

=====

BOLETIN DEL ENVEJECIMIENTO POSITIVO  
<http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l0>  
noviembre - diciembre, 2009

=====

Boletín del envejecimiento positivo, por Kenneth y Mary Gergen,  
dedicado al diálogo productivo entre la investigación y la práctica.  
Financiado por la Web-based Health Education Foundation (Fundación de la educación  
para la salud basado en Internet) y el Instituto Taos (Taos Institute).  
Traducido por Mario A. Ravazzola; supervisado por la Dra. María Cristina Ravazzola de  
Mazières.

"EL MEJOR EN... INSIGHTS SOBRE EL ENVEJECIMIENTO"  
*Wall Street Journal*

Número 46

=====

- COMENTARIO: Respeto y renovación
  - INVESTIGACIÓN: Respeto, generatividad y bienestar
    - Relatos de generatividad
    - Invitación a participar en la investigación del bienestar
  - EN LAS NOTICIAS:
    - Un tributo a Gene Cohen
    - ¿Qué es lo mejor sobre el envejecimiento?
    - Secretos de un matrimonio de 80 años
    - La edad y la estabilidad emocional
  - CRÍTICA LITERARIA:
    - Enfrentar la edad, encontrando respuestas, por Ardis Stevenson
  - RESPONDEN LOS LECTORES
  - INVITACIÓN ABIERTA
  - Información para los lectores
- =====

\*\*\* COMENTARIO: Respeto y renovación \*\*\*

Para nosotros, en estas Fiestas, este año nuestro hogar adquiere un significado especial. Por dos semanas hemos estado viajando por la India, que se siente muy lejos de casa. Una serie de conferencias nos ofreció momentos de aventura, de implicación intensa y también de reflexión. En una conferencia de psicólogos asiáticos en Delhi, nos agradó observar la implicación mutua de jóvenes escolares de Japón, China, India, Filipinas, Malasia y otros países asiáticos. A pesar de sus diferencias nacionales y políticas, se trataron con sumo respeto. Las conversaciones llegaron a ser animadas, positivas y creativas. Nos preguntamos si se podrían ampliar tales intercambios para que fuera posible hacer más sencillos los conflictos generalizados en el mundo de hoy. Tal reflexión se profundizaba a medida que nos adentrábamos en la cultura india circundante y, particularmente, mientras que explorábamos sus tradiciones del envejecimiento. Nos impresionó el valor fuerte puesto en "piedad filial", es decir, un respeto profundo por los ancianos. Por ejemplo, encontramos a un joven profesional que viajaba dos horas para ir del hogar a su lugar de trabajo y otras tantas de regreso. Le preguntamos por qué causa él y su esposa no se mudaban más cerca de su institución. Nos respondió que vivían con sus padres, y él no deseaba estar lejos de ellos. Si alguna vez se

mudaran, él se aseguraría que vinieran con él. O, como nos dijo una joven novia: “Es reconfortante vivir junto con mis suegros. Son más maduros y más sabios que nosotros, y nos dan consejo y apoyan cuando estamos intentando decidir sobre algunas cosas”. Apoyada por políticas gubernamentales, la familia es la unidad central de cuidado y, a través de su vida, es una fuente principal de significado. Los hijos deben cuidar a sus padres y adherir a sus enseñanzas. Con todo, este principio está bajo tensión en la India, especialmente cuando el joven deja el hogar y se va al extranjero para ampliar sus horizontes.

