Aprender a envejecer. Experiencia de una vida

Juan Martín Velasco

1. Introducción

En un ciclo que está presidido por un título muy atractivo, ***Aprender a envejecer***, se me invita a reflexionar sobre el tema **Experiencia de una vida**.

El título propuesto, podría entenderse como una invitación a exponer la experiencia de mi propia vida y su camino hasta la vejez en la que me ha introducido oficialmente la jubilación de mis tareas de profesor.

Estoy seguro de que la experiencia de mi vida no tendría aquí el menor interés para ustedes. Y, aun en el caso de que pudiera tener alguno, narrarla me resultaría extremadamente penoso. De ahí, que aborde mi exposición como una reflexión sobre ***el hecho humano de envejecer***, resultado del largo proceso que es la experiencia de la vida de las personas que envejecemos. Hablaré de experiencia, pero de una experiencia en términos más genéricos y que, en forma alguna, me representará. Cualquier parecido con la realidad será pura casualidad.

2. La vejez, última fase de la vida

Pues bien, ¿qué puede ser esta última fase de nuestra vida que es nuestra vejez? Cuando digo nuestra, no me refiero naturalmente a ninguno de los jóvenes, que son bastantes, a los que veo delante de mí.

2.1. Depende de nosotros mismos

La respuesta a la pregunta relativa a nuestra vejez, como la relativa a nuestra vida, depende, en buena medida, de circuns-tancias y de factores ajenos a nosotros. Pero depende también, yo creo que sobre todo, de nosotros mismos. Algunos de los factores externos del envejecer en nuestro tiempo han facilitado el proceso de envejecer o lo están haciendo, al menos, menos ingrato.

2.2. Prolongación de la vida y mejora de la calidad de vida

Desde luego, la vejez de ahora no es la de otros tiempos. Bastaría que leyerais —aunque tiene su gracia, no voy a hacerlo— el texto que escribió Quevedo a un amigo. Un texto en el que, a sus cincuenta y dos años, le hablaba de que había pasado no sé cuantas defunciones: ni el rostro, ni las arrugas, ni la cabeza, ni la boca, ni la voz respondían ya a lo que él era. Termina diciendo que le da verdadero espanto mirarse al espejo.

Yo creo que hoy nadie diría eso a los cincuenta y dos años. Probablemente, ni lo dicen muchas personas que sobrepasan los ochenta. La medicina ha prolongado la vida, ha prolongado la calidad de la vida. Los progresos en la asistencia social han mejorado notablemente las condiciones externas. No hay más que observar lo que hacen los centros de día en un barrio popular —los cursos que dan, las gimnasias que ofrecen, los viajes que organizan— para facilitar la etapa de la vejez a tantísimas personas.

2.3. Sentimiento de soledad

Pero está claro que esto no significa que que la vejez se haya convertido en una fase envidiable de la vida. Ni la medicina, ni el progreso social ni el impresionante avance técnico, tan importantes porque con frecuencia nos ayudan a superar dificultades como son las emergencias, los desplazamientos, las comunicaciones, tan necesarias para paliar la soledad, han amortiguado el sentimiento de soledad de los ancianos. Es más, no faltan quienes observan que estas circunstancias externas han facilitado la vejez, desde el punto de vista físico; pero, desde otros puntos de vista, la han hecho más difícil. Porque se dice que nunca hemos tenido tantas facilidades los ancianos, pero también se dice que nunca hemos tenido tan fuerte el peligro de sentirnos solos, excluidos, con mucha frecuencia marginados. Marginados hasta el punto de que son muchos los que, en esa etapa y en estas circunstancias precisas en nuestras sociedades avanzadas, se sienten de más.

3. Sujetos activos de nuestro propio envejecer

Entonces, es evidente que la mejora de las circunstancias no nos ahorra la responsabilidad a la hora de responder a la cuestión de cómo va a ser nuestra vejez.

