TOMADO DE: https://verbiclara.wordpress.com/2013/04/02/bienvenida-tercera-edad/

¡BIENVENIDA MI TERCERA EDAD!
POR VERBICLARA

"La madurez es la etapa de la vida en la cual ya ha pasado la tempestad…
pero aún continúa relampagueando".
Francisco Arámburo

Hoy el tren en que viajo ha hecho escala en una estación importante: la tercera edad.

Muchos niegan haber llegado, por necios. Es un regalo poder arribar a los 60 años. Esta es la etapa de la vida que ha sido reservada a pocos afortunados que lograron vencer hasta ese momento la muerte y las enfermedades. Desafortunados también, porque han perdido a familiares y amigos que quedaron en estaciones anteriores. Si hemos llegado a la edad que otros no pudieron, pues cada día es una ocasión más que especial para vivir mejor y saber adaptarnos.

Lo mejor en esta fase que comienza es que no hay arrugas en el corazón ni en los sentimientos. Lo ideal es envejecer con dignidad, llevar las canas dignidad, como siempre ha dicho mi sobrino trotamundos.

Según estudios científicos, una actitud positiva permite una vida más larga. Se piensa que el pensamiento positivo sobre el envejecimiento aumenta la voluntad para vivir, y hace a la persona más resistente a las enfermedades. Además, el estrés mental respecto al envejecimiento es menor para quienes tienen una actitud positiva.

Así que me he trazado un plan muy positivo, alegre y optimista para que los años no me derrumben, y conocer más nietos, quizás bisnietos, amigos; y sobreponerme a la pérdida de los que tienen que abandonarme en esta trayectoria, que cada vez aumenta en número.

El tren continúa su camino hasta que me toque bajar. Por eso decidí vivir cada día como si fuera el último, sin pensar que me estoy poniendo vieja, porque si el espíritu se mantiene joven, no hay

vejez aue valga. Como bien dijo el científico y escritor alemán Georg Christoph Lichtenberg: “Nada nos hace envejecer con más rapidez que el pensar incesantemente en que nos hacemos viejos”.

Existen muchas frases relacionadas con este período que comienzo; comparto con usted las que encontré:

“Llegué a la tercera edad, es decir, a la estación serena de mi vida”. Facundo Cabral

“Quien conserva la facultad de ver la belleza no envejece”. Franz Kafka

“Cuando me dicen que soy demasiado viejo para hacer una cosa, procuro hacerla enseguida”. Pablo Picasso

“Viéndolo bien no somos tan viejos, lo que pasa es que tenemos muchas juventudes acumuladas”. Francisco Arámburo

“Envejecer es obligatorio, crecer es opcional”. Chili Davis

“Tengo sesenta años de edad. Son 16 grados Celsius”. George Carlin

“Mirando a los cincuenta es genial si tienes sesenta.” Joan Rivers

“Un hombre de sesenta años ha pasado veinte años en la cama y tres años alimentándose”. Arnold Bennett.

“Cuando un hombre pasa los sesenta, su maldad está sobre todo en su cabeza”. Washington Irving

“Uno empieza a ser joven a los sesenta y entonces ya es demasiado tarde.” Pablo Picasso.

“A pesar de que suena absurdo, es cierto decir que me sentí más joven a los sesenta que a los veinte años.” Ellen Glasgow

“La madurez de los sesenta estaría mejor invertida si llegara a los veinte años.” Dane Peddigrew.

“Sabes que te estás haciendo viejo cuando hay sólo una vela en la torta. Es como, ve si puedes soplar esto”. Jerry Seinfeld.

“Si hubiera sabido que iba a vivir tanto, me habría cuidado mejor.” Ubie Blake

“La sabiduría no viene necesariamente con la edad. A veces la edad sólo se muestra por sí misma.” Tom Wilson

“El viejo cree, el adulto sospecha, el joven lo sabe todo”. Oscar Wilde

“La vejez es como un avión volando a través de una tormenta. Una vez que estés a bordo no hay nada que puedas hacer al respecto”. Golda Meir

“Te dicen que perderás la cabeza al envejecer. Lo que no te dicen es que no la vas a echar mucho de menos”. Malcolm Cowley

“Amamos las catedrales antiguas, los muebles antiguos, las monedas antiguas, las pinturas antiguas y los viejos libros, pero nos hemos olvidado por completo del enorme valor moral y espiritual de los ancianos”. Lin Yutang

“Vamos a respetar las canas, especialmente las nuestras.” J. P. Sears

“Cuanto más viejo me hago, más desconfianza tengo en la doctrina familiar que dice que la edad trae la sabiduría.” Henry L. Mencken

