

La Vejez ¿Es una Caída?

PARA NO "CAER" EN LA VEJEZ

(¿USTED PIENSA QUE LA VEJEZ ES UNA CAIDA?)

Graciela Zarebski

Indice

Introducción	7
I.	
Jeremiah de Saint-Amour: no "caer" en la vejez	11
II	
Juvenal Urbino: caen en la vejez.....	23
III	
Florentino Ariza: no caerse en la vejez	35
IV	
Fermina Daza: aprender a no "caer" en la vejez	47
Concluyendo... ..	59
Referencias bibliográficas	63

*A nuestros jubilados,
ejemplo de lucha por la vida*

*Agradezco a mis amigos escritores,
Eduardo Dayan y Rubén Mirkin,
por sus aportes*

////// Introducción

Este libro se ocupa de los dos sentidos opuestos en que se puede entender su título:

- **cómo evitar la vejez, o**
- **cómo evitar que la vejez signifique una caída**

y de los dos modos en que habitualmente se consigue uno u otro objetivo.

En efecto, hay, básicamente, dos modos de no “caer” en la vejez:

- Uno, es suicidándose antes.
- El otro, es evitando el suicidio.

Pero, ¿por qué hablar del suicidio, tratándose de la vejez?

Porque pensar en el envejecimiento implica necesariamente percibir el transcurso del tiempo de la propia vida, implica pensar en su final. Una vida que se va acabando.

De acuerdo a cómo la vivamos y cómo vivamos la muerte, soportaremos o no la idea de envejecer.

Aquéllos que no la soportan son los que dicen: "A los sesenta años me mato".

Y, efectivamente, de una u otra manera, se matan.

Algunos literalmente se suicidan para no caer en la vejez, para no llegar a ella. Otros, la atraviesan como una caída en picada y se van matando. Envejecen cayéndose.

Y están los que toman precauciones para evitar la caída, para que la vejez forme parte de la vida.

Quizá, la parte que más honre a la vida.

De modo que podríamos hablar de tres distintas maneras de enfrentar el envejecimiento:

1. Los que piensan que es inevitable la caída y no quieren llegar a viejos.

2. Los que "caen" en la vejez, cayéndose.

3. Los que piensan que es evitable la caída y se cuidan para no caerse.

Y, podríamos agregar:

4. Los que aprenden, en la vejez, a no caer.

Para confirmar que esta clasificación que aquí se

propone se corresponde con la verdad del acontecer humano no hay mejor evidencia que la buena literatura.

El amor en los tiempos del cólera de Gabriel García Márquez, (1) además de una brillante novela, es un tratado acerca de la vejez y de los distintos modos de envejecer. Sus personajes principales son ejemplos magistrales de esta clasificación.

Analizaremos, a través de cada uno de ellos, cuáles son los factores personales que favorecen los distintos modos de llegar a viejo.

Porque los factores de deterioro biológico y de maltrato social no alcanzan a explicar las distintas maneras de enfrentarlos y atravesarlos.

Comprobaremos la genial intuición del escritor que supo captar lo que se comprueba en las estadísticas y en la experiencia clínica: la relación entre las frecuentes caídas en la vejez y la vivencia de la vejez como una "caída". Prevenir ésta nos permitirá prevenir las otras.

Replanteándonos nuestro modo de ser adultos, favoreceremos un sano envejecer.

Que cada uno arribe a sus propias conclusiones... en lo posible antes de que las conclusiones acaben con uno.

//////////////////// I
////// **Jeremiah de Saint-Amour:**
////// **No “caer” en la vejez**

La novela transcurre a finales del siglo pasado en un país caribeño y comienza con un suicidio.

El Dr. Juvenal Urbino, médico principal del pueblo, es convocado a fin de certificar un deceso.

Se trataba del refugiado antillano Jeremiah de Saint-Amour, que era inválido de guerra y trabajaba como fotógrafo de niños, quien “se había puesto a salvo de los tormentos de la memoria con un sahumero de cianuro de oro”.

Lo que el Dr. Urbino descubrió con esta muerte, a partir de una carta que el suicida le dejó, fue la doble vida, la identidad oculta de éste, quien había sido en vida su mejor contendiente en el ajedrez.

Había engañado a todos acerca de su verdadero origen y había mantenido oculto durante veinte años, un amor clandestino.

Fue precisamente la amada quien le explicó el suicidio. “Mucho tiempo atrás, en una playa solitaria de Haití donde ambos yacían desnudos después del amor, J. de Saint-Amour había suspirado de pronto:

'Nunca seré viejo'. Ella lo interpretó como un propósito heroico de luchar sin cuartel contra los estragos del tiempo, pero él fue más explícito: tenía la determinación irrevocable de quitarse la vida a los sesenta años".

Se trata nuevamente de una doble interpretación posible del "nunca seré viejo", al igual que lo veíamos en relación a "no 'caer' en la vejez".

Ella lo entendió como un deseo de luchar contra un mal envejecer, contra una vejez que hace estragos.

Pero él lo había sostenido en el otro sentido: su deseo era suicidarse a una edad que para él significaba el comienzo de una caída.

Lo significativo de la escena en la playa es que esta determinación, J. de S. Amour la expresa después de hacer el amor. Esto nos permite pensar que algo en relación al amor se le "engancha" con la vejez. O, mejor dicho, se le "desengancha". Lo comprobaremos en otro pasaje: "[...] amaba la vida con una pasión sin sentido, amaba el mar y el amor, amaba a su perro y a ella y a medida que la fecha se acercaba había ido sucumbiendo a la desesperación, como si su muerte no hubiera sido una resolución propia sino un destino inexorable".

Si él amaba la vida, el mar y el amor apasionadamente y decidió ponerle fin a esa edad era porque la consideraba como un límite, más allá del cual no habría mar y no habría amor ni pasión. No habría vida.

Ella había interpretado ese **no ser nunca viejo** como el propósito de que la vejez no acabe con el amor, pero su determinación irrevocable indica que él no lo creía esto posible.

Acá hay un primer indicio de cómo anticipaba él su propia vejez: como el fin del amor, de la sexualidad, del goce compartido del cuerpo. Una vida que no merece la pena ser vivida, atormentada de recuerdos de lo que fue. Para él, la vejez no forma parte de la vida.

Así se la concibe en estas personalidades a la vejez: como un destino inexorable de entrada en una zona de muerte en vida.

Es la intuición genial del escritor la que nos da una pista para entender por qué "los" J. de Saint-Amour anticipan de este modo su propia vejez. Por qué sufren de gerontofobia.

El indicio es la "doble vida", la identidad oculta de este personaje.

Efectivamente, la problemática en relación al envejecimiento tiene que ver con un problema de identidad.

Quando se vive toda la vida tapando algo que no debe aparecer, que no se debe dar a conocer, la vejez se vive como siniestra.

¿Por qué?

Porque si toda la vida se trabaja para sostener una imagen engañosa en cuanto a tapar las propias

faltas y debilidades, la vejez, con la declinación de las fuerzas que acarrea, se supone —con razón— que llegará como el momento en que esta imagen ya no se podrá sostener, que arrasará con todos los maquillajes, agrandará todos los agujeros, revelará todo lo malo, lo inútil, lo despreciable, que no se pudo integrar, ni asumir como propio, ni mostrar.

Y ésta es, precisamente, la definición de lo siniestro: tiene este efecto todo aquello que aparece **de repente** revelando algo que debería haber permanecido oculto.

Entonces, el problema que representa la vejez para estas personas se refiere a dos cuestiones:

Primeramente, el considerar que nuestros aspectos negativos, feos, nuestras fallas y faltas, deben estar a buen resguardo de la mirada de los otros, no deben manchar una imagen que se pretende inmaculada y perfecta y a cuyo cuidado se destina el máximo de energía.

Por otro lado, el considerar a la vejez como el depósito de todo lo malo, lo despreciable, lo inútil y feo.

Poder aceptar el propio envejecimiento requeriría entonces un doble desengaño:

- De que por ser jóvenes **poseemos todo**: la vida, el poder, la belleza, la completud.
- De que por ser viejos **carecemos de todo**:

nada de vida, nada de poder, nada de belleza, nada de completud.

Para lograr un buen envejecer deberemos superar las dicotomías absolutas del todo o nada entre la juventud y la vejez y deberemos cuestionar nuestra idea de adultez, de plenitud, de qué es ser un adulto acabado.

