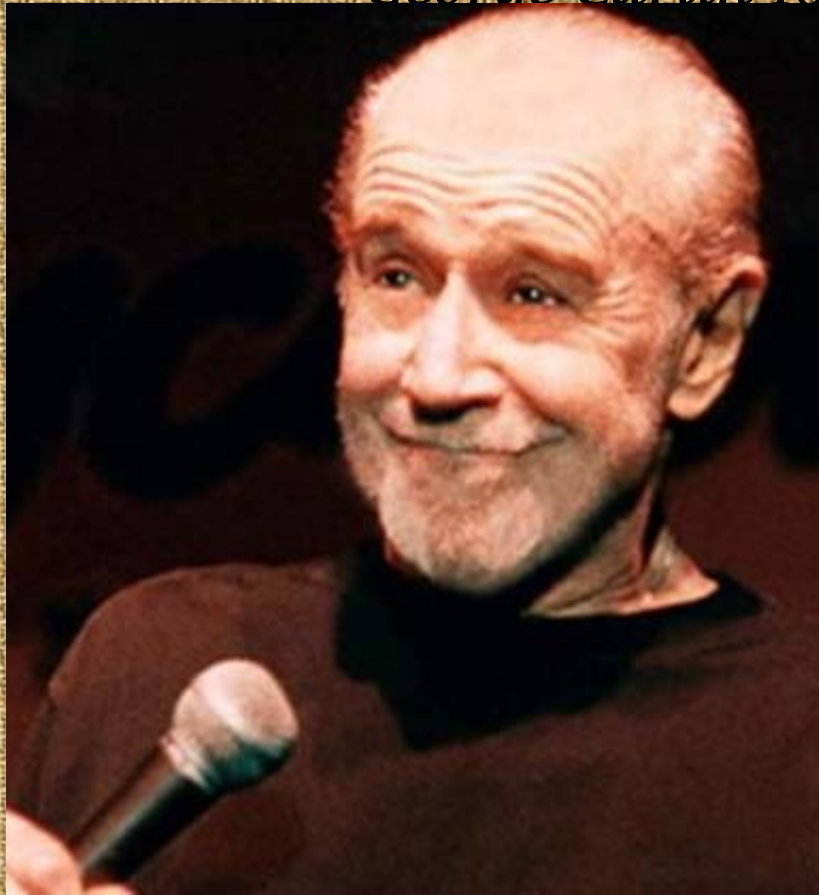


# *Åldrandets filosofi*

*George Carlin 102 år. (Absolut  
)*

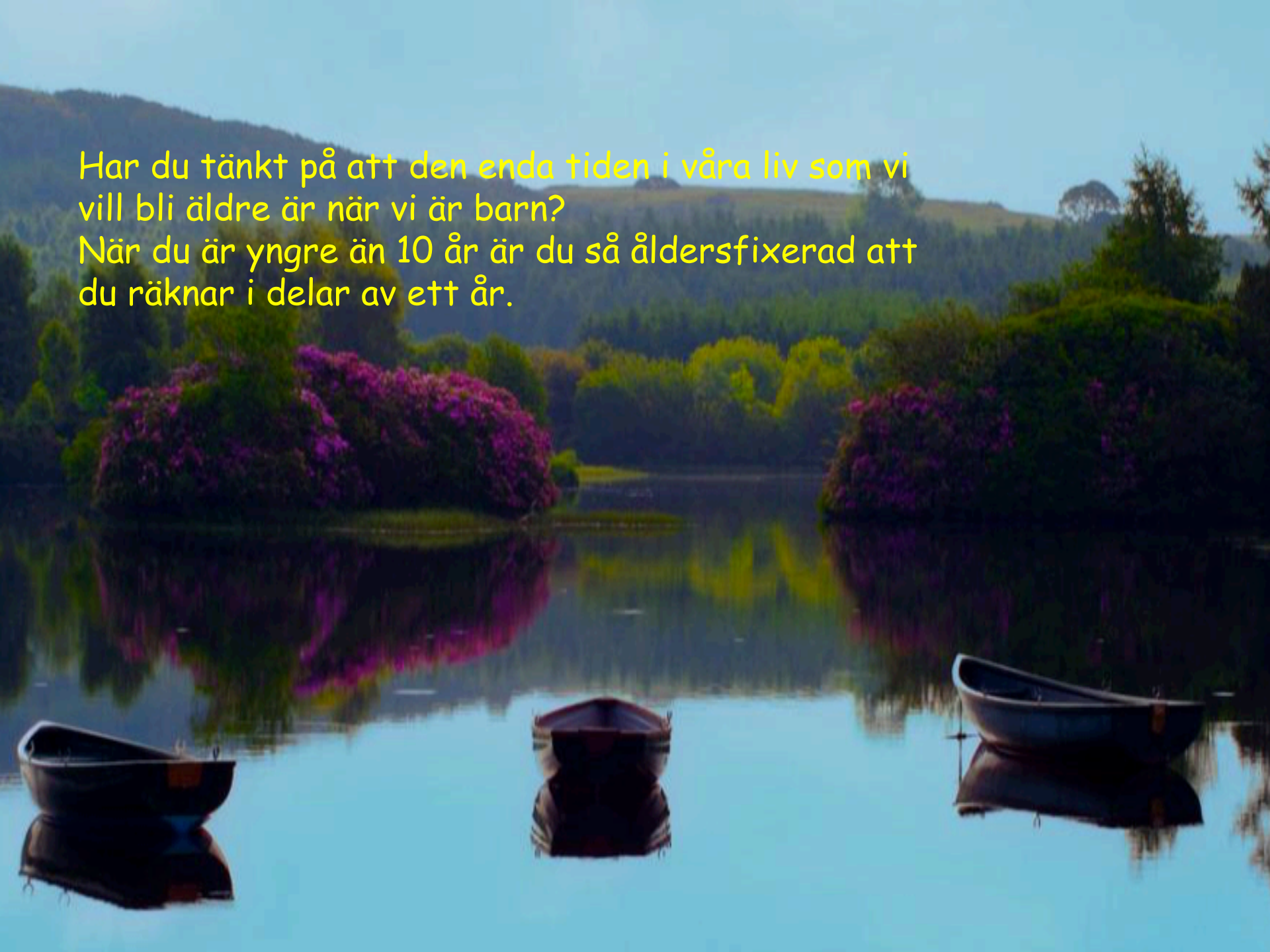


Om du inte läser detta till slutet, har du förlorat en dag i ditt liv.  
Men när du förhoppningsfullt läst färdigt, gör som jag - skicka det vidare,

