

# 候鸟式旅居:退休族开启自由生活新范式

人到暮年,当工作的喧嚣渐渐远去,如何选择一座宜居的城市安享晚年,成为众多退休老人思考的课题。如今,越来越多的老人不再局限于跟随子女的脚步,而是凭借自己的判断和喜好,在国内寻找最适合自己的养老之地,“候鸟式旅居”正成为一种养老新潮流。70岁的王淼就是这种新型养老模式的践行者。

## 1 追随健康,奔赴理想宜居之城

王淼身体不太好,在北方几座城市(哈尔滨、烟台等地)生活时,一到冬天,腿、腰、嗓子就会因气温变化而感到不适。2018年,她的姐姐偶然去了广西某地,被那里优越的环境深深吸引。这里拥有1400多亩的红树林,空气清新,负氧离子含量极高,对高血压、心血管疾病等慢性病患者的康复大有裨益。

2025年11月,在姐姐的提议和提前安排下,王淼来到了这里。这座四线城市虽不大,却有着独特的魅力。在这里,王淼感受到了前所未有的舒适。她没有接受任何治疗,仅居住了两个月,原本患有滑膜炎的腿部就有了明显改善。

在此旅居的日子里,王淼和姐姐尽情享受悠闲时光。没事时,她们会一起去海边走

走,感受海风的轻抚,欣赏美丽的海景;清晨,她们会在红树林边漫步,呼吸着清新的空气;白天,她们会聚在一起聊天、做饭,分享生活中的趣事,欢声笑语回荡在出租房里。而且,这里的生活成本相对较低:长租房平均每月只需1000-1500元,生活要求不高的话,几百元就够。这与在青岛时租房、吃饭等开销常常让她的退休金入不敷出,需要儿子贴补的情况形成了鲜明对比。

这种“生活在别处”的旅居方式,让王淼和姐姐体验到了不同的风土人情和生活节奏。它不仅有利于身体健康,还能丰富精神世界,让晚年生活更加多姿多彩。回到青岛近两个月,虽然腿偶尔还会抽筋,但疼痛程度已远不如从前。

## 2 打破传统,自主选择生活方式

如今,像王淼这样选择“候鸟式旅居”的老人越来越多,他们不再被传统观念所局限,而是勇敢追求属于自己的幸福。

在过去,很多退休老人往往会选择跟随子女的脚步,在子女所居住的城市安度晚年。王淼最初也是如此,2011年她便跟随儿子来到烟台,2017年又随着儿子儿媳搬到青岛。然而,随着时代的发展和观念的转变,越来越多的老人开始意识到,晚年生活不应完全依附于子女,他们有权利根据自己的意愿选择更适合自己的生活方式。

王淼性格外向,喜欢交朋友。无论是在烟台还是青岛,

她都能迅速结交到志同道合的伙伴,这在一定程度上缓解了生活的孤独感。但这次旅居之行让她深刻体会到,根据自己的身体状况和生活需求选择城市,能让晚年生活更加自在惬意。

如今,王淼和姐姐已经决定今年5月再次出发,至于具体住多久,她们打算根据实际情况灵活决定,也许是几个月,也许是一年半载。当然,王淼也并没有完全割舍与儿子的联系。她表示,天气暖和的时候,她可能会回青岛住些日子,毕竟儿子在这里,亲情是她生活中不可或缺的一部分。

记者 王丽洁

→ 去年11月,王淼(右一)和姐妹们在广西旅居了两个月。



旅居说

## 旅居,生活在他处

于学周

我们为什么总要收拾行囊,去一个陌生的地方?我想,最诚实的答案,也许就藏在那句听起来有些玄妙的话里:生活在他处。“他处”生出了无限的魔力。

旅居的意义,首先在于它能让我们重新成为一个“陌生人”。当你走出站台,满眼是陌生的街道,耳畔是陌生的口音,你便从所有的社会关系中被暂时剥离了出来。你不是那个在自己的城市街道上漫步随处能看到熟悉面孔的自己人,你只是一个即便看着手机上的地图,还会迷路的异乡人。这种“失重”的状态,其实是另一种形式的“获得”。

我们在他处寻找的,是一种“可能性”。在日常生活里,我们的轨迹几乎是确定的。但旅行给了我们一种幻觉,或者说一种希望:在另一条我没走过的路上,会不会有不一样的风景?在另一个我没有生活过的城市里,会不会有另一个我?那个我,或许更洒脱,或许更浪漫,或许正过着一种我完全不敢想象的生活。我们向往去看巴黎的塞纳河,去看伦敦的雾,去看西藏的雪山,其实也是在窥探,如果“生活在他处”,那会是一种怎样的活法。

这是一种对现实平庸的温柔反抗。当熟悉的气氛压得你

喘不过气时,远方的海浪声就成了救赎;当人情往来的琐碎让你疲惫不堪时,深山里的一座古寺就成了归处。我们带着满身心的疲惫和困惑,把自己抛到“他处”,像一块铁被投入熔炉,希望在那里被重新锻造,被淬炼出新的模样。

这种对“此处”与“他处”的微妙感知,根植于更深层的文明基因里。孔子说“父母在,不远游,游必有方”,这是一种温情的羁绊——在这句话里,“此处”是由血缘构建的伦理原点,它将个人的脚步锚定在家族的土壤中。即便远游,也必须有合乎伦理的交代。而在西方文化里,有句话是:“你要离开本地、本族、父家,往我所要指示你的地去。”在这里,“他处”是应许之地,是未知但充满灵性的远方。于是,我们会暂时离开熟悉的“本地、本族、父家”,把自己投身于未知;但我们内心深处,又始终揣着“父母在,不远游”的那份牵挂。

我们去“他处”,不是为了永远地逃离“此处”,而是为了让“此处”与“他处”在我们的生命中相互观照,相互丰富。当我们带着一身风尘和满脑子新鲜的故事回到家,重新走进那熟悉的楼道,你会发现,生活还是那个生活,但你看待它的眼光,已经不一样了。