Si creemos que todo lo débil, lo deficitario, debe ser totalmente tapado, cuanto mayor sea el desconocimiento de lo oculto, la fuerza que realicemos para sojuzgarlo, para no dejarlo hablar, para no reconocernos en ello, nos hará vivir en una tensión permanente —la tensión narcisista— para tratar de evitar enfrentarlo, para tratar de evitar lo inevitable.

Cuando se nos aparezca algo que nos lo evoque, en un instante, cualquier indicio nos agarrará desprevenidos y nos hará caer de ese lugar idealizado en que pretendidamente estamos.

Y a la vejez se la supone más allá de los ideales, más allá de los acaeceres del amor y el trabajo.

La imagen de un viejo cuestiona, como un espejo anticipado, nuestra imagen, nuestra identidad. Nos enfrenta a una imagen en que no nos reconocemos. Nos muestra la discordancia entre la apariencia y el ser del sujeto. Al decir de Simone de Beauvoir: (2)

“¿Entonces me he convertido en otra, mientras sigo siendo yo misma? En mí, el otro es el que tiene edad, es decir, el que soy para los otros. Y ese otro soy yo.”

Al viejo no se lo reconoce como adulto, como semejante —en algo— a nosotros. De aquí la idea tan habitual de que “los viejos son como los chicos”, es decir, el pensar que en la vejez nos infantilizamos, perdemos el control racional de nuestros actos, dejamos de ser sujetos supuestamente dueños de nuestros deseos y pasamos, de modo nefasto e ineludible, a ser objetos dependientes de los otros.

Pero, ¿por qué para algunos el envejecer adquiere estas características siniestras? ¿Por qué lo que debería ser la aceptación de un proceso gradual de deterioro orgánico, una metamorfosis gradual de nuestra imagen —como dice G. García Márquez: “un hombre sabe cuándo empieza a envejecer porque empieza a parecerse a su padre”—, para “los” J. de Saint-Amour se anticipa como un caer repentino en una zona ambigua e inquietante entre la vida y la muerte?

En otras palabras, ¿por qué si el envejecer es para algunos el ir transformándose en un viejo conocido, para otros es más bien el transformarse en un viejo desconocido?

Son varias las posibles respuestas:

- Que ese “viejo conocido” nos resulte desconocido, es decir, que nuestros “antecesores en el cargo”, nuestros viejos, nos hayan dejado una imagen siniestra. Esto no puede dejar de tener que ver con nuestra historia de relación con ellos.

- Que llegar a ser viejo sea de por sí lo que nos resulta desconocido, lo desconozcamos, lo imaginemos como llegar a ser alguien desconocido para nosotros mismos. Es suponer que todo viejo se dementiza, se descontrola, es inútil, no disfruta, no es productivo, no es amado ni ama.

Por el contrario, pensar nuestra vejez como el llegar a ser “un viejo conocido”, significa que esa imagen no nos choca, no nos perturba.

Si nos podemos reconocer en ese viejo que seremos es porque aceptamos que algo tenemos que ver con él, porque aceptamos que nuestra imagen actual no está tan intacta, que en algo ya se deterioró; reconocer que, a la par que fuimos creciendo y adquiriendo, algo fuimos perdiendo.

Que llegar a viejo es, simplemente, continuar ese camino que ya recorrieron nuestros padres, con la esperanza y la posibilidad de llegar un poco más allá de lo que ellos llegaron.

Esto es lo que expresa en bella síntesis genial por Santiago Kovadloff (3) en su poesía “Ben David”:

Siento a veces que mis gestos,
la voz, el pensamiento y aún este cansancio,
son ya los de mi padre.

Que este cuerpo mío no lo perpetúa
sino que lo encarna;
que yo soy el hombre de más de setenta años
que agobiado y lejos de donde vivo,
avanza al alba insomne, lento, solo
y jadea su fatiga en un sillón en sombra
bajo el peso del dolor indeclinable,
de culpas que no han envejecido,
mientras siente con alivio que su hijo,
en otros sitios, lejos de él,
ha ido más allá de su tormento,
doblegó los demonios,
no lo ha repetido.

Volvamos ahora a la pregunta de por qué Jeremiah de Saint-Amour (¿el que santifica el amor?) expresa ese cruel designio de no ser nunca viejo, justamente después de haber hecho el amor.

El sintió en ese momento de intenso goce, que el amor es perecedero, que se desgasta y muere al igual que otros bienes, como la belleza o la lozanía de la piel. Porque en ese momento sintió que no podría vivir sin él, que no soportaría que se acabe.

Si en la vejez no hubiera amor, no se soportaría.

Más aún, cuando no hay amor es cuando no se soporta.

Porque el amor, motor de la vida, es lo único que

puede recubrir, disimular la aspereza de la piel, el olor de un cuerpo viejo, sensaciones que Gabriel García Márquez toma como indicios del modo de envejecer de cada uno de sus personajes, como luego veremos.

¿Por qué suponer que el amor es perecedero?
¿Por qué suponerlo inspirado meramente en la imagen, que se deteriora? ¿En qué bases se sostiene nuestro amor que lo suponemos tan frágil y efímero?

El amor es lo que nos viene de vuelta de una obra que construimos con la energía que volcamos cotidianamente en su gestación, su concreción y su cuidado. Esa obra, que puede ser un compañero, un hijo, un nieto, un objeto de nuestra creación o un animal o una planta objeto de nuestro cuidado, nos devuelve la vida que fuimos dejando en ellos y a través de ellos nuestra vida se prolonga y trasciende. Es una obra que no se desgasta con la edad, por el contrario, se enaltece.

Es el modo más sano y posible de traspasar los límites y ganarle a la muerte.

Al decir de S. de Beauvoir, es necesario

"[...] conservar las pasiones lo bastante fuertes como para que nos eviten volvernos sobre nosotros mismos".

Esta vuelta sobre sí, más que amor a sí mismo, es un camino de autodestrucción. Y éste es el camino

que elige J. de Saint-Amour cuando decide suicidarse.

El suicidio es, en este caso, no poder aceptar nuestra condición de mortales, que es a lo que nos enfrenta el envejecer.

Porque morir de viejo es ir reconociendo la evidencia de que se es mortal. En cambio, quien comete suicidio, escamotea el dolor de existir y de ser mortal.

Ese acto de detener mágicamente la vida en un punto, luego del cual se supone la caída, responde a la idea de que el crecer y el envejecer son dos etapas radicalmente distintas —una de subida y otra de bajada— con la adultez en la cúspide. Se entiende que el llegar “arriba” sea vivido como la pretensión de instalarse, en tanto adulto, como dueño del tiempo.

Es preferir salir de la escena en el momento culminante del personaje. Pero esto confirma que se representa un personaje, que no se vive una vida real, “de carne y hueso”, sino una vida ficticia.

Desgraciadamente, esta suposición de que la vejez es un camino de bajada, una caída en picada, se ve confirmada brutalmente en nuestra sociedad, la que coloca a los viejos al margen del sistema, en el lugar de desecho, de lo descartable.

Pero son aquéllos que aceptan y se resignan a ocupar este lugar —ya que la sociedad simplemente

les confirma lo que ellos siempre supusieron de la vejez—, es decir, quienes están “entregados”, los que eligen el camino del suicidio.

Frente a ellos, la gran masa de viejos que no lo acepta, que reclama una consideración digna de la vejez, no pelean sólo por su subsistir, sino que están peleando por la vida, sacando fuerza de su debilidad.

Esta lección de fortaleza cuando menos fuerte está el cuerpo, es lo que posibilita una concepción optimista de la vejez, como la que sostiene el escritor francés Claudel, (4) cuando dice:

“¡Ochenta años! ¡Ni ojos, ni oídos, ni dientes, ni piernas, ni aliento! ¡Y es asombroso, al fin de cuentas, cómo uno llega a prescindir de ellos!”

Esto es apostar a seguir manteniendo vivo lo que constituye el centro del sujeto, lo que no tiene edad, lo que, al contrario de deteriorarse, se aquilata.

En palabras de J. L. Borges: (5)

“Llego a mi centro, a mi álgebra y mi clave, a mi espejo. Pronto sabré quién soy”.

Esta sabiduría que posibilita el llegar a viejo es la que, por otro lado, le permite decir:

“Cuando yo era joven, pensaba en el suicidio. En cambio ahora, el tiempo se encargará de suicidarme en cualquier momento”.

