

<<一个人的老后>>

图书基本信息

书名：<<一个人的老后>>

13位ISBN编号：9787121166877

10位ISBN编号：7121166879

出版时间：2012-4

出版时间：电子工业出版社

作者：(日) 上野千鹤子

页数：185

字数：175000

译者：楊明綺,王俞惠

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<一个人的老后>>

前言

近年，孤寡老人中的男性人数在不断增加。

根据日本2005年针对65岁以上的孤寡老人进行的调查显示，单身女性人数为292万人，男性人数也有近一半的113万人。

相信这个人数未来还会不断攀升。

自古有云“鳏夫生蛆”，可见一个单身男人的生活在世人眼中有多么不堪。

就一个人的生活而言，男性比女性更容易成为被同情与怜悯的对象。

年轻人就算一个人生活也不会有人说三道四，可换作是老年人，一听说是一个人生活，类似于“一定很寂寞吧”之类的问候就成了家常便饭。

若是人家因为自己喜欢而选择了一个人的生活方式，替人家操心寂不寂寞岂不成了多此一举！

可能也因为有这种反抗心理，成为促使我写《一个人的老后》的理由之一。

如果是男人一个人生活，就不只是寂寞那么简单了，还要加上一句“一定很不方便吧”。

这个不方便除了指家务事以外，还有那方面，说白了就是下半身的不方便。

倘若只是以“不方便”为理由再婚，着实令人扫兴。

至今为止，对于结婚的理解就是解决男人的“不便”和女人的“不安”。

所以，若女人没有“（经济上的）不安”，再婚的意愿也会随之降低。

男性成为寡佬不外乎三种情况：第一是因为死别，第二是因为离婚，第三是因为独身。

让经历过死别与离过婚的人再婚并非一件容易事。

如果对方是经历过死别的女性，她们会接收亡夫留下的大笔养老金，当然没理由眼睁睁地把它们拱手送人。

如果是有过离婚经历的女性，在她们潜意识中已经认为婚姻是一种惩罚，要“再一次尝试”绝对有一定难度。

如果是独身女性，她们一定对于自己未来的另一半要求非常高，也因此才会一步一步地变成众人口中的“败犬”。

因为她们至今为止都没有选择与自己同年代的人交往，由此可以推断，在未来她们与自己同年代人谈婚论嫁的可能性也几乎等于零。

综上所述，能够预测出的结论就是，经历过死别与离婚的单身人士，再一次“成双成对”的可能性很低，而独身主义的单身人士，将来“成双成对”的可能性更低。

但是，男人不依靠女人一个人生活并非不可能之事，在采访的过程中我就遇到了很多过着充实生活的单身男性。

到底有没有单身老男人的生存之道？

Yes，就是这本书所给出的答案。

本书的题目《一个人的老后》，希望阅读之后大家都能够找到一条属于自己的路。

——上野千鹤子

<<一个人的老后>>

内容概要

东方社会讲究儿孙满堂，虽说大家已经不太妄想养儿防老，但毕竟还是会希望若干年后，自己老了、病了，至少有人可以依靠。

《一个人的老后.2》中，上野千鹤子一笔点出男人“一个人”的人生结局，以客观的叙述与读者分享了人生的智慧与经验，以温情的语调与态度，带我们去看那些蒙蔽着双眼不想去看的犀利现实：婚姻关系变迁，金融危机，房地产泡沫，老龄化理财、居住、人际、照护、遗产和身后事安排等生活课题，并提供妥帖建议，更帮助男性建立成熟、豁达的人生观——想要过得有尊严，要活出更精彩的人生。