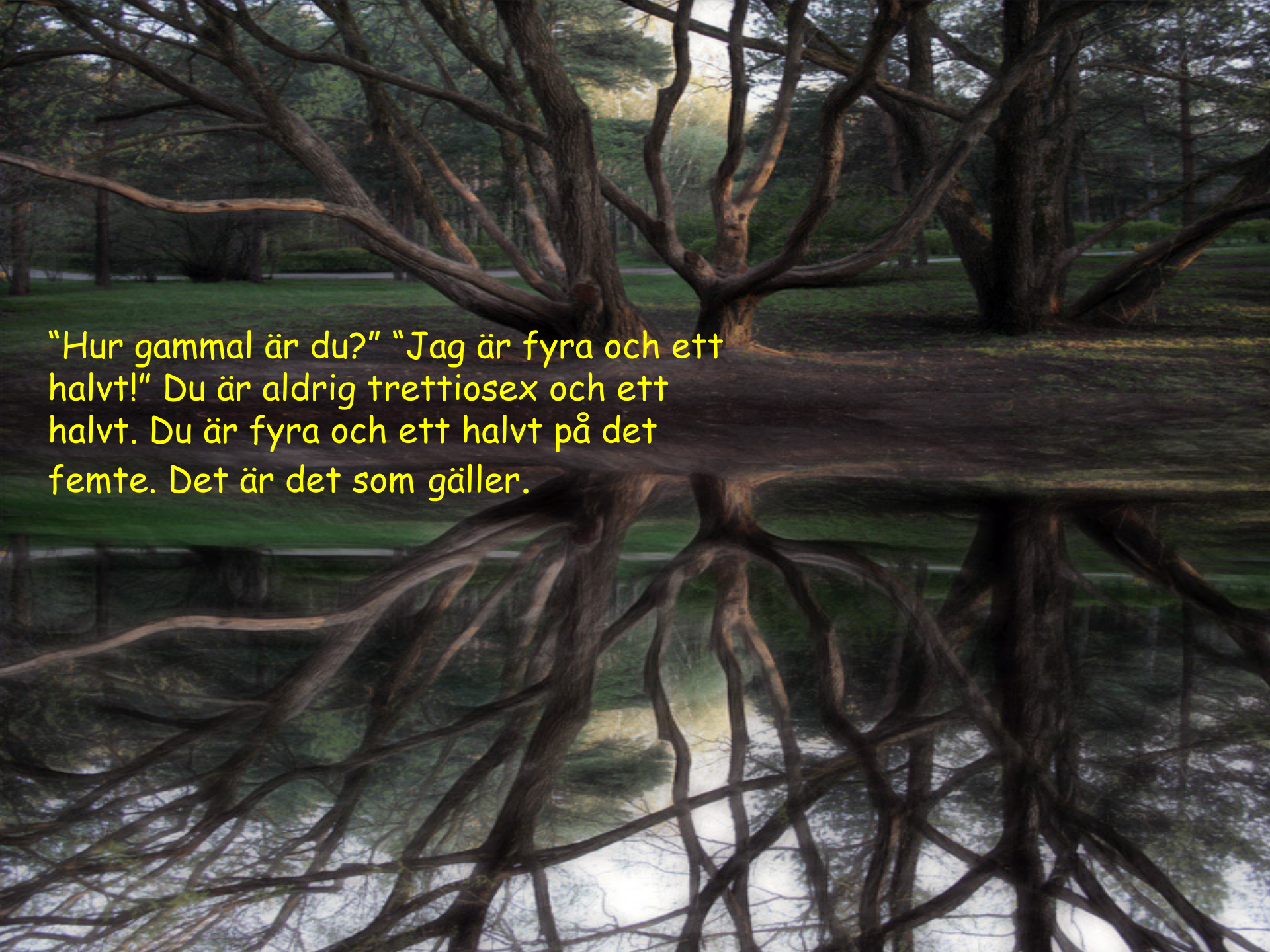
Klicka för att gå vidare



Har du tänkt på att den enda tiden i våra liv som vi vill bli äldre är när vi är barn?  
När du är yngre än 10 år är du så åldersfixerad att du räknar i delar av ett år.







"Hur gammal är du?" "Jag är fyra och ett halvt!" "Du är aldrig trettiosex och ett halvt. Du är fyra och ett halvt på det femte. Det är det som gäller."





När du kommer upp i tonåren, blir du svår att bromsa. Du hoppar fram ett, ibland flera år när du blir tillfrågad.





"Hur gammal är du?"