Ese “en cualquier momento” es la aceptación de que la muerte alguna vez llegará y al mismo tiempo aceptar que no se sabe cuándo. Es saber que de eso no se sabe.

Es aceptarse mortal, ocupándose simplemente de vivir.

////////////////////////////////////// **II**
////////////////////////////////////// **Juvenal Urbino:**
////////////////////////////////////// **Caer en la vejez**

Veíamos que el Dr. Juvenal Urbino había descubierto, frente al suicidio de Jeremiah de Saint-Amour, que éste había ocultado un aspecto importante de su identidad durante veinte años.

Pero no es lo único que descubrió ante este acontecimiento.

El autor relata que el anciano médico volvía trastornado a su casa luego de esta visita “que amenazaba con volverlo distinto a una edad en que todo parecía consumado”.

Adelantemos que tan alto fue el impacto, que produjo en él un desenlace fatal.

Pero, ¿qué fue lo que pudo conmover tanto a un médico acostumbrado a cotejarse con la muerte cotidianamente?

Es que en esta muerte algo lo conmovió profundamente porque lo enfrentó a un cuestionamiento de su propia existencia que lo dejó abrumado.

"[...] Cuando levantó la manta para ver el cadáver de J. de Saint Amour, el Dr. Urbino tuvo la revelación de algo que le había sido negado hasta entonces, en sus navegaciones más lúcidas de médico y de creyente.

"Fue como si después de tantos años de familiaridad con la muerte, después de tanto combatirla y manosearla por el derecho y el revés, aquélla hubiera sido la primera vez en que se atrevió a mirarla a la cara y también ella lo estaba mirando".

Pero no se trataba de que —ante este suceso— él descubría su propio miedo. El era consciente de que la muerte, a su edad, era una probabilidad cercana y esta angustia lo acompañaba permanentemente desde hacía muchos años. Sin embargo:

"[...] Cuando la carta le reveló su identidad verdadera, su pasado siniestro, su inconcebible poder de artificio, sintió que algo definitivo y sin regreso había ocurrido en su vida".

¿Cuáles fueron las propias verdades que este suicidio vino a revelarle con efecto siniestro a alguien para el cual la muerte era algo tan familiar y cercano y que incluso sabía de su propio miedo?

En realidad, éste fue su primer real enfrentamiento a la muerte. Esta presencia física le impresionó porque se sintió identificado con el suicida, pues le hizo reconocer cuánto de inauténtico había en su propio existir.

Si el otro vivía una vida artificial y había tenido un pasado siniestro que estaba oculto hasta que de

repente se supo, algo de esto tenía que ver con él, en algo le concernía personalmente. El otro había hecho lo que él hubiera querido hacer pero que no se animaba ni se permitía.

Porque se enfrentó de repente a la revelación de que con su vida estaba confirmando los presagios de J. de Saint-Amour: era la suya una vejez sin amor y la vivía con profundo rechazo. Le pesaban las pérdidas de sus conocidos, le pesaban sus olvidos, le pesaba lo que percibía como el "olor" de la vejez.

"De no ser lo que era en esencia, un cristiano a la antigua, tal vez hubiera estado de acuerdo con J. de Saint-Amour en que la vejez era un estado indecente que debía impedirse a tiempo. El único consuelo aún para alguien como él que había sido un buen hombre de cama era la extinción lenta y piadosa del apetito venéreo: la paz sexual. A los 81 años tenía bastante lucidez para darse cuenta de que estaba prendido a este mundo por unas hilachas tenues que podían romperse sin dolor..."

La extinción de la sexualidad sólo puede ser un consuelo para aquéllos que, como él, arrastraron toda su vida un matrimonio carente de pasión. Por eso se resigna a perderlo, en realidad él resigna un nudo vital del cual sólo le quedan hilachas.

Lo suyo era un dejarse llevar por la vida sin cuestionarse su existir.

Cuando se cotejó con alguien que sí lo había hecho, se acentuó en él la idea de la vejez como

caída pues, carente de amor, sólo iba deslizándose hacia la muerte.

Pero cuando la sexualidad constituyó siempre un momento de plenitud, de encuentro verdadero con el otro, se van encontrando modos de acomodarse al deterioro y se van encontrando nuevas formas de realizarse de acuerdo a ritmos y modos renovados, siempre y cuando se mantenga ese "apetito".

No es casual que él sienta rechazo por su vejez y que, al mismo tiempo, su sexualidad se haya extinguido. Hay entre estos dos aspectos una relación recíproca: si no hay sexualidad en alguien que siempre pudo disfrutarla, es porque no se aceptan las limitaciones del deterioro, porque no se acepta la vejez.

En realidad, tienen los dos una causa común: no poder concebir a la vejez dentro de las posibilidades del goce de la vida.

El vio en ese suicida, como en un espejo, su propia vida engañosa y a partir de ese momento, la tristeza y la incertidumbre ya no le dejaron vivir.

Entonces se arrojó imprudentemente en pos de algo y cayó, sin saber que así, él también se mataba.

Este instante repentino y siniestro de enfrentamiento a una vejez que no se acepta, es el que habitualmente se produce frente a un espejo, que pareciera mostrarnos lo que no reconocemos como propio.

Asimismo, otros acontecimientos, como una

enfermedad o alguna pérdida, producen este efecto, sumiendo a estas personalidades en el pozo de la depresión, que para ellos se traduce como: "la vejez, que se me vino encima", como si la vejez se manifestara de un día para otro y no como el proceso gradual que nunca pudieron aceptar.

Desgraciadamente, lo realmente siniestro en estos casos, es que aquello que, inconscientemente, se suponía que podría suceder, finalmente sucede. Como en una profecía autocumplida, el resultado de este modo de envejecer —a menos que haya un replanteo a tiempo— es el total derrumbe del sujeto.

Esto es lo que explica que, para algunos, la vejez sea sinónimo de enfermedad, pues su disposición personal los lleva a un envejecimiento patológico. Así es como se producen las depresiones y la disposición a toda clase de enfermedades orgánicas que tiñen una vida de dolores y quejas, hasta los casos más graves de desapego total a su entorno en un camino autodestructivo que llega hasta la tan temida demencia senil.

Es una confusión habitual el pensar que todo viejo termina demente (o "arterioesclerótico" como se dice erróneamente, ya que padecer de arterioesclerosis no implica necesariamente estar demente).

Las últimas investigaciones comprueban lo que se

ve en la experiencia clínica: el deterioro cerebral orgánico no alcanza para explicar la demencia senil.

O sea que no se dementiza cualquiera, aun cuando incluso presente cierto grado de deterioro cerebral.

Siempre, en su desenlace y en su evolución, hay un factor emocional subjetivo y familiar que lo posibilita. Es por eso que resulta tan importante la detección precoz de todo indicio en sí mismo o en un familiar, que haga sospechar ese desenlace. La consulta a tiempo permitirá poner todos los recursos en juego —tanto en lo familiar como en lo individual— a fin de detener ese proceso. Posibilitará, además, aclarar y llevar tranquilidad a aquéllos en que sólo se trata de un deterioro normal —como puede ser cierta pérdida de la memoria reciente— ya que la angustia que se genera en estos casos lleva a adoptar conductas que agravan el cuadro.

Mientras haya disposición para detenerse a reflexionar y autocuestionarse, se estará peleando por la vida. La vejez no es “demasiado tarde”, si pensamos que la vejez es vida.

Pero el Dr. Juvenal Urbino estaba unido a la vida sólo por hilachas.

La coraza con que se protegía —el ser un médico encumbrado y una personalidad de renombre— de

repente se hizo añicos y reveló la debilidad que ocultaba. **Cayó de su pedestal** y se rompió esa hilacha.

¿Es casual que su muerte haya sido bajo la forma de una caída? ¿Se la puede concebir como el producto de una fatalidad? ¿Son casuales las caídas en la vejez? ¿O las causas son sólo de orden orgánico y ambiental?

La experiencia indica que no es así. Que, además de estos factores, hay muchos Juvenal Urbino que se caen en la vejez —no todos con consecuencia fatal, pero muchas veces, dramática— porque participan de las condiciones que favorecen la propensión a las caídas en la vejez, tanto por sus características personales, como por sus circunstancias vitales.

Un modo frecuente de derrumbe en la vejez es a través de las caídas. Habitualmente se piensa que la declinación comienza o se acentúa después de producida la misma.