Una vez de regreso a nuestro hogar, nuestros pensamientos comenzaron a centrarse en las fuentes de respeto por el envejecimiento de la población en nuestra cultura. La piedad filial es apenas un valor importante en la sociedad del americano de hoy en día. Además, los cambios rápidos en la tecnología de la vida diaria (por ejemplo: televisión, Internet, teléfonos móviles) generan una brecha cada vez mayor entre los conocimientos de los jóvenes y los mayores. Aun así, siguen habiendo muchas fuentes a través de las cuales puede encontrarse el respeto por una persona mayor. Por ejemplo, todos llevamos con nosotros reservorios de respeto que nos remontan a la niñez - recordamos el respeto que recibimos de nuestros padres, profesores, amigos, colegas, etc. – siempre listos para que les hagamos una nueva visita cuando lo requiramos. Y está la cohorte circundante de la familia y de los amigos, cuyo respeto y recuerdo pueden ser grampas de la vida cotidiana. También llevamos depósitos de sabiduría y de insight que permanecen como recursos vitales para las jóvenes generaciones. Y, al sostener nuestras actividades creativas y de cuidado - dentro de nuestras familias, amistades y grupos cívicos, a través de comisiones voluntarias y actividad política, filantropía, etc. – incentivamos el respeto y proporcionamos los modelos para las futuras generaciones. En esta nota, respetuosamente, les enviamos a nuestros lectores los deseos más fervientes por el Año Nuevo.

Mary y Ken Gergen

=====

### \*\*\* INVESTIGACIÓN: Respeto y bienestar

El famoso psicólogo Eric Erikson, quien teorizó sobre las ocho etapas del desarrollo humano, describió a la generatividad en la edad mediana como una base muy significativa para la última etapa de la vida. Para Erikson, la generatividad significa el trabajo creativo y productivo, y, especialmente, la actividad que contribuye a la mejora de la sociedad. Ser generativo también se ha asociado a sensaciones de bienestar. Cuanto más uno da (hasta un punto), mejor se siente sobre la vida. Por ejemplo, un estudio de 520 personas de edades entre los 55 y los 84 años encontró que la generatividad explicaba, aproximadamente, el 80% de sus sensaciones de bienestar, más importante, incluso, que su intimidad. Con todo, la generatividad no es exclusivamente una actividad característica de adultos de edad mediana. Es raro que pueda ser una manera de vida continua. De hecho, según la investigación de McAdams, de St. Aubin y Logan (1993), y de Sheldon y Kasser (2001), el compromiso con la formación de la gente más joven aumenta con la edad. Las actividades generativas entre la gente de más edad se centran a menudo en aquellos que están más allá del círculo familiar tanto como dentro de él, a través de formas de trabajo voluntario, de compromiso cívico y de relaciones interpersonales que implican el cuidado de personas fuera de la familia.

En este contexto, la investigación de Hong Kong hace una contribución. En Hong Kong, la gente muy mayor no está educada formalmente, en contraste con los jóvenes. Debido a esto, los miembros de las generaciones más jóvenes expresan a menudo una falta de respeto e indiferencia hacia sus parientes más ancianos. Esta tendencia reduce la capacidad de los mayores de relacionarse con ellos y de expresar así su generatividad. Esto tiene repercusiones

para su sentido de bienestar. Para verificar dichas tendencias, los investigadores estudiaron a 190 personas, con una edad promedio de 73 años, en dos períodos de tiempo separados por un año. Los evaluaron en cuanto a su sentido del respeto que se les tenía, sus actividades generativas, la preocupación por el paso de sus conocimientos a la siguiente generación y su bienestar psicológico. Los resultados indicaron que la acción generativa y el bienestar dependen en forma importante del grado en el cual sus acciones son valoradas y respetadas por los demás. Si uno se siente respetado aumenta su generatividad y realza sus sensaciones de bienestar. Es interesante destacar en este estudio que la dedicación a actividades cívicas parecía generar más respeto que el proveniente de los hijos y los nietos. Al mismo tiempo, sin embargo, la generación más joven se sentiría muy bien brindando respeto a sus ancianos; tiene potencial positivo para su propio bienestar, así como para sus mayores.

