

*Các bạn già đọc bài này và suy ngẫm xem có nên về VN nghỉ dưỡng già không?
Dĩ nhiên là sau khi ông Trump đập thẳng Tàu và đàn em cs tan ra từng mảnh !!!*

Về Hưu Dưỡng Lão

Những người khác cho bạn chỉ là một chiếc lá, tự mình làm cây lớn mới có thể có được bóng mát!

Dưỡng lão nếu luôn dựa vào người khác thì sẽ không có cảm giác an toàn. Vì cho dù là con cái, người thân hoặc bạn bè, sẽ không thể lúc nào đều ở bên cạnh bạn. Khi bạn gặp khó khăn, họ không thể xuất hiện để giải quyết giúp bạn.

Trong thực tế, mỗi người đều là một cá nhân độc lập, mọi người đều có cuộc sống của riêng mình. Bạn không thể yêu cầu người khác phải cho bạn dựa vào, những người khác cũng không thể lúc nào cũng có thể giúp bạn.

Chỉ có thông qua những nỗ lực của chính bản thân để giải quyết vấn đề, mới thực sự có thể sống cuộc sống mà bạn mong muốn !

Một nhóm người lớn tuổi nói ra sự thật này:

Dưỡng lão vẫn là nên dựa vào chính bản thân mình !

Chúng ta đã già đi, chỉ là hiện giờ sức khỏe của chúng ta vẫn còn, đầu óc vẫn tỉnh táo.

Giai đoạn đầu: 60-70 tuổi

Sau khi nghỉ hưu, sáu mươi đến bảy mươi tuổi, cơ thể tương đối tốt, điều kiện cũng tốt. Muốn ăn thứ gì thì ăn, thích mặc gì thì mặc, thích đi chơi thì đi.

Đừng khắc nghiệt với chính mình, những ngày này không còn bao lâu nữa, phải nắm lấy. Có tiền tiết kiệm, có nhà riêng để con đường hậu của mình có sự sắp xếp.

Con cái có điều kiện kinh tế tốt là do sự nỗ lực của chúng, sự hiếu thảo của con cái là lòng biết ơn của chúng. Chúng ta đừng từ chối sự trợ giúp của chúng, đừng từ chối sự hiếu thuận của chúng. Nhưng vẫn phải dựa vào chính mình, sắp xếp tốt cuộc sống của chính bản thân mình.

Giai đoạn thứ hai: sau 70 tuổi không mắc bệnh

Bảy mươi năm tuổi không gặp rắc rối gì với bệnh tật, trong cuộc sống có thể tự chăm sóc bản thân, đây không phải là vấn đề lớn, nhưng phải biết rằng mình thực sự đã lớn tuổi, từ từ thể lực và tinh thần sẽ không còn tốt nữa, phản ứng cũng sẽ trở nên chậm hơn, phải ăn chậm chóng sặc, phải đi chậm chóng ngã. Không còn có thể cố gắng sức, cần phải chăm sóc bản thân mình!

Đừng đi lo thứ này thứ kia nữa, con cái, cháu chắt. . . Lo cả một đời rồi, hãy ích kỷ một chút, tự lo cho bản thân mình. Mỗi ngày giúp dọn dẹp, lau chùi nhà cửa, giữ trạng thái khỏe mạnh của mình lâu dài hơn một chút, để thời gian sống của mình lâu hơn một chút, cuộc sống không cần người khác giúp đỡ sẽ rất thoải mái. Như thế, tất cả mọi thứ sẽ trở nên dễ dàng.

Giai đoạn thứ ba: Sau 70 tuổi bị bệnh

Cơ thể không tốt, đòi hỏi có người chăm sóc! Điều này nhất định phải được chuẩn bị! Đại đa số chúng ta đều không thể thoát khỏi cái này. Tâm trạng phải được điều chỉnh tốt, phải thích nghi. Sinh lão bệnh tử là lẽ thường của cuộc sống, cần坦然 tiếp nhận. Đây là đoạn cuối của cuộc đời không có gì để sợ hãi. Sớm chuẩn bị sẽ không có điều gì phải hối tiếc.

Hoặc vào viện dưỡng lão, hoặc thuê người chăm sóc tại nhà, làm bất cứ điều gì đều tùy theo khả năng, theo tình huống mà làm. Sẽ luôn luôn có cách giải quyết đừng trở nên gánh nặng về tâm lý, kinh tế cho con cái quá nhiều.

