

Ας χαρούμε τη βόλτα. Δεν υπάρχει εισιτήριο επιστροφής!

(Πώς να παραμείνουμε νέοι)

- 1.Πετάξτε τους ασήμαντους αριθμούς. Αυτό συμπεριλαμβάνει την ηλικία, το βάρος και το ύψος. Αφήστε τους γιατρούς να νοιάζονται γι' αυτά. Γι' αυτό τους πληρώνετε άλλωστε.
- 2.Κρατήστε μόνον τους ευχάριστους φίλους. Οι γκρινιάρηδες σας ρίχνουν.
- 3.Να μαθαίνετε συνεχώς! Μάθετε περισσότερα για τους υπολογιστές, τις τέχνες, την κηπουρική, οτιδήποτε, ακόμη και για το ραδιόφωνο. Να μην αφήνετε ποτέ τον εγκέφαλο ανενεργό. «Ένα ανενεργό μυαλό είναι το εργαστήριο του Διαβόλου».Και το επίθετο του διαβόλου είναι Αλτζχάιμερ.
- 4.Απολαύστε τα απλά πράγματα.
- 5.Γελάτε συχνά, διαρκώς και δυνατά. Γελάστε μέχρι να σας κοπεί η ανάσα.
- 6.Τα δάκρυα τυχαίνουν... Υπομείνετε, πενήστε, και προχωρήστε παραπέρα. Το μόνο άτομο, που μένει μαζί μας για ολόκληρη τη ζωή μας είναι ο εαυτός μας. Να είστε ζωντανό ενόσω είστε εν ζωή.
- 7.Περιβάλλετε τον εαυτό σας με ό, τι αγαπάτε, είτε είναι η οικογένεια, τα κατοικίδια, η μουσική, τα φυτά, τα ενδιαφέροντά σας, οτιδήποτε. Το σπίτι σας είναι το καταφύγιό σας.
- 8.Να τιμάτε την υγεία σας: Εάν είναι καλή, διατηρήστε την. Εάν είναι ασταθής, βελτιώστε την. Εάν είναι πέραν της βελτιώσεως, ζητήστε βοήθεια.
- 9.Μην κάνετε βόλτες στην ενοχή. Κάντε μια βόλτα στα μαγαζιά, ακόμη και στον διπλανό νομό ή σε μια ξένη χώρα αλλά ΜΗΝ πηγαίνετε εκεί που βρίσκεται η ενοχή.
- 10.Πείτε στους ανθρώπους που αγαπάτε ότι τους αγαπάτε, σε κάθε ευκαιρία.

ΚΑΙ ΠΑΝΤΑ ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ:

Η ζωή δεν μετριέται από τον αριθμό των αναπνοών που παίρνουμε, αλλά από τις στιγμές που μας κόβουν την ανάσα

Το ταξίδι της ζωής δεν είναι για να φθάσουμε στο τέλος με ασφάλεια σ' ένα καλοδιατηρημένο σώμα, αλλά κυρίως για να ξεγλυστράμε προς όλες τις πλευρές, πλήρως εξαντλημένοι, φωνάζοντας

‘...ρε γαμώτο.....τι βόλτα !!!

Οι απόψεις του George Carlin's για τα γηρατειά