Voy a reflexionar, en primer lugar, sobre este dato fundamental: somos sujetos de nuestro propio envejecer. Lo somos, como lo somos del conjunto de nuestra vida.

3.1. La responsable tarea de envejecer

Las circunstancias externas podrán facilitarnos la etapa de la vejez. Pero a los ancianos nos queda, sean cuales sean esas condiciones de vida, una tarea personal irrenunciable, intransferible: La tarea de envejecer.

Tienen razón, más de lo que ellos mismos creen, los que, casi siempre en son de broma, nos dicen *"te estás haciendo viejo"*. Y la tenemos nosotros cuando nos decimos, ya más en serio, *"me estoy haciendo viejo"*. Nos hacemos viejos nosotros mismos. No está muy claro si podemos decir que nacemos o deberíamos decir que hemos sido nacidos. No está muy claro si podemos decir que morimos o, dado que cuando la muerte esté ya no estaremos nosotros, habría que decir que somos muertos.

Pero, desde luego, de lo que no cabe duda es de que lo que sucede entre el nacimiento y la vejez, de eso tenemos que decir que sólo sucede humanamente, si nos sucede, si intervenimos en ese sucedernos. Y también si, en esa sucesion de aconteci-mientos, nos realizamos a nosotros mismos con los recursos que nos ofrece

eso que llamamos la vida. Naturalmente, la toma de conciencia de que envejecemos es algo que tiene que hacer cada uno. Una reflexión como la de hoy podría ayudar, a los que no la hayan hecho, a dar pasos para asumirla.

3.2. El hombre distinto de los otros seres naturales

Desde la segunda mitad del s. IXX y a lo largo del s. XX se han desarrollado toda una serie de corrientes filosóficas sumamente fecundas: el existencialismo, la filosofía reflexiva francesa, el espiritualismo francés, representado sobre todo por Blondel, y algunas otras corrientes que insisten en el hecho de que el hombre no es como son los seres naturales. El ser se predica del hombre de manera distinta: se predica activamente. Todas esas corrientes nos han mostrado que no somos como las cosas, sino que el hombre ejercita el acto de ser: es activamente asumiendo su ser, ejercitándolo desde un comienzo del que no dispone, al que se encuentra condenado —*"estamos condenados a ser libres"*, decía uno de esos existencialistas—, con el que hemos sido agraciados, decimos otros. Pero es indudable que desde ese origen, que nos ha sido dado, todos vivimos humanamente en la manera que ejercitamos activamente el ser que nos ha sido dado.

3.3. Somos corporalmente. Somos conciencia de ser. Somos libres

El contenido de este ejercicio activo de la vida es rico, tan rico como lo son las diferentes dimensiones del ser humano. Somos ser en el mundo, como les gustaba decir a los existencialistas; es decir, referidos al mundo, esencial y constitutivamente. Somos corporalmente. Pasamos por la corporalidad no como parte sino como dimensión de nuestro ser que afecta a todos nuestro niveles. Somos conciencia de ser en la que el ser se desvela y se hace presencia y palabra. Somos libres y capaces de asumir nuestra propia condición y realizarla en múltiples proyectos.

3.4. Decisión personal e intransferible

Pero, en todo caso, para ser todo esto, el hombre como existencia tiene que ir adoptando una decisión radical, previa a todas las otras opciones y acciones aunque sólo se haga efectiva en ella. Una decisión personal e intransferible que, con un material de propiedades idénticas a las de todos los humanos, realiza –realizamos– ese destino y ese ser perso-nal único, que llamamos nuestra vida.

García Morente lo expresó con claridad: *"yo no puedo confiar a otro el encargo de tomar por mí las resoluciones que constituyen mi vida, pues aunque ello fuera por milagro factible, siempre seguiría siendo mía, exclusivamente, la solución de entregar mi vida a ese otro; y también mía, la tácita pero imprescindible repetición de esa definitiva dejación".*

4. La temporalidad del ser humano

A partir de esta toma de conciencia de la originalidad de nuestra existencia, qué sea cada ser humano no depende, está claro, sólo de los rasgos propios de su naturaleza, sino de lo que él decida hacer con ella.

