

EDITORIAL

El edadismo es una pared invisible que limita los derechos de las personas mayores, cercena sus sueños y niega su realización y bienestar plenos. Se alimenta de estereotipos que pintan a la vejez como una etapa de vida llena de dependencias e ignora la riqueza de experiencia, carismas, fortalezas, resiliencia y sabiduría de ese grupo etario. En este número, dedicamos nuestras páginas a hacer visible este fenómeno para, entre todos, comenzar a transformar la realidad, ello desde el prisma de que un mundo que respeta y valora a sus mayores es un mundo más humano, fraterno y justo.

La sección de Formación ahonda en el concepto del Edadismo como un mal silencioso que empobrece la convivencia humana y explica sus secuelas en el tejido social, además de las maneras de frenar este problema mundial.

Acontecer resume las informaciones acerca del accionar del Programa de Personas Mayores en el país durante el primer cuatrimestre del año, en el cual resaltan los acompañamientos de la Cáritas Nacional a los diferentes territorios y los intercambios con beneficiarios de grupos, talleres y servicios; la visita de Cáritas Alemania a la sede de la organización en Camagüey y la apreciación de las experiencias de trabajo en esa diócesis. Asimismo trae noticias este apartado de la nueva edición del Curso de adiestramiento para cuidadores en Cienfuegos, entre otros hechos de relevancia.

El testimonio describe el puente entre generaciones que fortalece los vínculos de beneficiarios de los programas Grupos de Desarrollo Humano y Personas Mayores, en Cáritas Matanzas con acciones que multiplican la cultura de respeto e inclusión y contrarrestan el edadismo.

Por último, y como alternativa creativa que aplica las propuestas de la encuesta realizada a los lectores de este boletín, socializamos en la sección Compartimos algunos mensajes visuales que actúan como un espejo, al mostrar esas frases, posturas y actitudes edadistas que repetimos y normalizamos. Identificarlas es el primer paso para erradicarlas y fomentar un entorno más saludable y justo que celebre el don de la vida.

Este número:

- 1) Páginas 2 y 3
**Edadismo:
debate
nuevo y
problema viejo**



- 2) Páginas 4 a la 7
Acontecer



- 3) Páginas 8 y 9
**Cáritas
Matanzas: Un
puente entre
generaciones**



- 4) Páginas 10 a la 12
Compartimos



Edadismo: debate nuevo y problema viejo

|Texto: Roberto Alfonso Lara

|Ilustración: tomada de The Clinic

En 1969, el gerontólogo Robert Butler, director del Instituto Nacional de Envejecimiento en Estados Unidos, acuña el término edadismo para identificar desde el lenguaje un fenómeno social asociado a los estereotipos, los prejuicios y la discriminación por razones de edad. Aunque desde inicios de los años dos mil existe interés en reconocer el protagonismo de los mayores en distintas esferas de la sociedad, la economía, la cultura y la política —en igualdad de condiciones con el resto de la población—, datos de la Fundación HelpAge International España registran que hoy una de cada dos personas en el planeta son edadistas contra los viejos, si bien en regiones de Europa se manifiesta más en detrimento de los jóvenes. Y es que, pese a resultar un tema añoso, el debate global en torno a él corresponde al último lustro.

La publicación en 2021 del Informe Mundial sobre Edadismo, confeccionado por expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), fue el parteaguas. El ente no se limita a definir la naturaleza del problema a partir de «los estereotipos (cómo pensamos), los prejuicios (cómo nos sentimos) y la discriminación (cómo actuamos) hacia las personas en función de su edad». Señala también que puede ser institucional, interpersonal y autoinfligido; comenzar en la infancia y reforzarse con el tiempo.

Un concepto más claro y exacto afirma que «el edadismo surge cuando se utiliza la edad para clasificar y dividir a las personas de una forma que comporta un daño, desventaja o injusticia, y que erosiona la solidaridad intergeneracional». Ello impacta negativamente en la población mayor de 60 años, con la reducción de la esperanza de vida, así como el deterioro de la salud física, mental y emocional. Aparece como un fenómeno generalizado que va desde creer que los viejos son frágiles y poco competentes, hasta llegar a discriminarlos en centros de salud y asistencia social, medios de comunicación, sistema legal y otros ámbitos.

