



我突然发现,自己从公司辞职刚好满一个月。

再次回首过去,自己大学时候非常想进入理想的公司,无论是作文练习也好还是时事问题的学习也罢,当真是拼上老命地努力。终于进入了公司,可谁知道中途就这样离开了。真是做梦也没有想到。

我的生存环境一下子发生了巨变。被从“公司住宅”里赶了出来,收入没有了,每天常去的地方没有了,同事也没有了,以前铺天盖地的与公司业务相关的邮件也消失殆尽,简直就是断了触手的章鱼!(笑)不,这时候怎么能笑呢(笑)。只有存款越来越少(笑)。

啊,对不起。但是就是忍不住要笑。

哎呀,这是为什么呢?

我想,可能是因为自己自由了。

虽然不安,虽然孤独,可是自己都能够忍受。

我想表扬一下自己。

当然,这也是托了公司的福。毫无疑问,正是因为被公司反复随意摆布,有时哭有时笑地奋战至今,才有了今天的自己。

从公司辞职以后,对于自己能做什么,不能做什么,也终于明白了。

仅凭在公司工作这一点,就可以为自己加很多分。公司的威严与温情的力量委实不可小觑。如果不辞职,便无从知晓这种情况。“啊,我以前竟然连这种事情都是依赖公司的!”经历过一个个打击后,现在的我明白了即使没有公司自己也可以做到以下事情。

### 房子破小也无所谓

工资没有了,自然租房补贴也就没了,所以此前的那种豪华公寓当然也就住不起了,我找了一个便宜的小房子搬了进去。四十五年房龄,三十三平方米。感觉就和刚进入公司工作第一次开始一个人生活时在高松住的公寓一样。

墙壁上布满污痕,自然也没有自动门锁,而且隔壁的声音令人难以置信地听得清清楚楚。门是薄薄的单板,房间很小,既没有空间放冰箱和洗衣机,也没有收纳的地

### 新书摘

生活在日本经济高速增长时代的稻垣惠美子从没有怀疑过“好学校”“好工作”“好生活”的黄金方程式,她大学毕业后便进入朝日新闻社工作,拥有稳定的收入、工作以及随之而来的丰厚的退休金,但她在四十岁的时候突然萌生了“五十岁的时候就辞职”的想法。萌生这一想法后,她开始重新思考“金钱、工作与人生的关系”,最终在五十岁的时候,单身的稻垣女士在周围人不解的目光中毅然决然辞去了工作。她在新书《五十岁,我辞职了》中循序渐进地讲述了自己从生出辞职的念头到辞职后的日常生活,励志又充满幽默,读来令人发笑又深省。

## 五十岁,我辞职了

□稻垣惠美子

方。不过,是五层楼的顶楼,视野和光照都很好,这一点让我满意,所以就租了下来。

总之,因为房间太小,衣服、鞋子、书籍以及其他东西统统都送了人。被公司扫地出门,几乎一无所有地滚了出来。

说实话,人生第一次体验到不是“上升”而是“下降”的滋味。而且,真的非常担心自己能否受得了。唯一的心理安慰是,搬家费是二万五千日元,被搬家的师傅表扬说:“哇,东西少真好啊。”

不过,我完全挺了过来!一点也不悲惨。不,或者说反倒非常平静坦然。原来我终究就是这种人。再次回想起往事,小时候住的房子更破旧,也过来了,而且那时也有那时的乐趣,非常开心。再说,房子小没东西,非常容易打扫和整理。于是,自我开始一个人生活以来,这是我住过的最干净整洁的房子。照这样下去的话,或许我可以掌握一项技能——下次即使更破小的房子也可以过得很开心。想到这一点,我的梦想越来越大。毕竟,东京的房租负担太厉害了。

### 钱没有那么多也无所谓

因为是第一次过没有固定收入的日子,所以非常不安,再次计

算了一下支出预算。竟然发现,用比想象更少的金额就可以满足生活。

首先,由于“民以食为天”,我试着计算了一下餐费,发现一天六百日元竟然就可以过得下去。仔细想来,吃自己在家做的饭是最幸福的了。我本来就喜欢烹饪,自己做的话,想吃什么都可以吃到。辞掉工作后,不用上班也没有加班,可以畅享这种幸福的家庭用餐。这样一来,吃饭真的好便宜。即便算上晚上喝的最赞的日本酒的花费,也是这个价格。偶尔也会去外面吃,不过到了这个年龄,已经不再想吃什么牛排啊寿司啊之类的美食。基本上,粗茶淡饭就可以了,不,或者说粗茶淡饭更让我心满意足。住所附近价廉物美的居酒屋每每排成长队,而我在其刚刚开门的四点开始就可以占好位子,这也是无业人员的特权!