#### Referencias:

- McAdams, D. P., de St. Aubin E. y Logan, R.L. (1993). Generativity among young, mid-life, and older adults (La generatividad entre los jóvenes, la gente de edad mediana y los ancianos). *Psicología y envejecimiento*, 8, 221-230.
- Sheldon, K. M. y Kasser, T. (2001). Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span (Al envejecer, ¿mejoramos? Los esfuerzos personales y la madurez psicológica a lo largo de la vida). *Developmental Psychology (Psicología del desarrollo)*, 37, 491-501.

De: Generativity in later life: Perceived respect from younger generations as a determinant of goal disengagement and psychological well-being (La generatividad en los últimos años de la vida: el respeto percibido de parte de las generaciones más jóvenes como un factor determinante del desapego hacia objetivos y el bienestar psicológico), por Sheun-Tak Cheng. *Diario de la gerontología: Ciencias psicológicas*, 64B, 45-54.

#### \*\*\* INVESTIGACIÓN: Relatos de generatividad \*\*\*

El ya mencionado Erik Erikson caracterizó los años maduros en la vida de una persona en términos de su potencial generativo, es decir, su potencial para el trabajo creativo y productivo. Para Erikson era especialmente importante el potencial de su propio trabajo contribuyendo al bienestar social y, particularmente, al destino de la generación siguiente. Estos investigadores de Argentina entrevistaron a quince ancianas en lo referente a su potencial generativo a través de la vida, quienes trabajaban como voluntarias en una organización de la comunidad dedicada a la asistencia social de los ancianos. De acuerdo con sus entrevistas, los investigadores concluyeron que había una continuidad de la generatividad a través de sus vidas, desde sus edades tempranas hasta el presente. Se establecieron cuatro momentos significativos relacionados con este desarrollo:

1. Como muchachas, estas mujeres recordaron expresiones tempranas de empatía, de solidaridad y de utilidad hacia los demás. Como dijo una entrevistada, la señora Y., de 76 años: "Tuve una niñez en la cual pude ayudar a otras personas. Lo hice debido a los valores que mis padres me inculcaron". Otra miembro de la muestra recordó esto de su niñez: "Siempre estuve al lado de los más pobres;...me involucré en todo....; quizás era hiperkinética!"

2. Un segundo tema hallado entre estas mujeres fue la extensión de la generatividad y de la productividad en la edad adulta. Este período fue descrito como "una etapa especialmente productiva y expansiva", dedicada a las tareas centrales de cuidar a la familia y estar fuertemente comprometida con sus profesiones, ambas tareas asociadas a expresiones de felicidad y de satisfacción. Una divorciada dijo: "Hice todo para mis hijas, para cerciorarme de que tenían lo que necesitaban. Tuve que seguir adelante, así que continué con ellas y con mi trabajo".

3. Cuando llegaron a la mediana edad, estas mujeres experimentaron una consolidación de sus logros generativos; los investigadores les pidieron que pensar en un punto culminante de su historia de vida (que hiciera referencia al momento en el cual habían experimentado emociones positivas más intensas - por ejemplo, alegría, felicidad, paz, etc.). Las mujeres tendieron a agrupar sus varios esfuerzos generativos en un solo tipo de memoria: los nacimientos de sus hijos y sus nietos.

4. La última característica pasada es la que los investigadores llamaron "continuidad generativa". Las entrevistadas aún mostraban niveles importantes de compromiso con las actividades concretas que las ligaron a la mejora de las generaciones más jóvenes y al cuidado más extendido del círculo familiar y de la comunidad. Los ejemplos de esta continuidad generativa durante la edad avanzada fueron encontrados en las expresiones de las entrevistadas. La señora Y. cuenta de sus actuales actividades diarias: "Soy responsable en el servicio de contestación de teléfono por situaciones de crisis así como doy clases particulares a alumnos, y también me ofrezco voluntariamente en la 'Casa de la bondad' (Casa de la caridad). Intento cumplir con todo y ser útil; voy a diario y todo el tiempo estoy con ellos. ... A la 'Casa de la bondad' va la gente que no tiene nada, que es muy pobre o que no tiene a nadie con quien permanecer. Les alimentamos, les tocamos, les acariciamos o les frotamos donde les duele. Lo bien que nos sentimos haciéndolo es quizás más que lo que les damos; es muy agradable".

