

Как достойно встретить старость? Ментальные настройки или просто жизненные принципы

После того как я сформулировала, как создать финансовую базу старения и обеспечить более или менее нормальный уровень здоровья, я озаботилась поисками системы ценностей или взглядов в пожилом возрасте. Я посмотрела вокруг, чтобы сформулировать, чем меня раздражают пожилые люди, какие ошибки в поведении и общении они допускают.

И знаете, что получилось? Думая о жизненных ценностях в пожилом возрасте, я пришла к своим принципам на настоящий момент и, надеюсь, насовсем. Вначале я наформулировала **правил** вагон и маленькую тележку, вроде таких:

никогда не вспоминай, что «раньше трава была зеленой, деревья гуще и мужики моложе», «как молоды мы были, как чисто мы любили»;

никогда не влюбляйся в молодых мужчин и не верь их словам о любви;

никогда не сиди на лавочке и не смотри целыми днями сериалы.

А потом, я подумала: всё, о чем я раньше говорила «никогда», – я сделала.

Например, когда перед рождением ребенка мы покупали коляску у одной дамы, я, зайдя в её квартиру (дама очень обеспеченная женщина и живет в хорошем доме с консьержем), подумала: «Как можно довести квартиру до такого? Ну, трое детей, но можно же как-то организовать и хотя бы проходы разобрать между креслами и кроватями». И решила: после рождения ребенка – у меня такого не будет! Есть система флайледи, есть режим труда и отдыха – я справлюсь. И я справлялась... пока была домработница, а вот с мая по октябрь, когда она ушла в очередной огородный отпуск...

Короче, в настоящий момент я печатаю этот текст, воображая себя Франсуазой Саган с блокнотиком в кафе на Монмартре или, на худой случай, Натальей Радуловой с ноутбуком в «Шоколаднице» на Тверской. И стараюсь не смотреть по сторонам, а то сильно пугаюсь.

Как достойно встретить старость

Автор: admin

03.10.2011 23:52 - Обновлено 29.10.2014 10:30

А откуда мне знать, как мой мозг будет работать в старости? Может, у меня взиграет гормон, и я по уши влюблюсь в молодого поджарого темноволосого мужчину (люблю таких), и сузятся сосуды мозга... настолько, что я поверю – это взаимно?

А может, на почве старческого слабоумия и сентиментальности начну плакать над сериалами? И, чтобы прокалить на солнышке старческие кости, буду часами просиживать на лавочке во дворе?

Поэтому мой **первый** сформулированный принцип старения, да и вообще всей жизни: «Никогда не говори "никогда"».

Второй принцип я сформулировала, после того как поняла, что меня большего всего раздражает в пожилых людях. Это то, что они всех осуждают (я посиделки бабушек возле подъезда иначе как «трибуналами» не называю) и постоянно учат жить.

Поэтому мой **второй** принцип – «Не судите, и не судимы будете». По жизни замечено, стоит только сказать: «Я не такая!» – как сразу же совершишь нечто и станешь «такой-растакой».

И третий принцип, а заодно и упражнение для души и ума:

«Если хочешь кого-то поучить жить, запиши свои поучения и промолчи». А еще лучше – продай записанные наставления.

Так делал Сомерсет Моэм, который вместо того, чтобы надоедать молодежи, уединился и писал книги.

Так сделал замечательный Андре Моруа, который, достигнув определенного возраста, написал изящные «Письма Незнакомке», в которых учит молодую женщину общению с мужчинами, отношению к жизни, как справиться с мужской изменой и многому другому.

Как достойно встретить старость

Автор: admin

03.10.2011 23:52 - Обновлено 29.10.2014 10:30

И – вновь и вновь я с удовольствием читаю эти остроумные и полезные советы.

Так сейчас делает и Светлана Ермакова, которая любит это занятие (советовать и учить), но вместо того чтобы надоедать сыну, ведет блог и пишет книги (не со всеми советами этого человека я согласна, но сам метод – делай, что нравится, и получай деньги – очень привлекает).

Мало того, анализируя опыт своих долгожителей-родственников (бабушка со стороны отца официально прожила до 93 лет, неофициально – даже не знаю сколько, дедушка по матери – до 89 лет), которые до последних дней оставались в здравом уме и твердой памяти, разумными, логичными и деловыми, вижу, что их объединяет одна вещь.

Они каждый день что-то писали. Бабушка вела коммерческую деятельность по продаже продукции своего сада (кстати, оставила много-много денег, которые в 90-е годы превратились в мусор), записывала доходы-расходы, долги (типа «Клава принесла десятку») и вела активную переписку с детьми и внуками. Дедушка записывал свое мнение о просмотренных фильмах и прочитанных книгах, писал стихи и много-много писем.

Потому еще раз – мой **третий** жизненный принцип: «Ни дня без строки».

Я и так пишу по жизни очень много (в блог, статьи для онлайн-изданий и семейный мемуарник), потому как для меня – читать, писать и путешествовать равно жить и дышать.

Итого, у меня три жизненных принципа, которым следую и буду продолжать следовать. Мое кредо:

1. Никогда не говорить «никогда»;
2. Не судите, да не судимы будете;
3. Ни дня без строки.

Как достойно встретить старость

Автор: admin

03.10.2011 23:52 - Обновлено 29.10.2014 10:30

А какими жизненными принципами руководствуетесь Вы? Помимо 10 заповедей, конечно, – это основа, которая не обсуждается.

Автор - Елена Ананичева

[Источник](#)