# 100 yaşındaki insanlardan değerli tavsiyeler

## 1 Ekim Dünya Yaşlılar Günü...

## 100 yaşındaki insanlardan kariyer, aşk ve sağlığa dair çok özel hayat tavsiyeleri.

**Kariyere dair**

**1.** “Tutku olmadan çok ileri gidemezsiniz. Tutku duyduğunuz bir iş bulun ve onu kovalayın.”

**2.** “Sıkışıp kalırsanız, başarılı olamazsınız. Kendinizi serbest bırakın. Yeni beceriler edinin. Çevrenizi gözlemleyin ve yeni yerler keşfedin.”

**3.** “Bir iş ve güvenlik yerine özgürlük ve fırsat kovalayın.”

**4.** “Yatırım yapın ya da nasıl birikim yapacağınızı öğrenin. Bunların size ne zaman ve nasıl bir koruma sağlayacağını asla tahmin edemezsiniz.”

**5.** “Eğer doğru bir kariyer yapmışsanız, emekli olmanıza gerek yoktur. Yine de eğer isterseniz, 70 yaşından sonra emekli olun.”

**İlişkilere dair**

**6.**“Mümkün olduğu kadar çok aşık olun. Bundan vazgeçmek zordur. Sevmek kadar güzel başka kaç şey yaşayabilirsiniz?”

**7.** “Aşık olduğunuz her şeyle gurur duymalısınız.”

**8.**“Yaşadığınız ilişkiler ileride kim olacağınız için çok önemlidir. Doğru ilişkiler geliştirmeyi öğrenin.”

**9.**“Pek çok insanla tanışacaksınız ve bunların bir kısmı size tamamen zıt kişiler olacak. Herkesi ret edemezsiniz, hoşgörülü olmayı öğrenin.”

**10.** “Aşk için evlenin. İki farklı insanı bir arada tutabilecek tek makul şey aşktır.”

**11.**“İyi bir eş, bir sürü arkadaş, iyi bir damak zevki sahibi olun ve kendinizi meşgul tutun.”

**Yaşama dair**

**12.** “Kendiniz olun. Bir başkasının hayatını yaşayarak benim yaşıma ulaşamazsınız.”

**13.**“Seyahat edin. Bir sürü yere gittim ve zihnimi her zaman yeni macera ve deneyimlere açık tuttum. Belki de hala Alzheimer olmamamın sebebi budur.”

**14.** “Gülün. Hayatı çok ciddiye almanın hiçbir anlamı yoktur!”

**15.** “Hayat size ne getirse, kabul edin.”

**16.**“ Kendinizi ve etrafınızdakileri affetmeyi bilin.”

**17.** “Manevi duygularınızı geliştirin, bu size güç verecektir.”

**18.** “Ucuz olmayın.”

**19.**“Boş verin. Çoğu arkadaşımı kaybettim çünkü hepsi her şeyi çok erken istedi.”

**20.**“İnsanlar memnuniyeti mutluk, mutluluğu memnuniyetle karıştırmaya meyillidirler. Her zaman mutlu olamayabilirsiniz ama her zaman memnun olmayı öğrenebilirisiniz.”

**21.**“Kendinize inanın. Böyle bir inanç inanılmaz yükseklere çıkmanıza sebep olabilir.”

**22.**“Şansın gücünü asla hafife almayın.”

**23.**“Sağlam ve önemli adımlar atarsanız, ne kadar ileri gidebileceğinize inanamazsınız.”

**Sağlığa dair**

**24.** “Sağlıklı bir yaşam tarzı sizi ayakta tutar. Vücudunuz başarı için aracınız olmalıdır.”

**25.**“Endişe ile elde edilebilecek hiçbir şey yoktur.”

**26.** “Zaman, her yarayı iyileştirir.”

**27.** “Aktif olun. Bu sizi canlı tutar. Kullanılmayan şeyler çürür.”

**28.**“Sigara içmeyin, alkol tüketmeyin ve emekli olmayın.”

**29.** “İnsanlar gençken vücutlarının kıymetini bilmez. Benim yaşıma geldiğinizde, vücudunuzun ne kadar önemli olduğunu anlamaya başlarsınız.”

**30.** “Yaşlandıkça, daha çok seçeneğiniz olacak. Ancak, daha sık ‘hayır’ demeniz beklendiği için bunları birer test olarak kabul etmelisiniz.”

## 100 sene yaşamış insanların deneyimlerine elbette saygı duyulmalıdır, hatta fırsat varken bunları değerlendirmek de isteyebilirsiniz.