

Introducción

Arrugas. Olvidos. No puedes recordar lo que hiciste ayer. Encuentras tus gafas en la nevera. La piel de tus muslos ha perdido su tersura. Tienes el trasero demasiado blando. La gente más joven te llama «señora» (o «señor»). Solías poder compaginar muchas más cosas que ahora. Ya no te reconoces al mirarte al espejo. Los jóvenes te dan envidia. No puedes creer que no valoraras la juventud cuando la tenías. Ahora te sientes invisible. No conoces los grupos musicales actuales. Antes estabas en la onda, pero por lo visto ya no lo estás...

Si cualquiera de estas cosas te resulta familiar, bienvenido al territorio. Quizá te iría bien utilizar unas capas frescas de clarividencia para que te ayuden a navegar en arenas movedizas.

Cada experiencia nueva te obliga a elegir, y envejecer no es una excepción. Cómo la época en la que «ya no eres joven» se desplegará ante ti —la forma en que vivirás en el espacio de la edad madura y más allá de él— es una pregunta que sólo tú puedes responder. Si eliges el camino de oponer la mínima resistencia —no en el sentido taoísta del no-actuar, sino motivado por la pereza—, entonces el peso de las circunstancias te acabará abrumando. Envejecerás con poca elegancia o alegría.

Pero si reclamas otra posibilidad para ti, abrirás la puerta a algo definitivamente nuevo. Al considerar que es posible que haya otro camino, harás que ocurra un milagro. Allanarás otra senda, fabricarás unas nuevas sinapsis en tu cerebro y darás la

bienvenida, física y espiritualmente, a unas nuevas energías que de lo contrario no habrían encontrado en ti un hogar que las acogiera.

Millones de personas estamos entrando en un espacio que nos hubiera gustado evitar, pero que no podemos seguir evitando. Sin embargo, al observarlo con más detenimiento descubrimos que no es tan horrible como creíamos..., quizá sólo necesitamos volver a diseñarlo. Y entonces será en muchos sentidos un espacio nuevo.

La edad madura no es sin duda un territorio nuevo, lo que es nuevo es cómo muchas personas buscamos algo que trasciende las reglas prescritas culturalmente en torno a ella. Según Werner Erhard, fundador de la organización Est, podemos vivir nuestra vida motivados por las circunstancias o por una visión. Y al llegar a la edad madura podemos forjarnos una nueva visión, una nueva forma de interpretarla, para trascender las limitadas formaciones mentales que han estado definiendo los parámetros de la edad madura durante generaciones. Las circunstancias son las mismas, pero nuestra experiencia de ellas no. Cada situación, la experimentamos en el contexto de la conversación que la rodea, tanto en nuestra cabeza como en nuestra cultura. Y de una nueva conversación sobre el significado de la edad madura surgen nuevas esperanzas para quienes nos encontramos en ella.

Al hablar de esperanza no me estoy refiriendo necesariamente a esperar vivir más años, sino a esperar vivir con más alegría, con más sentido, con más pasión, con más lucidez. A no sólo esperar vivir más años, sino también a vivirlos mejor. Hace poco, en la fiesta de una boda a la que asistí, la persona que se sentaba a mi lado en la mesa, una estrella de cine ya octogenaria, me contó con varonil convicción que cuando le llegara la hora de dejar este mundo «se iría encantado para vivir la siguiente aventura». A él no le preocupaba lo que le ocurriera en el Más Allá porque lo

aceptaba todo y punto. Parecía estar conectado a una corriente de la vida que era demasiado real como para detenerse alguna vez y a la que no se atrevería a cerrarse en el momento de su muerte.

Media hora más tarde lo vi bailando como Valentino con una mujer cincuenta años más joven que él. Al volver a la mesa le oí despotricar contra el gobierno como un resplandeciente titán al que le importaba un bledo que los demás estuvieran o no de acuerdo con él. A mí, más que haber llegado al final de su vida me pareció que había llegado a la cima. Y desde esa cima podía contemplar una nueva tierra extendiéndose a sus pies que no era menos real que el territorio que había dejado atrás.

