

Domingo 14 de julio de 2019

El miedo a envejecer...

El miedo a envejecer... La vejez, tremenda y afortunada realidad a la que nos enfrentamos prácticamente todos los seres humanos que vamos teniendo la oportunidad de acercarnos a ella o a estarla viviendo.

La forma de llegar a la vejez es en gran medida la consecuencia de como hayamos vivido cada una de las etapas de la vida, incluyendo desde la vida intrauterina, neonatal, adolescencia y adulta misma.

Es la etapa en donde se vive y se confronta desde el vehículo genético del cuerpo que nos da la forma física de 'respirar para vivir', hasta con los aprendizajes, creencias, seguridades adquiridas, estructura ética de vida, formas y estilos de interactuar con el mundo y con uno mismo.

Miedo a estar en condiciones físicas de dolor, de incapacidades físicas o intelectuales como padecimientos de Alzheimer u otros igualmente discapacitantes.

Etapa en la que toca ir despidiéndose de la mejor forma posible de los pequeños y de los grandes logros. Etapa maravillosa cuando se logra transmitir a las nuevas generaciones lo poco o lo mucho aprendido. Asimismo, el poder tener la capacidad de disfrutar y gozar de los recuerdos y de las realidades que se estén teniendo en compañía de la familia elegida o de la también llamada la Tribu que se haya estado coconstruyendo a lo largo de la vida.

Etapa en donde uno libre y espontáneamente se puede asombrar y maravillarse en forma extasiante de las cosas más sencillas y simples del día a día, como acontece en la infancia.

Etapa en la que se puede tener mayor claridad y seguridad al ir eligiendo lo importante de lo no importante durante el transcurrir de los días.

Etapa en la que toca aprender la mejor forma del desapego de todo lo adquirido a nivel material, intelectual, de los maravillosos vínculos afectivos coconstruidos y hasta el desapego a uno mismo.

Abrazo grande con mis mejores deseos.

Psict. Humberto Payno
www.humbertopayno.com
<https://twitter.com/HumbertoPayno>