<<一个人的老后>>

作者简介

作者：（日本）上野千鹤子 译者：胡茵 上野千鹤子（UenoChizuko），日本最有名的女性主义者，日本女性主义界至今还没有能代替她的下一个人物。

1948年生。

现任东京大学人文社会学系教授；曾任美国芝加哥大学人类学系客座研究员、德国波恩大学客座教授、美国哥伦比亚大学客座教授和墨西哥大学研究所客座教授。

专业领域是社会学、女性学。

1994年以《近代家族的成立与凋零》（岩波书店）荣获三多利学艺赏。

近年来对老龄问题十分关注。

2009年，上野千鹤子的《一个人的老后》直指日本老龄问题，提出“二十一世纪是女人的世纪”，告诫所有女性及早准备老后问题。

出版后引发社会热议，热销100余万册。

胡茵，毕业于日本东洋大学传媒系，曾在日本广告公司、Canon公司任职，时尚撰稿人。

目前居住在东京，2009年开始从事翻译工作。

热爱日本传统和现代文化，着迷于这个日寸尚元素与古朴文明相结合的国度，并试图更深入了解。

主要译作《优雅一生的装扮课》、《随肖邦去巴黎》、《无衣可穿》等。

<<一个人的老后>>

书籍目录

一个人的老后（男人版）

前言

当你成为单身男人时

不断壮大的单身男人队伍

死别、离别、独身、你是哪一种？

死别单身

60岁开始“不知所措”

离婚单身

不知何时就成了孤家寡人

“有爱的离婚”为什么这么难

不婚单身

现在父母身体还健康

不同类别的老后体验

死别单身——洋平先生的情况

离婚单身——浩二先生的情况

不婚单身——清司先生的情况

男性是否能“耐得住寂寞”

男人承担起介护的责任

越来越多的男性成为家庭看护

被老公介护的妻子幸福么

对妻子强硬的支配力

老老看护衍生出的悲剧

尘封性生活么？

“对妻子来说倒是幸福了”

夫妇间的感情与性爱不同

儿子的介护

比起儿媳妇，还是儿子好

男人就不会看护了么？

与单身儿子同居的危险系数

妻子先我而去之后

母亲的愿望未能实现

无法跟儿子诉苦

紧闭窗门避不见人的日子

不能给先逝的妻子丢人

女性很快便能重新振作

无法面对妻子过世的事实任性的像个小孩

失去“救生索”般的绝望感

从妻子过世一周年左右开始

今后，可否还有“成双成对”的可能性？

大多数的男性希望再婚

父子家庭在不断增加

<<一个人的老后>>

单身爸爸是草食男？

我是一只“雄性败犬”，那又如何？

走好下坡路的技巧
人生走过巅峰之后
上山容易下山难
乐观的长辈，强烈不安的晚辈
男人退休、女人退休
女人比男人在退休
过早的余生效果
拒绝变老的意识
人生若有300年？

卧床不起的时间平均8.5个月
公开示弱
上年纪等于变成弱者
退休之后选择轻松人生
人生有三次退休
熟年风险的告诫
夫妇也有退休
生活多姿多彩的单身的前辈们
垂钓迷的信夫先生
担任少年棒球队教练的史郎先生
共同点是都没有什么大成就
除了职场与家庭，还应该有一个去处
关于如何寻找适合自己的去处要向女性学习
拯救人生危机的社交关系网
大企业“晋升无望组”的对策？

老婆就老板
在澡堂子也以职称称呼对方的男人们
男人的友情是否经得起患难？

权利游戏已经结束
潜意识中，现在还是“社长”
女人可以成群结伴，男人都是一匹狼
练就“一个人能力”
自然是最好的朋友
一个人的幸福时光
一个人也不觉寂寞的地方
同行两人的一个人遍路
“一个人能力”检定一级
有钱就能请到好看护吗
单身男人的经济状况
“二层养老金保障”的富裕阶层只有一小部分
虽然有钱也无法安心的老后生活

<<一个人的老后>>

在家看护非妻子不可吗？

唯我独尊的父亲是个麻烦的患者
第三者难以介入的夫妇介护
在妻子看管下的丈夫
过去的怨恨与辛苦成为老后的报复
“爸爸，真对不起，您还是去养老院吧”
有多少钱才能住进养老院
单间的价格？