De hecho, uno de sus marcados efectos acontece en los lugares de trabajo. Estudios de organismos internacionales revelan que los empleadores muestran menor probabilidad de contratar a aspirantes mayores que jóvenes. Incluso, en caso de que una persona mayor sea contratada, las posibilidades que tiene de acceder a opciones de capacitación y superación son limitadas.

Para afrontar estas consecuencias, el documento de la OMS propone tres estrategias:

1. Políticas y legislación: La adopción de políticas y leyes que aborden la discriminación y desigualdad por motivos de edad, y la normas relativas a los derechos humanos.
2. Intervenciones educativas: Incluirlas en todos los niveles y tipos de educación, desde la escuela primaria hasta la universidad, y en contextos educativos formales y no formales. Estas ayudan a mejorar la empatía y a disipar las ideas erróneas sobre los distintos grupos etarios.

3. Intervenciones de contacto intergeneracional: Fomentar la interacción entre las personas de diferentes generaciones. Esto puede atenuar los prejuicios y estereotipos que existan.



En la práctica, el uso del lenguaje entraña acciones significativas. Destaca la publicación del Glosario sobre el edadismo por la Fundación Caixa. El texto agrupa palabras y expresiones que tienden a la infantilización (abuelito, viejita), despersonalización (jubilado, sin importar si lo es o no) y deshumanización (dinosaurio, momia) de las personas mayores, al punto de contribuir a restarles poder, autonomía y excluirlos.

Al respecto, David Velasco, directivo de la institución, reflexiona: «No podemos poner etiquetas a un colectivo tan amplio. Cada uno tiene unas necesidades, una vulnerabilidad y una fragilidad diferentes. También unas capacidades, unas cualidades y una forma de desenvolverse en la vida distintas. [...] El respeto es una pieza fundamental en las relaciones humanas. El primer paso es reconocer que las personas mayores tienen muchas potencialidades».

Montse Celdrán, psicogerontóloga y autora del Glosario, no circunscribe exclusivamente su aportación al lenguaje; esboza ideas para

desarrollar en comunidad: «un club de lectura para analizar cómo aborda la vejez la novela en el siglo XXI, un teatro sobre los derechos de los mayores o un programa intergeneracional que incluya a los jóvenes». Según declara la experta al periódico español ElPaís, se trata de buscar alternativas a las clásicas actividades de ejercicios de la memoria, manejo de la tecnología y aprendizaje de idiomas.

Nada de esto resulta ajeno a Caritas Cuba y su Programa de Personas Mayores (PPM). Junto a los seminarios y espacios de capacitación para instruir a coordinadores diocesanos, voluntarios y animadores en el empleo de un lenguaje sin sesgos a la hora de atender a los beneficiarios, se promueven de igual manera talleres de laborterapia y emprendimientos que ponen en valor las capacidades de los ancianos.

Otras iniciativas ponderan el intercambio con las nuevas generaciones, a través de encuentros que favorecen el diálogo y la confluencia armónica de ambos grupos. Así, cada vez es más frecuente el vínculo entre el PPM y el programa Grupos de Desarrollo Humano, este último orientado a niños, niñas y adolescentes en riesgo de exclusión social.

Tampoco debe perderse de vista cuánto significan hoy las personas mayores para esta institución de la Iglesia Católica en la mayor isla del Caribe. Un gran número de ellas sostienen, desde el voluntariado, los servicios, talleres y proyectos que gestiona a lo largo del país. No obstante, todavía queda mucho por hacer para lograr abolir una de las formas de maltrato cotidiano y estructural más añejas de la sociedad contemporánea, aun cuando la palabra suene a nueva: edadismo.