¿Cómo viviríamos si no le tuviéramos miedo a la muerte? ¿Cómo viviríamos si nos sintiéramos autorizados tanto por nosotros mismos como por los demás para darle a la vida todo cuanto tenemos? ¿Sería entonces la edad madura la época de acabar con todo o la de empezar al fin? ¿La época de rendirse o la de reclamar lo que realmente queremos? ¿La época de pasar simplemente el rato o la de dejar de perder el tiempo? Si deseamos envejecer con el piloto automático puesto, como una experiencia prescrita de antemano y prefabricada, en ese caso no es difícil: el *statu quo* ha dejado señales por todas partes. Pero si deseamos crear algo nuevo para nosotros y para los que nos rodean, entonces es importante reconocer lo limitados y limitadores que son los pensamientos sobre la edad madura que siguen impregnando nuestra cultura.

Y para reconocerlo tenemos que abandonarlos.

Muchos de nuestros pensamientos sobre la edad madura están anticuados. Son ideas que las generaciones anteriores nos han transmitido y que ya no encajan con quién somos o con lo que estamos haciendo en este mundo.

Hace poco conocí a una mujer que fue un icono político en las décadas de 1970 y 1980. Cuando le pregunté si quería volver

a la lucha política, me miró y exclamó: «¡Oh, no, ya tengo sesenta y seis años!» Y luego, señalando una mesa detrás de nosotras en la que había varias jóvenes, añadió: «Es mejor que ellas nos releven».

La miré horrorizada. Aquellas jóvenes no eran la clase de personas que podía imaginarme guiando dentro de poco al mundo hacia una dirección más positiva, y yo sabía que la mujer con la que estaba conversando también sentía lo mismo en su corazón.

«¿Ellas? ¿Te has vuelto loca?», exclamé lanzando un grito ahogado y señalando la mesa de las jóvenes calenturientas sentadas a nuestras espaldas, mientras intentaba discernir en sus rostros el menor signo de seriedad sin lograrlo. Y mientras se lo decía vi que se le iluminaba la mirada. Quizá sólo necesitaba a alguien que le diera permiso para admitir lo que ella ya pensaba: que ahora estaba más preparada que nunca. Que ella tenía lo que hacía falta para el mundo de la política.

Al abandonar la mesa me dijo: «Tienes razón. Tenemos que volver a vernos para seguir esta conversación. Quiero hacer algo radical».

Un cambio en su forma de ver la situación era todo cuanto ella necesitaba. El mero hecho de dudar de la idea de que sus mejores días habían ya quedado atrás hizo que pasara de la actitud resignada y tímida de «Ahora os toca a vosotras» a otra más sincera emocionalmente de «¡Ahora me toca a mí!» Y en nuestro corazón muchos sentimos lo mismo que ella: ¡que por fin estamos listos para hacer algo radical! Sea cual sea la labor que hayamos venido a hacer a este mundo, ahora estamos impacientes por llevarla a cabo.

Pero a veces no estás seguro de «saberlo». Y aunque lo sepas, puedes temer que sea demasiado tarde. Te debates entre la excitante sensación de estar listo para empezar y el horrible pensamiento de que ya estás en decadencia. Sin embargo, el peso de la

mano de Dios supera el peso de nuestra historia personal. Dios hace milagros en cualquier momento, en todos lados, para cualquiera, y lo último que podría frenarlo es que ahora tú tengas más años que antes.

Cuando éramos más jóvenes, el tiempo parecía transcurrir muy despacio. Pero de pronto nos da la impresión de que pasa demasiado deprisa. Los trágicos retrasos salpican el paisaje de nuestra vida: desde las mujeres que no se dieron cuenta de que querían ser madres hasta que sus ovarios ya eran demasiado viejos como para tener hijos, hasta la gente que siguió trabajando durante años en una profesión que odiaba porque no tuvo valor para hacer lo que de veras deseaba. Por eso es tan importante no tragarnos la idea de que al llegar a la edad madura nuestras opciones son limitadas. Nuestra vida será, en algún punto, exactamente tal como estaba programada que fuera. El ayer no tiene el poder de determinar el día de hoy. Cada situación es un reto para que estemos a la altura de las circunstancias —o para ser más exactos, para dejar que Dios nos ayude a estarlo—, y la edad madura no es una excepción. Dios está siempre dispuesto a transformar el agua en vino.

