蓋爾・希伊著。蕭德蘭譯。《新中年主張 — 繁華四十・閃耀五十・和諧六十》。台灣：天下文化，1997。

本書作者希伊 (Gail Sheehy) 女士是一名作家、政治新聞從業員，也是《浮華世界》雜誌的編輯。她早前的兩本著作分別是《人生變遷》(*Passages*) 和《無聲的變遷》(*The Silent Passage*)。其中《人生變遷》更被美國國會圖書館視為當代最具影響力的書籍之一。本書《新中年主張 —— 繁華四十．閃耀五十．和諧六十》(*New Passages: Mapping Your Life Across Time*) 是她繼《人生變遷》一書後另一受歡迎的著作。在本書出版三年後，她更出版了另一本針對男士的新作《男人新中年主張》(*Understanding Men's Passages*)。

作者在《新中年主張》中繪畫出一幅「成人生命新藍圖」，是一幅描寫青春期到百歲老年的人生圖。她將成人歲月區分為三個階段：(1)「成人準備期」(Provisional Adulthood)，指18至30歲的人生；(2)「第一成年期」(First Adulthood)，屬30至45歲的人生；(3)「第二成年期」(Second Adulthood) 為45歲或以上的人生，再分為兩個階段：45至65歲為「自主的歲月」(Age of Mastery)，66至85或以上為「整合的歲月」(Age of Integrity)。整個成人生命新藍圖以延長的青春期為起點，將每十年的歲月加上具特色的描寫，如試探的二十，動亂的三十，繁華的四十，閃耀的五十，和諧的六十，賢達的七十，百無禁忌的八十，尊貴的九十和歡慶的百歲。

作者藉　這份新藍圖的建構，為讀者提供一嶄新的視野：中年生命潛藏　生命的第二春—第二階段的成人期。期望讓讀者能重新規劃自己心中的圖像，改變圖中各階段的分界線，並考慮延長人生旅程路線，以致超越第二成人期，伸展到新的領域　。故她在書中提出了兩個問題，第一個問題是，「什麼是你的中年？」第二個問題是，「什麼是你人生最大的價值？」

全書分為兩大部分：第一成人期和第二成人期，連前言有七篇共十九章，各具吸引的標題。第一成人期的內容為前言「歡迎加入新人生

旅程」；第一篇「生命周期的轉折」，包括第一章「在時間的洪流中定位」；第二篇「繁華的四十」，包括第二章「當越戰世代的男女進入中年」、第三章「男人重新定義成功」、第四章「女人走向獨立自主」、第五章「破除永久可孕的迷思」及第六章「面對不惑之年不疑惑」。第二成人期的內容為前言「迎接蛻變的生命」；第三篇「通向自主歲月的變遷歷程」，包括第七章「走過死亡幽谷」；第四篇「閃耀的五十：女人篇」，包括第八章「告別美貌與哀愁」、第九章「走出更年期的陰霾」及第十章「黃金女郎的生命聚會」；第五篇「閃耀的五十：男人篇」，包括第十一章「擺脫大力士情意結」、第十二章「經濟革命的洗禮」、第十三章「樂觀浪潮趁勢而起」、第十四章「轉化中年性危機」及第十五章「男女不再有別」；第六篇「通向整合歲月的變遷歷程」，包括第十六章「和諧度花甲」、第十七章「退而不休的快樂男人」、第十八章「整裝備發的智慧女人」及第十九章「探尋永不衰老的祕訣」。單從上面各章的標題，已令讀者很渴望翻閱內文的探討和分析。

在第一篇　，作者透過五段出生年次來標示各個世代之間的差異，讓讀者從中找到自己所屬的世代，從而為自己的人生定位。作者認為，當人能藉有關探討為自己尋找到人生的定位後，便能超越「動亂三十的變遷」。接下來的是　手策劃如何通過繁華四十，繼續進入前面未知的領域。

