

022 - "ASSUMA A SUA MATURIDADE"

De um modo geral a Maturidade é associada à idade e aos anos de experiência de vida cronológica, ou seja, acaba sendo relacionada à ordenação e à medição do tempo decorrido da vida de uma pessoa. A própria palavra "Matura + Idade" passa a ideia de "idade madura". Contudo, ela nada mais é do que uma das fases da vida humana que se inicia na infância, passa pela adolescência e prossegue pela idade adulta até a velhice.

Por outro lado, é comum associar a Maturidade à "gente velha ou idosa", porém, idade não é pretexto para ninguém se sentir ou ficar velho!

Pensando em tudo isso, prezado(a) leitor(a), é que destacamos, a seguir, algumas peculiaridades dessa fase da vida e o fizemos unicamente com o objetivo de alertá-los(as) a viver bem e a conviver melhor ainda com todos, também para que possam desfrutar da Maturidade com prudência e sabedoria!

A vida passa depressa, prezado(a) leitor(a), por isso viva com inteligência todo o seu tempo. Viva a sua vida, não a do seu marido, nem da sua esposa, dos filhos ou filhas, dos netos, dos parentes, dos vizinhos, dos amigos... Não viva apenas em função dos outros e nem viva só para eles, viva para Você também.

Alimente-se com moderação; durma o suficiente. Tenha uma vida disciplinada, ordeira, naturalmente organizada. Fale com muita sabedoria.

Poupe seus familiares e amigos(as) das "suas" memórias do passado... Elas dizem respeito somente à Você! Valorize só o que foi bom. Experiências desordenadas, traumas, fobias, neuroses devem ser tratadas com psicoterapeutas ou com médicos de sua confiança.

Não aborreça ninguém com o relatório dos seus feitos admiráveis. Eles são interessantes somente para Você. Ninguém aguenta ouvir relatórios e ver fotografias ou vídeos de vivências dos outros por horas e horas. A esse respeito, comente somente se alguém lhe perguntar.

Não há nada mais irritante do que um(a) idoso(a) se fazendo de entendido(a) para “receitar” remédio para tudo o que o(a) outro(a) sente. Não se automedique. Esteja atento(a) quanto a validade dos medicamentos que lhe foram indicados por médicos de sua confiança. Tome, no mínimo, oito copos de água por dia e alguns minutos de sol pela manhã; não fique parado num só lugar esperando o tempo passar: mexa-se; movimente-se; caminhe um pouco conforme a sua capacidade física...

Deixe do costume de viver se queixando por isso ou aquilo! Fé em Deus e bom ânimo já livraram a muitos de desconfortos, do cansaço da vida, das tristezas e amarguras que podem fazê-lo(a) adoecer... Lembre-se disso!

Use o seu dinheiro com critério, seja ele pouco ou não. Gaste-o em coisas importantes e evite economizar tanto com Você. Sejamos realistas: tudo o que se economizar com Você, depois será para quem?

Haver atingido a Maturidade não lhe dá o direito de ser mal-educado. Seja cuidadoso para não cometer deslizos à mesa durante as refeições; durante conversas com amigos ou familiares; peça licença sempre; não se esqueça de agradecer; cumprimente a todos, isto porque um “bom dia, boa tarde, boa noite” ditos com alegria e sinceridade move a muitos corações no sentido da boa convivência.

Aposentar-se não é o fim de tudo, tampouco sinônimo de ociosidade. Lembre-se de que Você se aposentou das atividades do trabalho formal, não da vida! Arranje alguma ocupação interessante, que seja prazerosa. Qualquer ocupação honrosa para fazer sozinho(a) ou em grupo; basta que faça bem para Você, para o próximo, para a comunidade, para o mundo; por que não?

Esteja atento com a nostalgia e o otimismo. Pessoas amargas e sempre tristes são insuportáveis; as alegres demais, também são. Elogie os amigos(as) e as pessoas de seu convívio; não fique exigindo explicações de tudo.

Ainda há tempo para gostar de aprender. A Maturidade pode lhe trazer sabedoria. Esteja sempre pronto para aprender, seja nas atividades do lar, seja frequentando algum curso ou grupo de pessoas. Não se apresente em lugar algum dizendo ser muito experiente!

Frequente a sua Igreja com mais regularidade e perceberá o quanto será bom, instrutivo e construtivo para Você!

Vista-se e arrume-se bem, mas com discrição. Encontre o equilíbrio entre a decência, o conforto e a boa aparência. Asseio e limpeza são imprescindíveis para se relacionar bem em todos os ambientes e com todas as pessoas. O fato de contar com recursos limitados para se manter não justifica a falta de asseio ou de limpeza!

Seja um bom avô ou uma boa avó para os seus netos; eles necessitam de Você! Os avós oferecem aos netos, pelo simples fato de estar com eles, um marco mais geral de controle e aceitação afetiva; atente-se a isso! Porém, se alguém lhe perguntar como vão os seus netos(as), cuidado para não exagerar na descrição da rara beleza e da excepcional inteligência deles... Lembre-se de que, de maneira geral, todas as crianças são encantadoras em sua simplicidade e curiosidade infantis!

Não seja um(a) sogro(a) importuno que exige relatórios dos filhos ou filhas. Eles têm a vida deles e, na verdade, Você agora é parente! Quando eles telefonarem, não os censure nem os repreenda por não ligarem para Você com tanta regularidade, mas, diga do fundo de seu coração: "Que alegria falar com Você! Deus te abençoe meu filho, minha filha!"

Seja cuidadoso com o que diz ao telefone ou celular! Se lhe perguntarem como vai Você e a sua resposta sinalizar desânimo ou desesperança, ou se Você só se lamentar e reclamar de tudo ou de todos, pode ter certeza de que as ligações de amigos ou parentes vão diminuir em muito, cada vez mais.

Seja grato! Isso mesmo... Grato a Deus Pai e aos Seus Santos pela vida; pela saúde, mesmo que relativa; pela proteção divina para o lidar cotidiano... Grato às pessoas com as quais convive, sejam familiares ou não... Pode parecer uma recomendação simplória, mas não é. Pensar em, pelo menos, três coisas que lhe fizeram sorrir no dia é uma tarefa simples e eficaz para colocar os problemas à distância ou minimizar o peso que Você atribuiu a eles.

A Maturidade pode se tornar num fase bastante interessante da vida, prezado(a) leitor(a)! Depende apenas da sua iniciativa e da sua decisão em buscar a excelência do privilégio da Maturidade, pois, Você

tem idade, juízo, experiência, tempo e capacidade para se relacionar melhor com as pessoas e para colaborar para que o mundo seja um lugar melhor para se viver e conviver. Assim sendo, faça uso do bom senso e delete do seu computador mental o vírus da inveja, do orgulho, da vaidade, da promiscuidade, das cobranças, de coisas ou fatos “pequenos e frustrantes” a fim de poder desfrutar de tudo o que Você sempre sonhou: uma vida mais alegre, mais abençoada, mais leve e mais feliz!

Pense nisso... e até breve!