4.1. El anciano se hace temporalmente siguiendo un proyecto de ser

La vida humana, pues, no es la suma de los años o de las acciones o pasiones o funciones que hayamos producido. Es o consiste en desgranar temporalmente, en debanar, en momentos y fases sucesivas, un proyecto de ser que nosotros mismos concebimos, un destino que nosotros mismos configuramos. Así vistas, el hombre no es, se hace; y el anciano no es anciano, se hace. Pero nos hacemos todo lo que somos, y también nuestra vejez, desgranando en el tiempo ese ser del que disponemos.

4.2. Influencia del tiempo en la vejez. Existimos temporalizándonos

Y tiene interés que aludamos a este factor temporal de nuestra existencia porque el tiempo influye decisivamente en esa etapa última a la que nos vamos a referir. Influye con toda su eficacia corrosiva y también con su eficacia conclusiva. Con esa eficacia que hace llegar a un término que no sólo consume sino consuma el curso de la vida.

Hablemos, pues, un poco del tiempo. La condición humana, incorporada a la existencia humana, impone a la temporalidad, como dimensión constitutiva de nuestra realización, el que no podamos existir más que temporalmente. La temporalidad no se reduce al hecho de que cada uno de nosotros, todo ser humano, ocupen una franja determinada de tiempo, y muy breve por cierto, en el curso de los milenios de vida que lleva la especie humana sobre la tierra. Que el hombre es temporal no significa tampoco que su vida ocupe ese espacio de años que van de la fecha del nacimiento a la de la muerte.

Somos temporales más profundamente porque existimos temporalizándonos. Y temporalizarse significa no sólo que existimos incluyéndonos en el curso del tiempo, como si dijéramos soltando la barquilla de nuestro propio ser al caudal, al río de la historia. No, somos temporalmente porque no tenemos otra forma de ser que el durar. Ir siendo y, por tanto, haciendo pasar el futuro, que todavía no es, al pasado que ya no es, deslizándonos interiormente por un presente inapre-sable. San Agustín lo expresó de una forma clara y hermosa cuando definió ese enigma que es el tiempo humano como *distentio animi*, una especie de *distensión* (podríamos traducir) *de sí mismo* entre la expectación de lo que todavía no es y el recuerdo de lo ya sido, al que se pasa por la atención al presente fugaz e inapresable.

4.3. Nuestra forma de ser es ir dejando de ser

Existir temporalmente significa que no tenemos otra forma de ser, de realizarnos que la de ir dejando de ser. Todos filosofamos cuando cumplimos años y decimos *"tengo tantos años"*, es decir, *"he dejado de tener tantos años"*. Porque la única forma de vivir consiste en ir acumulando a nuestras espaldas ese raro no ser que es haber sido, que decía un poeta. Justamente los poetas, los pensadores han captado este aspecto problemático de la existencia humana y lo han expresado bellamente; casi siempre, con nostalgia; alguna vez, incluso, con amargura. *"Todo fluye"*, comenzó a decir Heráclito; *"nuestras vidas son los ríos"*; *"lo nuestro es pasar"*... Pocos poetas han ofrecido una versión tan dura y, al mismo tiempo, tan hermosa como Quevedo. En aquel soneto hermosísimo: *"¡Ah de la vida!" ..."Nadie me responde"*

Termina el poeta:

"Ayer se fue, mañana no ha llegado;
hoy se está yendo sin parar un punto;
soy un fue, y un será, y un es cansado.
En el hoy y mañana y ayer, junto
pañales y mortaja, y he quedado
presentes sucesiones de difunto.

4.4. La conciencia de la temporalidad nos descubre la presencia de la muerte

Nuestro gran poeta Quevedo, en otro hermoso soneto, termina diciendo:

Ya no es ayer; mañana no ha llegado;
hoy pasa, y es, y fue, con movimiento
que a la muerte me lleva despeñado.