Lo que no se percibe es que, como en el caso del Dr. Urbino, la caída es una **consecuencia** de un derrumbe emocional ya instalado, de una primera “caída” que ya se produjo.

Viene a ser un efecto, un modo de resolver —patológicamente— las cuestiones del envejecimiento, cuando se carece de recursos para resolverlas de otro modo.

Los que las padecen son, habitualmente, personalidades narcisistas que se manejaron toda su vida con la lógica del "todo o nada". Cuando ya no pueden todo o no tienen todo —el poder, la belleza— caen en la nada.(6)

Como no aceptan perder, las circunstancias de pérdidas propias del envejecer representan para ellos sucesos difíciles de elaborar, carecen de la posibilidad de detenerse a reflexionar y resuelven el conflicto actuando impulsivamente.

Las circunstancias de cambio en la vejez, generalmente duelos, que implican la necesidad de reestructurar los hábitos cotidianos, los ritmos, incluso los ideales, se constituye en una tarea que excede sus posibilidades.

Debido a esta incapacidad para el autocuestionamiento y la elaboración, las consecuencias de la caída, como ser: el enlentecimiento, el incremento de la inhibición y la pasividad, la pérdida de la autonomía y la vuelta a la dependencia, se interpretan como consecuencia de la caída, sirven de justificación para no asumir un replanteo personal.

Con el comentario: "es la vejez" y adjudicándolo a la casualidad o a la fatalidad, se evita el preguntarse acerca de cuánto uno mismo está implicado en su determinación.

Tengamos en cuenta, además, que está menos

promovida culturalmente la reflexión que la acción, usando el cuerpo como instrumento y centro del conflicto. La cultura promueve el rechazo de la conciencia de los afectos y pensamientos que producen conflicto y dolor.

Lo que vivencian como un daño que les acarrea el Destino, lo representan con su propio cuerpo, actuando autodestructivamente, dañándose.

Si toda la vida hubo dificultad para aceptar los propios límites, tampoco se podrán aceptar los límites de la vida. Se adopta, entonces, la posición de víctima o de acusador. Así, lo que debería ser el común padecer humano, pasa a ser "mi mala suerte", "por mi culpa" o "lo que me hicieron".

Se presentan así habitualmente en la vejez, dos modalidades básicas como contexto psíquico en la producción de una caída:

- **Depresiva**, que se presenta como el "dejarse llevar", "dejarse caer", "dejarse atropellar", es decir, "dejarse", entregarse como un objeto al otro, sobre la base del autocastigo y el autorreproche, asumiendo toda la falla.

- **Querellante**, que pone la culpa en otro, el reproche al otro, con intentos fallidos de rebeldía y actúan entonces "atropelladamente". Estos son los casos que se caracterizan por su resistencia a los cambios que acarrea el paso del tiempo: la falla está en lo nuevo, "lo de antes era mejor". Ejemplo de esto es la actitud ante las nuevas normas de tránsito:

si yo me lentifico, todos se deben lentificar.

Tanto una posición como la otra remiten al dolor que representa dar paso a lo nuevo, "hacerse a un costado" en la vida, pues el "no somos nada" propio de la asunción de la finitud, se transforma en "ahora él es todo y yo soy nada".

En lugar de pensar que "ahora no se puede nada", se trata de poder entender que "nunca se pudo todo" y que "ahora se puede distinto", y aquí se pone en juego la elaboración de nuevos ideales y aspiraciones, lo que conlleva la posibilidad de un cambio de actitudes, de ritmos y de organización de la vida diaria, que se requiere para prevenir caídas.

Cuando esto no sucede, se vive tratando de demostrarse a sí mismo y a los otros que aún se puede tanto como supuestamente antes de podía, lo que lleva a una sobrecarga y sobreexigencia en el rendimiento a distintos niveles: deportivo, sexual, laboral, llegando incluso a la adicción a los estimulantes.

Todos estos mecanismos constituyen una oportunidad y un riesgo permanente de producción de caídas.

Es decir que, lo que debería ser la aceptación de una pérdida a través de la elaboración del duelo, es vivenciado como caída y derrumbe y desencadena un proceso amenazado permanentemente de una caída real.

Cuando ésta se produce, además de las consecuencias habituales de sedentarismo, pérdida de fuerza y de autoconfianza, miedos y autorreproches, se produce la pérdida de la autonomía, la cual realimenta la depresión que, junto al repliegue generalizado, con un entorno cada vez más pobre y reducido, va determinando un gradual desapego de todos los espacios: motor, auditivo, visual, temporal, mental y social.

Estas características de pérdida de la autonomía y desapego que representan a la vejez patológica, suelen ser tomados como ejemplo de **la** vejez, no sólo por los otros sino por el viejo mismo, atribuyendo entonces a la vejez, vivida como una violenta caída, la causa de la caída.

El retorno a la dependencia, que es lo que lleva a pensar que "los viejos son como los chicos", es, en realidad, una confirmación de la actitud dependiente que se mantuvo toda la vida. Cuando aquello que supuestamente lo hacía sentir completo (una persona, una actividad) se pierde, una caída puede hacer recuperar el bastón que siempre se necesitó para andar y sostenerse.

La propensión a las caídas puede ser leída entonces como síntoma de que la vejez se vive como crisis. Y sabemos que esto no es inevitablemente así; la vejez no es sinónimo de caída, derrumbe y crisis.

Para prevenirlo, habrá que evitar la rigidificación:

mantener la flexibilidad en todos los órdenes de la vida. Un cuerpo flexible en un ser humano flexible.

En realidad, la vejez plantea una opción: dejarse caer, dejarse llevar por la enfermedad, la queja, el ponerse en manos de otro, o la participación activa en nutrirse con nuevos valores, poniendo a trabajar el narcisismo en la actividad creativa.

El Dr. Urbino no pudo siquiera plantearse esta opción. El paso que dio fue un mal paso, un tropiezo que tuvo algo de suicidio, cuando trepó imprudentemente a una escalera para atrapar a su loro que lo esperaba en lo alto de una rama.

El enfrentamiento repentino a una realidad que rechazaba, fue demasiado violento para él. Se había dado cuenta de que sólo sabía vivir creyendo estar en la cúspide y no estaba dispuesto a bajar... de esa "nube".

Hubiera debido ser capaz de replantearse qué significa estar arriba o estar abajo pero, como dice Julio Cortázar, (7) en su cuento inédito "Me caigo y me levanto":

"[...] Hay quienes recaen al llegar a la cima de una montaña, al terminar su obra maestra, al afeitarse sin un solo tajito. No toda recaída va de arriba a abajo, porque arriba y abajo no quieren decir gran cosa cuando ya no se sabe dónde se está..."

/// III /// Florentino Ariza: /// No caerse en la vejez

Florentino Ariza es, quizás, el protagonista principal en la historia de amor que da el título a la novela.

Había sido el primer pretendiente de Fermina Daza siendo ambos aún muy jóvenes y, ante la oposición del padre de la novia, ésta se casa finalmente con el Dr. Juvenal Urbino.

Sin embargo, Florentino Ariza, a lo largo de su extensa vida, nunca dejó de pensar en ella. En sus múltiples amoríos nunca le fue infiel a su amor, ya que vivió siempre con la secreta esperanza de que el destino, algún día, los volvería a unir.

Toda su vida fue un prepararse para ese momento, que, sabía, podía plasmarse en la vejez. Es por eso que a él no le preocupaba la idea de llegar a viejo. Muy por el contrario, él deseaba la vejez como el tiempo posible de concreción de su sueño.

Tenía un motivo para querer llegar a viejo y se cuidaba. Quería llegar entero.

“Siendo todavía joven, interrumpía la lectura de versos en los parques para observar a las parejas de ancianos que se ayudaban a atravesar la calle y eran lecciones de vida que le habían servido para vislumbrar las leyes de su propia vejez [...] Florentino Ariza se había visto tantas veces en ese espejo, que no le tuvo nunca tanto miedo a la muerte como a la edad infame en que tuviera que ser llevado del brazo por una mujer”.