Sea quien sea quien estés destinado a ser, sea lo que sea lo que esté codificado en tu alma que has de alcanzar, sea cual sea la lección que estés destinado a aprender, ahora es el momento de tomártelo en serio y de seguir avanzando. Cuanto más en serio te tomes la vida, más en serio te tomará ella. Tus pensamientos son lo único que determina lo que ahora es posible para ti. Ha llegado la hora de ir más allá de las fórmulas predeterminadas que tú o que cualquier otra persona pueda tener sobre lo que es «posible» en esta época de tu vida. Al margen de lo que te haya ocurrido o dejado de ocurrir en el pasado, el presente sigue siendo una inagotable fuente de oportunidades milagrosas para ti: la ley de la compensación divina te lo garantiza. Unas «posibilidades

infinitas» no es una mera abstracción, sino un anhelo del universo, una fuerza activa de una constante e infinita elasticidad. No responde a tu pasado, sino a tu estado mental presente.

Aquello que tiene el poder de determinar tu futuro no es lo que te ocurrió en el pasado, lo que establece el curso de tu probable futuro es cómo interpretas lo que te ocurrió y cómo aprendes de ello.

La vida no siempre se mueve (ni siquiera suele hacerlo) en un arco que progresa de manera lógica. Cuando hemos llegado a los cuarenta, la mayoría hemos tropezado al menos en una o dos áreas importantes: el matrimonio o el divorcio, problemas con los hijos, con la profesión, con la situación económica, con una adicción o con cualquier otra cosa. Pero en el viaje de la vida lo más importante no es haber caído o no, sino si hemos aprendido o no a levantarnos. Todo el mundo se cae alguna vez, porque el mismo mundo en que vivimos surgió de una caída. Es el que se levanta, y cómo lo hace, el que determina lo que ocurrirá a continuación.

Tengo una amiga que es una fantástica cantante que lleva años entusiasmando al público con su voz. También es una mujer guapísima. Todo el mundo le ha dicho siempre que estaba destinada a ser una estrella. Pero ¿alcanzó ella su gran oportunidad a los veinte, a los treinta o incluso a los cuarenta? No, porque como nos ocurre a muchos, sus demonios se lo impidieron durante años. Era capaz de perderse una reunión importante porque tenía una resaca o decía lo incorrecto a un ejecutivo de una discográfica porque su estilo era inmaduro. Saboteó sistemáticamente su propio éxito. Sólo fue al cumplir los cuarenta cuando todas las piezas de su vida empezaron a encajar, por fin su talento y su personalidad se habían alineado. Y lo que ella pudo ver en cuanto ocurrió es que el largo y sinuoso viaje que había seguido su vida había hecho que su éxito fuera más luminoso aún.

¿A qué me refiero al decir que su éxito fuera más «luminoso»? Me refiero a las capas de comprensión de las que se compone: a las lecciones importantes y pequeñas aprendidas por el camino que han afectado no sólo a su forma de cantar sino también de ser en el mundo, a una nueva esencia relacionada con lo que ella hace y con lo que ella es. Aquello que tenía que madurar no era sólo su voz, sino también su personalidad.

A veces en la clase de aeróbic ya no puedes levantar tanto las piernas como antes, pero puedes levantar una ceja con una expresión conocedora que sólo los años de experiencia pueden darte. En cierto modo, aquel levantamiento de cejas es más impresionante que levantar las piernas. Esto es lo que la madurez te ofrece: una personalidad enriquecida. Un conocimiento que sólo se puede adquirir, como mi padre decía, cuando «has pasado tanto buenos como malos momentos».

La nueva madurez es optimista, no se trata del ignorante optimismo de la juventud, en la que todo parece posible, sino más bien de un sabio optimismo agrisulce que conservamos a pesar de saber que algunas cosas ya no son posibles. Hemos perdido algunas cosas que hubiéramos preferido conservar, pero hemos ganado otras que no sabíamos que existieran. Hemos «estado y actuado» en las suficientes áreas como para sentir que tenemos una cierta experiencia, no en el sentido de ser esto o aquello, sino en el de llevar una vida más responsable. Al observar a mis coetáneos he concluido que muchos de ellos piensan en el fondo lo mismo que yo. Una vez hemos aceptado que la vida no es tan fabulosa como habíamos creído en unos aspectos, descubrimos que lo es incluso más en otros que ignorábamos.