Efectivamente, tomar conciencia de la temporalidad es descubrir, en nuestra propia realización, la presencia de la muerte, y constatar que la muerte no es un final, que nos espera después de no sé cuánto tiempo, sino que es una presencia que extiende su alargada sombra desde el comienzo mismo de la existencia. Por eso, afecta al ser mismo del hombre del que se ha podido decir, en algún sentido —sólo en algún sentido con razón— que es un ser para la muerte. Una determinada forma de considerar la temporalidad, lleva a sentir la muerte no tan cerca como en nuestros talones, persiguiendo cada momento de nuestro fluir, sino como ese fluir mismo que nos lleva a no poder ser más que dejando ser en cada momento que somos.

La expresión *quotidie morior* de las escuelas espirituales (*muero cada día*) no es sólo recordatorio de estas tradiciones para evitar al hombre el olvido de que es mortal. Es un hecho impuesto por una mirada lúcida sobre nuestra propia condición. Tal es, bien miradas las cosas, que vivir humanamente es lite-ralmente desvivirse. Y si, durante las fases ascendentes de la vida, podemos ocultárnoslo por el crecimiento de energías, la acumulación de resultados, las incontables novedades que nos depara el paso del tiempo, en las fases últimas de la vida ya no es ese ascenso lo que se percibe. En su tramo final se revela, con total crudeza, que se corre el peligro de que el ser termine en el no ser o el no ser del todo.

4.5. Tenemos también un hombre interior

Pero el hombre no es sólo mortal. Hay un yo exterior que se desmorona, escribía san Pablo en la segunda carta a los Corintios. Pero añade, a continuación, que, aunque eso sea así, nuestro hombre interior se renueva día tras día. ¿Qué sucede pues con nosotros? El desmoronamiento de nuestro yo exterior ciertamente se nos impone. Que con ello nos desmoronemos nosotros, dependerá de nosotros mismos, porque la renovación de nuestro hombre interior depende de nosotros, es responsa-bilidad nuestra. Por eso, sería útil ver o recorrer algunas de las respuestas a nuestro alcance, ante este dilema verdaderamente definitivo, ante el cual nos sitúa nuestra existencia temporal. Acabamos de ver que la llegada de la vejez nos pone ante los ojos la proximidad de la consumación de nuestra condición mortal. Pero decía, hace un instante, que el hombre no es sólo mortal; fluye, pero no se agota en ese fluir. Desde siempre, y seguimos igual, hemos dado muestras de una connatural resistencia al hecho de la muerte. El hombre no sólo es mortal como todos los seres vivos; es el único ser vivo que sabe que es mortal. Algo oscuro, pero profundamente arraigado en él, le ha llevado a oponerse con todas sus fuerzas a la presencia de la muerte.

4.6. Olvido de nuestra temporalidad

De ahí que una primera respuesta a la situación en que nos pone la consideración de nuestra temporalidad, haya sido el hacer todo lo posible por ocultarnos esa condición, el olvidar, en la medida de lo posible, esa presencia que tanto nos incomoda. Y por eso, la opción ante la toma de conciencia de nuestra propia vida, que es fluir de ella, es divertirnos, como diría Pascal; ejercitar eso que él llamaba el "divertismo", es decir, la diversión, que no consiste tanto en el juego sino en todo un conjunto de acciones destinadas a permitirnos olvidar quiénes somos, cuál es nuestro origen, qué es de nosotros mismos, en qué consiste nuestra vida. Aquí sería útil leer textos y textos de los pensamientos de Pascal —los omito, pero os invito a que los leáis—.

