

60 TUỔI TRỞ LÊN, BẠN DỰA VÀO AI?

Trăng Khuyết - tháng 4, 2020



Bản thân, bản thân và bản thân. Câu trả lời vẫn chỉ có thể là bản thân.

Có một chiếc nôi của riêng mình, trước lúc chết tuyệt đối không được vứt bỏ, có một người vợ (người chồng), hãy tận tâm đồng hành; có một cơ thể, hãy bảo trọng thật tốt; có một trạng thái tốt, hãy tự tạo niềm vui cho chính bản thân mình!

Già rồi, chúng ta đã già rồi! Chỉ là sức khỏe vẫn còn tốt, đầu óc còn tỉnh táo, người già, mong đợi ai! Để bàn về chuyện này cần phân ra vài giai đoạn.

Giai đoạn đầu tiên

Sau khi nghỉ hưu độ 60-70 tuổi cơ thể còn tốt, có điều kiện. Thích ăn gì thì ăn nhiều một chút, muốn mặc gì thì mặc đẹp một chút, muốn vui chơi thì cứ thả sức vui chơi. Đừng tiếp tục hà khắc với chính mình, quãng thời gian thế này không còn nhiều, cần trân trọng nắm giữ. Luôn giữ trong mình một khoản tiền, giữ lại ngôi nhà, sắp xếp sẵn đường lui cuối đời.

Kinh tế của con mạnh là nỗ lực của các con, người con hiếu thuận là lòng cảm ân đối với phụ mẫu. Chúng ta không từ chối nhận tài trợ, chúng ta cũng không nên từ chối sự hiếu thuận từ các con. Nhưng cũng vẫn phải dựa vào bản thân mình là chính, tự có kế hoạch cuộc sống của mình.

Giai đoạn thứ hai

Sau năm 70 tuổi không bệnh không tật, cuộc sống vẫn có thể tự chăm sóc bản thân, điều này không phải vấn đề to tát gì, nhưng lúc này đây đã thực sự ý thức, bản thân già thật rồi, dần dần thể lực và tinh lực đều không còn được như trước, phản ứng càng ngày càng tệ hơn, ăn uống chậm chạp - tránh bị nghẹn, đi đứng từ từ - tránh bị ngã. Bạn không thể tiếp tục dũng cảm, cần để ý chăm sóc bản thân!

Đừng tiếp tục quản này quản kia, quản con quản cái, quản cả đời thứ ba, thật ra bạn đã quản cả một đời người, ích kỷ một chút, quản tốt bản thân mình là được rồi, mọi thứ cần kiểm chế mức độ vừa phải, giúp quét dọn, cố gắng giữ gìn sức khỏe của chính mình duy trì lâu thêm một chút. Hãy cho chính mình thời gian để có thể sống độc lập càng lâu càng tốt sẽ tốt hơn so với cuộc sống cầu ,nhờ vả người.

Giai đoạn thứ 3.

Khi sức khỏe kém đi, cần có sự trợ giúp từ người khác! Nhất định phải được chuẩn bị kỹ lưỡng, tuyệt đối hầu hết mọi người sẽ không thể lường trước ải này. Cần điều chỉnh tâm trạng, để thích ứng. Sinh lão bệnh tử là thường thái đời người nhất định phải đối mặt. Đã là giai đoạn cuối cùng trong cuộc đời chẳng có gì đáng sợ hãi, khi đã có sự chuẩn bị bản thân sẽ không quá buồn tủi.

Hoặc đi vào viện dưỡng lão hoặc thuê bảo dưỡng chăm sóc tại nhà, tùy vào khả năng, mà bố trí thích hợp, mọi thứ đều luôn có cách giải quyết, nguyên tắc là không để mặc con cái lo liệu, đừng tạo cho con trẻ thêm quá nhiều gánh nặng tâm lý, việc nhà, kinh tế. Bản thân tự khắc phục nhiều một chút, cả đời bươn trải có những đau khổ và khó khăn nào chúng ta chưa từng trải qua, tin rằng cuộc hành trình cuối đời chỉ cần bình tĩnh chúng ta có thể vượt qua một cách dễ dàng.

Giai đoạn thứ tư.

Khi tinh thần tỉnh táo, nhưng bệnh lý không cách nào chữa khỏi, cuộc sống hoàn toàn tồi tệ, chúng ta nên dũng cảm đối mặt với cái chết, kiên quyết không để gia đình, người thân và bạn bè lãng phí thời gian tiền bạc vô ích để giúp chúng ta giành lại cuộc sống với tử thần.

Tóm lại, cho dù bạn thọ lâu đến mức nào, cuối cùng cũng là một con người, câu nói này tuyệt nhiên không bi ai, không khủng khiếp, tất cả phụ thuộc vào cách sắp xếp cuộc sống của bạn, để xem bạn có phải là người có một tâm lý trưởng thành. Cảm thấy xứng đáng thì hãy hành động ngay, đừng quên, kiếp người chỉ có một lần, bắt gặp niềm vui và hạnh phúc, thì đừng bao giờ để dành lại kiếp sau.

Lời kết :

Những người bạn già xin hãy ghi nhận! Đời chúng ta hiếu thuận phụ mẫu, nhưng đến thế hệ sau lại bỏ rơi chúng ta, tuyệt đối đừng bao giờ oán trách "Người trên thiên đàng, tiền trong tài khoản", nào là "một người quá đỗi cô độc", "già rồi, chẳng có ai chăm sóc." ...

Điều này sớm đã trở thành suy nghĩ lỗi thời của thế hệ ngày nay mất rồi...

Sưu tầm

#ncctv