"Jag kommer att fylla 16. Du kanske bara är 13

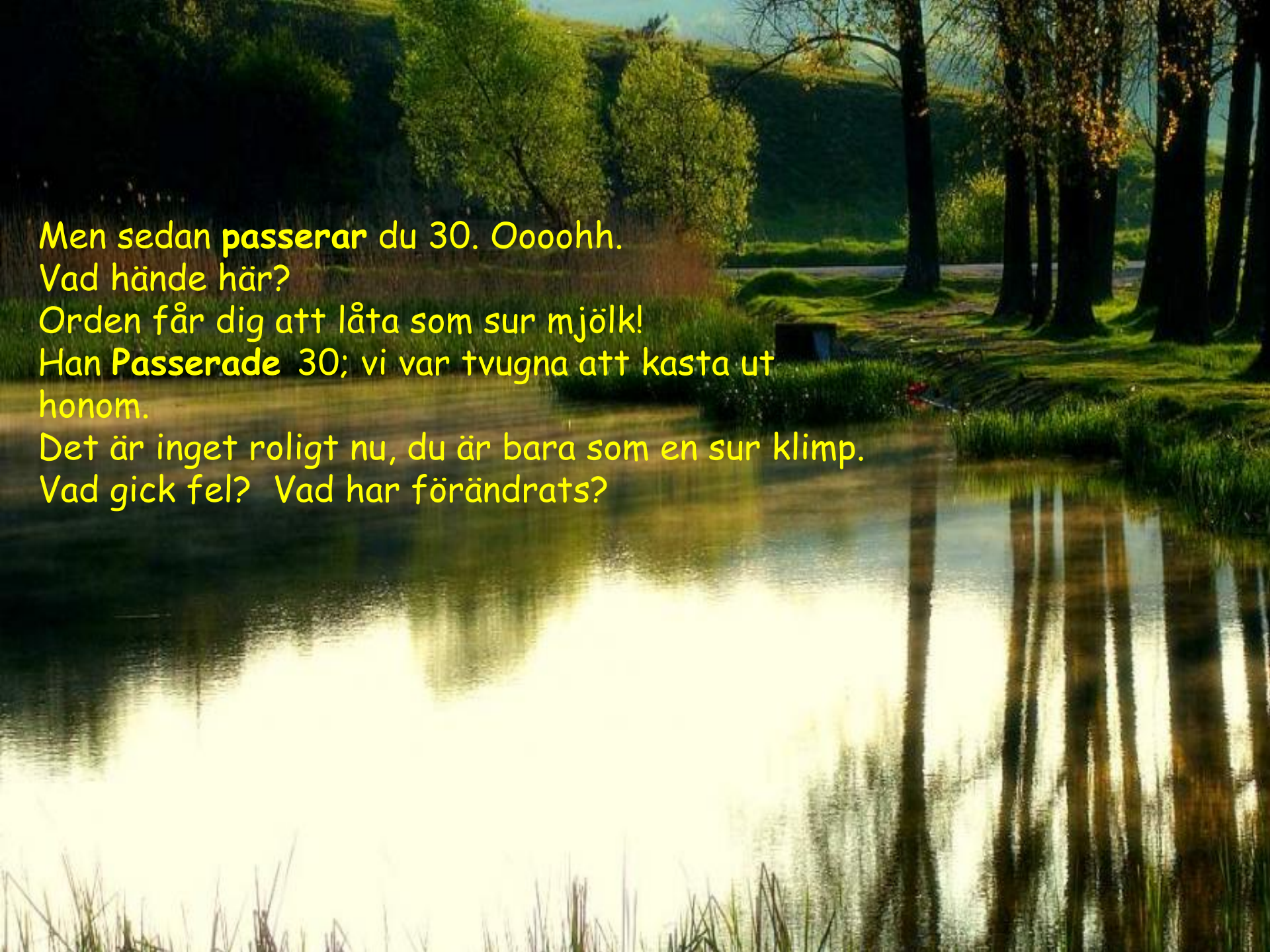
Men hallå, du kommer att fylla 16.

Och sedan den största dagen i ditt unga liv, du blir 21..... .

Bara orden låter som en högtidig ceremoni.


**Visst du blir 21... YESSSS!!!**



A scenic landscape featuring a calm pond in the foreground, reflecting the sky and surrounding greenery. The background shows rolling hills and a line of trees, including several tall, slender trees on the right side. The overall atmosphere is peaceful and natural.

Men sedan passerar du 30. Oooohh.  
Vad hände här?  
Orden får dig att låta som sur mjölk!  
Han Passerade 30; vi var tvugna att kasta ut  
honom.  
Det är inget roligt nu, du är bara som en sur klimp.  
Vad gick fel? Vad har förändrats?



A scenic autumn landscape featuring a calm lake in the foreground that perfectly reflects the surrounding forest. The trees are in various stages of autumn, with some showing vibrant yellow and orange foliage, while others are still green or have turned dark brown. The background shows a rocky hillside. The overall atmosphere is peaceful and serene.