4.7. Vidas desperciadas

Hay una página de Kirke, tan asombrosa ante la enfermedad mortal, que voy a tratar de resumir. Se refiere, en ella, a las vidas desperdiciadas. Dice lo siguiente:

> *"La peor de las vidas desperdiciadas es la del hombre que vivió toda su vida engañado por las alegrías o los cuidados de la vida; la del hombre que nunca se decidió con una decisión eterna a ser consciente en cuanto espíritu, en cuanto yo. Lo que es lo mismo, que nunca cayó en la cuenta ni sintió profundamente la impresión del hecho de que existía Dios y de que él, él mismo, su propio yo, existía delante de ese Dios. Una miseria tal que el hombre puede padecerla sin caer en la cuenta de que la padece.*

La forma de orientación de la vida instalada en el olvido, produce a que vayan pasando la vida hasta que un día... , recito otra vez literalmente:

> *"el reloj de arena se pare para siempre. El reloj de arena de la temporalidad, hasta que el ruido de la mundanidad se calle y el activismo desaforado, cansino se termine, cuando todo en torno a ti sea silencio como sucede en la eternidad. Y entonces, seas hombre o mujer, rico o pobre, dependiente o independiente, dichoso o desgraciado, el monarca más poderoso o un hombre cualquiera, entonces, repito, la eternidad te preguntará solamente por una cosa: si has vivido o no has vivido desesperado. Y si es así, si has vivido desesperado, lo que aparte ganaste o perdiste no cuenta absolutamente para nada: todo se ha perdido y la eternidad no te reconoce como suyo o mejor, lo que es más horrible, te conoce como eres conocido, y te mantendrá bien sujeto por tu mismo yo en los brazos de la desesperación.*

Es una hermosa descripción de lo que puede ser la perdición del hombre y de su vida.

4.8. Disfrute compulsivo del momento presente

La segunda estrategia la conocemos también todos. Consiste en aferrarse compulsivamente a cada momento que pasa, para sacar de él el jugo de beneficio y de placer que encierra. "*Carpe diem*", "*aférrate al instante*", "*comamos y bebamos* -repiten muchos cínicamente- *que mañana moriremos*". Hasta un curioso predicador se hace eco de esta posibilidad. Dice que tampoco esto es solución, que también esto es vanidad de vanidades.

Que es grande el peligro de que esta opción ante nuestra propia vida sea adoptada por nosotros yo creo que lo muestra la situación de la sociedad en la que estamos y de la que formamos parte. No se trata de criticar desde fuera. Cuánto se ha dicho que a la crisis de Dios ha seguido la crisis del hombre, que a la muerte de Dios ha seguido la muerte del hombre; cuánto se ha dicho que la Ilustración nos liberó de la falsa minoría de edad a que nos había reducido cierta manera de vivir la religión; pero también los errores de la Ilustración nos están llevando a una segunda falsa minoría de edad.

Les leo tan sólo lo que un sociólogo expone de su propia sociedad en la que vive. Es un sociólogo americano y dice: "es una sociedad de carencia verbal (de palabra), de creciente aislamiento, de incapacidad de relación. Es una sociedad de sujetos sumergidos en la masa, una masa que se acumula en espacios, llenos de cables y sembrados de medios electrónicos. Tengo además el testimonio de un sociólogo alemán que no habla en mejores términos de los europeos. Recordemos que hace muy poco alguien sintió la necesidad de escribir un manifiesto contra la muerte del espíritu, porque todo esto indica que esa opción no es una opción teórica, que probablemente sea una, en la que con frecuencia caemos, que adoptamos los sujetos cuando nos enfrentamos con nosotros mismos.

5. La dimensión espiritual de la persona

Parece, por tanto, que el ideal de vida está limitado al hacer, aderezado del inevitable tener y del consiguiente aparentar y disfrutar.

5.1. De la vacuidad al nihilismo

No es extraño entonces que en la vida, aparentemente llena de éxitos de los sujetos que se han instalado ahí, aparezca pronto la vacuidad del tener, la vaciedad del aparentar, la impotencia para ese hacer desaforado que consume su vida. Y no es extraño que surja en esos sujetos la conciencia de una inadecuación de lo conseguido con las promesas que movieron a buscarlo, con la consiguiente crisis que amenaza sus vidas, casi siempre hacia la mitad de su existencia, con la sensación de la decepción y una especie de *tedium vitae* muy difícilmente superable. Cuando una persona llega a esa altura de la vida y no sale de esa situación u opta por seguir en ella, a pesar de lo que le anuncia, el resultado es el nihilismo más completo para ella.