Tenemos en estas breves líneas una pequeña lección que nos brinda el autor, acerca de qué es lo que hace alguien que se propone llegar sano a la vejez:

- Observa, desde joven, con interés a los viejos, tratando de aprender de ellos lecciones de la vida.
- Piensa, por lo tanto, que se puede “aprender” a envejecer;
- Puede reconocerse en ese espejo porque acepta llegar a viejo. No constituye para él una imagen siniestra que le anticipa un final rechazado;
- No le teme a la muerte;
- Le teme a la dependencia en la vejez, es decir, a la vejez patológica, que puede diferenciar de una vejez sana —para la cual se prepara— como veremos a continuación:

“Florentino Ariza subía y bajaba las escaleras con un cuidado especial, aún siendo joven, porque siempre había pensado que la vejez empezaba con una primera caída sin importancia y la muerte seguía con la segunda.

Más peligrosa que todas las escaleras le parecía la de su oficina, por empinada y de espacios estrechos y desde mucho antes que tuviera que forzarse para no arrastrar los pies, la subía mirando bien los peldaños y agarrado del barandal con ambas manos”.

Aunque ya le habían sugerido que cambiara la escalera por ser muy riesgosa, él no aceptaba.

No quería conceder que estaba comenzando a sentir las dificultades de la edad. No quería admitir que le resultaba trabajoso subirla, pero cada vez lo hacía más cuidadosamente.

El había captado la relación que hay entre las caídas y la vejez patológica, que es a la que se refiere en realidad cuando le teme a las caídas.

Entonces toma recaudos y se propone evitarlas.

En realidad lo que él se propone es mantenerse joven a pesar del paso del tiempo. Es por eso que se preocupa por no arrastrar los pies y es por eso que no se admite viejo frente a los demás, aunque para lograr esto corre algunos riesgos, como se confirma cuando —eufórico por la posibilidad de concreción de su tan anhelado sueño y de alcanzar finalmente el triunfo por el que tanto había luchado— saltó con ímpetu juvenil al tercer escalón. Se dobló el tobillo y, cayéndose de espaldas, faltó poco para que se matara.

El conflicto que se le presentaba a Florentino Ariza en relación al envejecer no era tan dramático

como el de los otros dos personajes y es un cuestionamiento bastante habitual: él procuraba mantenerse joven y, para esto, trataba de no mostrarse viejo. Se le complicaba cuando trataba de conciliar la juventud con la vejez. Tropezó en el intento de ser un "viejo joven".

Lo que no entendía era que, para serlo, no hacía falta poner tanto énfasis en cuidar las apariencias, ni hacía falta exigirse tan alto rendimiento. Que la juventud en la vejez se mide con otra vara.

Que ser un viejo joven pasa fundamentalmente por tener un proyecto, cualquiera sea, y luchar activamente por alcanzar a realizarlo.

Permitirse desear, tener sueños y disponerse a concretarlos en actos.

Eso alcanza para mantenerse vital y lúcido, aunque haya que lentificar el paso, adecuar los ritmos y modificar los hábitos. O sea, adecuarse a un cuerpo viejo.

Lo cual no equivale a decir: "adecuarse a la edad" cuando se lo piensa desde el punto de vista de las convenciones sociales: "lo que se espera de un viejo". Porque esto es un concepto muy relativo y muchas veces injusto.

En primer lugar, ¿cuáles son los parámetros de lo esperable? Dependen del contexto cultural, de ideologías, de clases sociales y de modas y está muy sujeto a consideraciones prejuiciosas.

En segundo lugar, ¿a quién se considera "un viejo"?

Esto es tan difícil de precisar, que ninguna convención de gerontólogos pudo ni podrá ponerse de acuerdo ni acerca del comienzo, ni acerca de la definición de la vejez.

Se puede ser viejo para algunas cosas pero no para otras. Se puede serlo sin sentirlo y sentirlo sin serlo.

Esta es la particularidad de la vejez en el ser humano, porque es la particularidad del ser humano: la discordancia entre lo que se siente, lo que se aparenta y lo que se es.

Esta es una ecuación personal que está en cada uno resolver de modo particular entre el verse, el sentirse, el escucharse y lo que se recibe de la mirada, la escucha y el sentimiento de los otros, cualquiera sea la edad. El resultado de esta combinatoria nunca será una definición absoluta: serlo o no serlo. Es decir que nadie **consistirá** en **ser** viejo.

Se sentirá viejo o joven para algunas cosas, se verá viejo o joven para otras, se sabrá joven o viejo.

Es por eso válido que muchos viejos se enojen cuando así se los denomina, respondiendo: "viejos son los trapos" desplazando significativamente la definición de vejez, a un objeto material que se desecha con el uso y el desgaste y que, además,

sirve para limpiar la suciedad o para tapar lo que no se debe ver.

Lo solamente material **es** viejo. Al ser humano no lo podemos encasillar, ni etiquetar, ni ubicar ahí.

Algo viejo es algo gastado, deteriorado, que ya cumplió o se va acercando a cumplir su ciclo de vida.

Se puede hablar de viejo en el ser humano en los aspectos biológicos y en los aspectos sociales.

En lo biológico: los órganos, las funciones, el organismo, envejece y se deteriora.

En lo social, uno mismo o los demás, nos consideran viejos para... determinada actividad, determinado ambiente. Hay marcas biológicas y marcas sociales de la vejez.

La vivencia de la vejez es otra cosa.

Desde el punto de vista psíquico, la vivencia de sentirse viejo, de saberse viejo, de estar viejo, es absolutamente relativa a cada uno y sus circunstancias: en qué momento vital, en relación con qué o para qué

Nadie puede **consistir** en **ser** viejo porque nadie **consiste** en su cuerpo y nadie **consiste** en su rol social y familiar.

Es por eso válido que a un viejo no le guste que lo llamen: "abuelo", porque puede no serlo o porque puede ser muchas cosas, además de abuelo.

Es también por esto entendible que entre ellos —

sobre todo en ámbitos recreativos— se denominen "las chicas" o "los muchachos" y no es necesario recurrir a ningún psicologismo del orden de: "no aceptan la edad que tienen". Lo que no pueden aceptar los que así los juzgan es que ellos se sienten distinto a como suponemos que se deben sentir, mirándolos desde otro lugar.

Lo biológico y lo social son, para el ser humano, como receptores de la temporalidad. En su núcleo, el ser humano es atemporal. Lo fundamental, en lo que hace a los fundamentos, es atemporal y no cambia.

Reconocemos nuestra condición temporal cuando nos detenemos a evaluar, a comparar, a medir.

Mientras vivimos, desde el psiquismo inconsciente, que es el que nos "transporta" por la vida, la vejez no existe.

Por eso es habitual el comentario: "no me había dado cuenta hasta que..."

Está bien que esto sea así. Es lo normal. Uno no vive pendiente de la edad, uno vive. Uno no vive pendiente de la vida que pasa, de la muerte.

Mientras vivimos, lo olvidamos. Como dijo alguna vez John Lennon: "la vida es eso que pasa a mi lado".

Pero es conveniente que, de vez en cuando, lo sepamos. Lo queramos o no, de vez en cuando la vida se encarga de hacernos acusar el impacto de

recordarlo: desde nosotros, desde los otros, desde ese cuerpo que nos sostiene, de repente lo recordamos, sobre todo a partir de la edad media de la vida.

Por eso, la cuestión fundamental en este tema, desde el punto de vista psíquico, es cómo vivimos esos pequeños impactos cotidianos: el grado de aceptación, elaboración del dolor, de la herida; si es un simple raspón o un agujero que se nos abre; desde un simple acuse de recibo, hasta un efecto siniestro; las mil y unas maneras de evitar saber de eso—desde hacerse el distraído hasta la renegación absoluta—son los distintos modos de envejecimiento patológico, con el agravante de que el efecto patológico no queda circunscripto a lo psíquico, sino que repercute en lo biológico y en lo social, extendiendo o agravando en esos niveles la patología.

Es decir que, si envejecemos mal anímicamente, se amplían las posibilidades de enfermar en lo biológico y en lo social.

La cuestión radica en el interjuego entre el núcleo atemporal y el registro de la temporalidad, de que sea un camino fácil de recorrer ida y vuelta y no un camino vedado. Ni estar permanente viviendo en la periferia, en la percepción o cómo somos percibidos, ni que pretendamos no acusar recibo.

Lo crucial para un buen envejecer es poder

aceptar el sobrellevar la discordancia entre lo que se es y lo que se parece. Poder aceptar que uno se siente joven pero que el cuerpo envejece. Si no fuera por esa discordancia, uno se olvidaría de la finitud.

Sentirse joven, con fuerza, es espléndido. Reforzar, compensar, suplementar lo que se va perdiendo por el camino, pero reconocer que algo se va perdiendo.

