

Para alcanzar la felicidad en la vejez

POR DONALD A. LAIRD

En todas partes sucede lo mismo: a una juventud fúgosa sigue una madurez sosegada, que suele convertirse, con el transcurso de los años, en una vejez impertinente. Sin embargo, las investigaciones científicas realizadas hasta hoy, prueban que la vejez puede ser una etapa de la vida tan agradable y placentera como cualquiera otra.

Tal noticia complacerá no sólo a los millones de individuos que pasan de los 65, sino también a otros muchos millones de personas que dentro del rápido correr de un par de decenios alcanzarán la edad "oficial" de la vejez.

Este problema de llegar a viejo sin hacerse gruñón y agrio, tarde o temprano, tiene que preocupar a todo ser humano. Cada año que pasa, el problema se vuelve más apremiante, porque cada día somos más los que tenemos probabilidades de llegar a viejos, ya que la medicina prolonga cada vez más la vida. Esto, por supuesto, determina un cambio en la composición de la población del mundo, pues a medida que los años transcurren, aumenta el número proporcional de ancianos.