5.2. Rehacer la existencia con la experiencia espiritual

Felizmente, yo creo que son muchas las personas que en ese momento crítico de la vida rehacen su existencia, recuperan el sentimiento de valor de su propia persona e inician una nueva andadura. La andadura de lo que podríamos llamar la experiencia espiritual.

El aprendizaje decisivo para un envejecer digno del hombre requiere de las personas hacer el descubrimiento de su yo más profundo. Tal experiencia cambia la orientación de la vida y hace posible una nueva experiencia del paso de la vida y del envejecer. Sin entrar en disquisiciones de escuela, todos distinguimos el nivel de lo que poseemos, lo que hacemos, lo que aparentamos del sujeto que aparenta, que es, que tiene; del "quién" frente a todos los "qué" que podamos ser. Ese sujeto que identificamos como raíz de la mismidad que cada uno somos, como eje que unifica desde dentro los momentos del fluir de la vida. Él es el "quién" que piensa, habla, actúa moralmente, el "quién" que ama. Es lo que con diferentes nombres han identificado todas la sabidurías, todas las espiritualidades, todas la religiones como el yo interior, el alma de la tradición platónica, el acmán del hinduísmo, la mismidad, el espíritu, la conciencia de nuestras tradiciones pensantes. Principio invisible de nuestro ser humano, tiene su raíz en un más allá de nosotros mismos, en eso que podríamos designar como una dimensión de trascendencia que embarga todo lo que somos y que cualifica todo nuestro ser y nuestra manera de ser, desde el estar en el mundo hasta nuestra relación con el espacio, a nuestra conciencia, nuestra libertad, nuestra capacidad de amar.

5.3. La dimensión espiritual se manifiesta en todas las facetas humanas

Dimensión invivible, inobjetivable, por definición, porque es la raíz de nuestra condición de sujetos, se manifiesta en todas nuestras facetas. Sobre todo, se manifiesta en la razón humana abierta al horizonte infinito del ser, en el deseo que va más allá de las tendencias dirigidas a los distintos objetos. Es ese deseo de lo mejor, esa "manía de lo mejor", que decía Cioran; ese "deseo abisal", que decía S. Juan de la Cruz, es decir, sin fondo; ese vaciado de infinito en nosotros que no puede tener otro origen que el del infinito mismo. También se manifiesta de manera deslumbrante, en nuestra capacidad de percibir la belleza de lo que es. Y quizás, como en ningún otro aspecto de nuestra vida, se manifiesta en nuestra capacidad de relaciones personales.

Es evidente que el descubrimiento de esta nueva dimensión de lo real confiere a la vida humana una densidad, una calidad, un valor que hace posible que esa pérdida,

que es el desmoro-namiento del yo corporal, sea sólo el lado externo de la construcción de una forma más plena de ser, la de ese yo interior bajo una forma enteramente nueva. La atención a esta nueva dimensión de lo real ha llevado a las más diferentes sabidurías, presentes en la historia, a la elaboración de una nueva expe-riencia de sí mismo, un nuevo ideal de ser humano.