No es que te estés engañando a ti mismo, negándote a aceptar con elegancia que ya no eres joven, al contrario, aceptas las limitaciones de la edad, pero también aceptas que Dios es ilimitado. Algo ha terminado, es cierto, pero también está empezando algo

nuevo. En realidad, no es que tu juventud se haya acabado, sino que tu «prolongada» juventud ha sido interrumpida no como un sablazo que te dan al final de una fiesta, sino como la salvación de un gran sinsentido, como tu última oportunidad para enderezar tu vida. La generación que ahora está experimentando la edad madura no puede soportar el pensamiento de que todo aquello por lo que luchó no haya servido de nada. Por fin, nos hemos desprendido de las pautas mentales disfuncionales y obsoletas que bloqueaban nuestro camino impidiéndonos alcanzar un destino más elevado. Y aunque nos sintamos un poco deprimidos por no ser ya jóvenes, al mismo tiempo nos alegramos profundamente de tener ahora más idea de cómo funciona el mundo.

Justo en el momento en que el mundo parecía que iba literalmente a saltar en mil pedazos si algún adulto en su sano juicio no intervenía y hacía algo para impedirlo, los miembros de nuestra generación nos estamos convirtiendo por fin en adultos sensatos.

El estado del mundo actual es un gran rito de pasaje para la generación de los *baby boomers*, es como si nos internáramos solos en la selva para ver si podemos o no sobrevivir en ella. Si no sobrevivimos, es obvio que no tenemos madera para ello. Y si sobrevivimos, nos felicitarán exclamando: «¡Eres todo un hombre, hijo!» Bueno, al menos eso es lo que nos dirán a la mitad de nosotros.

Hoy día la edad madura es una especie de segunda pubertad. La experiencia en sí, incluida su duración, se está volviendo a definir. Es una etapa distinta de la juventud y también de la vejez. Más que un viaje al fin de nuestra vida parece un viaje al sentido de nuestra vida. La gente que a los cuarenta aún se quejaba diciendo «no sé qué es lo que quiero hacer con mi vida» ahora de pronto parece saberlo. En esta etapa nos sentimos más como un adolescente que como una persona mayor.

En su libro *The Longevity Factor*, Lydia Bronte escribe que hemos añadido quince años a nuestra vida..., pero en el medio y no al final. Debemos llamar esta etapa una nueva edad madura y reclamarla como tal, ya que realmente lo es. Antes esta etapa no se reconocía porque no se daba tanto como ahora. Al reconocer la existencia de este nuevo factor psicológico en la estructura de la vida contemporánea, construimos el recipiente para lo que de lo contrario habría sido una dispersa e incipiente, aunque fabulosa, energía.

Podemos bendecir y transformar la experiencia de la edad madura. Lo lograremos al cambiar lo que pensamos acerca de ella: los pensamientos que envían información a nuestras células físicas y que constituyen el proyecto para nuestra experiencia mundana. Debemos hacer dos cosas: abandonar nuestros pensamientos limitados y aceptar los ilimitados. Nuestros pensamientos se reflejan en nuestra experiencia, desde el estado de nuestro cuerpo hasta el de nuestro mundo. A medida que reprogramamos nuestros pensamientos, lo vamos reprogramando todo.

En el caso de las mujeres, se ha vuelto habitual decir que ahora a los cuarenta es como si te encontraras en los treinta, y que a los cincuenta es como si te encontraras en los cuarenta. Yo me he preguntado si simplemente nos gusta creérnoslo o si es cierto. Como a mí me conviene, he decidido creer que es verdad. Pero en realidad esta idea es una espada de doble filo, porque por un lado significa reconocer que ahora conservamos un buen aspecto más tiempo, y por otro que hemos tardado mucho tiempo en crecer. Hemos tardado años en empezar a comprender aquello que las generaciones anteriores parecieron ver mucho antes.

A las personas que ahora nos hallamos en la edad madura o más allá de ella no nos llamarán una «generación perdida», sino que nos verán como una generación que ha tardado una década o dos en encontrarse a sí misma. Al final no estuvimos perdiendo

do el tiempo, porque trabajamos en unas cuestiones en las que las generaciones anteriores no habían trabajado. Tardamos más a un nivel psíquico porque tuvimos que trabajar mucho más que ellas.

