

Пазите и не заборавите – старост свакоме треба да се деси. Ако будемо имали среће и мудрости. Старост није болест. Старење је природно животно доба које има предности и мане. Старост не треба прескакати бежањем у болест, преоптерећеност обавезама према деци, унуцима, сродницима.

Постављање питања – како човек данас може избећи старење је утопија. Увек је била. Старење се не може и не треба избећи. И опет – оно сваком од нас треба да се деси.

Ако вас неко саветује како да избегнете старост, не верујте му. Старост се не избегава. Ако избегавамо да се суочимо са прехладом, све су шансе да зарадимо упалу плућа. За старост се припремамо биолошки/здравствено, психолошки и социјално.

Ако будемо имали среће. И пре тога – ако будемо довољно мудри и брижни према себи.