

## **Maturidade**

Tome posse da maturidade. A longevidade é uma bênção; comemore!

Ser maduro é um privilégio; é a última etapa da sua vida e se você acha que não soube viver as outras, não perca tempo, viva muito bem esta. Não fique falando toda hora: "estou velho". Velho é coisa engraçada. "Idade não é pretexto para ninguém ficar velho".

Perdoe a você, antes de perdoar os outros. Se você falhou, pediu perdão? Deus já o perdoou e não se lembra mais. Não fique remoendo o passado.... Não se importe com o julgamento dos outros.

Viva com inteligência todo o seu tempo. Viva a sua vida, não a do seu marido, da sua esposa, dos filhos, dos netos, dos parentes, dos vizinhos, dos amigos.... Nem viva só para eles, viva para você também. Isto se chama amor próprio. Faça o seu projeto de vida!

Coma e beba com moderação; durma o suficiente. Tenha disciplina. Fale com muita sabedoria. Discipline sua voz: nem metálica; nem baixinha; seja agradável!

Do passado, valorize só o que foi bom. Experiências caóticas, traumas, fobias, neuroses, devem ser tratadas com o psicoterapeuta.

Não arrisque cirurgias plásticas rejuvenescedoras. Elas têm prazo curto de duração. A chance de você ficar mais feio é altíssima e a de ficar mais jovem é fugaz. Faça exercícios faciais. Tome no mínimo 8 copos de água por dia e 15min de banho de sol é indispensável.

Use seu dinheiro com critério. Gaste em coisas importantes e evite economizar tanto. Tudo o que se economizar com você será para quem? No dia em que você morrer, vai ser uma feira de Caruaru na sua casa. Vão carregar tudo. Por que não doar as roupas, abrir um brechó ou dar todas as suas bugigangas?

A maturidade não lhe dá o direito de ser mal-educado. Aposentadoria não significa ociosidade. Você deve arranjar alguma ocupação interessante e que lhe dê prazer.

Cuidado com a nostalgia. Pessoas amargas e tristes são chatíssimas. Elogie os amigos, não fique exigindo explicações de tudo. Amigo é amigo.

Leia. Ainda há tempo para gostar de aprender. A maturidade pode lhe trazer sabedoria.

Seja avó dos seus netos, não a mãe nem a babá. Cuidado com aquela disponibilidade que torna os outros irresponsáveis. Se alguém perguntar como vão seus netos, evite discorrer sobre a beleza rara e a inteligência excepcional deles. Cuidado com a idolatria de neto e o abandono dos filhos casados...

Não seja uma sogra ou sogro chato. Nunca peça relatório de nada. Seu filho tem a família dele.

Cuidado em atender ao telefone: se a pessoa perguntar como você vai e você

responder “estou levando a vida como Deus quer”; “a vida é dura”; “estou vencendo a dureza”; você vai ver que as ligações dos amigos e dos parentes vão rarear, cada vez mais.

A maturidade é o auge da vida; você tem idade, juízo, experiência, tempo e capacidade para se relacionar melhor com as pessoas. Então delete do seu computador mental o vírus da inveja, do orgulho, do egoísmo, cobranças, coisas pequenas e frustrantes para tomar posse de tudo o que você sempre sonhou: **A FELICIDADE!**

De Ivone Boechat, que é Mestre em Educação, Pedagoga, Escritora e Conferencista.