No te preocupes si sientes que ahora estás en la pendiente vital, porque el paisaje es distinto. La colina ya no te bloquea la visión.

Al visitar a una amiga de la infancia vi una fotografía suya de veinte años atrás. La diferencia era espectacular, ya que físicamente se había transformado: aquella espléndida joven se había convertido en una mujer de mediana edad más reservada y su rostro ahora parecía decir: «Me he rendido». Sin embargo, sabía que la chispa de su juventud no había desaparecido, aún podía sentir la pasión que ella había tenido siempre por la vida. «¡Ésta es la Linda que yo conozco! —exclamé señalando la fotografía—; creo que deberías recuperarla.» Y por su expresión supe que sabía a lo que me refería.

Sabemos, al menos intelectualmente, que en la edad madura no tenemos por qué hundirnos en la dejadez o en la resignación. La juventud puede dar paso a otra etapa de nuestra existencia igual de espectacular. En la edad madura y más allá de ella podemos reclamar una experiencia de la vida más maravillosa de la que nos hubiéramos atrevido a imaginar.

Podemos soltar la carga de sufrimiento sin procesar y adoptar la liviandad de un corazón más sabio y humilde. Podemos ver la edad madura no como el fin, sino como el comienzo. Reconocer que en Dios el tiempo no existe. La nueva edad madura es una llamada del alma.

Al recordar mi juventud lo que más lamento es hasta qué punto la he desaprovechado. Ahora al observar mi vida actual me doy cuenta de que no quiero caer en el mismo error. No quiero perdérmela. Tal como Bonnie Raitt cantaba como si nos lo es-

tuviera diciendo a todos nosotros: «La vida se vuelve sumamente valiosa cuando ya nos queda menos tiempo para perder».

Mi juventud estuvo tan llena de milagros que simplemente en aquella época no pude verlos. Pero siempre que siento la tentación de obsesionarme por las formas en que no supe apreciar mi juventud, recuerdo que el Autor que me las ofreció no ha dejado de hacer milagros en mi vida.

Envejecer, si tenemos la suerte de poder experimentarlo, es inevitable, y depende de nosotros cómo lo hacemos. El propósito de este libro es analizar algunas de las cuestiones relacionadas con esta etapa de la vida y hacerlo de frente, llenar de amor algunas de sus consecuencias más temidas y experimentar los milagros que ello supone.

Nota de la autora: a lo largo del libro cito en muchas ocasiones *Un curso de milagros*. El *Curso* en sí es un programa de psicoterapia espiritual para el autoconocimiento publicado en tres libros. No se trata de una religión, más bien es un entrenamiento mental psicológico basado en temas espirituales universales. La meta práctica de *Un curso de milagros* es alcanzar la paz interior a través de la práctica del perdón.

1

El largo y sinuoso camino

Un día recibí por correo un par de vídeos que contenían unas secuencias filmadas de algunas conferencias que yo había dado en 1988. Le dije a mi hija que quería que los miráramos juntas para que viera el aspecto que tenía su madre y cómo se expresaba dos años antes de que ella naciera. Creí que lo hacía por ella, pero pronto descubrí que en realidad lo estaba haciendo por mí. Al verme mi hija en el vídeo se quedó hipnotizada por el aspecto que yo tenía de joven, cuando aún no pesaban en mí los años de sufrimiento, una mujer con el cuerpo y el alma alegres y vitales. Yo también me quedé en cierto modo pasmada al verme.

En una ocasión un hombre más joven que yo me dijo: «¡Ojalá te hubiera conocido cuando eras joven!», pero al ver la mueca que hice, intentó arreglar enseguida su comentario diciendo cuánto le hubiera gustado conocerme cuando yo era una mujer tan apasionada. Pensé, aunque no se lo dije, que aún lo seguía siendo. Lo que vi al contemplar aquellos vídeos fue la pasión a la que aquel joven se refería, aunque también descubrí algo más. Vi una pasión que tenía que recuperar, una pasión que el mundo había apagado en mí, pero que aún seguía siendo mía si yo lo deseaba. Aunque no estuviera a la vista, no había desaparecido. Sólo estaba enterrada bajo las capas de cargas y decepciones acumuladas. Aquella clase de fuego interior surgía de un lugar que permanecía eternamente joven.