Como concluyeron los investigadores, las actividades generativas pueden continuar a través de la vida convirtiéndose en una extensión y un crecimiento permanentes de uno mismo. En la vida postrera, la gente altamente generativa integra en sus relatos un sentido profundo de bienestar que combina lo personal y lo social.

De: The Culminating Point of Generativity in Older Women: Main Aspects of Their Life Narrative (El punto culminante de la generatividad en las ancianas: aspectos principales del relato de sus vidas), por Andrés Urrutia, María A. Cornachione, Gastón Moisset de Espanés, Lilian Ferragut y Elena Guzmán. Website para el foro para estudios cualitativos, volumen 10, No. 3, art. 1, septiembre de 2009.

\*\*\* INVESTIGACIÓN: Invitación a participar de la investigación del bienestar \*\*\*

Los investigadores han dedicado décadas a entender qué lleva a algunas personas a ser más sanas que otras. Sin embargo, la mayoría de la gente ha estudiado solamente enfermedad y desorden, y no ha podido también tratar fuerzas y bienestar. En este estudio, queremos ver qué va mal y qué es correcto en diversas personas de todo el mundo, y en todos los grupos de la misma edad. Queremos capturar el cuadro entero de lo que significa ser sano y, más importante, seguir la pista de la gente para entender cómo cambian en un cierto plazo. Este es el primer estudio de su clase en observar en profundidad al bienestar de la gente alrededor del mundo. Si usted elige participar, ¡nos estará ayudando a contestar algunas de las más atormentadas preguntas que nuestra sociedad enfrenta hoy!

Si está interesado/a, por favor conéctese con el sitio web del estudio:

<http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l1> El estudio está abierto cada tercer mes (el próximo período de ingreso es el mes de marzo, etc.). La participación requiere la respuesta a alrededor de 30 minutos de preguntas cada tres meses, durante un año (cinco veces en total).

¡Muchas gracias por adelantado! Aaron

Aaron Jarden, Jefe del Departamento de Psicología  
Escuela de Ciencias Sociales y de la Información  
Escuela Politécnica Abierta de Nueva Zelanda

Email: [aaron.jarden@openpolytechnic.ac.nz](mailto:aaron.jarden@openpolytechnic.ac.nz)

\*\*\* EN LAS NOTICIAS \*\*\*

- UN TRIBUTO A GENE COHEN

Nos entristeció profundamente enterarnos del fallecimiento del Dr. Gene Cohen, el 9 de noviembre pasado, uno de los líderes predominantes en el campo del envejecimiento positivo. Para remarcar la contribución significativa de Cohen, citamos aquí a dos de nuestras fuentes preferidas:

De Harry Moody, en “Los valores humanos del Boletín de noticias del envejecimiento”: Gene era un prolífico erudito y escritor. Sus libros, “LA EDAD CREATIVA: despertando el potencial humano en la segunda mitad de la vida”, y el posterior “LA MENTE MADURA: la energía positiva del cerebro en el envejecimiento”, se han convertido en obras clásicas de exposición del envejecimiento positivo, basadas en investigación empírica sólida. Mientras estubo en Harvard, Gene fue un alumno de Erik Erikson y él continuó el legado de Erikson sobre el desarrollo adulto. A diferencia de Erikson, Gene vivió sólo hasta los 65 años y, como Moisés, él pudo ver de lejos la “tierra prometida” de la edad avanzada, pero no pudo vivirla por sí mismo. Para los que le conocían personalmente, Gene era, en verdad, un gigante en su campo, pero un gigante gentil, humilde, divertido, un creativo sin fin y accesible...No lo olvidarán.

