

流泪。

这就是“初老”——一个没有医学定义却真实存在于当代人心理与身体之间的状态。

什么时候开始觉得自己“老”了？

90后的初老，是从发际线后移、腰围加粗的那一刻开始的吗？是从定个闹钟，提醒自己要早睡开始的吗？是不再任性辞职、安心奉献开始的吗？是从25岁后胶原蛋白每年流失1%的冰冷数据得到验证开始的吗？还是从被小朋友叫“叔叔阿姨”时，连反驳的底气都没有了开始的呢？

好像是，又好像都不是。

就小与而言，她的初老是从买房开始的。那一年，小与终于在东部某城获得了买房资格。注意，是资格。基于此，她和父母合计，拿出彼此所有的积蓄，开始办一件她认为是她出生以来的第一件大事。小与说，那一刻，她觉得自己老了，“因为人生不再轻盈，开始变得沉重”。

自从决定买房后，小与才慢慢感觉到，周围的同学朋友，很多都陷入了楼市信息漩涡。无论是线下坐在一起吃饭，还是线上在群里聊天，主题几乎都是分享自己看到的楼市信息和看法，

当你感觉自己的整个状态，包括你的人生开始走下坡路了，觉得心态开始变得更多愁善感，或者往不好的地方去想了，**可能这就是一种初老的表现”。**

这几乎成了工作之外的最大“娱乐”。

“当我们从吐槽房价的那群人，变成了‘闭着眼也要去摇’的刚需客时，当我们斤斤计较着首付、月供和利息时，那一刻，我觉得我们老了。”在生命的律动里，小与开始不再向往冒险的刺激，开始追求稳稳的幸福。

说到“稳稳的幸福”，打开音乐App，小与准备听陈奕迅，但查看热歌榜发现，首页已经不再是自己熟悉的名字和歌曲，“那一刻，我又感觉我们老了”。

不仅是“90后初老症”，

如今，搜索引擎给“初老”的定义是——“因为工作压力以及生活紧凑的影响，现代人往往心比实际年龄老得快，不知不觉中，年纪轻轻时，就开始面临了老的征兆。”

上海市精神卫生中心老年科主任医师岳玲在接受《新民周刊》采访时表示，“初老”其实不是一个医学概念，“不需要特别定义‘初老’是从几岁开始的。我觉得更多的应该是心态。当你感觉自己的整个状态，包括你的人生开始走下坡路了，觉得心态开始变得更多愁善感，或者往不好的地方去想了，可能这就是一种

右图：“初老”一词最早出现在林依晨的新剧《我可能不会爱你》中。剧中将“初老症”定义为因高压生活导致心理早于生理衰老的现象。