Acompañamientos



En el mes de febrero, el equipo de comunicación de la Oficina Nacional de Caritas Cuba realizó acompañamientos a servicios de comedores de las diócesis de Ciego de Ávila y Holguín- Las Tunas, del Programa de Personas Mayores.

Martha Alfonso Cobelo, responsable de Caritas en Cunagua, Ciego de Ávila, refirió que el servicio ofrece desayunos de lunes a viernes a 30 beneficiarios, 10 de los cuales se llevan hasta los hogares de quienes poseen situación de discapacidad. En la “casita” de Caritas funciona además un grupo de animación sociocultural que se reúne mensualmente, pese a las constantes interrupciones en el suministro eléctrico, desafíos que no frenan los encuentros y dinámicas recreativas para fomentar la agilidad física y mental de los adultos mayores.



El comedor de Vista Alegre, de la diócesis Holguín-Las Tunas sirve dos almuerzos y un desayuno a 39 ancianos en estado de vulnerabilidad de esa comunidad cada semana, ya sea en ese servicio parroquial o en las casas de beneficiarios con delicada situación de salud.

Destaca el apoyo comunitario que aporta apoyo monetario y en especie al servicio, además de la variedad de actividades que anima un voluntariado comprometido con la atención y cuidado de quienes experimentan mayores vulnerabilidades en la vejez.

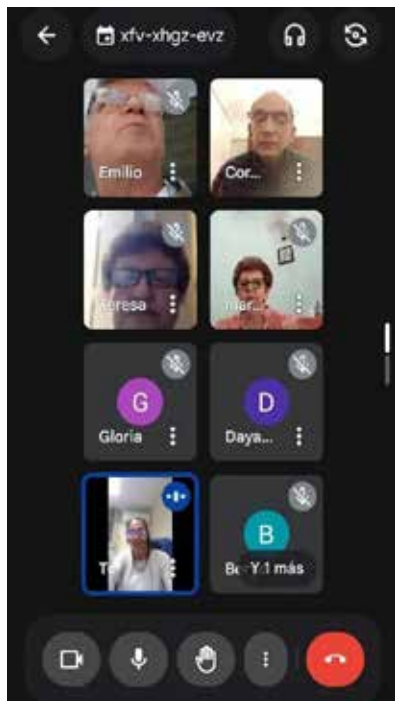


En Marzo Caritas Cuba prosiguió con el proceso de acompañamiento. Esta vez, tocó a la Caritas Diocesana de Camagüey en el que participaron Carmen María Nodal Martínez, directora de Caritas Cuba, Kilian Linder, responsable de proyectos para Bolivia, Cuba y Perú en Caritas Alemania y Shirley Núñez Guilleuma, coordinadora nacional del Programa de Personas Mayores (PPM).

Durante esta visita, los representantes pudieron observar las actividades matutinas del grupo Santa Teresa de Calcuta, del PPM, cuyos beneficiarios se reúnen cuatro veces por semana y asumen diversas actividades que incluyen charlas de autocuidado y un

almuerzo, espacio también dirigido a la formación, recreación y enriquecimiento cultural de las personas mayores y que promueve el intercambio intergeneracional con otros programas institucionales.

Encuentro de Evaluación Anual del Programa de Personas Mayores



El Encuentro de Evaluación Anual del Programa de Personas Mayores (PPM) sesionó de manera online los días 11 y 12 de marzo, cuya apertura estuvo a cargo de Carmen María Nodal Martínez, directora de Caritas Cuba, quien destacó la importancia de

este espacio de análisis e interacción. Shirley Núñez Guilleuma, coordinadora nacional del Programa de Personas Mayores guió la cita dedicada a socializar el proceso de evaluación de las diócesis a partir del accionar a favor de las personas mayores durante el 2024, las iniciativas hacia los grupos de personas mayores y su impacto en el entorno familiar y comunitario con estilos de vida más saludables, fortalecimiento de las redes de apoyo, interacción con otras generaciones y empoderamiento

en cuanto al ejercicio de sus derechos, así como los desafíos, errores, aciertos y sugerencias para mejorar la labor del Programa.

