

¿Vejez o Ancianidad?

Tal y como indica el título, debemos elegir entre vejez o ancianidad. No son lo mismo, aunque en nuestra sociedad hayan metido ambos en el mismo cajón. Viejo, puede ser un mueble, un animal y también una persona, pero, anciano, sólo puede ser humano.

Antes de pasar a diferenciar vejez de ancianidad, hay que sacar a la luz un tabú social asociado a este tema y responsable de que haya tanta ambigüedad y confusión.

En efecto, a nuestra sociedad le aterra la muerte, ¿y qué hace para evitarlo?. Mirar a otro lado y qué es la vejez sino el último peldaño hacia la muerte. Nadie quiere hacerse viejo y menos aún morir, pero la muerte y la vejez, son características de nuestra humanidad. Lo que no se debe hacer, es dejar para el final lo que consideramos desagradable. Esta es la razón de que nuestra sociedad no esté preparada para enfrentarse a algo tan inevitable. Sin embargo, se sufre menos cuando miramos de frente los problemas, es el conocimiento de lo que nos rodea, lo que nos hace la vida más tolerable. Dentro del tabú social que es la vejez o ancianidad, está la compasión, e incluso les parece un acto bondadoso, cuando todos sabemos que sólo se tiene compasión de quien está en peor situación, o más directamente, se siente compasión por algo inferior. Así, que de esta manera, la sociedad que parece hacer tanto por la llamada 3ª edad, lo que realmente logra, es subestimarla. No hace falta compadecer para prestar ayuda, incluso habría que ver si estas personas tan compasivas, lo son con otras que tiene mejores cualidades que ellas, pero que pasan por momentos difíciles. Debemos ver el problema tal cual es y no sentir lástima por la vejez sin penetrar en su psicología, sin mostrar ningún interés por ese último peldaño de nuestra vida.

La sensibilidad que hoy es creciente respecto a nuestros viejos o ancianos, no se libera de ese matiz de compasión que cierra los ojos a unas características de esta edad, que no son ni mucho menos aceptables y que todos conocemos, pero nadie comenta, como si por hacerse viejo se tuviera el privilegio de saltarse las normas de educación y convivencia. La vejez o ancianidad no es más que el resultado final de nuestra vida y además, tiene la característica de agrandar ese final, es como si los elementos constituyentes de la persona se vieran en esa época amplificadas. Por eso, personas inteligentes y bondadosas, lo serán más en su ancianidad y lo mismo sucede con aquellos que fueron mezquinos y estúpidos. El resultado de esto es una mayor diferencia entre caracteres en la vejez, de ahí, que resulte tan difícil hacer amistades en esta edad, no interesadas. Con poco que se piense en ello, se verá que era necesario separar vejez de ancianidad. Pretender que en la 3ª edad todos son iguales, no sólo es mentira, sino que trae injusticia para los ancianos.

Vejez

Es muy cierto que la cultura nos ayuda y no sólo a vivir mejor, también nos reconforta, por eso una persona con buen nivel cultural y otra que no lo tiene, envejecen de manera distinta. Una persona poco culta, suele envejecer con su cuerpo, así que va modificando su manera de entender la vida según su organismo va deteriorándose. De ahí a sentirse inútil, hay sólo un paso. El viejo, aunque diga a los demás que es religioso, lo cierto es que no lo es, cuando la muerte se le viene acercando se apega aún más a la vida, cerrando los ojos a un hecho inevitable, para sufrirlo luego con el temor de lo desconocido. Es el miedo a morir el que puede en algunos casos amargar la vida de los familiares más cercanos, por eso hemos oído casos de viejos que apenas se mueven de la cama por tal o cual enfermedad propia del deterioro corporal. Pero esto es una justificación, es el apego a una vida que ya no es vida, la que determina un caso semejante y para el descendiente supone sacrificarse años tratando a un vegetal. Sé que es triste, pero hay que ser sinceros, pues hasta el propio familiar se siente mal, pues de un lado cree que es su deber y de otro reza para que algún ángel se lo lleve. Esta dualidad que experimentan, les hace entrar en estados de ansiedad o depresión.