Al ver los vídeos de mis conferencias me asombré de lo sorprendida que se había quedado mi hija. No me había dado cuenta de que ella no veía a su madre como una mujer alegre, llena de sentido del humor y de sabiduría al mismo tiempo. Advertí que me había convertido en alguien que yo no quería ser, había descendido a las oscuras aguas psíquicas de los duros años que había vivido y me había creído las mentiras que había oído en ellos.

Lo que me ocurrió es lo mismo que nos ocurre a muchos, de una forma u otra. Los años pueden golpearte como si te hubiera arrollado un camión, robándote la juventud. Durante años vives simplemente intentando reaccionar a ello, sintiéndote más identificado con lo que has dejado de ser que con lo que ahora eres. Sin embargo, poco a poco pero con constancia, vas entrando en la siguiente etapa de tu vida, que es distinta, pero no necesariamente menos rica que la otra. De ti depende que sea más o menos satisfactoria.

Recuerdo haber comprado hace varios años un cedé de Joni Mitchell. En la carátula aparecía un autorretrato suyo sosteniendo una copa de vino tinto: me senté y contemplé la imagen durante varios minutos antes de poner la música. Y cuando lo hice, me quedé horrorizada. Parecía otra cantante, no sonaba como la Joni que yo conocía. «¡Oh, Dios mío, ha perdido la voz!», pensé. Aquella cualidad dulce y aguda de su voz había desaparecido. Yo, que había estado escuchando a Joni Mitchell durante décadas, ahora no la reconocía. Durante cinco minutos estuve dándole vueltas a cómo Joni Mitchell ya no podía cantar como antes.

Pero entonces me puse a escucharla con detenimiento y descubrí que la voz que antes tenía no podía competir en magnificencia con la que ahora había adquirido. Su voz revelaba una nueva profundidad, un anhelo que cuando era joven no tenía. En alguna parte entre su alma y su garganta, su pasado y su presente, sus buenas canciones pop se habían alquimizado en un arte sublime. Las melodías alegres e ingeniosas se habían conver-

tido en un grito profundo, descarnado y enternecedor que provenía del centro de todo. Joni había ido a un lugar lleno de poder que era cualquier cosa, salvo «inferior que» otra experiencia anterior. Alguien que ya era una mujer increíble se había convertido en una diosa.

Su camino —y sus cambios— son significativos para mí, dada mi propia experiencia. Como desde hace veinte años doy conferencias, la gente a veces me dice que ojalá las diera «como en los viejos tiempos». Y sé a lo que se refieren. En aquella época yo era una joven alegre. Divertida. Decía las cosas tal como eran. Pero aquello ocurrió en la década de 1980, ¡por Dios! Es fácil ser una mujer alegre y despreocupada cuando todo lo que has visto hasta entonces han sido cosas alegres y bonitas. Pero más tarde, cuando la situación cambia —cuando las varias décadas vividas han añadido a tu repertorio personal tanto experiencias agradables como dolorosas—, es imposible que tu voz no cambie. Sin embargo, la cuestión es: ¿significa que has perdido tu verdadera voz o que la has encontrado?

Las estaciones cambian, pero todas ellas son espectaculares. El invierno es tan hermoso como el verano, tanto en la naturaleza como en nosotros. No tenemos por qué ser menos atractivos con el paso de los años, simplemente lo somos de otro modo. Lo más importante es ser lo que somos, sin avergonzarnos de ello ni disculparnos. La belleza de ser una persona auténtica compensa la pérdida de la belleza de la juventud. Mis brazos quizá no estén tan torneados como cuando era joven, pero ahora sé mejor que antes qué debo hacer con ellos.

Cuando era una veinteañera siempre estaba diciendo «sí» a todo: ¡sí, iré allí!, ¡sí, haré eso! Pero a medida que me he ido haciendo mayor, he acabado acostumbrándome a decir «no»: no, no puedo

hacer eso porque mi hija está en casa y he de estar con ella; no, no puedo ir allí porque no tengo tiempo. Por lo visto dejé de pensar en por qué respondía así y decía simplemente «no» como una respuesta automática a todo aquello que estuviera fuera de mis agradables rutinas. Y mis agradables rutinas empezaron a reducirse. Al final comprendí que a una cierta edad demasiados «noes» se vuelven venenosos. Si no tenemos cuidado, empezamos a decir «no» a la vida misma. Y es el «no» lo que nos envejece.

