

## Ajatuksia terveysintoilusta\*

Ihmettelen suuresti noita terveysintoilijoita. Täytän syksyllä 72 ja aktiivinen odotettavissa elinikäni on noin +10 v. Nyt en siis saisi enää nauttia viinistä, laulusta, hyvästä ruuasta ja naisista? No naisista nyt ei ole kyllä nykyään niin väliä, kun ei niistä ole pystynyt nauttimaan enää mutamaan vuoteen. Lisääkö se elinikääni paljonkin, jos en laita leipäpalasen päälle 0,3 cm voita. Jätän läskisoosin syömisen, tai en ota ruokajuomaksi viiniä / olutta. Ruoka ryypyksi jääkylää vodkaa, jälkiruuaksi kahvin ja konjakin. Mitä sellainen vanhuus on, jos ei nauti vanhuudestaan yhtään. Sitähän muuttuu happamaksi, kiukkuiseksi ja ympäristölle hankalaksi, jopa vaaralliseksi. Pitääkö kiusata itseään kieltäytymästä kaikista kiusauksista ja nautinnoista? Onko se enää elämisen arvoista? Eikö saisi olla mukava oma itseni, onnellinen ja panna elämä ns. ”risaseksi”.