Todos suponemos que llegada a cierta edad, sobretodo superada la adolescencia, las personas adquirimos aquello que llamamos **madurez**. Pero, ¿tenemos claro de que hablamos cuando afirmamos que una persona es madura? La madurez no significa solamente dejar de ser un niño y convertirse en un adulto, sino que está se refleja en muchas características de nuestra personalidad.

A continuación, te presentamos detalladamente estas características que son dignas de reflexión, ya que en ellas, se encuentra la base de la felicidad y de nuestro bienestar social y personal.

1. Disfrutar de todo lo sencillo y positivo.
2. No perder el tiempo con lamentos y quejas.
3. Rechazar los sentimientos y complejos de culpa. Reconocer los errores y defectos, y aprender de ellos.
4. Vivir con alegría el momento presente, programando prudentemente el futuro.
5. Recordar el pasado en lo que tuvo de agradable, sacando enseñanzas positivas, incluso de lo que fue negativo.
6. Amar generosamente sin exigir amor a quienes se ama, sin crear dependencias y respetando su libertad de pensar, amar y actuar según su propia y exclusiva decisión.
7. Actuar sin la necesidad del aplauso y alabanza de los demás.
8. No preocuparse de los vanos e inútiles convencionalismos sociales, aunque se respetan las reglas del juego de la vida en sociedad.
9. Tener sentido del humor y no sentirse heridos con las bromas que se hacen sobre ellos.
10. Aceptarse a sí mismos con serena comprensión.
11. Aceptar y comprender los errores ajenos con naturalidad y sin sentido de superioridad.
12. No esforzarse en aparentar lo que no se es, ni física ni moralmente. No usar máscaras ni caretas.
13. Ser dueños de sus sentimientos y no dejarse dominar por cualquier emoción del momento.
14. Mantener la serenidad ante los contratiempos y adversidades
15. No juzgar a la gente por su aspecto o sus bienes materiales.
16. Creer en sí mismos, en sus poderes internos para resolver sus problemas psíquicos y físicos..
17. Ser amantes de la verdad. No decir mentiras, pero saber que a veces hay que callar la verdad por respeto a sí mismos o los otros.