De “The National Center for Creative Aging (NCCA - Centro nacional para el envejecimiento creativo)”:

Hemos sido bendecidos por haber estado asociados íntimamente con el Dr. Cohen, no sólo como uno de los miembros fundadores de la Junta Directiva sino como nuestro anfitrión en la Universidad George Washington, en donde ambos, el NCCA y su Centro sobre el envejecimiento, la salud y la humanidad, se alojan dentro del Departamento de las ciencias de la salud. El NCCA ingresó en esta sociedad para que el Dr. Cohen y otros investigadores excepcionales trabajaran en la práctica. Ha sido un gran honor trabajar con el Dr. Cohen. En nombre del NCCA, estamos avanzando en la construcción del legado del Dr. Cohen para usted, a fin de trasladar el paradigma del envejecimiento desde el problema al potencial. En asociación con la Sociedad Gerontológica Norteamericana (GSA), en donde el Dr. Cohen actuó como presidente en 1997, el NCCA anunciará la semana próxima la formación del Premio Gene D. Cohen a la investigación sobre el envejecimiento creativo, en el Congreso Anual de la GSA en Atlanta... Gene conmovió muchas vidas y nos ha dejado una herencia muy rica sobre la cual podemos continuar su trabajo para mejorar la calidad de vida de la gente de edad avanzada.

\* ¿QUÉ ES LO MEJOR SOBRE EL ENVEJECIMIENTO?

Una nueva encuesta del Pew Research Center Survey: “Envejeciendo en Norteamérica”, les preguntó a norteamericanos de 65 y más años de edad qué les gustaba más del envejecimiento. Aquí están los temas y los porcentajes de aquellos que nombraron como sus opciones superiores:

Más tiempo con la familia	70%
No trabajar	65%
Más tiempo para los hobbies/lo que interesa	65%
Más seguridad financiera	64%
Menos estrés	59%
Más respeto	59%
Voluntariado	52%

De: The Good Life (La buena vida), AARP<sup>1</sup>, The Magazine, noviembre-diciembre de 2009, 15.

- SECRETOS DE UN MATRIMONIO DE 80 AÑOS

¡Imagínese estar casado por 80 años! Esto no es una fantasía para Bill y Mari DeCaro, que se casaron en una iglesia católica romana del sur de Filadelfia, en 1929. Este año, Bill y Marie pasarán los 100 años de edad. Ambos viven juntos en una comunidad de ancianos en un suburbio de Filadelfia. Como Bill describió su unión, "...han sido hermosos años." Se conocieron en la escuela de danza de la señora Duvall cuando eran adolescentes, y pronto se enamoraron. Después de casarse, viajaron por el circuito de los teatros de variedades con el hermano de Bill, danzando y haciendo de payasos. Cuando esa etapa se terminó, se instalaron, formando una familia, y ahora tienen una extensa red de nietos, cuya mayor parte vive en la costa oeste de los EE. UU.

Ellos dicen que los secretos para una unión larga y feliz son:

Reír mucho;

No tomarse la vida seriamente;

Nunca irse a la cama enojados;

Nunca decir al cónyuge lo que tiene que hacer;

Tomarse de las manos y acariciarse.

De: All the right steps in 80-year marriage (Todos los pasos correctos en un matrimonio de 80 años), de Kathy Boccella. Philadelphia Inquirer (El investigador de Filadelfia), 22 de abril de 2009, B1, B7.

\* LA EDAD Y LA ESTABILIDAD EMOCIONAL

Varias formas de investigación han indicado que los ancianos son menos inestables, emocionalmente, que los jóvenes. Un soporte para esta idea proviene de un estudio que muestra el porcentaje de los adultos norteamericanos que reportaron tentativas de suicidio dentro del plazo de un año después de un episodio depresivo importante.

Entre los 18 y los 20 años de edad, el 20% dijeron que habían intentado suicidarse; entre 21 y 24 años, el 15%; entre 25 y 34, el 11%; entre 35 y 54, el 10%; y el 4%, entre los 55 y más edad. Por supuesto, es posible que algunas personas se hayan suicidado, y no hayan podido contestar el examen. ¿Podía eso también explicar los números más bajos entre la gente de más edad? Pensamos que es más probable que esta gente haya aprendido a enfrentar mejor los acontecimientos depresivos, porque han tenido más experiencia.

