



SZÖVEG –
KÓLNEI LÍVIA

SOROZAT –
LÉTKÉRDÉS

MIÉRT ÉRDEMES ÉLNI

50 UTÁN?

Írókollégáim itt, a Létkérdés-rovatban már vázolták a 60 év feletti és a 40-esek élethelyzetét. Így önkéntelenül is adódik, hogy én az 50-esek lehetőségeiről írjak, annál is inkább, mert hamarosan magam is megismerkedem majd ennek az életkorszaknak a sajátosságaival. Nem árt számot vetnem azzal, miért éri meg 50 után is „életben maradni”, azaz minek is örülhetek még.

1. Az 50 év ma majdnem „az emberélet fele”. Míg Dante idején, a 13. század Itáliájában a 30 éves kort tekintették az életút felének, a WHO mai kilátásai szerint egy ötvenéves ember még bőven középkorú. Nekünk ma jóval hosszabb életre van kilátásunk – no, nem 100 évre, de kis mázllal a 80 reális lehet.

A WHO besorolása szerint 45-től 60 évig középkorú,

60-tól 74-ig öregedő (idős), 75-től 90-ig öreg,

90 felett pedig aggastyán az ember.

De ez ne gátoljon senkit, egyesek szerint a határok azért vannak,

hogy legyen mit áthágni. Ebben az esetben talán igaz is.





2. Azok az ötvenesek, aki annak idején igyekeztek a gyermekvállalással, és akiknek a gyermekei is hamarabb bevállalják az utódokat, mint a mai trend – szembenézhetnek azzal az izgalmas, aggasztó, de boldogító ténnyel, hogy hamarosan anyós vagy após és nagyszülő lehet belőlük. Ez nekem még idegenül hangzik, de már szoktatom magam a gondolathoz, sőt, talán már várom is egy kicsit. Az unokák iránt érzett szeretet – háttérben a rengeteg hasznos tapasztalattal, ugyanakkor a hatalmas felelősség nélkül –, azt mondják, felemelő érzés!

Üröm az örömben, hogy a szinte élethosszig kitolódó nyugdíjkorhatár miatt jóval kevesebbet fogok tudni segíteni nagymamaként, mint annak idején az én anyukám nekem...

3. Kutatások igazolják (és miért ne hinnénk nekik?), hogy aki sokat használja az eszét, az idős korban is jó eséllyel marad jó eszű. Így én is lelkesen űzöm az agytornát, mivel ezt az egy tornafajtrát kedvelem. Nem kell mást tennem, mint folytatni az eddigi életformámat.

4. Örömmel látom környezetemben, hogy 50, 60, 70 után is lehet az ember újra fülíg szerelmes. Több szép példát láttam erre. Az özvegyek és más egyedülállók persze némi előnyt élveznek ezen a pályán, ha még nem égett ki a szívük. De a házasoknak is jó esélyük van az újra fellobbanó tűzre, ha igazán akarják, és tenni is hajlandók a szerelemért. Hogy mit? Használják ki a megváltozó körülményeket! Az üresedő lakás nyugalma nemcsak nyomasztó, hanem felszabadító is lehet. A kettesben töltött éjszakák és reggeli ébredések, a kettesben töltött vacsorák, a beszélgetések, a gyerekek iránti felelősség csökkenése mind-mind abba az irányba hathat, hogy fellélegezzünk, és újra észrevegyük egymást. Fel kell idézni az együttjárás hangulatát! Ehhez persze el kell engednünk a gyerekeinket fizikailag és az értük érzett folytonos aggodást is. Nem szabad hagynunk, hogy a felszabaduló időnket és gondolatainkat kitöltsék a hétköznapi, szétforgácsoló kis teendőik, bosszúságok, megoldandó huszadrangú problémák.

Az élet szép és gazdag 50 után is, csak vegyük észre, csak akarjuk, csak valósítsuk meg... Lehet ennél jobb életprogram? ♦