也几乎不买衣服。毕竟家里没有衣柜,买了也没地方放。我现在完完全全地是“只有十件衣服”的法国人。

### 可以做家务

没有工作以后,我深切地体会到了自己的厉害之处,那就是自己可以做饭,可以打扫卫生,还可以洗衣服。虽然几乎没有电器,

但是没有任何关系,我全部自己用手做。也就是说,即使不靠别人、公司或者金钱,也可以把自己的生活安排得很好。仔细想来,人生只要过得开心就好。夫复何求?这么想的话,就没有什么可怕了。

### 可以结识邻居,认识朋友

辞掉工作以后就没有了同事,有变成孤零零一个人的危险。不过,人终究是群体动物,一个人活不下去。最主要的是一个人会不快乐。因此,有必要靠自己的能力一点点扩大人际关系,我发现内向害羞的我竟然也可以做到这一点!

说一件不值一提的小事,首先是对人打招呼。鼓起一点勇气,在经常光顾的住所旁边的便利店里,一进门就让人感觉舒服地对店主大叔道一声“你好”。在附近的公共浴场里,要进入更衣室或者浴池的时候,即使都是陌生人,我也尽量大声地对人打招呼,说声“晚上好”。这么一来,刚开始用狐疑的眼光打量我的浴场的常客——老阿姨们也慢慢地开始与我搭话了。最近她们喊我“小非洲爆炸头”。即使过了五十岁,人依然还可以有这种尝试。

如果不辞掉工作,或许根本不会想着去做这种事情。

总之,我期望自己可以称为朋友的人就这样一点点增加就好了。而且感觉这似乎不是做梦。

### 保持健康

过这种生活真的非常健康。因为,既无需与讨厌的人打交道,也不必被小心眼的上司痛批,压力指数为零!不,这样说有点过了。压力还是有的,是关于自己的。自己的那种心有余而力不足的感觉会伴随一生,无论走到哪里,只要活着,就无法逃脱。这也是我辞掉工作以后才了解到的。

不过,这种压力可以自行缓解。想到这一点还是感到神清气爽。这样一来,与吃闷食喝闷酒也彻底无缘。酒,无论是一个人独酌,还是大家一起畅饮,都是愉快的。顺便说句题外话,实际上在从公司辞职之前,我就不做“亚健康综合

体检”了。

因为有公司的补助,可以比较便宜地接受入院综合体检。以此为挡箭牌,对不够健康的生活视而不见,定期发现一些需要“修理”的地方,然后去看医生。这是公司职员的固定节目。不过,这其中难道不是有点怪异吗?换句话说,我认为这可能也是公司之间的互助系统。公司为了赚钱,不断在精神上和肉体上给员工施压,其结果是,身体出状况的公司员工定期接受体检,发现疾病,去医院交钱治病……好像是一项永久运动——通过制造出病人,金钱才得以切实流通。

所以,好不容易跳出了公司,我是不会再加入到这个循环里去的。与此相对,我会从平时就注意好好保护自己的身体。幸好我是个闲人,所以有足够的空闲!

不过,虽然这么说,有时还是会遇到意想不到的病魔所袭扰吧?那是命,没有办法。万一到了那种情况,治疗到什么地步?如何治疗?又该如何迎接死亡?一辞掉工作,就刻不容缓地必须直面这些问题。

可是,这不是很好吗?不把自己的生命与健康完全押在某一个“赌注”上。我现在就在充分考虑自己的死亡方式。虽然说这让我很开心有些说不通,但是这的确既不悲伤也不沉重。我感觉这件事定了,人生便定了。

(摘选自《五十岁,我辞职了》,标题为编者所加)



《五十岁,我辞职了》  
[日]稻垣惠美子 著  
上海译文出版社

### 精品资讯 订版电话:0531-85196204

#### 调查咨询

◆老赖克星专业清欠  
86759888

#### 字画收购

◆求购15864536825

#### 商讯

现有2003年会议室音响设备  
报废处理,有意者请联系刘  
15165161018 财政部山东监  
管局机关服务中心

### 高价回收

茅台酒、五粮液、剑南春、国窖、洋河、汾酒、郎酒、董酒、西凤酒、沱牌、黄鹤楼、宝丰酒,等17大名酒,53优名酒!

山东地区24小时上门服务!  
服务热线:182 5316 1919

### 诚信收购老酒

免费鉴定  
高价现金上门收购

18254188388

#### 便民服务

订版电话: 85196204

#### 专业疏通

专通室内外管道钻孔  
抽化粪池、修换马桶、管道修改  
五区连锁 15624505884

#### 正规疏通改管道装修

换铁管、改厕、堵漏、水管、抽粪

低价保修,诚信为本66815009

杨 15098882348

82217833打孔、抽化粪池

◆家政18306417176

### 康养服务专版

订版电话:0531-85196204

### 夕阳金秋老年公寓

民政局批准正规单位,新建公寓  
楼房间朝阳,每个房间带卫生间,阳  
台,清真食堂,设施齐全,医养结合,  
如需入住免费去接。长期聘护理工

电话: 87158977 87159877

地址: 刘长山路延长线白马花园南区16号楼

### 颐年堂老年公寓

照护半自理、失能、失智老人

24小时监控房间

医养结合 免费试吃

地址: 中山公园北门往北150米

电话: 18560115870

### 招聘护工

### 新书摘

</