Se podrá apelar a recursos que hagan más llevadera esa discordancia: gimnasia, maquillaje, moda, retoques estéticos, maquinitas de todo tipo y para toda función.

Pero no para **toda**. El problema es la pretensión de borrar **toda** evidencia, toda marca.

La energía que utilizamos para sostener el engaño es energía puesta en amor y trabajo alrededor de la propia imagen y —como tarde o temprano fracasará— es energía improductiva, en la medida en que se quita de volcarla en obras.

Si no fuera por las evidencias del deterioro, nos dejaríamos arrastrar por la ilusión de juventud eterna, de eternidad del cuerpo propio. Mientras que lo único con posibilidades de eternizarse, es la energía puesta en obras, ya sea de amor o trabajo, que son las que trascenderán.

Florentino Ariza era un viejo que se sentía joven, sobre todo al sentir que estaba por concretar su

sueño, “olvidando” que su cuerpo no lo era tanto.

De todos modos, el tropiezo no lo derrumbó, a pesar de que tuvo que usar una bota de yeso que le cubría la pierna y que lo obligó, por un largo tiempo, a una inmovilidad forzosa, “... pero siguió más vivo que antes de la caída”.

Estos padeceres posteriores a una caída suelen tener consecuencias dolorosas, difíciles de superar, tanto física como anímicamente. Porque cuando un viejo cae arrastrado por un estado de ánimo caído, se ve apresado por un conjunto de secuelas, conocido como “síndrome post-caída”: pérdida de fuerza y de autoconfianza, miedos y autorreproches que lo llevan al sedentarismo y a la pérdida de la autonomía y que, como veíamos, le confirman lo que ya antes pre-sentía: que la vejez es una caída.

Pero como en su proyecto vital residía su fortaleza, la postración fue para él una oportunidad de dedicarse activamente a lo que siempre había sido su vía de expresión de lo que sentía por esa mujer: las cartas de amor. Esta ocupación le permitió olvidar todo lo demás.

Finalmente concretó su sueño. Cuando Fermina Daza cedió, en su viudez, a sus requerimientos, conmovida por sus cartas de amor, emprendieron un viaje en barco que los unió para “toda la vida”, según su deseo.

En el eterno ir y venir del barco crea el escritor una

bellísima descripción de lo que puede ser el amor en la vejez. La crudeza con que se percibe la desnudez del cuerpo decrepito, envuelto con la mirada y nutrido con las sensaciones de los enamorados que suavizan y endulzan esa crudeza.

Florentino Ariza no se decepcionó ni se asombró ante el cuerpo desnudo de su amada. Sabía lo que iba a encontrar, pero sabía que lo quería encontrar.

El primer encuentro tuvo el impacto del roce y el contacto con ese cuerpo marchito. No lo defraudó.

Se consolaba pensando que ella estaría impactada del mismo modo que él lo estaba, que era una condición compartida que los unía más aún. Y porque había emoción, atrevimiento, felicidad, turbación y miedo, que son las sensaciones del amor a cualquier edad.

Tampoco se decepcionaron por su desempeño:

“Ella extendió la mano en la oscuridad, le acarició el vientre, los flancos, el pubis casi lampiño. Dijo: ‘Tienes una piel de nene’. Luego dio el paso final: lo buscó donde no estaba, lo volvió a buscar sin ilusiones y lo encontró inerme.

“—Está muerto —dijo él... Le ocurrió siempre la primera vez, cada vez había tenido que aprender otra vez, como si fuera la primera... ‘Demasiado amor es tan malo para esto como la falta de amor’.”

No supusieron que estaba “muerto” por la edad. Lo atribuyeron a las mismas causas que a cualquier

edad: la primera vez, demasiado amor, en fin: cuestiones de la genitalidad que, aunque declinan, no anulan la sexualidad, que podrá ser “para toda la vida” en la medida en que no se caiga en desesperación por el desempeño ni en comparaciones con anteriores o más jóvenes rendimientos.

A ese encuentro Florentino Ariza había dedicado su vida. Por eso no le temía a la muerte. Porque se había propuesto llegar vivo. Hasta que le toque, ocuparse de vivir. Es por eso que la mayoría de los viejos —que son sanos— no le temen a la muerte.

Es una creencia errónea habitual el pensar que los viejos viven en un permanente temor a la muerte y que, por lo tanto, no viven.

El error parte de pensar que la muerte es la última tarea a encarar en la vida, el último motivo de crisis. En realidad, es el primero. Si está bien resuelto, se podrán resolver bien los siguientes, se podrán soportar todas las muertes que le sigan, hasta la última, sólo parcialmente definitiva.

La condición humana es una oscilación permanente entre su conciencia de ser necesariamente mortal y su inconsciente posibilidad de inmortalidad.

////// IV //// *Fermina Daza: Aprender a //// no “caer” en la vejez*

Fermina Daza, amada de toda la vida de Florentino Ariza, no reparaba en él. No se enteró ni de su sufrimiento ni de su anhelo. Vivía junto a Juvenal Urbino un matrimonio de conveniencia y paz.

A medida que iban pasando los años se habían acostumbrado a estar siempre juntos, en una especie de “servidumbre recíproca” que se acrecentaba a medida que envejecían. No se habían detenido nunca a preguntarse sinceramente si estaban unidos por el amor o porque les resultaba cómoda esa unión. Preferían ignorarlo.

Esta es una descripción que bien podría ser aplicable a las características de muchos matrimonios envejecidos.

De acuerdo a este vínculo, no fue tan trágica para Fermina Daza la muerte de su esposo. No es casual que —siendo la viudez uno de los avatares centrales de la vejez y uno de los desencadenantes habituales de un derrumbe, sobre todo en mujeres— en la novela haya alusiones frecuentes a la situación vital de las viudas:

"[...] No iba a malgastar el resto de sus años cocinándose a fuego lento en el caldo de larvas de la memoria, no iba a sepultarse en vida a coser su mortaja dentro de estas cuatro paredes como era tan bien visto que lo hicieran las viudas nativas".

Aquí se ve claramente la disyuntiva que se plantea en estos casos entre la propia determinación y un mandato social: lo que se espera de una viuda.

Lo que se espera de ella será consecuencia de lo que se esperó de ella en vida de su esposo.

Para aquellas mujeres —habitual en las actuales abuelas— que vivieron anuladas tras su rol de esposa en una relación de pegoteo con su marido, la viudez vendrá a marcar el final de la misión que les fue adjudicada y que fue su-misión: atender su casa y su hombre.

Ya la mediana edad, con el alejamiento de los hijos, constituye en estos casos un duro trance que comienza a empujarlas hacia el derrumbe —en la medida en que no haya un replanteo— que acaba muchas veces en lo que las estadísticas gerontológicas señalan como de alta frecuencia en las mujeres de edad, en su mayoría viudas: la repetición de las caídas.

Es que la viudez las enfrenta a una difícil encrucijada: re-conocerse como auto-válidas.

Si su lugar en el matrimonio fue siempre el de ser el sostén de otro, sostenidas en el deseo de otro,

¿cómo hacer para re-encontrarse sola frente a su deseo? La caída se produce precisamente porque hay deseo pero se teme o no se sabe qué hacer con ese deseo; no lo pueden sostener y la caída las salva del riesgo de ser autónomas, del riesgo de vivir.

La caída aparece como la asunción de una derrota, el resignarse a no poder, la claudicación del deseo.

La pérdida de su sostén, de su bastón, las lleva frecuentemente a tener que recurrir a un nuevo bastón, ahora material, que viene a confirmar que siempre necesitaron una prótesis para sostener su identidad.

Si el anhelo de fusión con el otro es supuestamente logrado en vida del esposo, al perderlo queda la viuda sumida en la invalidez psíquica, tardando muy poco en desencadenarse la invalidez física, real.

Se replantea así la problemática de la dependencia: poder separarse del otro cuando ilusoriamente se es uno con él.

Es una expresión habitual en aquéllas que fracasaron en la elaboración del duelo: "Añoro esa época, cuando con él éramos una sola persona, todo el día juntos, nunca me dejó, nunca fui sola a ninguna parte. Yo vivía en paz, me tenía como una reina. No me puedo desprender".

