

活成本已经很低了：“牛蛙15一斤现杀、排骨15一斤、草莓六七块一斤，最爱吃的小芒果8块一斤。”

一个月后，他从云南西双版纳迁徙到广西，发现广西生活成本更低。难怪曾旅居海南的人们现在纷纷向广西、云南迁徙。

房车营地一位呼市车友在建水古城买了新房，准备把父母接过来；建水以古陶著名，放在前些年，布衣准能搬回一堆陶器，现在不想再占有了，从陶艺人家出来，一把茶壶茶盏也没买。

有劳而获的能量才会更让人兴奋。踏上旅途，自己探索生活的乐趣，就连做饭也成了旅居中有趣的一桩功课，每天都能换着花样。

在旅途中让世界慢下来也是可能的，只需要一些说“不”的勇气，不再随波逐流。城市生活制造出来的那些迷雾，全都可以放掉。

旅居这种高度专注、全然开放的生活方式，慢慢清空了头脑里储存的垃圾，重建内心简单的状态。生活呈现出它本来的样子，简单，快乐。这几乎就是健康最好的表达了。

退休后给自己一个好时光，让自己休息一下，只是享受日子，享受平常状态就好。

布衣开始重新发现云儿、阳光、天气、山林……开始重新发现许多事情。“早上从罗浮山再次移居到广州花都区的一个优质营地，目前只有我们三台车，阴阴的天空，更加衬托出空气的清新，鸟语花香，静谧的令人陶醉……不知车友们是否认同，我们在全国都有家，到处都是后花园，四处都是菜市场，尝遍各地的美味；夏不流汗，冬不受冻；想留就留，想走就走，随心所欲。”

春节前，布衣追随车友来到了广东茂名过年。茂名被誉为广东的洱海、马尔代夫，湖之大赛过西湖。茂名人的友善好客也让他难忘和惊奇。

2024年大年初一，第一次在外旅居过年的布衣，感觉到从未有过的祥和。发朋友圈号召更多的朋友，“尽快摆脱繁忙，尽快享受人生，有口饭吃足矣。”

迁徙地图2：惠州（广东）-乳山（山东）

旅居生活慢慢找回自己真是一种幸运

旅途中完整地审视自己的生命，红姐（化名）不再畏惧老去，她真正爱上完整生命，包括当下这个步入老年的阶段。

当她能够单纯地做自己，她发现什么也不需要，就已经帮了这个世界大忙了。

红姐发现自己这一代人，很多问题都来自于自责自怨。旅途中放掉这样的态度，放它走，做个简单真诚的人，不再围着孩子、家庭、医院、美容院年卡、移动套餐……离开了这些，她发现只要活出最普通的样子就很美好了。

一开始，她自己都觉得是不是“自私”了一点？

旅居是她退休后选择的生活方式，也是重拾自己的梦想。丈夫去世后，她把家乡的理发店盘了出去，到27岁的女儿身边陪她“北漂”了一段时间，每天忙里忙外。红姐总是看不惯年轻人熬夜、吃外卖、衣服乱扔，忍不住唠叨，闹得两个人都不开心。日子长了，她意识到，女儿早就不是小孩了，自己需要放手。

最后她决定，一个人出门旅居。这是她年轻时和丈夫曾一起拥有过的梦想：两人开着一辆房车，走走停停，游遍祖国大好河山。

然而，直到丈夫去世，这个梦想也没实现。

她花了几年时间从丈夫去世的阴影里走出来，现在感觉女儿也独立了，调整好状态后，红姐决定独自上路，“虽然是一个人，没有房车，但我可以坐火车、坐飞机。”

2022年12月，红姐在广东惠州开启了旅居生活第一步。惠州背山临海，满眼绿植，气候温润，令常年生活在北方的她格外喜欢。租的房子就在海边，心情不好时，下楼就能看到大海，烦恼也随着海浪消融于无边无际的海水中。

她并没有报团，觉得一个人时间更加自由。她还开了个短视频账号记录自己的旅居生活。

在惠州，她也重建了自己的生活节奏：6点半起床晨跑，8点吃早餐，9点上一节健身课，10点半后做一顿营养均衡的午饭，下午思考短视频文案，晚上8点再上一场健身课。空闲时，就约新朋友喝茶、散步，去海边唱歌、敲非洲鼓。

有网友评论她“自私”，“不管孩子，等老了生病了，有你哭的”，但红姐完全不介意。对现在的她来说，“自私”不算贬义词。她从18岁就开始工作养家，现在才终于活出了自己想要的样子。“这辈子还没有像这样，以自己为中心，真正活在自己的世界里。”

她甚至发现，旅居后，自己和女儿反而更理解彼此了。她越来越觉得，无论是自己还是女儿，都没必要按某种规定来生活。

2023年4月下旬，红姐在惠州的旅居生活告一段落，回北京看女儿。看到女儿偶尔忙工作忙得吃不上饭，她问女儿：要不要再照顾她一段时间？女儿却说，“什