作者在第二篇以年屆四十的心情作引子，道出一般人的內心感受：「歲月催人老」、「不堪攬鏡照遲暮」。作者列舉不少人物的例子，展示四十歲仍可說出「我還年輕」的話，而非全然失去控制環境的能力。書中提及六十年代歌手西蒙 (Paul Simon) 在1991年踏入五十歲時，曾對歌迷這樣說：「我的夢想依然存在，長駐於寂靜之聲 (The Sound of Silence) 中。」不單西蒙可以蛻變成功，其他人物的例子，亦展現在這階段中，整合自我，令人生得以繼續發展新貌。

作者提出男士必須透過不同的人物事，重新定義何謂成功，並探討中年的心理危機，提醒中年男士珍惜天倫之樂。而女性則須走向獨立自主，建立足夠的自信和自我肯定，免受永久可以懷孕的迷思之誤，得以踏進生命的另一層次，能在不惑之年享受單身的歲月。

作者在開始探討第二成人期時，道出一個令不少人難以面對的事實——「完成了第一成人期的種種必需課程後，接下來將是何種光景？你將大吃一驚——人生竟還剩有如此漫長的歲月。」人壽命不斷延長，活到一百二十歲已不再是神話。惟中年的歲月常被忽略，更被「自此之後，一切便急轉直下」的迷思所困擾。惟當人能遨遊中年的晴空，便開展成人第二期的新生活，並能從被動求生通向主動自主生活的領域，經歷種種中年歲月變遷的歷程，令人生邁向閃耀的五十。作為女性便得以告別只注視青春美貌的困局和失去美貌的哀愁，以先驅的新女性精神建立個人自信；藉教育開啟經濟自主的希望之門；透過先進的醫療技術和藥物，走出更年期的困惑；與其他同齡女性享受中年歲月的溫馨。

而男性亦可以藉心理的調校、學懂承受家庭壓力，得以擺脫超凡體力和不動聲色定力的大力士情意結，不用再為頭髮稀少、體力下降、因年齡被迫退下戰線等煩惱，以致能面對現實的變遷，積極迎向未來；並重建親子關係，以樂觀的心境，追尋情感上的親密、信任與聯繫，重新塑造為人父的角色，令中年性方面的危機得以解除，兩性一同面對生命周期的變遷，處理性和婚姻關係的危機。

作者在最後一篇探討踏入六十歲後通向整合歲月的變遷歷程，以這個年齡階段的人最關心的課題：「我這一生到底有何作為？如何在衰老之前再添加些意義，會不會稍嫌太晚？」帶出人生渴望和諧，仍具活力和充滿自信地生活，便有能力重建和諧關係。對男士而言，仍可過　退而不休的快樂生活；對女性而言，仍具能力和智慧整裝待發的再創新生涯。

作者在最後一章以探尋永不衰老的祕訣為題，道出人生在六十歲的年日　，仍具選擇，並得以攀上人生的頂　，以全新的角度審視人生，眺望第二成人期的新領域，得以磨拳擦掌迎七十，並能歡慶百歲。

本書雖沒有像學術性著作般把資料以注腳形式表達，但透過社會　不同人物的真實故事、相關研究、統計數據和調查結果，已能生動地分析和描寫成年期的種種特色和處境，讓讀者從客觀的調查分析和受訪者主觀經驗，得以掌握新中年人生所展示的藍圖。

透過本書作者對中年人生的深入探討，筆者得以從一個建基於現有心理學知識、具創新思維的新角度來看成年生命的發展。作者將成人生命每十年作一階段描述，並言簡意賅地把該歲月的特徵點題式帶出，可見作者對成人生命有深切的了解。在和諧的六十後，作者積極和正面地描述七十至一百歲的四個成人後期階段，更見作者對晚年人生仍抱無限希望，此乃我們處身這個人口急遽老化的社會所必須具備的態度。

白智信