Thế hệ của chúng ta đã trải qua những khó khăn cay đắng . . . mong rằng cuộc hành trình cuối cùng của cuộc đời chúng ta cũng sẽ qua một cách bình thản.

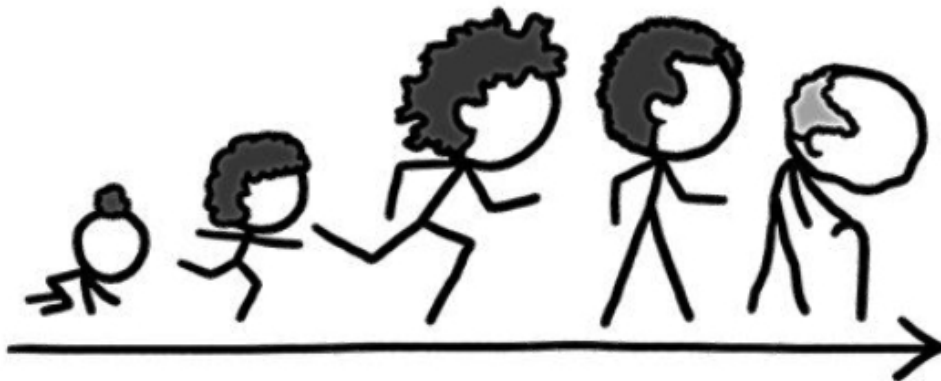
Giai đoạn thứ tư: Giai đoạn cuối của cuộc đời

Tinh thần cần tỉnh táo, bệnh tật không thể chữa khỏi được, chất lượng cuộc sống kém đi, lúc này phải dám đối mặt với cái chết.

Bạn muốn cuộc sống tuổi già không lo lắng, cần chuẩn bị sẵn sàng 4 điều quan trọng này!

Có tài chính sẽ không tùy thuộc ai, có kế hoạch sẽ không loạn, có chuẩn bị sẽ không bận rộn.

Người đã già chúng ta đã chuẩn bị chưa? Chỉ cần mọi việc chuẩn bị trước, tương lai cuộc sống sau này sẽ không phải lo lắng nữa.



1. Sức khỏe về già

Nên gìn giữ sức khỏe bằng vận động, ăn uống đúng cách; chú ý đến sức khỏe tâm thần.

2. Nơi trú ngụ về già

Thứ hai là nhà ở! Không sống chung với con cái vì rất dễ bị động chạm làm ta tổn thương.

Nên tận hưởng cuộc sống đơn thân vui vẻ, bất kể thành thị hay ngoại ô; gần một nhà hàng bạn yêu thích là tốt nhất.

3. Tài sản về già

Thứ ba là tài sản về già! Con cái không thể nuôi dưỡng người tuổi già, bậc cha mẹ cũng chỉ có thể tự lập tự cường. Tài sản cần giữ kỹ; chưa vào quan tài nhất định không chia tài sản.

4. Bạn già

Thứ tư là bạn già, có một người bạn tốt, bạn bè tốt và người đồng hành đều rất quan trọng, thường ngày kết giao bạn bè, quen biết nhiều loại bạn bè, là một bí mật để tận hưởng cuộc sống đơn thân.

Tóm lại, cho dù bạn là ông cụ hay bà cụ trường thọ, cuối cùng cũng chỉ là một mình, câu nói này không bi ai chút nào, cũng không khủng khiếp. Tất cả đều phụ thuộc vào cách bạn sắp xếp cuộc sống, tất cả đều phụ thuộc vào tâm lý trưởng thành hay không của bạn.

Thích thì hãy làm, đừng quên, cuộc đời này chỉ có một lần, gặp những điều tốt đẹp hay hạnh phúc, đừng chỉ luôn muốn để lại cho thế hệ tiếp theo.

** Những bạn hữu già hãy nhớ kỹ !*

Chúng ta được mệnh danh là thế hệ sau cùng hiếu thảo với cha mẹ, là thế hệ đầu tiên bị con cái bỏ rơi ! “một mình rất cô đơn”, “già rồi không ai chăm sóc” những quan niệm tiêu cực này làm cuộc sống của bạn mất đi ý nghĩa, những cách nói này đã lỗi thời rồi.

** Chúng ta phải dựa vào chính mình để dưỡng lão, lớn tiếng mà nói rằng:*

TUỔI GIÀ CỦA TÔI , TÔI TỰ LÀM CHỦ !