Du **BLIR** 21, du **PASSERAR** 30,  
Sedan **GÅR** du mot 40.... Hjälp!  
Dra i nödbromsen.  
Allt glider iväg.  
Innan du vet ordet av, har du **NÅTT** 50  
och dina drömmar tonar bort.




**Men vänta lite!!!**

Du **KLARAR** dig till 60.

Det trodde du inte när du var riktigt ung!





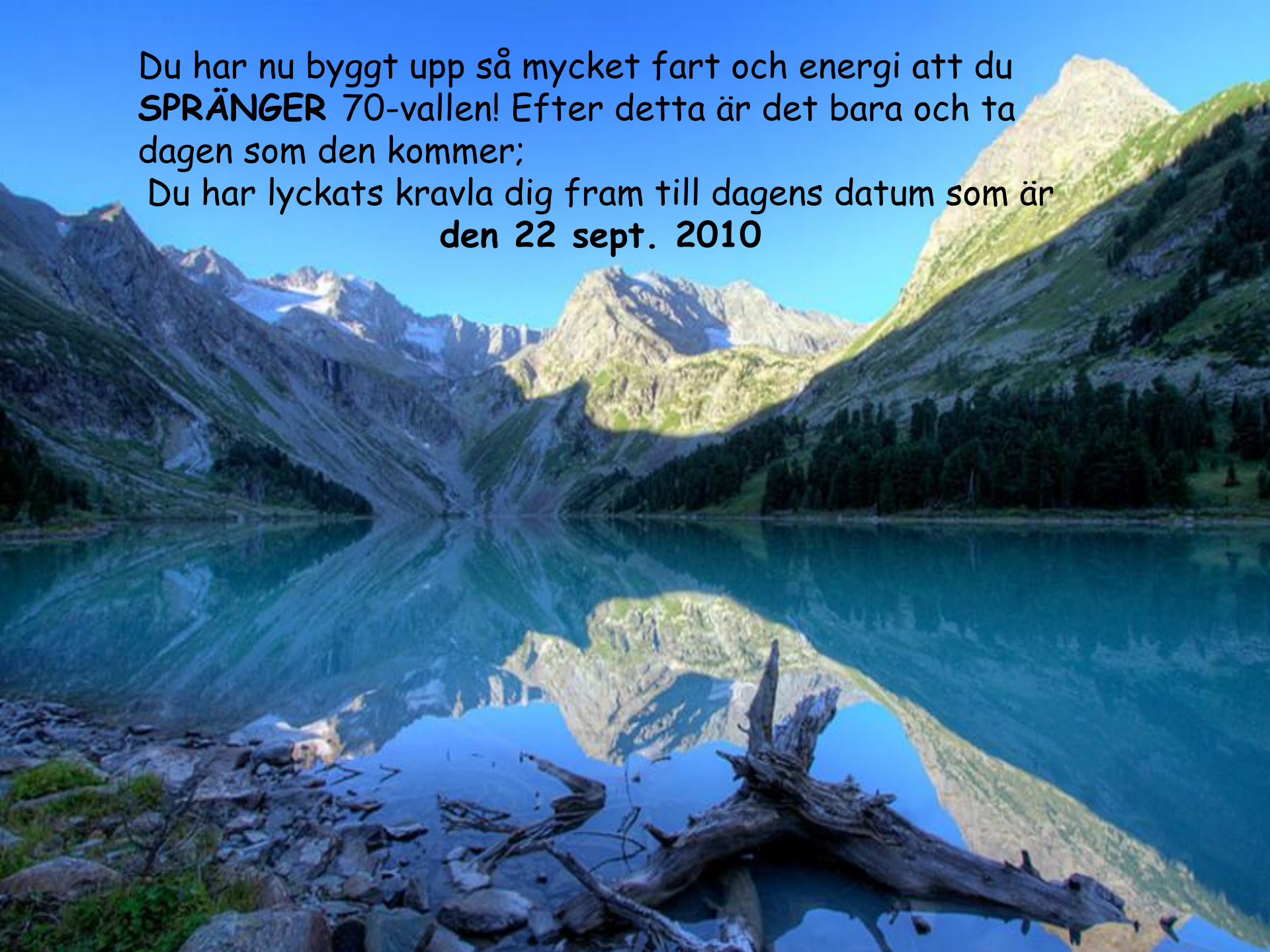
A scenic landscape featuring a calm pond in the foreground, reflecting the sky and surrounding greenery. The pond is bordered by tall grasses and reeds. In the background, there are rolling green hills and a line of trees, including several tall, slender trees on the right side. The lighting suggests a bright, sunny day, with the sun low in the sky, creating a warm, golden glow. The overall atmosphere is peaceful and natural.