De: Darkness Invisible (Oscuridad invisible), por Daphne Merkin. New York Times, 16 de septiembre de 2007. Página 17.

\*\*\* CRÍTICA LITERARIA \*\*\*

\* Facing Age, Finding Answers: Stories for Positive Aging (Enfrentando la edad, encontrando respuestas: historias para el envejecimiento positivo), de Ardis Stevenson, (2008). Victoria, Canadá: Trafford Publishing.

Cuán fácil es aprender de las historias. La mayoría de nosotros parecemos tener un gran apetito por "descubrir qué viene después". Podemos también identificarnos con los caracteres en una historia, y podemos imaginarnos cómo puede ser que actuemos en circunstancias similares. Asimismo, podemos compartir una historia con los demás. Este libro se compone de

---

<sup>1</sup> Siglas de American Association of Retired People (o Asociación norteamericana de jubilados)

columnas escritas por la autora durante su época de gran participación en la determinación de la visión del envejecimiento en su comunidad. Las historias son inspiradas por un proyecto llamado The Lake Oswego 50+ Community Dialogues (Los diálogos de la comunidad de los mayores de 50, en Lago Oswego), en los cuales más de 300 miembros de la Comunidad se reunieron para hablar de sus opiniones. El epigrama con que comienza el libro es profético: “¿Cuáles son los cuatro signos del envejecimiento? Son sabiduría, confianza, carácter y fuerza. Busquélos no con desaliento sino con esperanza” (Valerie Monroe).

Las historias que adjunto demuestran esta aseveración. Escritas desde la perspectiva de primera persona, breves, y de una impresión amistosa para el lector, cubren una gama de asuntos familiares a las preocupaciones adultas: la jubilación, los pesares, las relocalizaciones y la rutina. Desde la postura optimista del vaso medio lleno, la Sra. Stevenson narra sus implicaciones, sus desafíos, y las maneras de encarar la mayoría de las cosas, desde curar un mal humor a la lucha por su comuna. A menudo son personales, pero muchas de ellas se relacionan a veces con los tópicos de otros, tales como abuso adulto, demencia y dependencia. El humor de las historias, por sobre todo, es optimista, creativo y servicial para el cuidado. Nos ayuda a ver el camino hacia una edad avanzada positiva. Quizás, como dijo una vez Pablo Picasso, “...toma un tiempo largo llegar a ser joven”. Este pequeño libro nos ayuda para hacerlo.

\*\*\* RESPONDEN LOS LECTORES \*\*\*

Del Dr. David Myers:

Muchísimas gracias por su constancia con el boletín del envejecimiento positivo. Para su información, mis esfuerzos para apoyar la extensión de la asistencia auditiva compatible con la prótesis de oído (y de la funcionalidad de la duplicación de la prótesis de oído) continúan ganando ímpetu, con un artículo reciente en Scientific American (El científico norteamericano).

<<http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l2> online, y con más publicidad cuando anuncie NYC Transit, probablemente a fines de enero, la instalación de “bucles auditivos) en sus 642 cabinas de información en el subterráneo<sup>2</sup>.

Mientras tanto, [www.hearingloop.org](http://www.hearingloop.org)

<<http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l3> es el sitio donde se brinda información.

De Ed Menaker, Terra Nova Films, Inc.