Se destacó el proceso de formación recibido por la red de comunicación, en colaboración con el PPM, una experiencia valiosa que facilita la comprensión y reflexión asertiva sobre temas relacionados con la vejez y el bienestar de las personas mayores.



Fortaleciendo vínculos: un encuentro transformador sobre autocuidado y bienestar para beneficiarias del Programa de Personas Mayores

Como una experiencia enriquecedora y transformadora para todos los participantes describió la psicóloga Maylín Ugalde Pérez al encuentro realizado junto al grupo sociocultural de la Iglesia del Carmen, en la ciudad de Matanzas.

Este espacio no solo proporcionó herramientas para el autocuidado, sino que reforzó la importancia del apoyo mutuo en el bienestar integral de las personas mayores, explica Maylín.

“Iniciar la sesión con una técnica participativa donde cada asistente compartió una acción diaria de autocuidado que les brinda bienestar, no solo fomentó la reflexión individual, sino que también fortaleció el sentido de comunidad al permitir el intercambio de prácticas saludables.

“La culminación con la creación del «árbol del autocuidado», nutrido con las ideas y aportes de los presentes, simboliza el crecimiento colectivo y la importancia de integrar el autocuidado en la vida diaria. Además, fortalece las redes sociales y familiares, elementos clave para evitar la soledad y mejorar la calidad de vida en esta etapa”.

Las beneficiarias del Programa de Personas Mayores agradecieron este encuentro cuya esencia remite a las reflexiones del Papa Francisco: “Debemos despertar el sentido colectivo de gratitud, de aprecio, de acogida, que haga sentir al anciano parte viva de su comunidad”.



Un gesto de amor para las personas mayores

En el Día del Amor y la Amistad, se llevó a cabo una celebración especial destinada a

promover la interacción social y el bienestar emocional de unas 36 personas mayores en la Casa de misión de la calle Buenos Aires, en el Cerro, de Cáritas Habana.

Las actividades realizadas incluyeron un Taller de Manualidades donde los participantes crearon tarjetas y regalos para sus amigos y seres queridos utilizando materiales como cartulina, foamy, tijeras, pegamento y pinturas, lo cual fomentó la creatividad e interacción y fraternidad de los participantes.

Asistieron 36 personas mayores, quienes comenzaron a crear nuevas redes de apoyo durante el evento. Al final se realizó un diálogo con ellos, quienes expresaron un alto nivel de satisfacción por la experiencia vivida.

Actividades como esta, se llevaron a cabo simultáneamente en varios servicios de comedores en las comunidades de la Iglesia del San Juan Pablo II, la Capilla de Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús, Nuestra Señora del Rosario y parroquia de San Felipe, demostrando que la realización regular de este tipo de eventos contribuye significativamente a fomentar la socialización y el bienestar emocional de las personas mayores.

¿Cuidar o escalar una montaña?

Acompañar, atender, cuidar... emerge cada día como necesidad ineludible en el mundo contemporáneo, y especialmente en Cuba, con marcada tendencia al envejecimiento de su población. Tal volvió a ser el motivo al reeditar el Curso de adiestramiento para cuidadores que, desde 2018, ofrece el Programa de Personas Mayores (PPM), de Cáritas Cienfuegos.

Tras las ediciones realizadas fuera del entorno urbano de la Diócesis del centro sur de Cuba, en los municipios de Lajas y Palmira, la iniciativa de formación regresó a uno de sus espacios habituales: la Santa Iglesia Catedral de Cienfuegos, donde concurren este mes de marzo alrededor de 30 talleristas.



Los doctores Alfredo A. Espinosa Roca, Caridad M. González Aragón

e Iván Castillo Ledo, especialistas en Medicina Interna, Geriatria y Psiquiatria, respectivamente, conformaron, junto Liset Rodríguez Ferrer, licenciada en Enfermería, un claustro de alto prestigio en la Diócesis de Cienfuegos. Esta constituye una de las fortalezas del Curso de adiestramiento para cuidadores reeditado en la Perla del Sur.