价格与护理服务不成正比
衡量服务质量的尺度
有多少钱才能买到“安心”
单间，还是合住
与他人间最适合的距离？

日式，还是西式
带护理的住宅靠谱么？

可以货比三家
小规模多机能型的风险
对密室化护理设施的不安
在宅单身介护可能么？

日间医院是为了谁？

把自家改造成无障碍住宅
一个人加入介护保险是否有利？

能一个人生活吗
男人是否自立
何为自立的三点套餐
从母亲转交给妻子，继承内裤的历史
有做家务的能力么？

确保“食物”这条生命线
便利店，是单身人士的坚强后盾
利用送餐服务
高龄者的外卖菜单不断进化
便利店第二代诞生
有钱不如有人
再次“成双成对”要慎重
再婚的刺激疗法的结果？

我不建议再婚的理由
至交好友也会有先逝的一天
通过“缓友”扩大社交圈

<<一个人的老后>>

朋友是人际关系的上级篇
没有爱也可以玩“家庭游戏”
朋友与熟人要分开使用
寻找投契的朋友需要什么？

男人独自出席女性聚会时
选择缘忌讳集锦“男人的七戒”
卸下盔甲的交往
怎么消磨用不完的时间
有人陪你消磨时间么？

人类是怕寂寞的
养孩子是最好的打发时间的方法
“分居单身”也是一个选择
有能跟自己一起旅行的伙伴吗？

男性最多的“学校缘”
消磨时间的高手们
作诗、古典音乐、学无止境的教养派
滑雪、皮划艇、持续了三代的户外派
没有共同兴趣爱好的夫妇
初期的高额投资，可以享受低成本
高学历的人很难“融入地方”
无关年龄的消磨时间的诀窍
单身男人的人生之路
73岁进先生的“单身男人的十条”
在女性剧团中抢风头
艺名“卡门阿信”
一个人海外旅行到上瘾
体验“无力的自己”的机会
单身男人的十戒条
能一个人面对死亡吗？

生命延长线上的死亡
在家中迎接死亡的条件
“病”是一生现役的阻碍
接受余命宣告
死前的时间与顿悟
在家看护的后备力量
复兴生协的“橘色杯子”
对齿科医疗的需求越来越大
金窝银窝不如自己的狗窝
来自家庭的“抵抗势力”
谁决定是否住院？

死不需要医生
因为医生的一句话家庭关系得以修复

<<一个人的老后>>

日本在宅医学会的大胆尝试
医疗与看护的地域差异非常大
“一个人专用”的看护保险
最后的存款如何使用
对护理服务别吝啬钱
和解的建议
逞强会留下遗憾
为了不给人留下遗憾
结束语

<<一个人的老后>>

章节摘录

版权页：不断壮大的单身男人队伍有一天，男人也会变成一个人。

女人，无论是“现在单身”，还是“未来单身预备役”，她们都一早做好了心理准备。

但是，对于大多数男人来说，他们却从未想过自己会成为其中的一份子。

因为他们总觉得能够一直被妻子照顾，趁着还是两个人的时候自己先撒手人寰。

更正确地说，应该是他们中大部分人几乎从未认真考虑过自己的老后。

不管是妻子也好还是他人也罢，在别人的照顾下离世，对男人而言是不想看、不想听、更不愿意想的事情。

这反倒让我觉得惊讶。

至今还记得自己40岁左右的时候，与女伴们闲聊起老后生活应该如何如何时，一位男士突然插进一句话：“你们这些女人，怎么从现在就考虑那么久远以后的事情啊！”

”那眼神就好像在看一群怪物似的。

就算问男人们：“你对自己的老后有什么想法？”

