

INTRODUCCIÓN

EL ARTE DE ENVEJECER CON DIGNIDAD.

Cuenta la alta antigüedad que cuando la sociedad estaba en conflicto, Emperadores, Faraones y Jefes de estado consultaban al CONSEJO DE ANCIANOS, es decir, escuchaban y atendían al consejo de los SABIOS.

CONSEJO DE ANCIANOS, ERA SINÓNIMO DE CONSEJO DE SABIDURÍA.

Estos grandes sabios ancianos conservaban su relación con el GRAN ESPÍRITU y mantenían su vitalidad al saberse poseedores de una herencia espiritual que les permitía realizar una labor aquí en la tierra.

Hoy, esta imagen pertenece a la ciencia ficción. Tenemos ancianos, como adultos mayores, urgidos de reclusión, inútiles e inservibles casi a punto de convertirse en desechables. Su debilidad del espíritu les ha hecho perder autonomía e identidad convirtiéndose en lo que los hijos quieren hacer con ellos. Sus consejos no son escuchados y sus palabras son más las de un viejo cascarrabias, enfermo, deteriorado mental, estorboso y baboso.

Se nos ha vendido la idea que tener años es sinónimo de enfermedad, improductividad y muerte... ¿Con éste panorama alguien querría llegar a la vejez? El viejo sabio, el anciano sabio es aquel que se mantiene en la posesión de lo GRANDE. Su carácter es firme, y fuerte y ordenadamente claro. Sabe mantener el rumbo, como guía, a través de la entrega y el acatamiento.

El arte de envejecer con dignidad implica comprender que un niño hasta los diez años tiene la energía del VIENTO. Se mueve suave, fuerte, de manera huracanada o como suave brisa. El niño es movimiento y por esto debe educársele en movimiento. Un niño quieto está enfermo. Su naturaleza es el movimiento en todas sus dimensiones.

El adolescente, de diez hasta los veinte años es como el FUEGO: Quema, arrasa, arroya, no tiene límites, cree que el universo entero debe someterse a sus caprichos. Como dice el dicho popular " vive sin Dios, sin ley y sin patria".

De los veinte a los treinta años la energía que se mueve es la del asentamiento de la TIERRA. El ser humano busca centrarse, ubicarse, organizarse y cree que ya es tiempo de sentar cabeza y dejar de hacer tantas locuras.

De los treinta a los Cuarenta años surge espontáneamente una etapa de crecimiento espiritual, Se le añade a la vida la idea de una fuerza superior, una fuerza que todo lo ordena y nos orienta. es la llamada edad del METAL, donde respiramos con más calma y serenidad ante los recuerdos.

De los cuarenta a los cincuenta años el ser humano se mueve como el AGUA, haciéndose un poco más adaptable, fluido y responsable. Se aumenta la cautela y la precaución, se siente más vívidamente la experiencia de la Voluntad Divina y se van dando brotes de sabiduría.

Regresa al VIENTO entre los cincuenta y los sesenta años, hay movimientos, mayores decisiones, agresividad en los proyectos y hasta la energía sexual se mueve pudiendo aumentarse la promiscuidad especialmente en el hombre.

El FUEGO reclama y llama nuevamente entre los sesenta y setenta años. Se dispara la rebeldía, el viejo cascarrabias y sus achaques o caprichos. Solo vale lo que él piensa.

De los setenta a los ochenta años el ser humano se vuelve a aplacar, como si regresara a la tierra. Es un ser ubicado, centrado, sabio que se da por enterado de cómo funciona la vida.

Viejo es sinónimo de Sabiduría, es el consejero, es el que logra dar claridad a nuestras desilusiones, frustraciones y fracasos.

El ser humano sufre, se enferma y maltrata por que desconoce estos ritmos y genera hábitos, costumbres y estilos de vida que van contra natura generado estados realmente patógenos, entre ellos la enfermedad moderna: EL PODER.

El viejo sabio no tiene años. Se puede ser anciano sabio a los 7 años o 21 o 50 o 90, si mantiene su relación con lo SUPERIOR, LO GRANDE lo que le da claridad, discernimiento y comprensión, recibiendo día tras día bendiciones del Cielo. Hagamos de la vida una permanente jubilación. Que el simple acto de respirar nos llene de júbilo y gozo. Recordando nuestro antepasado celestial recuperaremos la juventud y descubriremos nuestra herencia luminosa que nos permitirá mantener una claridad creciente en cada etapa de la vida, brindándonos alegría y júbilo permanente de vivir haciendo de nuestro espíritu un espíritu joven rompiendo el mito de la juventud cultural y no llenar de años la vida sino colmar de vida los años.

Y cuando el viento nos ordene partir cantaremos como el poeta:

"No comenzamos un día donde hemos terminado otro, y ninguna aurora nos halla donde el ocaso nos deja.

Porque incluso mientras la tierra duerme, nosotros viajamos.

Somos la semilla de la planta que nace, y es en la madurez y plenitud de nuestro corazón cuando somos arrojados al viento y esparcidos...

Hallo sediento el agua de la vida y me bebe mientras yo bebo en ella.

Si vamos a hablar de maltrato y discriminación por razón de edad tendríamos, obligatoriamente, que hablar del ser humano desde el mismo momento de su concepción. Puede haber maltrato, por razón de edad en un embrión o en un feto, puede haber maltrato, por razón de edad en la niñez, puede haber maltrato por razón de edad en la adolescencia, puede haber maltrato por razón de edad en la adultez y puede haber maltrato por razón de edad hacia los adultos mayores, mal llamados viejos.

RETO:

Se hace urgente, necesario e imprescindible lanzar un S. O. S (salvar nuestras almas) para diluir sin combate el inconsciente colectivo generado por la cultura y la ciencia de que ser viejo, tener años es sinónimo de enfermedad, achaques, demencia, estorbo, inutilidad, frustración, etc., etc., etc. Todo esto nos lo han enseñado desde que nacimos. El problema no es el viejo insalubre y maltratado de hoy. La pregunta sería entonces: ¿ Por qué hemos llegado a este estado ?. Una de las tantas respuestas podría ser: Es que no nos han enseñado a envejecer con dignidad. No nos han enseñado los diferentes ritmos de la energía a través de los años. Enseñamos a nuestros niños a comportarse como adultos y enseñamos a los adultos mayores a ser vitales y agresivos como los adolescentes. Enseñamos al adulto mayor a rendirle culto a la juventud y por eso todos quieren tener " veinte años menos ".

No hay animal más cruel que el ser humano. Los animales animales no son crueles. Los animales humanos desarrollan una capacidad de crueldad inimaginable.

V.I.E.J.O.S.

Visionario. Tiene una visión trascendente del Fenómeno.

Iluminado. Sabe del camino nomádico de la existencia.

Elevada percepción sensorial.

Jubiloso es su serena alegría de vivir.

Oracular. Es el libro abierto que se consulta.

Sabio. La sabiduría no discute.

Jorge Alonso Gil H.
Bioenergética.

Médico U de A. Colombia.

Medicina

“Sólo para oír pasar el viento vale la pena haber nacido”