

有趣的是，患病本身也会降低人们的幸福感。也就是说，不幸福和患病之间，很可能存在着一种恶性循环：不幸福的人更容易患病，而患病又会加剧他们的不幸福感，从而陷入一个难以跳脱的怪圈。所以，想要长寿，先要幸福！

此外，阅尽千帆的老人们对生活的感悟也会比之前多了很多，更能够以一个较为从容的心态去看待之后的老年生活。他们能够更好地控制自己的情绪，避免因小事情而产生的焦虑和压力。与此同时，老年人对生活的期望和需求相对较低，他们更加满足于现有的生活状态。这种心理状态有助于他们感受到更多的幸福感。

既有时间，又有金钱，还有体力，这难道还不是人生最幸福的时刻吗？

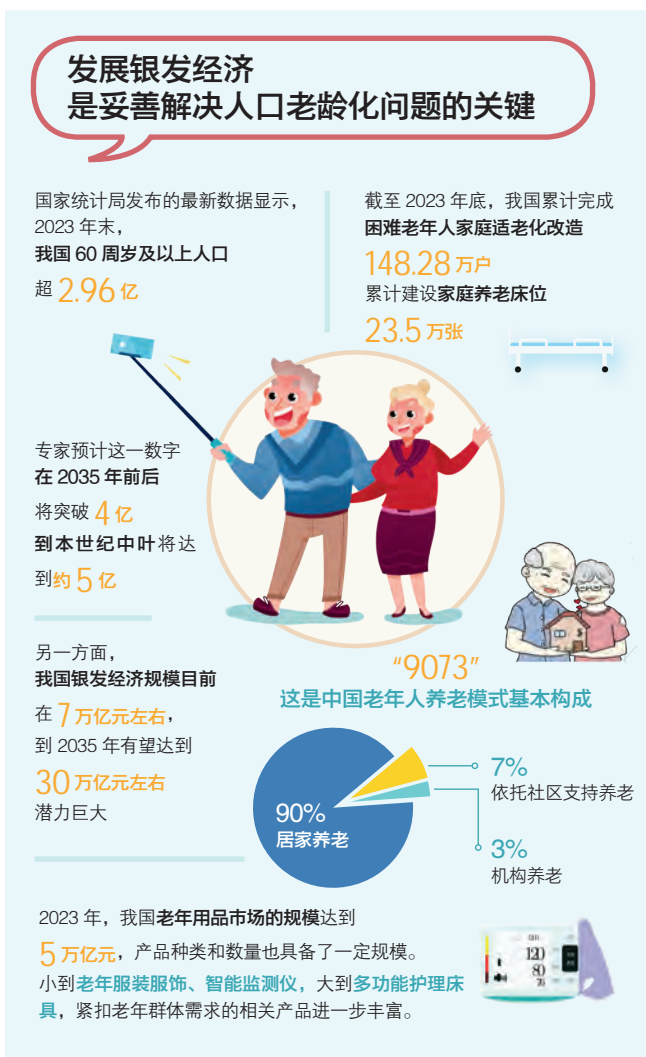
银发经济大有可为

彭希哲指出，人类社会已经开始全面进入老龄化时代。人口的老龄化作为一种长期趋势，在所有的国家和地区都概莫能外，差别只是出现的早晚和进程的快慢。在一个相当长的时期内，中国乃至全球人口老龄化的趋势在总体上都将不可逆转。随着人类社会的进一步发展，现代医学以及生命科学有望得到新的突破，人类寿命进一步延长的可能性不断增大，而人类恢复到传统社会的高生育率和大家庭模式的概率微乎其微。因此，这个世界会再次变得年轻的可能性越来越小，人口老龄化正在成为人类社会的常态。

与之相对应的则是，任何关于老年人的制度设计都可能上溯、波及其他年龄段的公共福祉分配和接续，因此老龄化的战略设计需要更充分考虑全体社会成员的需求与价值，将老年人短期的养老需求与国家的长期稳定发展相结合。“老年人养老金的平衡与可持续，需要提高全社会的劳动生产率和老年人的经济参与。”

在养老服务体系不断健全的趋势下，中国的养老退休金已经经历了17年连涨，老龄群体基本获得了经济保障。据国家统计局数据，2015年我国月平均养老金达2251元，已经超过国民人均月收入1830.5元；2020年，月平均养老金来到了2940元，依然超过2682元的国民人均月收入。当然养老金在城乡和地区之间以及不同退休群体间还存在不少差异。

彭希哲指出，眼下我们全社会还没有充分地发展针对老年人的服务和产品。我们提供的服务大多是传统的服务，达不到



现代老年人，特别是新老年人的要求，比如说养生、旅游、再就业以及老年大学等。“我们要分析不同老年群体的需求和困难，通过有效的社会政策和公共服务来尽可能地满足不同老年群体的需求，特别是农村养老服务、孤寡残障失能等特殊困难老年人的服务，整体上提升老年人口的幸福感。”

未来的老年群体是新一代老年群体，规模、财富、需求都有大幅增长，消费模式、消费意愿也发生了很大的变化。在如何将需求转化成市场方面，老年金融可以发挥巨大的作用。彭希哲建议，金融机构应开发符合老年人特点的支付、储蓄、理财、信托、保险、公募基金等养老金融产品，研究完善金融等配套政策支持，让老年群体愿意消费、愿意投资，将银发市场、银发经济推向新的高度。📌