

Bạn Già Nhắc Nhở Nhau

Đừng bao giờ trách móc bất kỳ ai trong cuộc sống của bạn.

ĐÒI LÀ THẾ! NGƯỜI LÀ THẾ! TRÁCH MÓC, GIẬN HÒN CÓ HẠI CHO MÌNH HƠN CHO NGƯỜI KHÁC!

TỐT NHỨT CHÚNG TA NÊN LỜ ĐI, BỎ QUA, HAY THA THỨ ĐỂ TÂM THẦN THANH TỊNH CÓ LỢI CHO SỨC KHỎE VÀ ĐỂ THƯ GIẢN VUI HƯỞNG NHỮNG GÌ MÌNH MUỐN, NHỮNG GÌ MÌNH ĐANG CÓ.

Người Tốt sẽ cho bạn Hạnh Phúc...

Người Xấu cho bạn Kinh Nghiệm...

Người Tồi Tệ nhất cho bạn Bài Học...

Và... người Tuyệt Vời Nhất sẽ cho bạn Kỷ Niệm.

Đừng hứa khi đang... vui !

Đừng trả lời khi đang... nóng giận !

Đừng quyết định khi đang... buồn !

Đừng cười khi người khác... không vui !

Cái gì mua được bằng tiền, cái đó rẻ.

Ba năm học nói, một đời học cách lắng nghe

Chặng đường ngàn dặm luôn bắt đầu bằng 1 bước đi.

Đừng a tòng ghen ghét ai đó, khi mà họ chẳng có lỗi gì với ta

Tuy trong rừng có nhiều cây đại thụ cả ngàn năm, nhưng người sống thọ

đến 100 tuổi không nhiều. Bạn thọ lắm cũng chỉ sống đến 100 tuổi (tỉ lệ 1 trên 100.000 người).

Nếu bạn sống đến 70 tuổi, bạn sẽ còn 30 năm. Nếu bạn thọ 80 tuổi, bạn chỉ còn 20 năm. Vì lẽ bạn không còn bao nhiêu năm để sống và bạn không thể mang theo các đồ vật bạn có, bạn đừng có tiết kiệm quá mức.

(trên 50t mừng từng năm, qua 60t mong hàng tháng, tới 70t đếm mỗi tuần, đến 80t đợi vài ngày, được 90t ...ngơ ngác một mình với giờ phút dài thăm thẳm !)

Bạn nên tiêu những món cần tiêu, thưởng thức những gì nên thưởng thức, tặng cho thiên hạ những gì bạn có thể cho, nhưng đừng để lại tất cả cho con cháu. Bạn chẳng hề muốn chúng trở nên những kẻ ăn bám.

Đừng lo lắng về những gì sẽ xảy ra sau khi bạn ra đi, vì khi bạn đã trở về với cát bụi, bạn sẽ chẳng bị ảnh hưởng bởi lời khen hay tiếng chê bai nữa đâu.

Với những người thuộc lứa tuổi 60 như bạn, đừng đánh đổi sức khỏe với tài lực nữa. Bởi vì tiền bạc có thể không mua được sức khỏe. Khi nào thì bạn thôi làm tiền? và có bao nhiêu tiền là đủ (tiền muôn, tiền triệu hay mấy chục triệu)?

Dù bạn có cả ngàn mẫu ruộng tốt, bạn cũng chỉ ăn khoảng 3 lon gạo mỗi ngày; dù bạn có cả ngàn dinh thự, bạn cũng chỉ cần một chỗ rộng 8 mét vuông để ngủ nghỉ ban đêm.

Vậy chừng nào bạn có đủ thức ăn và có đủ tiền tiêu là tốt rồi.

Nên bạn hãy sống cho vui vẻ. Mỗi gia đình đều có chuyện buồn phiền riêng.

Đừng so sánh với người khác về danh vọng và địa vị trong xã hội và con ai thành đạt hơn, nhưng bạn hãy so sánh về hạnh phúc, sức khỏe và tuổi thọ... Đừng lo nghĩ về những chuyện mà bạn không thể thay đổi vì chẳng được gì, mà lại còn làm hại cho sức khỏe bạn...

Bạn phải tạo ra sự an lạc và tìm được niềm hạnh phúc của chính mình. Miễn là bạn phấn chấn, nghĩ toàn chuyện vui và làm những việc bạn muốn

mỗi ngày một cách thích thú thì bạn thật đã sống hạnh phúc từng ngày.

Một ngày qua là một ngày bạn mất đi, nhưng một ngày trôi qua trong hạnh phúc là một ngày bạn "được".

Khi bạn vui thì bệnh tật sẽ lành; khi bạn hạnh phúc thì bệnh sẽ chóng hết. Khi bạn vui và hạnh phúc thì bệnh sẽ chẳng đến bao giờ.

Với tính khí vui vẻ, với thể thao thể dục thích đáng, thường xuyên ra ánh sáng mặt trời, thay đổi thực phẩm đa dạng, uống một thuốc bổ vừa phải, hy vọng rằng bạn sẽ sống thêm 20 hay 30 năm tràn trề sức khỏe.

Và nhất là biết trân quý những điều tốt đẹp quanh mình và còn BẠN BÈ .nữa.. họ đều làm cho bạn cảm thấy trẻ trung và có người cần đến mình... không có họ chắc chắn bạn sẽ cảm thấy lạc lõng, bơ vơ!!!

Xin chúc bạn mọi điều tốt đẹp nhất.

(Xin chia sẻ những điều này với tất cả những người quen của bạn đã trên 60 tuổi hay những người không bao lâu nữa cũng sẽ trên 60)...