**No es sólo el tiempo lo que nos envejece**

El tiempo empieza a corroernos espantosamente pronto: se comienza a morir desde el mismo día en que se nace, a pesar de que se va creciendo hasta que en alguna etapa intermedia, morir se hace predominante y va muriendo uno más de lo que crece.

Entonces con cada día que pasa, el margen entre morir y crecer se va haciendo más dilatado hasta que, finalmente, el morirse se adueña del terreno y lo domina por completo.

En verdad, yo defino la muerte como el momento en que se deja de crecer totalmente. Porque siempre hay tiempo para crecer.

En muchos esta muerte ocurre en vida mucho antes que la muerte física, que la muerte verdadera.

Lo que quiero decir es que no es solamente el tiempo lo que nos envejece.

Hay personas que son viejas, siendo jóvenes.

Así como hay personas viejas que son jóvenes siempre, porque lo son de espíritu.

El cómo se ven las cosas es lo que lo hace a uno un viejo o un joven por más arrugas que se tengan.

El hombre que echa un vistazo a su rostro coronado de ansiedades al detenerse a lavarse las manos con anterioridad a un almuerzo que será consumido a la ligera y corriendo; la mujer que se cuenta las arrugas ante el espejo: los dos creen que el tiempo es el adversario y no es así.

Lo es, solamente en alguna medida. Lo es pero solamente en el sentido que es ley natural y que el transcurrir el tiempo, este tiempo es portador de circunstancias de vida, algunas más dolorosas que otras, pero influirán en uno según el cómo afronto las dificultades.

Lo que nos envejece no es el tiempo solamente, sino las circunstancias: no es el simple pasar del tiempo, sino las tensiones vividas, las envidias y las frustraciones que no hemos asumido o enfrentado.

Por esto es tan importante el cómo se vivan estas cosas. Porque vivirlas, todos las deberemos vivir en algún momento de nuestra vida.

*El fracaso es simplemente la oportunidad de comenzar de nuevo, esta vez de forma más inteligente* (Henry Ford)

El rostro que nos mira desde el espejo, no representa tan solo un testimonio del tiempo transcurrido, sino también un testimonio de cómo el tiempo nos ha afectado.

Y nos habrá afectado según el cómo hayamos vivido nuestras circunstancias.

No es lo mismo asumir un dolor que rebelarse contra el dolor.

Víctor Frankl nos dice en uno de sus libros que el dolor asumido es crecimiento, mientras que el dolor vivido con bronca es neurosis.

Envejece más la bronca que el simple paso de los días.

En su libro “El demonio del mediodía” el escritor Andrew Solomon que versa sobre la depresión nos dice: *existe un abismo entre aquellas personas para quienes la vida es una constante cosecha de experiencia y conocimientos frescos, y aquellos otros para los que la madurez es un proceso de atrofia mental.*

Y más adelante nos habla cuanto influye la televisión en la vida de hoy: *la mayoría de la gente usa la televisión como un medio para apagar su mente, no para encenderla.*

Se es siempre joven si mantengo mi mente encendida. La vejez definitiva acompaña las mentes apagadas.

Nos dice José Luis Martín Descalzo: *Los genios son genios, no por lo que producen, sino por lo que reparten.*

*Un genio no es un hombre que tiene un alma muy grande, sino un hombre de cuya alma podemos alimentarnos.*

Los genios y también los santos, que son las personas buenas, lo son porque descubrieron lo que poseían, y no se lo guardaron para sí, sino que lo repartieron y, dándolo con generosidad, crecieron en el bien que tenían, e hicieron crecer a otros.

Si lo hubieran guardado para sí, lo habrían perdido.

Lo que dieron fue lo único que se llevaron de este mundo.

Y como dieron mucho, crecieron mucho y se llevaron mucho.

*La gente buena, si se piensa un poco en ella, ha sido siempre gente alegre.* (Ernest Hemeingway)

Fue el pobre de Asís que ya nos dijo que es dando que uno recibe.

Es mejor y hace más feliz dar, que recibir.

Eso lo entendieron, y muy bien, los que tienen un corazón grande, un corazón joven aunque este corazón palpite no del todo bien.

Hay dos indicios infalibles de envejecimiento.

Uno de ellos es volver la cara al pasado, es cuando una persona continuamente vive mirando el pasado, en vez de mirar el presente, única manera que le daremos sabor al mañana.

El que vive plenamente el hoy, hace mejor el mañana.

*Me levanto cada día encantado de ir a trabajar. Me encanta lo que hago.*

*Hacer esto es media vida y una fuente de salud.* (Manel Esteller)

Otro dejó escrito Si trabajas en lo que amas y te gusta, no trabajarás un día en toda tu vida. Y además retrasará tu vejez.

Símbolo de vejez son aquellas expresiones tan comunes: .....cuando yo era joven, esto se hacía así. Cuando yo era joven esto no pasaba, etc.

Cuando yo era........El cuando yo era ya pasó.

El otro indicio es el dejarse estar, el pensar que ya no se tienen energías para hacer algo. Esta actitud trae enseguida la incapacidad para mirar la vida a través de los ojos de quienes tienen todavía un gran interés en vivir.

*Hacerse mayor es ir siempre por detrás de los inventos.*

*Envejecer es llegar tarde a las novedades.-* (Francesc-Marc Álvaro)

…………y se es viejo cuando ya no te atreves a aprenderlas……

Una persona que ya lleva años vividos podrá no hacer físicamente muchas cosas que hacía de joven, pero está en él hacer muchas otras cosas que ningún joven lo puede hacer.

¡Es tan rica la vida de lo vivido!, que es desde allí que tengo que descubrir todas las muchas cosas que todavía puedo hacer, que todavía puedo dar.

Y que si no las hago, nadie las hará por mí.

Esa es la mayor juventud del que ha vivido años.

Y a no olvidar que el que ha vivido años es un regalo que le ha hecho la vida y que son muchos los que nunca lo recibirán.

Los jóvenes siempre han necesitado de los viejos jóvenes.

 Salvador Casadevall

 salvadorcasadevall@yahoo.com.ar