

REFLEXIONES SOBRE LA VEJEZ*

Dr. Everardo Neumann P.**

En nuestra época, con todas sus distorsiones, que vivimos en la civilización y no cultura, se teme a la vejez como a un fantasma, se piensa en ella como la pérdida del logro de placeres, como la inutilidad, lo inservible, la marginación, la burla, el desprecio de los jóvenes y por fin, la cercanía de la muerte.

Hoy no se estima el valor de un individuo, sino su productividad económica; se le mide exactamente como el rendimiento que da un VW o la cantidad de leche que da una vaca. Olvidamos que en épocas anteriores, la autoridad de una tribu se depositaba en los viejos que formaban el consejo; olvidamos que el Senado Romano estaba constituido por los ancianos (la palabra senado viene de *senectus* = viejo) en quienes el pueblo confiaba para tomar las decisiones más importantes de la República; se les confiaba el más alto de los oficios: el de gobernar y dirigir.

Hoy en día, al anciano se le considera como un estorbo molesto, impertinente y se le confina (y prácticamente abandona) en un asilo.

En ocasiones se le tolera, o se le "disculpa" con el comentario humillante de "no le hagas caso, está muy viejo".

Pero ¿acaso éste debe ser nuestro destino? ¿debemos aceptar pasivamente y refugiarnos en la idea de que tuvimos poco tiempo, como disculpa de llegar con las manos vacías?

Séneca al dirigirse a Paulino decía: no tenemos poco tiempo, sino que perdimos mucho. Bastante larga es la vida que se nos da y en ella se pueden llevar a cabo grandes cosas, si toda ella se emplea bien; pero si se disipa en el lujo y en la negligencia, si no se gasta en nada bueno, cuando por fin nos aprieta la última necesidad, nos damos cuenta de que se ha esfumado una vida y que ni siquiera entendimos qué estaba pasando.

Así es: no recibimos una vida corta, sino que somos nosotros los que la hacemos breve; no somos pobres de vida, sino derrochadores de ella. Así ocurre con las riquezas: por muy copiosas y regias que sean, si llegan a un mal dueño al momento se disipan, y por el contrario, si son pequeñas y se entregan a un buen guardián, se acrecientan con el uso. La vida se abre espaciosamente al que la dispone bien.

Es distinto ser viejo a estar viejo. Ser viejo puede significar haber llevado una larga vida, dando siempre el máximo rendimiento, haberse interesado y seguir interesándose en lo maravilloso de la vida y sus misterios, aprender más, amar más, ayudar más, sin que por ello deje de ubicarse en su tiempo real, con aceptación, dignidad y decoro, no con resignación, sino con espíritu de lucha inquebrantable, con el deseo firme de seguir siendo no indispensable, pero sí necesario y útil para uno mismo y sus semejantes.

Puede significar poder repasar las etapas ya transcurridas con agrado y beneplácito, sin remordimiento, pero sí con el reconocimiento sincero de los errores cometidos y el espíritu abierto para entender y disculpar las equivocaciones de los demás, recordando las suyas propias. Ser viejo, puede en fin significar el aprovechamiento de la experiencia lograda a través de los años, de la preeminencia que otorga el haberse adelantado en las batallas de la

*Trabajo presentado en la Primera Reunión Regional Psiquiátrica de la Zona Centro de la Asociación Psiquiátrica Mexicana (APM), Noviembre, 1978.
**Profesor de Psiquiatría de la Escuela de Medicina de San Luis Potosí, S.L.P.

vida y asumir así una obligación de servicio al comprometerse a guiar y a conducir, mostrando el camino en las diferentes tareas, a las generaciones titubeantes que aún no se han realizado. A la juventud le toca hacerlos sentir que los necesitan mucho más de lo que ellos la necesitan.

Ser viejo puede traducirse en ubicarse en su tiempo real, aceptando sus deficiencias físicas normales, la pérdida de su prestancia juvenil y agilidad, sin adoptar disfraces grotescos en los que se trata de aparentar una juventud ya perdida.

