

Του αετού τα γηρατειά ισοδυναμούν
με του κορυδαλλού τα νιάτα.- Αρχαιοελληνική παροιμία



Επιμέλεια ΓΙΩΡΓΟΥ ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΗ

Κόσμος και..μη

ΚΑΙ ΟΙ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΙ ΕΧΟΥΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΤΗ ΖΩΗ

Η ευτυχία στην τρίτη ηλικία

Από την ημέρα που θα γεννηθούμε ακούμε συνεχώς ευχές για την ευτυχία μας, μέχρι που θα φτάσουμε στην τρίτη ηλικία και τότε αυτές οι ευχές μειώνονται στο ελάχιστο ή και σταματούν, άρα δεν έχουν δικαίωμα οι ηλικιωμένοι να είναι ευτυχισμένοι; Ασφαλώς υπάρχουν πολλοί ευτυχισμένοι ηλικιωμένοι που είναι χαρά μεγάλη να τους βλέπεις, αλλά υπάρχει και μεγάλη δυστυχία επειδή πολλοί από αυτούς δεν μπόρεσαν να εξασφαλίσουν την "ευτυχία" τους, ζουν μόνοι, υποφέρουν από τις συνέπειες τού χρόνου, την εγκατάλειψη των παιδιών τους, αρρώστιες, φτώχεια και άλλες αιτίες. Η μητέρα μου έλεγε να τής εύχονται "καλά γεράματα" γιατί όταν ήταν νέα μπορούσε ν' αντιμετωπίσει οποιαδήποτε κακουχία.

Αλλά τί είναι αυτή η περίφημη "ευτυχία"; Αν ρωτήσουμε χίλιους ανθρώπους θ' ακούσουμε χίλιες διαφορετικές ερμηνείες επειδή πρόκειται για μια αφηρημένη έννοια. Κάθε άνθρωπος νιώθει "ευτυχισμένος" για διαφορετικό λόγο, αλλά όποια και αν είναι τα αίτια για ευτυχία, η αγάπη, το πάθος, οι επαγγελματικές και επιχειρηματικές επιτυχίες, μια πληθώρα αιτιών που συνάδουν με την προσωπικότητα και τον εσωτερικό κόσμο μας.

Ομως, θα ήταν λάθος αν πιστεύουμε γι' άλλους που θεωρούμε τυχερούς ότι είναι μόνιμα ευτυχείς. Η ευτυχία δεν είναι θέμα τύχης, ούτε μόνιμη κατάσταση. Μια ερμηνεία που πιστεύω είναι ότι "ευτυχία είναι μερικές στιγμές ευδαιμονίας που μάς χαρίζει ο Θεός για να μάς ξεγελά" γι' αυτό λέμε και "ευτυχισμένες στιγμές". Ευτυχία είναι η καλή διάθεση. Δεν έχει καμία μα καμία σχέση με το ευ και την τύχη.

Καθώς γερνάμε, τα αίτια που μάς κάνουν ευτυχισμένους αλλάζουν, ή και φθίνουν αν λυγίσουμε από το βάρος των χρόνων και άλλες δυσάρεστες συγκυρίες με κα-

ταστροφικές σωματικές και ψυχολογικές συνέπειες, αφού έχει εξακριβωθεί επιστημονικά ότι η αισιοδοξία και ευτυχία χαρίζουν χρόνια στη ζωή. Τα γηρατειά δεν πρέπει να είναι ο προθάλαμος τού θανάτου, αλλά ένα όπλο για να τον απομακρύνουμε.

Από προσωπική μας πείρα, εγώ κι' εσείς, γνωρίζουμε ότι όσο μεγαλώνουμε γινόμαστε σοφότεροι και κατ' επέκταση πιο ευτυχισμένοι γνωρίζοντας τί έχει αξία σε αυτή τη ζωή από ένα χαμόγελο, ένα χάδι και μια απλή αγκαλιά. Σύμφωνα με στατιστικές, η αισιοδοξία και η ικανοποίηση σταδιακά αυξάνεται μετά τα 40 φτάνοντας στο ζενίθ στα 85 έτη.

Σύμφωνα με την έρευνα της Αμερικανικής Εθνικής Ακαδημίας Επιστημών, στην οποία έλαβαν μέρος 341.000 άτομα, το γεγονός ότι οι ευθύνες μειώνονται σε συνδυασμό με τον ωριμότητα και την ικανότητα να επικεντρωνόμαστε στα θετικά στοιχεία κάνουν τα γηρατειά πιο ξέγνοιαστα. Και όλα αυτά με μια καλή φυσική κατάσταση χωρίς προβλήματα υγείας, ένα σταθερό εισόδημα και υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις.

Μεταξύ άλλων, η έρευνα υπογραμμίζει πως αν και το γήρας αποδυναμώνει κάποιες ικανότητες του εγκεφάλου όπως οι αριθμητικές πράξεις, ωστόσο βοηθά άλλες καθώς ο εγκέφαλος έχει ωριμάσει αρκετά.