Så du **BLIR** 21,  
**PASSERAR** 30, **GÅR** mot de 40, **NÅR** 50  
och **KLARAR** dig till 60.




Du har nu byggt upp så mycket fart och energi att du **SPRÄNGER** 70-vallen! Efter detta är det bara och ta dagen som den kommer;

Du har lyckats kravla dig fram till dagens datum som är **den 22 sept. 2010**







Om allt går bra uppnår du 80-års åldern, och varje dag blir ett komplett kretslopp; Du vaknar, äter lunch, tar kanske en slumsa på eftermiddagen, tittar lite på TV. Sedan är det snart sängdags igen.

Och det slutar inte där, är du frisk och får ha hälsan i behåll när du snart 90, och nu börjar du gå baklänges "jag fyllde nyligen 91."





Nu händer något konstigt.  
Överlever du till 100 blir du som ett litet barn igen.  
"Jag är 100 och ett halvt!  
Hoppas att ni alla förblir vid god hälsa och uppnår 100 och ett halvt!!



# HUR MAN HÅLLER SIG UNG

## 1. Undvik alla nonsenssiffror.

Dessa inkluderar ålder, vikt och längd.  
Låt din doktor bekymra sig om sånt. Det  
därför du betalar hans arvode.

## 2. Försök att bara skaffa glada och pigga vänner.

De sura och griniga drar bara ner dig.