Otra característica de estas personas es la creación de un filtro selectivo en su propia memoria. Han decidido que les interesan muy pocas cosas y para éstas sí ponen atención, para las demás, simplemente, las ignoran. Esta actitud enfrenta a las personas mayores con sus familiares y amigos, pues, al no dejarse aconsejar y mantener una postura, en muchos casos, absurda, se perjudican a sí mismos, ante la desesperación de quienes les cuidan.

Como la medicina ha avanzado tanto, durar cada vez más años es un hecho, pero, puede ser un problema cuando *ese durar unos años más*, implica hacerlo en unas circunstancias tan lamentables, que la persona deja de ser tal y se convierte en algo indigno por apartarse de la condición humana y allegarse a la vegetal.

Otra característica es que a una edad determinada, la persona que se ha hecho vieja decide desprenderse de su responsabilidad humana, ya no desea aprender nada, ya no desea tener ningún tipo de complicación, ni nada que se le aproxime y muchas cosas que durante su vida guardó en su interior por saber que eran malas, las deja salir en esta época para asombro de quienes creían era de otra manera. Esta es la razón de que muchos viejos no tengan inconveniente en presentarse desnudos frente a un extraño, era lo que hubieran hecho, de haberse atrevido, cuando eran más jóvenes. Lo que estoy escribiendo sé que es duro, pero, es necesario verlo para enmendarlo.

Ancianidad

Si entre niños, las diferencias son pequeñas, entre un viejo y un anciano la distancia es enorme. El anciano ha llegado a descubrir el sentido de la vida.

Es curioso, para nuestra sociedad, descubrir el sentido de la vida, es algo muy difícil, siendo, como es, algo realmente fácil. El sentido de la vida es aprender, pero no aprender cosas externas, o cómo ganar más dinero, fama y status, sino llegar a ser mejores personas, verse por dentro y perfeccionarse, y ¿acaso quiere esto la gente? ¿Quieren realmente ver sus defectos para corregirlos?. No, no quieren, así que deciden mantener la postura de que el sentido de la vida es algo muy complejo. Cuando una persona, desde su niñez, empieza a ocuparse de su mundo interno, con el tiempo alcanza un conocimiento de sí mismo que le va a servir para enfrentarse con dignidad a los problemas de la vida. Estas personas que han visto con claridad que el único aprendizaje válido, es el que hace uno sobre sí mismo, es decir, perfeccionarse como ser humano, también llega a ese período de vida en que su cuerpo envejece, pero a esta clase de personas, no le influye, pues saben que el cuerpo es el cuerpo y el alma, el alma. En otras palabras, no se vinculan con su organismo. Como lo más normal es que se hayan interesado por el mundo que les rodea, su nivel cultural será amplio y con ello tendrán la agilidad mental que les facilitará no entrar en el estado de senilidad.

El anciano es la verdadera historia, por eso su opinión es tan importante y es en efecto importante, porque a diferencia del viejo, que sólo ve lo que desea ver, el anciano se ha superado y ve sin trabas ni autoengaños. El anciano a lo largo de la historia, ha sido el representante de la sabiduría, siempre se le ha admirado por esa cualidad, aunque en estos tiempos la clase dirigente haya optado por ocultar su capacidad, de esta manera no habrá consejos sabios, ni una visión realista de la historia.

Ya dije antes que esta última etapa, es el resultado de la vida y se ve amplificada, así, la generosidad del anciano, su bondad, inteligencia y experiencia, se verán acentuadas, dándole esa autoestima que el viejo no tiene. También será útil para quienes le conocen y sus sabios consejos ayudarán a los demás. En otras palabras, en vez de ser una carga, se convierte en una bendición.

Después de leer esto, debemos preguntarnos, ¿queremos ser viejos o ancianos?. De nuestra respuesta depende la felicidad de quienes nos rodean. Pues, a fin de cuentas, ¿qué es triunfar en la vida?. Tener la certeza de haber dado felicidad a quienes nos rodean.

Como final les dejo unas imágenes representativas de la vejez y ancianidad.



*Adolfo Cabañero
psicopedagogo y profesor de yoga*