Σύμφωνα με τους ψυχολόγους οι ηλικιωμένοι γίνονται πιο επιλεκτικοί με το πώς αφιερώνουν τον ελεύθερό τους χρόνο επικεντρώνοντας σ' εκείνα τα πράγματα που τους ευχαριστούν και τους κάνουν πραγματικά ευτυχισμένους.

Τέλος, όπως ανέφερε και ο Άντριου Στέππο καθηγητής ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο του Λονδίνου, οι ηλικιωμένοι σήμερα είναι πιο υγιείς σε σχέση με πριν από 30 χρόνια και έχουν περισσότερες ευκαιρίες.

Η υγεία είναι βασικό στοιχείο για ευτυχία, αλλά δεν αρκεί να είσαι ένας υγιής που περιμένεις 20 χρόνια το αναπόφευκτο τέλος. Μιλώ σε προσωπικό τόνο επειδή δεν μπορώ να γνωρίζω τη δική σας ψυχολογία και πώς αντιμετωπίζεται το γήρας.

Σας διαβεβαιώνω ότι έχω επιβιώσει μεγάλες φουρτούνες, οικονομικές και άλλες, όμως δεν το βάζω κάτω, είμαι ανυποχώρητος στην αντιμετώπιση των αναγκών τής ζωής, αν και κάποια δύσκολη στιγμή -σαν άνθρωπος- τρόμαξα από τις συγκυρίες και δειλίασα. Στα 53 χρόνια μου έμαθα να χρησιμοποιώ ηλεκτρονικούς υπολογιστές, να διδαχτώ τη δημοσιογραφία και στα 74 χρόνια μου, όταν άλλοι συνομήλικοί μου είχαν παραιτηθεί από τη ζωή, δέχτηκα την πρόκληση τού Γιάννη Μεράβολου στο 2MM ν' ασχοληθώ με το

ραδιόφωνο, χωρίς γνώσεις και πείρα.

Αν και γνωρίζουμε ότι το νήμα τού τέλους δεν είναι μακριά, δεν πρέπει να εγκαταλείψουμε το δικαίωμα στη ζωή και τις απολαύσεις της. Τώρα δεν τρέχουμε πια με την ταχύτητα τής νιότης, αλλά με το σταθερό βήμα τού μαραθωνιοδρόμου που δεν καταναλίσκει τις δυνάμεις του, έχουμε την ευκαιρία ν' απολαύσουμε τη θέα μέχρι την τελευταία στιγμή.

Φίλοι μου, μην φοβάστε τον θάνατο, αφού "ουκ εστί πόνος ουλύπη" όπως μάς λέει ο ψαλμωδός, ενώ ο Επίκουρος έλεγε ότι ο θάνατος είναι ένα τίποτα για μάς, γιατί το διαλυμένο είναι αναίσθητο και το αναίσθητο είναι ένα τίποτα για μάς.

Εγώ βλέπω το θάνατο σαν ακόμη μια περιπέτεια τής ζωής, περιέργος για το τί θα βρω στο μακρύ ταξίδι, χωρίς φυσικά να βιάζομαι για να το εξακριβώσω. Αν δεν υπάρχει τίποτε μετά θάνατον θα επιβεβαιωθεί ο Επίκουρος και αν υπάρχει κάτι θα το έχω ανακαλύψει. Το πρόβλημά μας στα γηρατειά δεν πρέπει να είναι ο φόβος τού θανάτου, αλλά αν θα τον υποδεχτούμε υπερήφανοι για την προσφορά μας στην κοινωνία, υπερήφανοι για τους απογόνους μας και υπερήφανοι γιατί δεν περάσαμε από αυτή τη γη απαρατήρητοι. Κανείς μα κανείς μας δεν περνά απαρατήρητος από αυτή τη ζωή, επειδή όλοι βάλαμε το πετραδάκι μας για να γίνει καλύτερη.

Από πείρα, λοιπόν, σάς λέω να συμβιβαστείτε με το παρελθόν, τα λάθη που όλοι κάναμε και τις υπερβάσεις τής νιότης, για να ζήσετε όσο καλύτερα μπορείτε το σήμερα και ποτέ μην σταματήσετε τα όνειρα για το μέλλον, γιατί όποια και αν είναι η ηλικία σας έχετε δικαίωμα στην ευτυχία. Απολαύστε τη ζωή μέχρι να πέσει η αυλαία γιατί αυτή είναι η μοναδική και τελευταία παράσταση και όχι μια πρόβα.

* Δημήτρης Καμετόπουλος

Ο γνωστός και συμπαθέστατος εκπαιδευτικός και εκφωνητής στην SBS, Δημήτρης Καμετόπουλος, θα είναι ανάμεσα στους χιλιάδες εθελοντές και ειδικότερα επικεφαλής της Ολυμπιακής Ομάδας από την Αυστραλία, ύστερα από έγκριση της Διοργανωτικής Επιτροπής των Ολυμπιακών Αγώνων-Σπescιαλ, ΑΘΗΝΑ 2011, από 25/6-10/7/2011 (www.athens2011.gr).