Del mismo modo se plantea en el caso del viudo que tuvo siempre a su esposa "esclavizada" a sus requerimientos, hasta que la muerte de ella lo deja

solo sin saber qué hacer consigo mismo, sin otro que vele por él. No está preparado para rehacer su vida, para hacerse cargo de sus deseos, para rearmarlos, para iniciar nuevas búsquedas, aunque tenga recursos económicos y de salud para emprenderlas.

Estos seres que siempre tuvieron alguien "atado de una soguita", un "lazarillo", un "ladero", según sus palabras, son los que generalmente en la vejez se caen, se invalidan, como modo de re-establecer el equilibrio en el que siempre vivieron: en posición alienada, de dependencia emocional de un otro.

La caída suele ser el punto de pasaje de un viejo —en lo manifiesto autoválido— a un viejo dependiente. De un Centro de Jubilados a un Geriátrico.

Son éstas, dos clases de instituciones de aparición reciente. Son tan necesarias unas como otras para responder a las distintas problemáticas que se plantean como consecuencia del aumento en la expectativa de vida y los distintos modos de envejecer.

En la medida en que contemos con cada vez mayor número de emprendimientos socio-culturales-"re-creativos", con mayor grado de participación, en los cuales los viejos tengan la oportunidad de sentirse activos y productivos, menor será el número de geriátricos que se necesiten.

Pero Fermina Daza

"[...] quería ser otra vez ella misma, recuperar todo cuanto había tenido que ceder en medio siglo de una servidumbre que la había hecho feliz, sin duda, pero que una vez muerto el esposo no le dejaba a ella ni los vestigios de su identidad. Era un fantasma en una casa ajena que de un día para otro se había vuelto inmensa y solitaria y en la cual vagaba a la deriva, preguntándose angustiada quién estaba más muerto: el que había muerto o la que se había quedado".

Estas sensaciones de extrañeza, de andar a la deriva, representan el reacomodamiento de la identidad que se atraviesa en el trabajo de duelo, en aras de diferenciarse y terminar de separarse de lo perdido. Cuanto menor haya sido la diferenciación lograda durante su presencia, mayor y más penoso será el trabajo a realizar en su ausencia.

Poder aceptar que el muerto es el otro le lleva a enfrentarse a su situación de "muerte en vida", a tener que reconocer el vacío en que queda. Quería ser otra vez ella misma, porque en el matrimonio había dejado de serlo.

Este es un trabajo muy arduo, que implica remontar a veces toda una vida y que trae aparejado un complicado interjuego de sentimientos contradictorios de autorreproches y reproches al que "se fue" —no yéndose del todo— y que en una dialéctica de presencia y ausencia, va absorbiendo

la energía del que queda hasta que, en el mejor de los casos, sea capaz de asumir lo irremediable.

A Fermina Daza le ayudó su determinación de no regodearse en el dolor y también le ayudaron las cartas de amor que tan pacientemente le hacía llegar Florentino Ariza.

Pero para esto, para aceptar que le lleguen, tuvo que ser capaz de abrirse al futuro:

“Deja que el tiempo pase y ya veremos lo que trae”.

La importancia de esta frase radica en que destaca su disposición a no cerrar posibilidades. Ella no se encierra.

Quien había vivido una vida aletargada, en segundo plano, atrás de otro, de repente, por las circunstancias de la vida, por las circunstancias de la vejez, se dispone a cambiar, a asumir sus deseos.

Por lo general, no es ésta la expectativa que se tiene con respecto a la vejez.

Se supone que ya no es momento para cambios. Se la suele pensar a ésta, como una etapa de cosecha después de una larga siembra.

Pero es una verdad parcial. Es concebir el paso del tiempo como una sucesión de etapas distintas: una de siembra, otra de cosecha.

Cuando hablamos de sembrar, nos referimos a un acto productivo por el cual, al mismo tiempo que

modificamos al otro —sea una persona o una cosa—, nos modificamos nosotros mismos.

Entonces, si en la vejez ya no se seguiría sembrando, cultivando, produciendo, ya no sería tiempo de cambios.

Al viejo sólo le correspondería vivir de los recuerdos de lo que fue.

En este sentido se habla, por ejemplo, de la riqueza del acervo de recuerdos (“tengo una vejez dichosa porque tengo buenos recuerdos”).

Estos buenos recuerdos que hacen dichosa a la vejez son las “reminiscencias”, relatos de épocas pasadas que se transmiten con deleite —sobre todo a interlocutores jóvenes— y que indican que hay una elaboración normal de las pérdidas, ya que representan la satisfacción por lo que se cosechó.

Pero cuando la función y el lugar del viejo, cuando el sentido de su vida, pasa a ser sólo transmitir buenos recuerdos, la reminiscencia se transforma en nostalgia.

Si la reminiscencia es un re-crear los recuerdos del pasado en el presente, proyectándolos al futuro al legarlos a un destinatario joven, se volverá nostalgia al quedar el sujeto atrapado en el pasado “cocinándose a fuego lento en el caldo de larvas de la memoria” cuando el presente está anulado y sin proyecto de futuro.

La vejez no es una etapa en que “ya no pasa nada”.

No es sólo contemplación pasiva mirando la vida pasar, no se define por la pérdida, no es esencialmente el duelo por la vida.

Por el contrario, puede ser la mejor —y es la última— oportunidad para proponerse ser auténtico consigo mismo, porque es una etapa que “barre con fetichismos y espejismos”, al decir de Simone de Beauvoir: (8)

Trae consigo cambios —pérdidas y ganancias— inevitables y más o menos previsibles: las normas jubilatarias, los hijos que dan nietos y éstos bisnietos, que se casan, se separan, que hacen y deshacen con el patrimonio del viejo. El ciclo de la vida, con sus nacimientos y sus muertes, lo confirma en su lugar de ser un eslabón más en la cadena productiva y en la cadena generacional. Y otros acontecimientos menos previsibles, con efecto traumático en la medida que irrumpen e interrumpen con violencia el ciclo vital y productivo.

Ante todos esos cambios que conlleva el paso del tiempo, si uno los vive pasivamente, como objeto a merced de ellos y uno no cambia y no sigue luchando por poner en esas realidades el sello propio, no alcanzará siquiera a darse cuenta de que, en realidad, está en el gran cambio: se estará transformando de persona en cosa, se irá deslizando

inexorablemente por el camino de la muerte psíquica, llegará a lo que psicológicamente se entiende por **ser** viejo: perder la capacidad de curiosidad y de asombro, por no estar dispuesto a cambiar y a seguir luchando.

Si vamos cosechando un poco toda la vida, a la par que vamos sembrando un poco toda la vida, ¿por qué no proponerse entonces, más sana y gratificadamente, además de cosechar buenos recuerdos, seguir intentando los pequeños cambios y los pequeños trabajos que toda la vida impone: el trabajo de vivir, de hacerse persona hasta el último suspiro?

Esto es lo que Fermina Daza se propuso al aceptar la mano que Florentino Ariza le tendía para aprender a no “caer” en la vejez.

Pero muchas veces son los otros los que no aceptan que un viejo cambie, que se proponga salir del lugar que se le adjudica.

Es necesario estar dispuesto a enfrentarse a prejuicios y reproches, como los que ella recibió por parte de sus hijos: “A la edad de ellos el amor es una cochinateda”.

Es que suponían que “el amor tenía una edad en que empezaba a ser indecente”.

Como la lucha por la vida implica, siempre y a cualquier edad, ser capaz de pelear por defender las propias diferencias, la vejez se puede transformar,

en estos casos, en un momento de claridad y fortaleza como quizá nunca se tuvo.

La respuesta de ella fue clara y lúcida:

"Hace un siglo me cagaron la vida con ese pobre hombre porque éramos demasiado jóvenes y ahora nos lo quieren repetir porque somos demasiado viejos. Que se vayan a la mierda —dijo—. Si alguna ventaja tenemos las viudas, es que ya no nos queda nadie que nos mande".

Esta es una apelación a sus hijos a que no pretendan ejercer sobre ella el poder que antes habían ejercido sus padres. Con esta exhortación se está oponiendo al criterio de que los viejos son como los chicos y pasan a depender de la voluntad de los hijos.

Esto sólo sucede en presencia de una severa invalidez mental, y éste no es el caso de la gran mayoría de los viejos.

A menos que se dejen. Si hubiera por parte de ellos una actitud de entrega al deseo de los otros, un dejarse hacer y un dejarse llevar, seguramente estarían abriendo las compuertas del deterioro orgánico y, por uno u otro camino, llegarán a la autoanulación total.