“La edad es un precio muy alto que pagar por la madurez.” Tom Stoppard

“Los viejos desconfían de la juventud porque ellos también han sido jóvenes”. William Shakespeare

“Envejecer es como escalar una gran montaña: mientras se sube las fuerzas disminuyen, pero la mirada es más libre, y la vista más amplia y serena”. Ingmar Bergman

“La tragedia de la vejez no es que uno sea viejo, sino que uno es joven”. Oscar Wilde

“Cuando uno se hace viejo, gusta más releer que leer”. Pío Baroja

“Uno envejece para el amor y la mentira, pero no envejece para el asombro”. Gilbert Keith Chersterton

“El atardecer de una vida también debe tener un significado propio y no ser meramente un triste apéndice del amanecer”. Carl G. Jung

“Envejecer es lo más inesperado de todo lo que le sucede al hombre”. Leon Trotsky

“La vejez no significa nada más que dejar de sufrir por el pasado”. Stefan Zweig

“El arte de envejecer es el arte de conservar alguna esperanza”. André Maurois

“La vejez es la suma de toda la vida, milagro y nobleza de la personalidad humana”. Gregorio Marañón

“Envejecer no es tan malo cuando se piensa en la alternativa”. Maurece Chevalier

“Cásate con un arqueólogo. Cuánto más vieja te hagas, más encantadora te encontrará. Agatha Christie

“La vejez nos arrebata lo que hemos heredado y nos da lo que hemos merecido”. Gerard Brenan

“En la juventud, la belleza es un accidente de la Naturaleza. En la vejez, es una obra de arte”. Lin Yutang

“El secreto de una buena vejez no es otra cosa que un pacto honrado con la soledad”. Gabriel García Márquez

“Los primeros cuarenta años de vida nos dan el texto; los treinta siguientes, el comentario”. Arthur Schopenhauer

“Vieja madera para arder, viejo vino para beber, viejos amigos en quien confiar, y viejos autores para leer”. Sir Francis Bacon

“La vejez existe cuando se empieza a decir: nunca me he sentido tan joven”. Jules Renard

“La edad madura es aquella en la que todavía se es joven, pero con mucho más esfuerzo”. Jean-Louis Barrault

“Una bella ancianidad es, ordinariamente, la recompensa de una bella vida”. Pitágoras de Samos

“Muchas personas no cumplen los ochenta porque intentan durante demasiado tiempo quedarse en los cuarenta”. Salvador Dalí

“No ha de ser dichoso el joven, sino el viejo que ha vivido una hermosa vida”. Epicuro de Samos

“La tragedia de la edad no es ser viejo, sino que se sea joven y la gente no lo vea”. Andrés Segovia

“La edad adulta es cuando te has encontrado con tanta gente que cada nueva persona te recuerda a otra”. Ogden Nash

“El hombre llega novato a cada edad de la vida; cada edad tiene su aprendizaje”. Chamfort (Nicolás Sebastien Roch)

“Cada edad tiene sus placeres, su razón y sus costumbres”. Nicolas Boileau

“En el fondo de nosotros mismos siempre tenemos la misma edad”. Graham Greene

“La madurez es aquella edad en que uno ya no se deja engañar por sí mismo”. Ralph Waldo Emerson

“Una vida lograda es un sueño de adolescente realizado en la edad madura”. Alfred de Vigny

“No te escudes en la edad, que es así como se envejece. La juventud es un estado de ánimo”. Carmen Martín Gaite

“Ser vieja no es un insulto, es una consecuencia de la edad”. Mary Santpere

“¿Qué es un adulto? Un niño inflado por la edad”. Simone de Beauvoir

“La vejez es un exceso que aumenta por días”. Enrique Jardiel Poncela

“Aprender a no ser joven es el aprendizaje más largo y más difícil de la vida”. León Daudi

“Hay algo más triste que envejecer, y es permanecer niño”. Cesare Pavese

“Cuanto más se envejece más se parece la tarta de cumpleaños a un desfile de antorchas”. Katharine Hepburn

“No me siento viejo porque tenga tantos años tras de mí, sino por los pocos que tengo por delante”. Ephrain Kishon

“Los hombres piensan que dejan de enamorarse cuando envejecen, sin saber que envejecen cuando dejan de enamorarse”. Gabriel García Márquez

“La memoria del corazón elimina los malos recuerdos y magnifica los buenos, y gracias a ese artificio, logramos sobrellevar el pasado”. Gabriel García Márquez

