

PARAULES DEL PRESIDENT DE PROGRAM

Els tres vellets i la salut

Albert Pons Valon

Són els nostres tres vellets, els del llop i el consum. Entre els tres sumen més de 200 anys (és a dir, estaríem a la Guerra del Francès, al Romanticisme de Cadalso, Wagner...), els seus 12 avis i àvies arribaven entre tots amb prou feines a sumar els 300 anys, és a dir, els tres vellets d'ara gaudeixen d'un "excés" de vida del 30 o 40%, segons les perspectives actuals en la nostra societat, i els néts de tots tres -pocs en comparació amb els que havien tingut els antics- arribaran, si no els agafa abans el conflicte atòmic, a una esperança de vida del doble: 110-140 anys.

Un home/dona del primer món frueix ja de dues existències. Si la normal era néixer, madurar, procrear i morir, és a dir, conservar l'espècie, avui gaudim d'una pròrroga de 30 o 40 anys: què en farem dels jubilats consumidors de plus d'existència?

Però ara i aquí, no és el cas del tercer món, on ja en tenen prou amb el vell sistema d'existir, què faran els nostres vellets? Mirar la tele? Comprar coses? Jugar a la botifarra? Fer el turista? Fer punta

de coixí al casal?

El vellet superactiu ho té clar, s'agita, assisteix a aules, participa en alguna ONG, cuida els néts, fa exercici... L'hedonista menja amb discreció i, mirant de reüll la pressió arterial, passeja, viatja, celebra la família i espera: què? L'hipocondríac s'entristeix, somia la malaltia, es desespera amb la visió catastròfica del futur i l'horitzó de malaurena.

Què fem? O millor, què hem de fer? Doncs, evidentment, consumir salut, esforçar-nos a aprofitar el "plus de vida" que ens ha estat regalat.

Podem desapropiar aquesta oportunitat? És necessari responsabilitzar-nos per viure millor aportant la nostra activitat a la societat, la família compresa; gaudint de la bona salut que ens donarà, sens dubte, l'activitat; i rebent l'efecte benèfic que ens

aportarà la nostra solidaritat. Hem d'aprofitar el potencial de la nostra capacitat i de l'experiència que podem oferir al nostre entorn.

No siguem depressius ni abúlics. Consumim cultura, consumim altruisme, ajudem el nostre entorn segons les nostres possibilitats. La millor manera de mantenir-se en



bona salut és produir "endorfines", les substàncies que es produeixen com a reflex dels actes optimistes d'activitat o de solidaritat i que reverteixen, a través de la satisfacció, en la nostra salut.

Consumim salut, com el vellet actiu, amb l'equilibri entre el consum de les coses i les menges de l'exercici que ens activa, del treball que ens manté desperts.

Els "vellets" actuals, ara madurs experimentats i capacitats, són un sector productiu. Són el plus de societat que avui precisa el nostre país i que la naturalesa, no sé si sàvia, però sí amb una nova experiència engrescadora, ha produït per resoldre un horitzó per molts conceptes complicat i negre.

Ara som necessaris. Podríem dir, com en una altra Internacional esperançadora: "Vellets del món, uniu-vos".

Ara som necessaris. Podríem dir, com en una altra Internacional esperançadora: "Vellets del món, uniu-vos"