”他们挺多会回答你：“我的理想就是有一天突然倒下，嘎嘣一声过去就完了”。

全是些类似于此不着边际的美好愿望，都说了，命运绝不会照你设想的发展下去。

这样的回答既没有准备也没有计划，根本就是死路一条。

现实情况是，单身男人的数量正在不断增加。

让我们首先认清楚摆在面前的事实。

死别、离别、独身，你是哪一种呢？

单身男人分为以下三大种类：第一种，妻子先逝，经历过死别的再次单身男人（single again）。

第二种，有过离婚经历的再次单身男人。

第三种，一直选择一个人生活的独身男人。

我们就按照顺序称他们为：死别单身男人、离婚单身男人和独身男人。

顺便解释一下何为“再次单身（single again）”，就是经历了死别或离婚之后再一次回归单身队伍的意思。

这三大种类是有一定年代差异的。

从前往后数，年龄越来越小。

在此，让我们详细描述一下各个时代的单身男人的特征。

死别单身 60岁左右的男性有配偶者的比例最高，占到85%，如果长寿的话未来自然会经历与妻子死别。

但60岁左右仍然是夫妇都健在的年龄，所以，有配偶者的比例自然是最高。

当然，也因为这个年代的人是“最喜欢结婚”的世代。

40岁为止有过一次婚姻经历的人占到世代总累积婚姻率，不对，应该说几乎占到日本人累积婚姻率的100%，实现“全员结婚社会”（男性97%，女性98%）是在上个世纪六十年代中期，现在的60几岁的人都属于在那个时代结婚的人。

<<一个人的老后>>

后记

在之前的著书《一个人的老后》(女人版)中,我曾经这样写过:“什么,你问我,男人该如何是好?”

这种事,不用问也应该知道吧。

就是尽可能地,成为一个招女人喜欢的男人。

”结果因为这三句,我收到了来自男性读者的不满和抗议。

有位读者写道:“我觉得这本书不仅适用于女性,对男性也有帮助,一路深有同感地阅读下来。可直到读到最后三句,仿佛一下子被推到一边的感觉。

如果可以,希望您能把最后三句删掉。

”我很理解这位读者的心情,但之后也没有删掉这三句,现在依旧存在于结束语中。

还有读者来信中说得最多的一句话就是——“希望您接下来能写写关于男人的一个人的老后。”

”2年后的今天,终于实现了与读者的约定。

单身男性与单身女性的生活智慧有所不同。

如今市面上也有不少男性作者以单身男性读者为对象所写的书,所以我相信有些男性读者一定会想,再怎么样也没到需要一个女人来教我们怎么生活的地步吧。

只是,通过对众多单身男性的采访,我察觉到了一些东西。

过着安稳又幸福的老后生活的单身男性有一个共通点,就是虽然妻子先逝但他们周围仍然有很多女性朋友。

最后的日子,再有钱也不如身边有人,男性拥有异性朋友,女性拥有同性朋友,这就是快乐的秘诀。

男人们凑在一起,大家谁都不愿意“公开示弱”,就算遇到困难彼此也帮不上忙。

指导比我年长的男性,教他们怎么生活,这的确是僭越。

但是,我可以告诉大家怎么做能令女性开心,或是做什么会招她们厌恶。

如果用金钱、地位和男性魅力都不能使女性上钩的话,最后剩下的就只有一点——人格的魅力。这也是不会对女,『生构成威胁的“可爱”。

“尽可能地,成为一个招女人喜欢的男人”。

我在上一本书中所写的建议,其实也是我自己的亲身经历。

在撰写本书的两年间,我走访了很多人,做了大量的研究,搜集到很多新的资讯。

此次这本书虽然是针对男性读者所写,但是相信对女性读者同样有帮助。

应该怎么说呢,为了我们女性的幸福,让单身男性继续一个人坚强地生活下去比什么都重要。

遇到滋扰他人的自杀会给自己添麻烦,在孤立的环境中被迫接受“孤独死”(与“一个人死“完全是两码事,有关这一点请阅读正文)又让人于心不忍。

女人从来不是冷血更不是薄情之人。

希望那些先逝的妻子在临终前能觉得“这下我可以安心上路了,不用再担心留下老头子一个人”,就算离了婚,妻子充满怨恨地说“我再也不想见到那张脸”,但她们仍然希望孩子们能跟父亲维持良好的关系。

即使是“败犬”的女性,也希望她们在生活中能拥有许多有魅力的男性朋友。

在有困难的时候毫不掩饰地承认自己有困难,对于这种“可爱”的单身男人不断增加我表示大欢迎。

同时,在心中祈祷,希望社会结构能够逐渐向彼此帮助的方向转变。

我个人认为,想要到达目标,难度并不是很高。

——上野千鹤子于红叶的季节

<<一个人的老后>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>