Quería saber si ustedes aprueban una nota sobre el Boletín del Envejecimiento Positivo en nuestro nuevo sitio web con videos de cuidados, en [www.videocaregiving.org](http://www.videocaregiving.org) <http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l4> Hemos estado trabajando en el sitio, durante los dos últimos años, con fondos de la Fundación para la Investigación de la Jubilación. Nuestra esperanza es que pueda convertirse en un poderoso y nuevo recurso para el cuidador en el domicilio familiar. El sitio cuenta con videos en dos áreas diferentes - la enfermedad de Alzheimer y el Cuidado General de las personas. Todas nuestras historias se centran en personas reales frente a retos reales. El galardonado periodista y productor de documentales Bill Kurtis introduce al usuario al sitio y habla de la importancia del poder de la narración de estos videos documentales. Estamos muy orgullosos de nuestro trabajo hasta este punto, pero esperamos estar sólo al principio de lo que puede ser uno de los sitios de cuidado más importantes y único en la web.

Terra Nova Films, Inc. [ed@terranova.org](mailto:ed@terranova.org)

[www.terranova.org](http://www.terranova.org) <http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l5>

---

<sup>2</sup> El bucle magnético recoge los campos magnéticos generados por los teléfonos y los convierte en sonido. Los bucles magnéticos son particularmente útiles para la comunicación telefónica porque permiten que el control de volumen de una prótesis auditiva se suba sin crear sonidos o "silbidos", y que se reduzca el ruido de fondo, especialmente, cuando se utilizan teléfonos móviles en lugares con mucho ruido.

De Richard Matzkin

Mi esposa Alicia y yo somos una retratista y un escultor, respectivamente, en la mitad y finales de nuestros '60s. Durante los últimos 15 años, hemos creado casi exclusivamente proyectos relacionados con el envejecimiento. Hemos utilizado nuestro arte conforme a nuestro miedo y curiosidad sobre el envejecimiento.

Alice pintó retratos de mujeres de hasta 105 años de edad, que están viviendo sus vidas en una forma creativa, alegre y positiva. También hizo una serie de desnudos de mujeres de 58 a 87 años que celebran la belleza de la edad y la aceptación de los cambios del cuerpo a través del envejecimiento. Y pintó una serie de retratos secuenciales de mi tía, desde los 89 a 97 años, mostrando los efectos progresivos de la edad.

He esculpido un grupo de figuras de hombres de edad y una serie de parejas de edad avanzada en tierno abrazo – significando la belleza del amor perdurable.

Un libro de inspiración/arte que escribimos acerca de nuestro trabajo, titulado EL ARTE DEL ENVEJECIMIENTO: celebrando el auténtico auto-envejecimiento, estará siendo publicado en marzo por Sentiest Publications (Publicaciones sensibles). Nuestra página web, matzkinstudio.com <http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l6>, contiene todo el trabajo, así como nuestras biografías.

\*\*\* INVITACIÓN ABIERTA \*\*\*

Algunos lectores preguntan si pueden reproducir o distribuir los materiales publicados en este boletín. Estamos muy complacidos por cualquier expansión en su circulación.

Damos libertad para utilizar cualquier artículo o todos los que se encuentran en el boletín, pero confiamos en que ustedes lo van a reconocer como fuente.

\*\*\* Información para los lectores \*\*\*

- Consultas y colaboraciones

Si desea formular preguntas o posee algún material que desee compartir con los demás lectores del boletín, por favor envíe un e-mail a Mary Gergen a: [gv4@psu.edu](mailto:gv4@psu.edu)

- Números anteriores

Las anteriores ediciones del boletín están archivadas en:

<http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l7>

- Cómo suspender su suscripción o modificar su dirección de correo electrónico

Confiamos en que usted disfrute el boletín, pero si por cualquier motivo desea dejar de recibirlo, por favor haga clic aquí:

<http://newsletter.trustly.net/public/unsubscribe.jsp?gid=600009583&uid=6079867208&mid=600151270&sig=FCLOPCIGKIIHDFHB>

Para cambiar su dirección, envíe un correo electrónico a Mary Gergen a: [gv4@psu.edu](mailto:gv4@psu.edu)

=====

Por información general: <http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l8>

Puede ver también las demás actividades del

Instituto Taos en: <http://newsletter.trustly.net/re?!=9xbboml2sjsnk8l9>

=====