Adys Leyda Jiménez González, de 53 años, supo de la convocatoria allá en el asentamiento rural de Cartagena, del municipio de Rodas, e informada de la calidad del programa lectivo, no dudó en inscribirse. «Pertenezco a la última generación de la familia y todos están a mi cargo: mi mamá, mi tía; y antes mi papá, ya fallecido. Apenas tengo experiencia, pues lo que he vivido ha sido enfrentando lo que me tocaba, sin ayuda para mí. Esa es la razón por la cual considero muy bueno el curso: ofrece herramientas, nos brinda espiritualidad, paz, y sin tanto estrés», sostuvo.

Festival Intergeneracional “La Hora del Planeta” desde Caritas Guantánamo-Baracoa

“Reconocer a la naturaleza como un espléndido libro en el cual Dios nos habla y refleja algo de su hermosura y de su bondad” (Laudato Si’), fue motivo de encuentro entre generaciones variadas de los Programas Grupos de Desarrollo Humano y de Personas Mayores, desde un Festival Intergeneracional, inspirado en el Día Mundial “La Hora del Planeta”.

En singular pasarela esta jornada permitió la presentación artística de un centenar de beneficiarios de varios talleres con mensajes a favor del cuidado de la Creación, en las cuales combinaron teatro, la música y los bailes con exposiciones de plantas decorativas, ornamentales, junto a manualidades con materiales reciclados del medio ambiente.

La práctica de una rutina de Ta Hi Chi sorprendió a los participantes por la sincronía del grupo en este arte marcial de origen chino, que conecta movimiento, meditación y respiración con el entorno natural, un camino para cultivar una vida más equilibrada y plena.

La cita fue un regalo para los presentes que mantuvieron interés en cada obra y al finalizar se tomaron de las manos y compartieron un baile para hacer sonreír la Tierra con su alegría y motivaciones para ser instrumentos de Dios en el cuidado de la Creación, “cada uno desde su cultura, su experiencia, iniciativas y capacidades”. (Laudato Si’)

Cáritas Matanzas: Un puente entre generaciones

Por Lianet Fundora Armas

Fotos: Lourdes Abuin y cortesía de diferentes parroquias matanceras.

Cuando el equipo de Cáritas Matanzas llegó al Hogar de ancianos de Cárdenas los abuelos les recibieron en silencio, sumidos quizás en la monotonía, o en la añoranza que se esconde detrás de historias marcadas por el distanciamiento del seno familiar.

La directora diocesana de Cáritas junto a la coordinadora del Programa de Personas Mayores (PPM) y dos formadoras del mismo, no arribaron solas hasta aquel espacio donde se vuelve tan necesario multiplicar el lenguaje de la ternura. Junto a ellas, como un bálsamo de alegría, estuvieron niños cardenenses de la catequesis y las hermanas Misioneras Eucarísticas de Nazaret, que asiduamente visitan el centro.



Reflexionaron en torno a la esperanza, esa virtud teologal que debemos llevar como peregrinos de este año jubilar. Meditaron en torno a la importancia de esa mirada

esperanzadora que debe impulsar la vida en cualquiera de sus etapas y que vence prejuicios, estereotipos y actitudes negativas relacionadas con el envejecimiento.

“La verdadera esencia del PPM se evidencia durante la visita a un hogar de ancianos. Allí se mira de frente el rostro de la vulnerabilidad. Se trata de personas que fueron útiles a la sociedad y cuya condición hoy amenaza con sumirlos en la tristeza.

“A los 75 adultos mayores les tocamos las puertas del alma a través de ese roce con la infancia. De ese modo les comunicamos también que son amados y no están solos”, expresó Isel Gómez, coordinadora de PPM.