Es habitual que esto suceda hoy en día —y ahí se ve claramente— cuando se decide la internación en un geriátrico. Se plantea como un cotidiano y velado avasallamiento a los Derechos Humanos, el

modo en que algunos familiares —consciente o inconscientemente—, y con la complicidad de algunos dueños de estos establecimientos, proceden a resolverlo —aunque sea una salida válida— sin un análisis exhaustivo previo conjuntamente con el involucrado acerca de distintas alternativas posibles. Cuando éste se somete sin discusión —está comprobado estadísticamente— por una causa u otra, al cabo de unos pocos meses morirá.

Fermina Daza había elegido para sí otro destino.

Ella se dispuso, después de una pausa de veinte años, a entregarse al amor. Lo hizo con curiosidad y rubor, torpezas, temores y remordimientos, sensaciones y sentimientos que revolucionaban su sangre a una edad en que "lo justo era pensar que ya no les quedaba tiempo sino para esperar a la muerte".

En cambio ella ocupaba su tiempo en proyectar nuevos viajes compartidos porque

"[...] le había llegado la hora de preguntarse con dignidad, con unos deseos incontenibles de vivir, qué hacer con el amor que se le había quedado sin dueño".

"Porque el mundo ya no importa si uno no tiene fuerzas para seguir eligiendo algo verdadero", dice Julio Cortázar.(9)

Y a veces recién en la vejez se descubre lo

verdadero. Lo importante es no pensar que ya es demasiado tarde. Ese poco tiempo que quede puede ser un digno broche de luz para una vida a oscuras:

“Era como si se hubieran salteado el arduo calvario de la vida conyugal y hubieran ido sin más vueltas al grano del amor. Transcurrían en silencio como dos esposos escaldados por la vida, más allá de las trampas de la pasión, más allá de las burlas brutales de las ilusiones y los espejismos de los desengaños: más allá del amor. Pues habían vivido juntos lo bastante para darse cuenta de que el amor era el amor en cualquier tiempo y en cualquier parte, pero tanto más denso cuanto más cerca de la muerte”.

////// **Concluyendo...**

Fuimos recorriendo, a lo largo de estas páginas, distintos modos de llegar (o no) a viejos.

Vimos, a través de los personajes de García Márquez, que la vejez “que nos toca” no es casual ni arbitraria —más allá de los designios del azar— sino que las distintas personalidades y conflictivas “arman” distintos modos de llegar a viejo.

Están quienes eligen no llegar y otros que, sin elegirlo, no llegan, o llegan cayéndose.

Desde el suicidio hasta los cuadros demenciales, pasando por los accidentes a repetición —caídas y “accidentes” orgánicos, como los cerebro-vasculares y los infartos—, representan desenlaces dolorosos que no son, en su mayoría, pura fatalidad o sólo deterioro orgánico.

El deterioro se “modula”, se modera, en la medida en que se dominen los factores autodestructivos.

Estos factores no se manifiestan siempre en conductas evidentes de búsqueda de dañarse a sí mismo.

Por el contrario, suele tratarse de personalidades que demuestran demasiado amor a sí mismo. Es decir, excesiva autoconfianza, omnipotencia,

impulsividad, dificultad para detenerse a reflexionar y autocuestionarse, o sea, dificultad para la aceptación de los propios límites, son indicios de que hay una problemática narcisista en juego, que es la que condiciona un envejecimiento patológico.

Claro que quienes padecen esta patología no se detendrán precisamente a leer un libro como éste o habrán interrumpido ya su lectura. Preferirán otros de toda una corriente actual de libros de autoayuda, muy de moda actualmente, que actúan en sentido contrario al que aquí se propone. Buscan fomentar la autoconfianza a través de técnicas que ensalzan la búsqueda del éxito y el autofortalecimiento, asentados en los aspectos más superficiales, efímeros y engañosos del ser humano y que no lo preparan, precisamente para —cuando eso se pierde— enfrentarse con entereza a los dolores de la existencia, al desengaño.

Quizá por eso, en este caso, preferimos apoyarnos en la buena literatura, que suele ser un fiel reflejo de la dramática humana y que nos conduce por la vía de lo verdadero.

A partir de los personajes de la novela, comenzamos hablando del suicidio para evitar la vejez, es decir, cuando se apela a la muerte.

La conclusión será que, si no queremos vivir la vejez como una caída, habrá que apelar a lo contrario, es decir, a la vida.

Si la vejez forma parte de la vida, la vida cae en la muerte, no cae en la vejez.

Desgraciadamente, no es ésta la vía que se fomenta en nuestras sociedades desde los ámbitos de poder y de influencia masiva, porque desde ellos no se fomenta la vida.

Una sociedad que no valora a sus viejos, que los impulsa a la salida tanática, al suicidio, es una sociedad suicida, dijo alguna vez Aída Bortnik.

Por otra parte, la vida que vivimos cotidianamente no nos ayuda para un buen envejecer, en una sociedad que promueve, como núcleo vital del hombre, la carrera por la obtención voraz de bienes materiales.

Por lo visto, le es difícil a la especie humana alcanzar el camino de la sabiduría.

Al mismo tiempo que se logran avances científicos que consiguen prolongar su existencia, se generan las condiciones sociales y económicas que promueven un mal envejecer.

No sólo para los que menos tienen. No es que se salvan los que tienen más. Si los primeros padecen miseria —que se transforma cada vez más en motivo de lucha—, los segundos padecen las consecuencias de una vida entregada a la ética del consumo: cuando ya no se puede obtener más, se deja de ser, para sí mismo y para los demás.

Pero, hoy en día, la situación es más grave aún.

Ya no se trata sólo de que cuando se deja de producir, se pasa a ser un desecho del sistema, sino que ni siquiera se valora al que produce y se mantiene productivo.

Está hoy en día desnaturalizado el sentido de la producción —ya que no es ésta la vía promovida para la obtención de bienes—, sino que está siendo reemplazada por métodos corruptos que exaltan la “careta”, la apariencia, no sólo la juventud, sino la imagen triunfadora y exitista.

Y de las consecuencias de la caída de este lugar, ni Maradona se salva.

Lo que nos propusimos a través de estas páginas fue fomentar la valoración de la belleza que puede haber en llegar a viejo.

Para alcanzarla no hay consejos que valgan. Lo único válido tal vez sea: detenerse a pensar, preguntarse acerca de la autenticidad de la vida actual, replantearse el modelo de adultez con que se vive.

Este replanteo será la mejor prevención que podremos hacer en aras de un buen envejecer.

Afortunadamente, el avance contradictorio de la cultura humana permite rescatar, en este sentido, una ventaja de los tiempos en que vivimos y es que hay una mayor apertura del adulto a escuchar y entender a los niños y a los jóvenes, a dejarse cuestionar por ellos, a aprender de ellos.

Aunque no sea evidente, esto contribuye a un buen envejecer, porque indica, precisamente, que el adulto “no se la cree” tanto, que puede rescatar al niño que lleva adentro y entender que, en última

instancia, no hay un corte tan neto con su niñez y con su vejez. Que envejecer puede ser, simplemente, volverse un niño más sabio cada vez.

Entonces, no sería tan malo “caer” en la vejez. Lo malo es caerse en ella.

Seamos capaces de bajar de la cúspide, antes de que la vida nos baje.

Referencias bibliográficas

- (1) Márquez, Gabriel García: *El amor en los tiempos del cólera*. Ed. Sudamericana, Bs. As., 1986.
- (2) de Beauvoir, Simone: *La vejez*. Ed. Sudamericana, Bs. As., 1970.
- (3) Kovadloff, Santiago: “Ben David”. Ed. Torres Agüero, Bs. As., 1988.
- (4) (Claudel), citado en: de Beauvoir, S.: *La vejez*.
- (5) Borges, J. L.: *Obras completas*: (“... Pronto sabré quién soy”) (“... en cualquier momento”). Entrevista *Clarín*, 2/8/84.
- (6) Salvarezza, Leopoldo: *Psicogeriatría. Teoría y clínica*. Ed. Paidós, Bs. As., 1988.
- (7) Cortázar, Julio: “Me caigo y me levanto”, Cuentos inéditos, del disco 33 R.P.M. *Cortázar lee a Cortázar*. Sello Editora Laberinto.
- (8) de Beauvoir, S.: *idem*.
- (9) Cortázar, Julio: *idem*.