Se puede estar en una silla de ruedas y seguir siendo creador, se puede caminar encorvado apoyado en el báculo y sin embargo ser ágil en el pensamiento apoyándose en la madurez y serenidad que la vida le ha proporcionado. Serenidad que le permitirá abolir las expresiones pasionales y exaltadas, para emitir un juicio razonable, equilibrado e imparcial.

Ser viejo puede significar haber llegado a lograr la medida justa de los pros y de los contras de su propia vida y haber sacado de ello una enseñanza que puede y debe ser transmitida.

Significa desprenderse en gran parte de sus intereses materiales, sin que con ello deban prodigarse desordenadamente, sino más bien utilizarse para un bien común, para el desarrollo más justo de su comunidad, dando oportunidades a los que vienen empujando en búsqueda de su seguridad y no aferrándose con avaricia y ceguera humana.

Ser viejo puede significar reconocer que la vida ha transcurrido con logros y fracasos y aceptar que los demás tienen el mismo derecho que el anciano ejerció en el pasado, sabiendo cumplir con sus obligaciones.

Saber ser viejo es aceptar la muerte, sin desear morir, o mejor sin buscarla insistentemente, sino logrando vivir cada día de su existencia la entusiasta sorpresa de lo que el día siguiente puede ofrecer para el logro de una superación nunca terminada. Todo ello se traduce asimismo en ir despidiendo uno a uno a sus compañeros de vida, en su último viaje, sin por ello experimentar soledad, sino sintiéndose reconfortado y acompañado con sus recuerdos y vivencias, con gratitud por haberlos vivido; sin la angustia de pensar en ser el próximo en viajar, sino tratando de formar nuevas amistades y afectos, nuevos intereses y estímulos para seguirse prodigando. Una hermosa imagen es el presenciar la escena de un anciano rodeado de niños, entregándoles ternura y comprensión, como si los

polos cronológicos opuestos se atrajesen mutuamente, no por cargas opuestas, sino por componentes afectivos humanos semejantes.

El arte de envejecer conduce a abandonar la vida, cuando el día llegue, con la satisfacción de haber cumplido y haber sembrado aunque sea una sola semilla que pueda germinar dignamente, dejando un recuerdo grato y lo menos borrrable, en aquellos que permanecen.

Siempre he pensado que la única forma de honrar a nuestros muertos, no es enterrándonos con ellos, sino viviendo nuestra propia vida con dignidad y decoro y pensando en ellos, no en función de la ausencia, sino en función de presencia, ante el ejemplo que pudieron darnos.

A veces me pongo a pensar egoístamente que para mí, aún a estas alturas, la simple presencia física de mi padre, aunque ya no fuese productivo, generaría en mí estímulo y afecto, lo que es quizás una productividad más valiosa. Pero tal vez, él pensaría otra cosa, porque fue un gran viejo.

"Estar viejo" significa escudarnos detrás del pretexto de los años, para no hacer nada, para renegar, para complicar la vida de los demás, para quejarnos siempre de que no tuvimos tiempo para realizar. Para cobrar dividendos de nuestra "inversión" a nuestros descendientes; para racionalizar y proyectar nuestros fracasos, culpando a la vida, a la falta de oportunidades, a nuestros semejantes, al destino, a Dios, a nuestros hijos de que "succionaron" nuestra juventud.

"Estar viejo" significa haber sido mediocre toda la vida, no haber cumplido con nuestras obligaciones y haber creído que sólo teníamos derechos. Es no haber compartido, no haber amado, no haber trascendido. Es buscar escapes en la bebida, en la impertinencia y parodia del "rabo verde", o de la anciana seductora, restirada y exótica, o en la crítica estúpida de que todo tiempo pasado fue mejor. Es considerar que no tuvo oportunidades, sin pensar que en verdad no las aprovechó, es sentir que no fue amado, cuando en verdad no amó, no haber recibido, cuando él no dio.

Respetemos a nuestros viejos que saben ser viejos y ayudemos a los que "están viejos".

En la vejez, la muerte se aproxima, es lo único seguro que tenemos en la vida, es la etapa final, por esto quiero terminar con un pensamiento de Sófocles: "La vida es ser, la muerte es no ser. Ningún hombre ha caído en los brazos de la muerte si aún vive en el corazón y la memoria de un solo amigo".