ABRAZAR AL PASADO: CLAVE PARA UN FUTURO INCLUSIVO

Entre las satisfacciones del equipo diocesano de Cáritas Matanzas en este año se encuentra precisamente el hecho de haber multiplicado los intergeneracionales que ya no se circunscriben solamente a la ciudad yumurina. Para Isel “Las experiencias en Canasí, Unión de Reyes, Limonar, Cárdenas y San Antonio de Cabezas, reflejan la magia que florece en medio de dichos espacios, donde las diferencias circunstanciales que pueden existir entre la niñez y la vejez se disipan.

“Por lo general trabajamos un valor: esperanza, justicia, solidaridad... Una jornada interesante fue la relacionada con la empatía.

Les atamos ligeramente las piernas a los pequeños, de modo que necesitaran ayuda al andar. Sintieron por un instante esa sensación del adulto mayor que requiere apoyo para cruzar la calle, o transitar hacia su casa. Colocarse en la piel del otro es sin dudas la vía para lograr una sociedad más sensible y humana.

“Atesoramos muchas historias, en San Antonio de Cabezas, por ejemplo, se reunieron 65 beneficiarios: niños del programa Grupo de Desarrollo Humano, Aprendiendo a crecer, abuelos del comedor parroquial e incluso el grupo de animación sociocultural. A través del teatro, las manualidades, la música, abordaron la temática del respeto y el resultado fue inolvidable”.

EN CANASÍ NO FALTA EL AMOR

“Aunque todos mis bienes dejase a los pobres y mi cuerpo en el fuego quisiera inmolar, todo aquello sería una inútil hazaña si me falta el amor. Si me falta el amor no me sirve de nada. Si me falta el amor nada soy”... con esta melodía del cantoral nacional inició el encuentro intergeneracional en la parroquia San Matías Apóstol, en Arcos de Canasí. Para Alina Vázquez Cadet, responsable de Cáritas en dicha localidad y voluntaria hace más de una década, resultó un espacio enriquecedor que sirvió para fomentar valores humanos, desarrollar habilidades; así como estimular la creatividad en un ambiente de colaboración y espiritualidad.

“Propiciamos un intercambio entre los beneficiarios de PPM y Aprendiendo a crecer, además de niños y jóvenes de la comunidad. Entre los testimonios estuvo el de Alejandro

Reyes Cordero, de 19 años de edad, fundador del Programa Aprendiendo a crecer, quien ha crecido con el acompañamiento de su abuela materna.

“Alejandro ha desarrollado diferentes habilidades y se caracteriza por su talento artístico. Le gusta cantar, bailar y narrar cuentos, por lo cual siempre tiene una participación especial. Durante el encuentro, cuyo centro fue el amor, su voz fuerte se alzó para definir ese sentimiento y despertar emociones. Hubo lágrimas, aplausos...”

En un contexto donde la discriminación por edad es una de las principales causas del rechazo social y de la soledad que sufre la población mayor, Cáritas Matanzas promueve espacios para defender la dignidad y el bienestar de este grupo etario.

Cada experiencia ha sido distinta, pero al final de todos se evidencia el mismo resultado: ya no queda en los participantes ningún rezago de silencio o melancolía.

Como expresara Lourdes Abuin, formadora de PPM, allí son escuchados, tomados en cuenta, mirados a los ojos.

“Cuando se termina un intergeneracional nos deja la sensación de que el mundo es más hermoso y que le hemos aportado algo bueno y posible”.





En la cotidianidad persisten edadismos, casi siempre invisibles, muy nocivos y amenazantes a la autonomía y al bienestar en la vejez. Es un mal que atraviesa todo el tejido social e incluye a las instituciones y organizaciones que trabajan con personas mayores. Ilustramos posters que visibilizan cómo asumimos posiciones paternalistas, expresiones y actos edadistas. Siendo conscientes de ellas, tomaríamos conciencia del daño que hacen y transformar el panorama de estigmatización e injusticia que generan en la población de mayores.

(Los diseños se tomaron del contenido de conferencia de Teresa Oroso, Presidenta de la Cátedra del Adulto Mayor de la Universidad de La Habana y de la Sección Psicogerontología de la Sociedad Cubana de Psicología. Algunos se descargaron de internet).