Las responsabilidades de una vida madura suelen obligarnos a centrarnos en las necesidades más inmediatas y en este sentido «asentarse» puede ser positivo. Pero centrar nuestra atención en ello no tiene por qué traducirse en un estado mental limitado. Nadie que deje de maravillarse por la vida puede envejecer bien. Quizá te descubras pensando cosas como: «¡Oh, qué bonito fue aquel museo al que fui hace tiempo! Cuando estuve en él, hice esto y aquello». Pero si vuelves a visitarlo, descubrirás que lo que viste en él en tu juventud no fue más que una fracción de lo que tus ojos pueden ver ahora.

Si no ejercitas el cuerpo, los músculos pierden elasticidad. Y si no ejercitas la mente, tus actitudes empiezan a restringirse.

Y aquello que más limita tu experiencia de la vida es una mente estrecha, ya que limita tus posibilidades y tu alegría.

Todos hemos visto a personas que han envejecido llenas de sufrimiento y a otras que lo han hecho con alegría. Ha llegado la hora de intentar envejecer con alegría, de ver que la alegría de la juventud es positiva, pero que no es la única que existe. En realidad, al alcanzar la madurez hay la alegría de saber que después de todos esos años por fin hemos crecido interiormente.

Una oleada de nuevas posibilidades se despliega ante nosotros a medida que una enorme y, en el pasado, engreída generación ha llegado a la edad en que el cabello se vuelve más fino y a uno le cuesta más agacharse. Lo que vayamos a hacer ahora no

está predeterminado sino que depende de nosotros, cada uno verá qué es según lo que decida realizar. Podemos ceder al peso de la edad y del caos o forjar valientemente una nueva base, usando el poder de lo que la vida nos ha enseñado hasta ahora, reclamando la posibilidad de cambiar para mejor no sólo por el bien de uno mismo, sino por el del mundo entero.

Al haber prolongado demasiado la etapa dedicada a divertirnos y tardado tanto en madurar, nuestra generación tiene muchas cosas a las que responder. Sin embargo, ahora que nos quedan menos días de vida, estamos por fin preparados para dar lo mejor de nosotros. Ahora tenemos el conocimiento, y espero que también el valor, para defender aquello que sabemos es cierto. Aunque un capítulo de nuestra vida haya ya pasado, el siguiente no tiene por qué ser peor. En realidad, puede ser infinitamente mejor. Estos años pueden ser algo para celebrar y apreciar si tenemos el valor para tomar las riendas de la conciencia y crear algo nuevo para nosotros y para el mundo.

Cada persona ha vivido su propio drama privado, ha emprendido su propio viaje, pero ahora nos encontramos, como si estuviéramos en un punto predestinado, para aprovechar nuestros recursos, como el talento y la inteligencia, la fe y la esperanza. Y al final, cuando encontremos nuestro lugar en un latir colectivo, nuestra vida será maravillosa. Hemos estado viajando solos y ahora lo haremos juntos. La verdadera representación de esta época aún no ha terminado. En cierto modo, no ha hecho más que empezar.

Cada generación nace dotada con sus propios talentos. Aún tenemos que descubrir los mayores talentos de la generación de los *baby boomers*, ya que no son los que creíamos que eran. Tienen mucho que ver con afrontar nuestros fracasos y con experimen-

tar el desarrollo espiritual que esto produce, como ocurre al hacerse responsable de tus propios actos.

Una generación idealista que iba a hacer un mundo mucho mejor en realidad ha presidido una época en la que las cosas se han puesto mucho peor. En el fondo, cada generación no es más que un montón de gente pasando por ella. Y durante este paso nosotros, al menos hasta ahora, no hemos hecho aún lo que vivimos a hacer en este mundo.