Την ομάδα και αποστολή θα συνοδεύει ο Δημήτρης στα στάδια, ενώ θα κάνει χρέη διερμηνέα με την Αυστραλιανή αποστολή και τους Έλληνες διοργανωτές. Στο μεταξύ, όλες οι αποστολές θα φιλοξενηθούν σε διάφορα νησιά της Ελλάδας.

Η Αυστραλιανή αποστολή με τον Δημήτρη θα πάνε στην πανέμορφη Ρόδο για επταήμερη φιλοξενία ακριβώς μια εβδομάδα πριν από την τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων Σπescιαλ. Ο Δημήτρης θα φιλοξενηθεί την επικεφαλής για την Επικοινωνία και Μάρκετιγκ κα Αλεξάνδρα Οικονομίδου στο ελληνικό πρόγραμμα της Ραδιοφωνίας SBS, αύριο Σάββατο 7 Μαΐου στο βραδινό πρόγραμμα 6.00-7.00 για μια συνέντευξη. Συντονιστείτε αν μπορέσετε.

* Πολιτικοί και αναπηρίες

Η νέα πολιτειακή κυβέρνηση Συνασπισμού

στη ΝΝΟ αποδεικνύεται από τα πρώτα βήματά της ότι δεν είναι καλύτερη από την προηγούμενη Εργατική κυβέρνηση, όσον αφορά στην προστασία των "ημετέρων".

Η κυβέρνηση Μπάρι Ο' Φάρελ άλλαξε τους κανονισμούς για να μην χάσει την βουλευτική έδρα Ροκντέιλ, ο νεοεκλεγείς Λίμπεραλ, Τζον Φλάουερς, επειδή εισέπρατε για αρκετά χρόνια σύνταξη αναπηρίας γιατί δεν μπορούσε να εργαστεί σαν δάσκαλος.

Επειδή θα με αντιπροσωπεύει στη Βουλή αν και δεν τον ψήφισα, διερρωτώμαι πώς ένας άνθρωπος που δεν μπορούσε να διδάξει σε μια τάξη, θα μπορέσει να σηκώσει τον φόρτο εργασίας ενός βουλευτή και ν' αντιμετωπίσει ψυχολογικά τις φημισμένες συγκρούσεις στη Βουλή τής ΝΝΟ που χαρακτηρίζεται σαν "bear pit";

Να προσθέσω, ακόμη, ότι πριν τις εκλογές είχα προειδοποιήσει τους Λίμπεραλ φίλους μου (επειδή δεν τους διαλέγω ανάλογα με τα πολιτικά τους πιστεύω), ότι ο κ. Φλάουερς δεν ήταν η κατάλληλη επιλογή, αλλά δεν με άκουσαν και ιδού το αποτέλεσμα, να με αντιπροσωπεύει στη Βουλή ένας άνθρωπος που σύμφωνα με το Σύνταγμα δεν θα έπρεπε να είναι εκεί!

* Φοροφυγάδες

Η φοροδιαφυγή δεν είναι πρωτοτυπία τής Ελλάδας, σε όλες τις χώρες υπάρχουν φοροφυγάδες, αλλά σε λίγες χώρες είναι τόσο θρασείες. Στην πατρίδα μας, το 1977 οι έλληνες μισθωτοί εμφανίζονται στις δηλώσεις εισοδήματος πιο πλούσιοι από τους βιομηχάνους! Αυτό συνεχίζεται μέχρι σήμερα γι' αυτό οι μισθωτοί αναλαμβάνουν να πληρώσουν τα χρέη τής Ελλάδας, αφού οι βιομήχανοι υποφέρουν από καταραμένη φτώχεια. Μήπως το ίδιο δεν συμβαίνει και στην Αυστραλία; Γι' αυτό οι εκάστοτε κυβερνήσεις Συνασπισμού και Εργατικές ελεούν τους δισεκατομμυριούχους με μείωση των φόρων που πληρώνουν από το υστέρημά τους. Α, να χαθούν οι πλεονέκτες!

* Καλόο!

Γιατί οι Έλληνες δεν παίζουν καλό ποδόσφαιρο στην Αυστραλία;

- Επειδή σε κάθε κόρνερ στήνουν μιλκμπαρ!
- Ακόμη ένα:
- Ο λοχαγός στον στρατιώτη:
- Τί είναι η πατρίδα Μήτρο;
- Δεν ξέρω κύριε λοχαγέ.
- Τί είναι η πατρίδα Κώστα;
- Η μάνα μας κύριε λοχαγέ.
- Ακουσες Μήτρο; Τί είναι η πατρίδα, λοιπόν;
- Η μάνα τού Κώστα κύριε λοχαγέ.