¿SABÍAS QUE LA TERCERA CAUSA DE DISCRIMINACIÓN EN EL MUNDO ES LA EDAD? SE LLAMA **EDADISMO** Y SE PRODUCE CUANDO:

HABLAS CON DIMINUTIVOS A PERSONAS MAYORES

OCULTAS LAS CANAS

USAS LA PALABRA "VIEJO" COMO INSULTO

DAS POR HECHO CUALES SON LAS NECESIDADES DE CADA PERSONA MAYOR

DAS POR HECHO QUE NO ENTIENDEN DE LO QUE HABLAS

QUITAS IMPORTANCIA A LA TRISTEZA DE LOS MAYORES

NIEGAS LAS CAPACIDADES DE APRENDIZAJE DE LOS MAYORES

DICES QUE "QUEJARSE ES COSA DE VIEJOS"

NIEGAS LA EDAD QUE TIENES CONFORME TE HACES MAYOR

JAVIRROYO

Las personas jóvenes son o están...	Las personas mayores son o están...
<ul style="list-style-type: none"> • Proclives a asumir riesgos • Consumidoras de drogas • Estresadas y ansiosas • Narcisistas • Desleales • Perezosas • Desmotivadas • Distraídas • Problemáticas 	<ul style="list-style-type: none"> • Irritables y frustradas • Solitarias y aisladas • Frágiles y débiles • Deprimidas y deprimentes • Necesitadas • Discapacitadas • Poco competentes e improductivas • Reacias al cambio • Incapaces de aprender • Poco flexibles • Poco competentes tecnológicamente • Poco inclinadas a asumir riesgos

cultura gerontológica

EDADISMO

NO

Aprender a no ser joven es el aprendizaje mas largo y difícil de la vida
(León Daudi, escritor español)

- NO a bebé de la tercera edad
- NO a juventud acumulada
- NO a joven a de ser quien lo quiera ser
- NO a eternos jóvenes
- No a envejecimiento poblacional y no envejecimiento individual
- SI a la identidad con la edad



COMO AMAR AL ADULTO MAYOR

DÉJALO HABLAR: PORQUE HAY EN SU PASADO UN TESORO LLENO DE VERDAD, DE BELLEZA Y DE BIEN.

DÉJALO VENCER: EN LAS DISCUSSIONES, PORQUE TIENE NECESIDAD DE SENTIRSE SEGURO DE SÍ MISMO.

DÉJALO CONTAR: SUS HISTORIAS REPETIDAS, PORQUE SE SIENTE FELIZ CUANDO LO ESCUCHAMOS.

DÉJALO GRITAR: CUANDO SE HA EQUIVOCADO, PORQUE LOS ANCIANOS SON COMO NIÑOS, TIENE DERECHO A LA COMPRESIÓN.

DÉJALO REZAR: COMO ÉL LO SABE, COMO ÉL QUIERE, PORQUE ÉL DESCUBRE LA PRESENCIA DE DIOS EN EL CAMINO.

DÉJALO ENVEJECER: CON EL MISMO PACIENTE AMOR CON EL QUE CRECER A TUS HIJOS, PORQUE TODO ES PARTE DE LA NATURALEZA.



DÉJALO VIVIR: ENTRE COSAS QUE HA AMADO, PUES SUFRE SINTIENDO QUE LE ARRANCAMOS PEDAZOS DE SU VIDA.

DÉJALO VIAJAR: EN EL AUTO DE LA FAMILIA CUANDO SE VAN DE VACACIONES.



UN POEMA EDADISTA



"Aquí ...no hay viejos... solo nos llegó la tarde, una tarde cargada de experiencias. Viejo es el sol y nos alumbra, viejo es el mar y se agiganta, vieja es la tierra y nos da vida, viejo es el amor y nos alienta...Así que aquí... no hay viejos solo nos llegó la tarde. Somos seres cargados de saber..."

"Joven que me escuchas...si en el camino de la vida encuentras un ser encorvado, piensa que mañana a ti ... también te llegará la tarde".