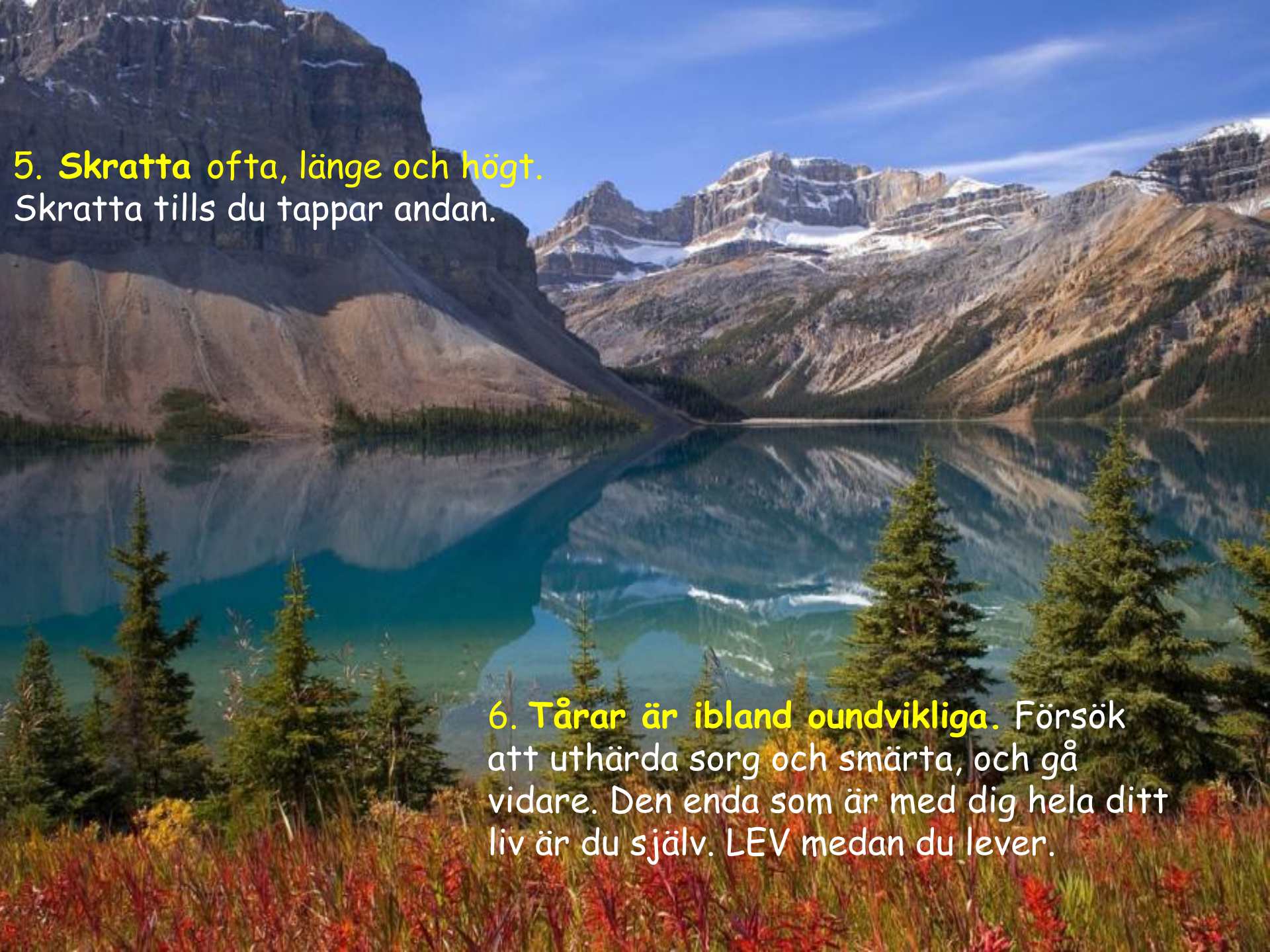


### 3. Lär så länge du lever.

Lär dig mer om datorer, hantverk, trädgårdsskötsel, eller vad som helst...  
Låt aldrig hjärnan gå på tomgång. "Ett sinne på tomgång är djävulens verkstad"  
Och djävulens namn är Alzheimer's.

### 4. Njut av enkla saker.





5. **Skratta ofta, länge och högt.**  
Skratta tills du tappar andan.

6. **Tårar är ibland oundvikliga.** Försök att uthärda sorg och smärta, och gå vidare. Den enda som är med dig hela ditt liv är du själv. LEV medan du lever.





**7. Omge dig själv med sådant du älskar,**  
Antingen det är familjen, husdjur,  
minnessaker, musik, växter, hobbies eller  
vad det nu är. Ditt hem är din fristad.

**8. Vårda din hälsa:**

Om den är god, försök att bibehålla den.

Om den är instabil, försök att förbättra den.

Om den är bortom din förmåga att förbättra  
den, skaffa hjälp.





**9. Gör inga "skuldresor".**

Ta en tripp till köpcentret,  
eller till en annan stad eller landskap;  
Till ett främmande land,  
men INTE dit du finner skuld känsla.

**10. Ta varje tillfälle i akt och berätta  
för folk att du älskar och tycker om  
dem.**





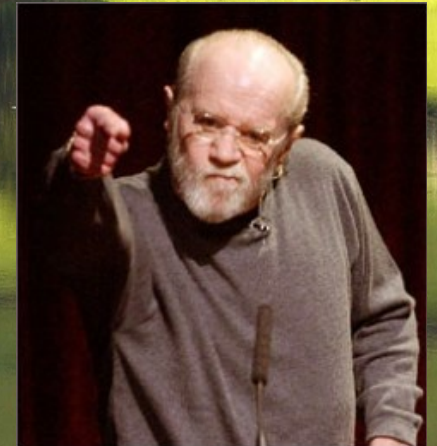
## **OCH KOM ALLTID IHÅG:**

Livet mäts inte i hur många andetag vi tar, utan i de stunder som gör att vi tappar andan.





Om du inte skickar detta bildspel vidare  
till minst åtta personer - vem bryr sig?  
Men dela det med någon...  
Vi behöver alla att leva livet fullt ut varje dag!!





Hej så länge vi kanske  
ses igen!!!

