

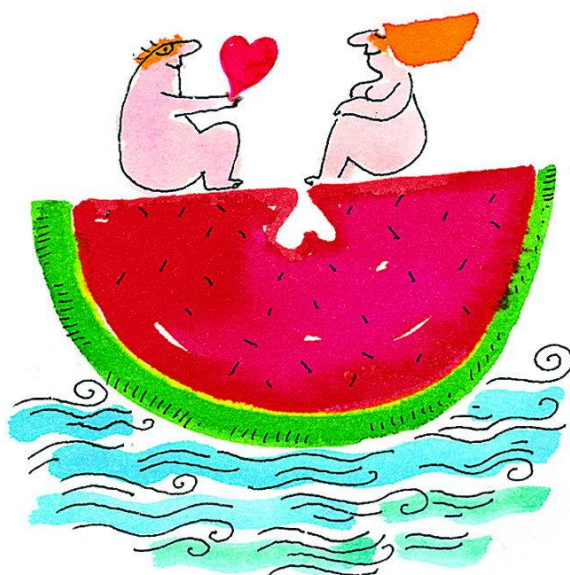
## Iubeste-ti aproapele si vei avea speranta sa traiesti bis 120 !

De Getta Neumann

Stirea buna este ca populatia din Israel are a cincea cea mai ridicata rata de longevitate, in ciuda caldurii toride timp de 8 luni pe an, a scumpetei, a circulatiei nebune, a stresului, a pericolului care planeaza in permanenta. Asa scrie intr-un articol din Jerusalem Report, [Living Life to the Full](#) . Si inca o stire excelenta (ma rog, nu pentru toata lumea) : printre evreii askenazi, multi posedea elemente genetice ereditare care determina o longevitate exceptionala, afirma Nir Barzilai, profesor de medicina si genetica, directorul Institutului de Cercetare a procesului de imbatranire la Institutul de Medicina Albert Einstein din New York.

Stirea proasta : trasaturile genetice la evreii askenazi s-au pastrat timp de mii de ani, dar in ultimul secol ele s-au diluat, s-au pierdut prin casatori mixte de tot felul. Oricum, nu se poate vorbi de un cod genetic israelian.

Si totusi, in Israel se traieste mai mult decat aproape in orice alta tara, iar barbatii chiar bat recordul si sunt pe primul loc in lume. Cum se explica acest fenomen ? Cel mai important factor, ne spun sociologii si psihologii, este sentimentul de solidaritate si de apartenenta. Oamenii isi poarta de grija unul altuia, iar la nevoie, sar in ajutor. Intr-un ritual saptamanal, familia se intruneste vineri seara sau sambata. Bunicii inteleg ca sensul vietii lor este de acum, sa se ocupe de nepoti ! [Szeressük egymast, gyerekek !](#) (Hai sa ne iubim, copii!) - iata reteta unei vieti lungi. Nu in sensul de carpe diem, profita de moment, viata fiind scurta, cum spune cantecul, ci in sensul unei vieti implinite.



Desen: Anath Hanit