“La peor vejez es la del espíritu”. Bernabé Tierno

“Envejecer es vivir más”. Joan Fon

“Quien envejece tiene la fortuna de no morir joven”. Joan Fon

“En los ojos de los jóvenes vemos llamas, pero en el ojo del viejo vemos la luz”. Victor Hugo

“La vejez no es soportable sin un ideal o un vicio”. Alejandro Dumas

“Cuando envejecemos, la belleza se convierte en cualidad interior”. Ralph Waldo Emerson

“Envejecer es todavía el único medio que se ha encontrado para vivir mucho tiempo”. Charles Augustin Sainte-Beuve

“La juventud es un disparate; la madurez, una lucha; la vejez, un remordimiento”. Benjamin Disraeli

“El joven conoce las reglas, pero el viejo las excepciones”. Olliver Wendell Holme

“Las canas no hacen más viejo al hombre, cuyo corazón no tiene edad”. Alfred de Muset

“Saber cómo envejecer es la obra maestra de la sabiduría, y uno de los capítulos más difíciles en el sublime arte de vivir”. Henri Frédéric Amiel

“Cuando llegamos a viejos los pequeños hábitos se vuelven grandes tiranías”. Gustave Flaubert

“La vejez no se podría soportar sin un ideal o un vicio”. Alejandro Dumas

“En la juventud aprendemos, en la vejez entendemos”. Marie von Ebner Eschenbach

“Gran libro es la vejez. ¡Lástima que el hombre tenga que morirse cuando comienza a leerlo con provecho!”. José María Heredia

“La vejez conduce a una tranquilidad indiferente que asegura la paz interior y exterior”. Anatole France

“Hay cuatro cosas viejas que son buenas: viejos amigos para conversar, leña vieja para calentarse, viejos vinos para beber y viejos libros para leer”. Émile A. Faguet

“Lo mejor que tiene la vejez es que se encuentra uno cerca de la meta”. Johan August Strindberg

“La vejez es el tiempo de practicar la sabiduría”. Jean Jacques Rousseau

“Nada nos hace envejecer con más rapidez que el pensar incesantemente en que nos hacemos viejos”. Geor Christoph Llichtenberg

“Cuando uno es viejo tiene que hacer más que cuando es joven”. Johann Wofgang Goethe

“La vejez no es triste porque cesan nuestras alegrías sino porque acaban nuestras esperanzas”. Johann Paul Friedrich Richter

“La vejez y la maternidad son sacerdocios de la Naturaleza”. Fancois René Chateubriand

“La vejez es amiga del orden y tiene miedo a todo”. Stendhal (Henri Beyle)

“En la vejez se aprende mejor a esconder los fracasos; en la juventud, a soportarlos”. Arthur Schopenhauer

“La vejez es mala porque priva al hombre de todos los placeres dejándole los apetitos”. Giacomo Leoparti

“El anciano es un hombre que ya ha comido y que observa cómo comen los demás”. Honoré de Balzac

“Pocos saben envejecer”. François de la Rochefoucald

“Tememos la vejez, aunque ignoramos si llegaremos a ella”. Jean de la Bruyère

“Cuanto mas envejecemos, más necesitamos estar ocupados. Es preferible morir antes que arrastrar ociosamente una vejez insípida. Trabajar es vivir”. Voltaire

“La mayor parte de las incomodidades de la vejez no vienen ordinariamente, sino del mal uso que se ha hecho de la juventud”. San Bernardo de Clavaral

“Nadie es tan viejo que no pueda vivir un año más, ni tan mozo que hoy no pudiese morir. Fernando de Rojas

“La vejez pone más arrugas en el espíritu que en el rostro”. Michel Eyquem de Montaigne

“Todos deseamos llegar a viejos; y todos negamos que hemos llegado”. Francisco de Quevedo

“La vejez es un tirano que prohíbe, bajo pena de muerte, todos los placeres de la juventud”. François de la Rochefoucauld

“Los que en realidad aman la vida son aquellos que están envejeciendo”. Sófocles

“Envejecer es todavía el único medio que se ha encontrado para vivir mucho tiempo”. Charles Augustin Sainte-Beuve

“Teme a la vejez, pues nunca viene sola”. Platón

“Si quieres ser viejo mucho tiempo, hazte viejo pronto”. Cicerón

“La vejez conduce a una tranquilidad indiferente que asegura la paz interior y exterior”. Anatole France

“El hombre es el único que envejece; todo lo demás rejuvenece en torno suyo cada día”. Louis Charles Alfred de Musset

“Nada nos envejece tanto como la muerte de aquellos que conocimos durante la infancia”. Julian Green