

## Yaşlılıkta Tanımlar ve Yaşlılık Üstüne Söylenenler

Yaşlılık sorunları ile ilgili iki terim kullanılmaktadır. Bunlardan birisi **Geriatric** terimidir. Geriatric yaşlılık ve hastalıklarını konu edinen tıp dalıdır. Diğer terim ise **Gerontolojiler** ve yaşlanma olayını konu edinen bilim dalıdır. Yaşlanma fizyolojisi olarak da tanımlanmaktadır.

**Normal Yaşlanma** terimi ile zamanın geçişine bağlı olarak, hastalık söz konusu olmaksızın ortaya çıkan anatomik yapı ve fizyolojik işlev değişiklikleri tanımlanmaktadır. Biyolojik yaşlanma yumurtanın döllenmesiyle başlar. Tüm yaşam boyu süren bir olgudur. Sosyal yaşlılık ise kültürel duruma ve sosyal özelliklere göre toplumdaki yaşlılık tanımıdır. Modern tanımda kişinin aktif çalışma dönemini tamamlayarak, sosyal güvence sisteminin katkısıyla ya da biriktirimleriyle yaşadığı dönemin adıdır. Kronolojik yaşlılık geçen zamana göre bir yıllık birimler esas alınarak yapılan yaşlılık tanımını belirtir. Toplumda bunun karşılığı yaş'tır. Bunlar bizim tanımlarımız. Acaba değişik yazar ve düşünürler yaşlılarla ilgili olarak neler söylemişler. Sizlere bunları sunmak istiyorum. Belki de bunları okuduktan sonra yaşlılığı "insan yaşamının en iyi anlaşılabilir ve en az anlaşılabilir dönemi" olarak tanımlarız (**Kamil Hüsnü Yusufkugiller'in** söylediği gibi).

Gençler, yaşlıların aptal olduklarını sanır; ama yaşlılar onların aptal olduğunu bilir (**George Chapman**).

İnsanın başına gelebilecek en acıklı durumlardan biri, bir gün ansızın ağaran saçlarımız ve kırıklıklarla dolmuş yüzümüzle kısır bir çalışma yaşamının sonuna geldiğimizi görüp, geçmiş yıllar boyunca tüm beceri ve yeteneklerimizin yalnızca çok küçük bir bölümünü kullanabildiğimizin farkına varmaktır (**V.W. Burrow**).

Kırk yaş, gençliğin yaşlılığı, elli yaş, yaşlılığın gençliğidir (**Victor Hugo**).

Yaşlılarda acıma hissi azdır (**La Rochefoucauld**).

İnsanın kırk yaşına kadar geçen yılları bir kitap, geri kalan yılları da o kitabın eleştirisidir (**Schopenhauer**).

Bana kalırsa, bir insanın yaşamında en güzel yıllar gençlik değil, otuz beş ile kırk beş arasındadır. Gençliğin sıkıntılarından kurtulmuş, yaşlılığın sorunları ile henüz karşılaşmamışsınızdır (**Mina Urgan**).

Yaşlılara saygı göster ve onları ululamayan gençlere darıl (**İbni Sina**).

Yirmi yaşında yakışıklı, otuzunda güçlü, kırkında zengin, ellisinde akıllı olmayan insan, hiç bir zaman yakışıklı, güçlü, zengin, akıllı olamaz (**George Herbert**).

Ne yazık ki vücudun çökmesi, zekanın olgunluk zamanına rastlar (**Ahmet Haşim**).

Pek az kimse yaşlanmasını bilir (**La Rochefoucauld**).

Belirli bir yaşa kadar siz çocuklarınızı azarlarsınız, ondan sonra çocuklarınız sizi azarlamaya başlar (**Mina Urgan**).

Yaşlı insan, hatıralarını geviş getirerek, hâli güçlüğüle hazmetmeğe çalışan bir mahlûktur (**Refik Halid Karay**).

Yıllar bizi buldukları gibi bırakıyorlar (**Owen Meredith**).

Gençleşmiş bir yaşlılık iyidir. Yaşlanmış bir gençlik işe yaramaz (**Alman Atasözü**).

Yaşlılar her şeye inanırlar, orta yaşlılar her şeyden kuşkulanırlar, gençler de her şeyi bilirler (**Oscar Wilde**).

Gençlik bilse, ihtiyarlık yapabilse (**Türk Atasözü**).

Yaşlılık çağrısız gelen bir konuktur (**Alman Atasözü**).

Yaşlılık ölümden daha korkunçtur (**Juvenal**).

Yaşlanılabilir ama gençleşilemez (**Aziz Nesin**).

Zorlukları geciktirmek ya da vaktinden önce getirmek çok kolaydır, uzun süren ihtiyarlığı vaktinden önce gelen ihtiyarlığa tercih ederim (**Montaigne**).

Büyük işler kuvvet ve vücut çevikliği ile değil, yaşlıların kaybetmek şöyle dursun, daha büyük oranda sahip oldukları olgun fikir ve hakimiyetle görülür (**Çiçeron**).

Vücut da tıpkı bir makine gibidir; yaşlanınca zorlanmaya gelmez (**Şevket Rado**).

Yaşım ilerledikçe yaşam benim gözümde daha da güzelleşiyor. Dünyanın güzellikleri insanlara da geçip yansır. Güzelliğe budalaca sırt çevirenler sonunda onusuz kalırlar, yaşamları yoksullaşır. Ama güzelliğe akıllıca yatırım yaparsanız onu tüm yaşamınız boyunca yanınızda yörenizde bulursunuz (**Frank Lloyd Wright**).

İnsan gençlikte yaşlılığa ömür saklamalı (**Türk Atasözü**).

Yaş da sevgi gibidir, saklanamaz (**Thomas Dekker**).

Güzel gençler doğanın rastlantı sonucu yaratılmasıdır, güzel yaşlılar yaşlanmasını bilen sanat eserleridir (**Walter Wincher**).

Kimse yaşlı bir adam kadar sevemez (**Sofokles**).

Bunlar söylenenlerin sadece bir kaçı. İlerde diğerlerini de iletirim sizlere.

Prof. Dr. Çağatay Güler