



长生不老,是一种传说

在市面上,可常见到这样的畅销书,主要是为了揭示那些长寿的秘诀:必须要注意饮食与养生、学会如何保持好心态、生命在于运动、早晨空腹喝温水、常在花间走活过九十九……

这跟年轻人有什么关系呢?当然有。谁知道那些看起来无比朋克、以为宇宙和时间会以自己为中心发生逆转的年轻人,背地里是不是在看这些长生不老秘籍呢?

一旦自己失去了年龄优势时,就一边嫌弃长命百岁这是什么鬼迷信,一边如老鹿蹒跚,双手紧握加红枣枸杞的保温杯。

那么,活到多少岁才能算长寿?

据英国《每日邮报》1月20日报道,日前,世界上最长寿的男性已于日本的家中去世,享年113岁。就在几个月前,他还以112岁高龄被吉尼斯认证为“世界上最长寿的男性”。

消息一出,中国的网友们第一反应是:原来最长寿的男性只有113岁?再一看,原来吉尼斯纪录里最长寿的女性也只活了不到117岁。这把我们国家那些动辄120岁的老人放到哪里去了?

不说彭祖、李庆远、陈俊这些活在传说里的神仙,就说说2014年由权威机构中国



野中正造在112岁时被吉尼斯认证为“世界上最长寿的男子”。

疯狂的“长寿经”

人类都对于长寿这件事极其在乎。

秦始皇一统六国,就开始寻找长生不老药,命方士大炼仙丹,派徐福寻找仙药;雍正不仅爱找道士进宫制药,还希望自己得道成仙……最后,还是阻挡不了被载入史册的命运。

现代人对如何保存生命力,疯狂起来一点都不输古人:买灵芝、熬人参、吃阿胶、喝鸿茅药酒、做权健

理疗……

当人们发现有些被遗落的地方,居然有一群人只依靠当地的水土,就能轻轻松松活过百年,大惊,仿佛寻找到了什么长生不老的秘诀。

当地人也借题发挥,将蛋糕越做越大,形成一条长寿产业链。恨不得把本地最老的人供成神仙,并鼓励其他人,加油,活过世界纪录你就是最棒的。

老年学学会评出来的中国十大寿星,不只其中最年长的(128岁)破了纪录,其平均年龄(119.7岁)都远超了这个世界纪录。

我们连最大的扬州炒饭、最大的月饼、万人跳广场舞、万人泡温泉、万人打麻将、万人打咏春这种纪录都可以轻松创造,在“世界上最长寿的人”这方面,为何从来没有得到过吉尼斯世界纪录的认可?具体原因不得而知,但可以肯定的是,在中国,长寿似乎是一件传说意义大于实际意义的事情。

因为寿星们的这种“传说意义”,可比什么吉尼斯世界纪录有用多了。

神奇的长寿乡村

人也是善于模仿与学习的生物。比如说,哪里的人最长寿,去那里吸一口仙气,都能给自己续一秒。于是,向往长寿的人不是去终南山修道,就是去巴马吸气。

广西巴马以当地人长寿著称,1991年被国际自然医学学会评定为“世界第五大长寿之乡”。曾以125岁高龄名列当年“中国十大寿星排行榜”榜首的罗美珍女士,就是广西巴马人。

近些年巴马将“长寿之乡”的招牌不断放大,充分发展以养生、保健为核心的特色旅游业。不少养生者甚至每年都固定来巴马长住上一段时间,在这里吸氧和磁疗。

而在巴马之前,新疆南

疆也被此学会评定为“世界第四大长寿之乡”。当地人称,他们的百岁老人最大的有140岁,最小的也有103岁,平均年龄达到109.3岁。

学者何炳济对这里的百岁老人进行调查,他抽查了阿克苏市、温宿县上报的9位百岁老人。经过调查后何炳济发现,这9位老人其实都远未达到百岁。他们的真实平均年龄在85.1岁左右,而那位自称140岁的老人,实际上只有89岁。

以长寿为亮点吸引游客前往的还不止巴马、南疆,江苏的如皋、湖北的梁子岛等也是如此。

如皋当地的确有敬老、尊老的传统,但如今试图将自身打造成一个养生宝地,当地人号称这里的土壤含有使人长寿的多种微量元素;湖北梁子岛号称在全岛2400名居民中有14人超过100岁,然而央视记者到当地调查发现,派出所的户籍档案显示,岛上并没有超过100岁的老人。

或许正因如此,所以吉尼斯从来就不承认中国的寿星。一方面在中国人敬老的传统影响下,老人过生日总是过9不过10,过虚不过实,到了一定年龄,老人的年龄完全由他自己说了算,晚辈也不好质疑什么;另一方面这些百岁老人通常也没有出生证等过硬的证据——好像我们也没有这么长寿的医院。

长寿之乡都是假的?

那这是不是说明了,所有的长寿之乡都是假的呢?

也不是,“长寿”本身就是个相对概念。根据联合国的规定,长寿地区的标准是每百万人口中要有75位以上的百岁老人,上面提到的巴马、如皋,实际上都符合这个

山清水秀又宁静的巴马,慢慢地聚集了一批寻求长寿的“候鸟人”。



江苏如皋村民在采挖如皋当地传统长寿食品香堂芋

规定。只不过,达到这个指标太容易了。

而且达到这个指标也没什么用。一是因为这说明不了大多数人的寿命情况,这个指标算下来,一万个人里面还均不到一个百岁老人,具体到个人来说,活上百岁基本也还是中彩票的概率,不能反映出什么问题;二是一个地区的长寿情况不能单看“百岁老人”这个指标,还要看区域人均预期寿命和80岁以上老人的比例等。

根据中国老年学学会这十几年的考察评定(他们的标准是十万分之七),截至2017年,中国已经有77个长寿之乡。只不过很多地方觉得没有必要拿来大肆宣扬罢了。

这里面,东部沿海地区就占了6个。所以你可以说,经济发达的地区才是名副其实的“长寿之乡”,甚至可以说只有待在北上广一线城市,你才有可能活得更久。

著名的人口学家萨缪尔·普勒斯顿多年的研究成果也表明了这一点:出生在富裕国家的人,其平均预期寿命的确高于出生在贫穷国

家的人。

那为什么还会有那么多所谓的“长寿之乡”“长寿村”“长寿岛”呢?这是因为从科学的角度来说,人为何能长寿至今没有一个确切的答案。目前比较清晰的影响因素主要有遗传、生活环境、生活习惯等等,但究竟每一方面占比多少、哪些具体的行为和具体的习惯会影响具体的什么,都不是十分明确。这种说不清道不明的东西是最能忽悠人的。

也正因如此,许多地方政府开始借题发挥,通过打造“长寿之乡”来发展经济——长寿者的传说也从100岁涨到了110岁再涨到了现在的120多岁。用概率来算一下也能想通这一点:全世界那么大,为什么就那些活在穷乡僻壤里的中国人能活那么久?

我们总是在想怎么活得更久,却不去想怎样才能“赋予岁月以文明,而不是赋予文明以岁月”。这可能才是我们无法普遍长寿的真正原因。

辛周