

Bogotá D.E. 09 17 2021

Centro Día La Casa en el Árbol

Concurso: *La Vejez Libertaria*

Con los años de experiencia que tengo, mis sueños siguen vigentes, siento la energía para alcanzarlos, no solo como persona, sino como integrante de un gran grupo focal actual, de atención de la OMS para lanzar la: “Década de envejecimiento saludable 2021-2030”. Es una concertación entre las comunidades, las familias y los estados, para el desarrollo sostenible y digno de la vejez.

Así, le pregunté a un amigo: ¿”Qué es vejez” y respondió “La comparo como un ascenso a una montaña que, en la medida que vas subiendo se amplía el horizonte, se acaba el oxígeno y cuando llegas a la cima muy cansado, casi sin aire ves la libertad del paisaje y la vida misma”.

Así es: la vejez es un viaje que emprendemos desde que nacemos; somos viejos cuando nos sentimos así, o nos dicen viejos; pero también viene la serenidad y la interpretación que hacemos del mundo, y avanzamos en la comprensión de la diversidad pues somos parte de una multitud.

Somos seres integrales, con dimensiones que pueden ser desarrolladas y disfrutadas en un marco de derechos y libertad: la sexualidad, el amor, la salud, la recreación, el deporte, la danza, el diálogo, la escritura y el ocio, espacio donde nace la creatividad.

Somos historia y memoria, guardianes de una cultura en riesgo, que requiere comunicación intergeneracional, saber escuchar, preguntar, analizar, para aprender a vivir en permanente cambio, proteger y ejercer la libertad de tomar decisiones para un buen vivir.

No dejemos de aprender, de investigar, hoy tenemos todo el tiempo para hacerlo, démonos la oportunidad de crecer, de discernir, de querer ser y sembrar, reconociendo nuestros límites y los límites de los demás, ser felices está en la oportunidad de reaprender, hay que saber buscar los espacios.

Amar y desear se puede a cualquier edad.

Gloria Cristina Hernández de Cuenca

CC. 41401710

75 años.