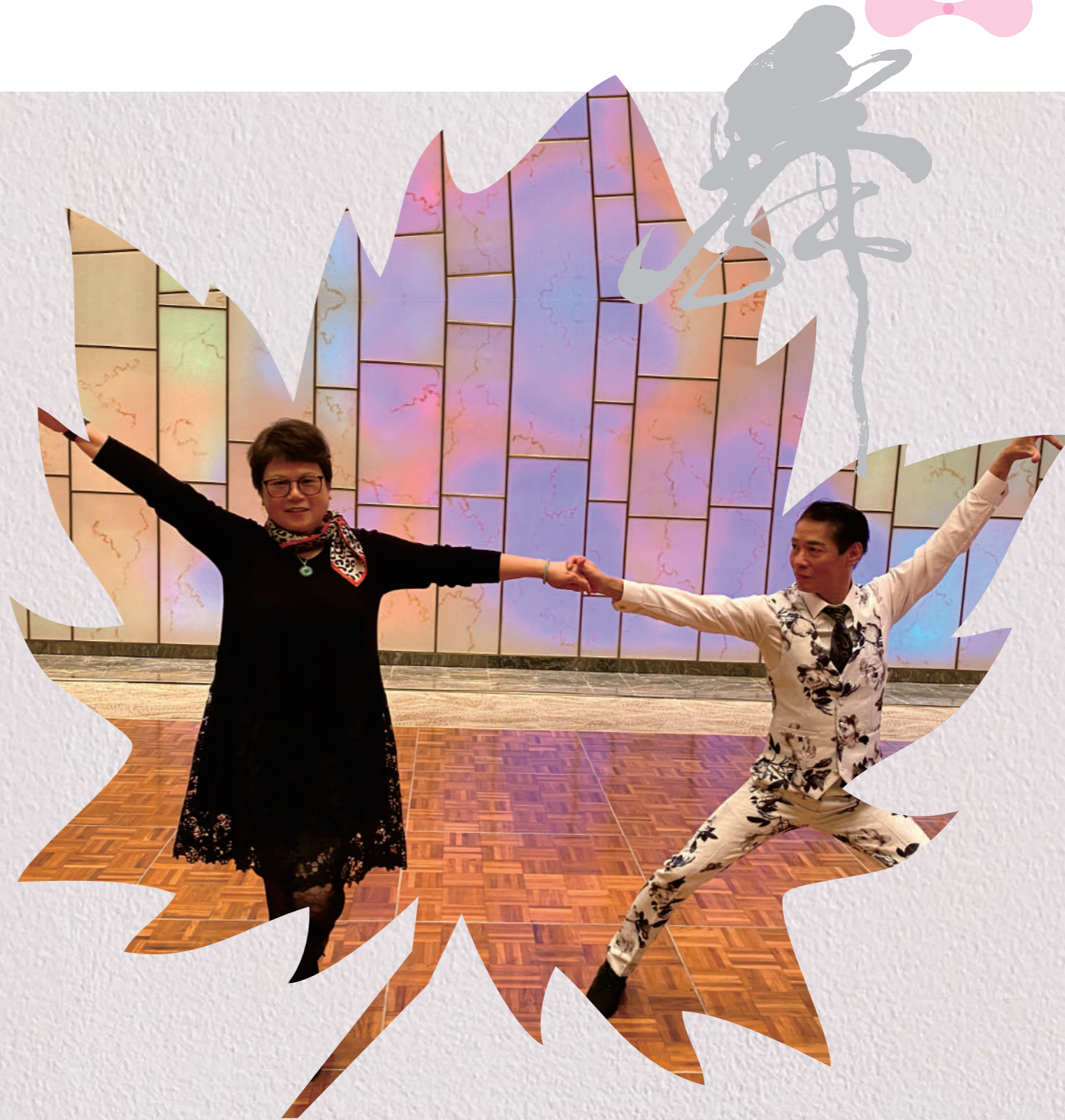
三更燈火五更雞，
正是男兒讀書時。
黑髮不知勤學早，
白首方悔讀書遲。



唐代顏真卿先生曾以一首《勸學》詩，勸勉年輕人應珍惜時光，勤奮學習有所作為。這首詩的內容是“三更燈火五更雞，正是男兒讀書時。黑髮不知勤學早，白首方悔讀書遲。”經歷千年發展的現代社會，“黑髮”固然仍要勤奮學習，而“白首”已不再只能後悔，而是開啟人生學習新篇章的契機。筆者近日有幸與兩位退休人士交流，對長者的教與學有了嶄新的認識，深有感觸，希望與讀者們分享。

郭偉雄先生，退休公務員。

郭先生年輕時已喜歡跳社交舞，並且獲獎無數，退休後出於興趣的推動，自2013年起在商訓夜中學擔任長者社交舞導師，向長者教授社交舞技巧，同時亦自設舞室培養年青學員，而他的舞伴亦是陪伴他走過漫長精彩人生的太太。社交舞是他人生的“發動機”，不斷的練習，以身教學，為他打造了強健的體魄，推動他堅定地在退休生活後走得更遠，走得更精彩。而社交舞的教學，則是他人生的“方向盤”，引領他接觸不同的人群；在因材施教的同時，亦感受著年青學員求學道路上的理想，感受著長者學員對人生黃昏時精彩生活的嚮往，不亦說乎！郭先生將社交舞技巧授之予人的同時，亦學會與人溝通的技巧，與學員之間亦師亦友，累積更多的人生歷練，亦更珍惜退休生活的每一刻。



黃麗卿女士，退休資深教育工作者。

黃女士從事教育工作四十多年，曾任校長多年，見證不同階段的教育改革及發展，為本澳教育工作貢獻良多，2016年從崗位退下來後就開始退休生活。多年來深受以身教學的影響，黃女士退休後首先定立的目標就是進修。她報讀的其中一個課程剛巧是由郭先生任教的社交舞班。自此，社交舞成為了她嶄新的“樂譜”之一。與普通學員一樣，她也經歷過陌生腴腆、萌發認同、信任配合、互助互勉的階段。社交舞一舉手一轉身的反覆練習，讓她塑造更強韌而靈活的身體。而社交舞的課堂，則是她人生的新“樂器”。有着數十年社交經驗的她厚積薄發，在課堂上不斷感受導師和同學們的人生百味，同時，亦為他們默默奏出生活的正能量旋律，帶動更多的長者加入進修學習之列。

一個社交舞課程，帶出兩位退休人士的教與學。前者在教授中領略到人生百態，後者在授教中傳播正能量，教學相長，又一次印證出進修學習道路上沒有終點之限。或許家庭負擔、身體狀況等因素會造成短暫學習道路上的障礙，然而只要立志邁步，總會走上精彩的人生道路。

最後，讓筆者引用黃女士的一句話與各位讀者共勉之：“夕陽無限好，只是近黃昏，然而，黃昏的晚霞亦有極緻的、豐富的光彩。生命的長短未必能完全控制，但生活的闊度和亮度卻可自己掌握。”精彩人生，盡在黃昏！

