

La vejez

Ese lento proceso de vida en el que te vas dando cuenta de que ya no puedes hacer lo mismo de manera igual y lo sigues intentando, cada vez con mayor dificultad, hasta que un día, ya no lo haces. Entonces buscas otro quehacer de menor dificultad, pero cada vez se te hace más difícil encontrarlo. La balanza entre el hacer y el ser se inclina más hacia este último.

Es en ese quehacer, preferiblemente placentero, donde buscamos y encontramos el motivo, sentido o razón para vivir y seguir viviendo, aun sabiendo que ya no te queda tanta vida. Es la energía o fuerza que movilizan a esa masa de la población, menos saludable y productiva, pero más sabia. Esa sabiduría casi profética que va más allá de la acumulación de experiencias vividas. Esas que fueron introyectadas, diluidas y lentamente decantadas por el paso del tiempo en ese elixir agrisado de la vejez, altamente añorado por su carencia en la juventud. Es el "DON" del que tiene mucho para dar, el de buen juicio, de la opinión sensata y de los sentimientos depurados. El que ve y disfruta el florecer de sus virtudes, la serenidad, la templanza, la consciencia clara y el conocimiento de sí mismo.

Envejecer no es solo ponerse viejo, es ir cambiando día a día, de instante a instante y en forma muy imperceptible. Nadie se baña dos veces en el mismo río, escribió el filósofo Heráclito. Es un transitar continuo, balanceándose uno en la cuerda floja de la vida y sabiendo que cuando se llegue al otro lado ya uno no será el mismo, y será allí donde esperarán menos personas para caminar juntas.



Miguel González Manrique, MD

Profesor, Departamento de Psiquiatría, Recinto de Ciencias Médicas, Universidad de Puerto Rico

Y tu paso será diferente, muy lento para los demás, y te vas quedando y te van dejando atrás; hasta que un día, te quedas. Y te das cuenta, al pasar desapercibido, de que entraste al anonimato. Llegaste a ese nuevo y estrecho espacio, acompañado por las sombras de tu soledad. Y le temes al silencio, por parecerse a la nada. Y miras por la misma ventana y sales al mismo balcón y todo te parece demasiado igual y aun así buscas alguna diferencia en algún detalle que te deleite y te provoque lo suficiente para continuar. Esperas por el atardecer con nostalgia y con paciencia y con regocijo por el amanecer. Y el esperar esperanzado es tu nuevo quehacer.

El tiempo ya no pasa igual y está en desfase con el de los demás. Ya no te falta, ahora te sobra. Más pensamientos, mayor introspección, pero menos palabras. Necesitas más y te acostumbras con menos. Sientes las carencias y la falta de lo que tenías, en particular las personas, esas con quienes compartías tu diario vivir y, muy especialmente, la alegría de vivir. Aunque todo va cambiando demasiado rápido, posees la permanencia de los mismos objetos, ¡y Dios libre de que te los cambien! Lo nuevo es reto y suspicacia. Tienes bastante con acostumbrarte a cada pérdida que se añade, sobre todo cuando tus fortalezas languidecen.

Un día, como si fuese un espejismo, ves tu vida desplegada en fragmentos frente a ti. Y si intentas recobrarla recordando, no la encuentras. Y si intentas reconstruirla, no sabes cómo ni con quién hacerlo. Eso que creímos poseer ahora se nos escurre como el agua entre

las manos, se hace fugaz, se nos escapa y se convierte en pasado, en carencia y en añoranza. Nos aferramos a alguna memoria emotiva o a un estímulo afectivo, como pueden ser un beso o un abrazo, o a algún placer gratificante. Esas serán nuestras nuevas, momentáneas y efímeras memorias, y al compartirlas, vivimos.

¡Ay, Senectud! Tiempo en que se hace evidente nuestro declinar energético continuo e irreversible, de llegar al agotamiento y límite de la réplica celular; del acortamiento telomérico y de lo que te resta por vivir.

Ahora, después de haber vivido lo suficiente, pero nunca bastante; se vislumbra más claro el final, al que puedes mirar con aceptación si estás satisfecho cómo viviste.

Y regresas a tu infancia esperando como un niño tu golosina favorita; y que te bañen, te vistan y te peinen. ¡Y que no se olviden del pañal en la noche! Y si con suerte alguien te cuenta alguna historia (aunque sea la misma) puedes viajar entre tus imágenes creadas. Y al sentirte seguro, te acurrucas contigo mismo para entregarte al sueño de esa noche, como ensayo para el desprendimiento; cuando te irás con amor, orgullo, honor, dignidad y respeto. **G**



Cabeza de envejeciente (aprox. 1629), por Jan Lievens (1607-1674). Óleo sobre panel, 23.6" x 18.8" (60 cm x 48 cm). Colección privada desde 2010.

Jan Lievens (1607-1674), pintor holandés, amigo y discípulo de Rembrandt, capta en su modelo la mirada emblemática de la vejez. Esa mirada ida, opaca, cansada y fija en el pasado. Añora con tristeza melancólica lo que fue y, con pena, lo que no pudo ser. Resignado, espera.