Muchos de los que pertenecemos a la generación de los *baby boomers* hemos descubierto que, en muchos sentidos, desperdiciamos nuestra juventud, no porque hayamos vivido frívolamente, sino porque en muchos casos vivimos sólo para nosotros mismos. Nuestros padres y abuelos se convirtieron en adultos cuando fue el momento natural de hacerlo. Lo hicieron y punto. En cambio, nosotros hemos fingido llevar una existencia madura el mayor tiempo posible. Pero después de haber estado cocinándonos a fuego lento en una especie de olla a presión durante demasiadas décadas, nuestra madurez latente aflora por fin con una sensibilidad que apenas teníamos. Ahora a los cuarenta, cincuenta o sesenta estamos comprendiendo y viendo lo que teníamos que haber comprendido y visto a los veinte o a los treinta. Pero aún no es demasiado tarde. No hemos vivido lo que hemos vivido, sangrado lo que hemos sangrado ni aprendido nuestra lección de humildad en vano. En realidad, tenemos una gran deuda con el mundo por haber salido de esta situación tan fácilmente. Todos nacimos acarreado una promesa —la promesa de hacer que el mundo fuera un lugar mejor— y no podemos seguir conteniendo más nuestro deseo de cumplirla.

En nuestro corazón hay una pregunta silenciosa que nos está pidiendo a gritos: «¿Qué voy a hacer con el tiempo que me queda?» Quizá nos han alargado el tiempo límite, nos han concedido un tiempo extra para cumplir nuestra promesa. Tal vez, como

al nivel más profundo estábamos deseando tener otra oportunidad para hacer algo significativo antes de pasar a formar parte de la eternidad, ésta parece habernos dado un poco más de tiempo.

El tremendo poder de nuestra recién encontrada humildad es lo que nos da la última oportunidad de hacer algo significativo. ¿Rechazaremos el atractivo sinsentido que ha marcado a nuestra generación? ¿Reconoceremos los oscuros y corruptos patrones de nuestro pasado e intentaremos cambiarlos? ¿Usaremos el poder de las lecciones aprendidas? ¿Nos alinearemos con el creativo latir del universo, preparando el terreno para un glorioso futuro en el que nadie puede decir que simplemente nos hemos rendido, sino todo lo contrario, que al final hemos decidido actuar? En cuanto alcanzamos cierto punto, la puerta giratoria nos lleva al mismo sitio de nuevo, pero sólo una vez más. En esta ocasión debemos aprovechar la oportunidad o ya no podremos hacer nada.

La llamada «edad madura» no tiene por qué ser un momento decisivo hacia la muerte, sino hacia una vida que nunca conocimos, que nunca pudimos conocer cuando éramos demasiado jóvenes y arrogantes para apreciar sus límites. Envejecer quizá nos haga ser más humildes, pero también nos ayuda a tomar conciencia de lo valiosa y frágil que es la vida. Ha llegado el momento de convertirnos en los veteranos y los defensores de este precioso planeta, no sólo de boquilla sino a través de una verdadera práctica. Hasta que Dios no nos llame a casa, debemos transformar este mundo en el hogar con el que hemos soñado.

El descubrimiento de que ya no somos jóvenes pugna en estos momentos con una sensación de urgencia histórica. Somos muy conscientes de estar viviendo en una época alarmante y nuestro más profundo deseo es hacer algo al respecto. Al renovar nuestro compromiso con los procesos de la vida, los procesos de la

vida se comprometerán con nosotros. Ahora que por fin hemos crecido, al comprometernos con un futuro que es todo cuanto puede y debe ser, y todo cuanto será, nos sentiremos perdonados por un pasado que no fue en absoluto lo que debió haber sido.

El hijo pródigo volvió a casa después de haber estado fuera divirtiéndose durante mucho tiempo, pero su padre se alegró al verle. Al igual que hará el nuestro.

Dondequiera que hayas estado y sea lo que sea lo que hayas hecho, toda tu vida te ha llevado a este momento. Ya es hora de manifestar tu grandeza, una grandeza que nunca habrías alcanzado de no ser por las situaciones que has vivido. Todo lo que has experimentado hasta este momento te ha ayudado a ser la persona que ahora eres. Por más bajo que hayas caído, en Dios no hay límites para lo mucho que puedes llegar a elevarte ahora. ¡Aún no es demasiado tarde! ¡Aún no eres demasiado viejo! Te encuentras en el momento idóneo. Y eres mejor de lo que crees.

Querido Dios,

bendice cada etapa

de mi vida.

Que mis temerosos pensamientos

no bloqueen tus milagros.

Que al envejecer, el amor que siento por ti aumente.

Querido Dios, que ni en

este sentido ni en cualquier otro

el mundo me impida

verte.

Amén.