5.4. Realización personal de la dimensión espiritual

Conviene anotar que para que esta atención sea efectiva, no puede limitarse al conocimiento teórico de que existe en nosotros esa dimensión espiritual, sino que tiene que ser objeto de una realización personal. Y hay que anotar también que para que ese reconocimiento sea posible es necesaria una determinada educación, que provea al sujeto de contenidos que den sentido a la vida: estéticos, éticos, religiosos, de relaciones interpersonales. Por eso, podemos concluir que sólo respon-derá a la crisis vital y existencial, en la que termina el fracaso de todas las estrategias del olvido de la propia condición, quien a lo largo de su vida o en el momento privilegiado en que se haya despertado del sueño de las apariencias, se decida a realizar esa dimensión de su ser, ese yo interior con el que hemos sido agraciados. Eso es vivir espiritualmente. Sabemos que la vida espiritual no consiste en lo que tantas veces hemos dicho en nuestras malas teorías de lo espiritual, cuando de esto se hacía algo que se realizaba a costa de los aspectos mundanos o materiales o corporales del ser humano, o al margen de ellos. O aquellas otra formas que hablaban de la vida humana con los aspectos dolorosos que conlleva como instrumento para una realización de lo espiritual (como la salvación del alma), que sólo tendría lugar en la otra vida. No, hoy lo espiritual se entiende felizmente de otra manera.

Dos características de esta forma de entender lo espiritual:

5.5. Espiritualidad abierta al misterio: Renuncia al egoísmo, apertura al amor.

Sabemos que no pocos sujetos ajenos a las religiones existentes pueden desarrollar una experiencia espiritual seria que les permite afrontar la vida, en su conjunto, y la vejez, en concreto, como una realización de sí mismos digna de su condición humana y a la altura de las aspiraciones que comporta. Para mostrarlo basta atender a alguna de las definiciones de espiritualidad que se ofrecen. Me reduzco, para ser breve, a la que ofrece un diccionario manual escrita por teólogos católicos. Superada una mentalidad estrecha que constituía la espiritualidad en un monopolio de los cristianos o incluso de una categoría de ellos, hoy se considera que la espiritualidad debe atribuirse a todo hombre que está abierto al misterio y viva según sus verdaderas dimeniones.

La espiritualidad se considera desde una perspectiva antropógica: es la prerrogativa de las personas auténticas que, de cara a lo real y a la historia, han verificado una elección axiológica decisiva, fundamental, unificante, capaz de dar sentido definitivo a la existencia. Por encima de la adhesión a una estructura confesional, existe una espiritualidad que une a todos los hombres que han llegado a una opción fundamental de renuncia al egoísmo y de apertura al amor. Frente a esa opción de fondo no hay cristiano, sino cristianos creyentes y no creyentes. Sólo hay personas egoístas o personas que saben adoptar una actitud oblativa.

Quienes, creyentes o no creyentes, adoptan esa actitud y viven de acuerdo con ella; quienes, realizando la experiencia espiritual, ejercen y desarrollan su yo interior, su yo espiritual, ya han superado esa forma sólo material de ser condenados al desgaste y al desmoronamiento que impone el paso del tiempo al organismo corporal que también somos. Ya han dotado a su vida de una calidad que le otorga una peculiar

esperanza de vida. Ya han hecho posible una vejez que pueda ser vivida superando la tristeza que causan las pérdidas y los deterioros que comportan y la angustia que provoca la conciencia de la proximidad de la muerte.

5.6. Ejercitar las dimensiones de lo espiritual

Voy a reducirme a recomendar que para que esto se haga rea-lidad, para que se pueda vivir la vida en términos espirituales, son indispensables algo que en esta casa suena muy lógico, los "ejercicios espirituales". No me refiero, naturalmente, a ese método de perfección cristiana, sino al ejercicio efectivo de esas dimensiones que convierten a nuestro ser en un ser espiritual. Por ejemplo, al descubrimiento de la verdad, al cultivo de la verdadera libertad de cada uno, a la experiencia ética que nos lleva a descubrir lo que es bueno de lo que no lo es, al cultivo de la belleza.

Cuando se vive así, la vida humana adquiere una cierta cualidad, una calidad de vida. No coincide con lo que llamamos tener una buena vivienda en un lugar agradable y tener buenas relaciones con la naturaleza. No, sino que es más bien una forma de vida que realiza ese más de vida que pedimos a la vida para que la vida sea verdaderamente humana. Ese más de vida que realiza, efectivamente, lo más propio del ser humano que se define por la autotrascendencia, por la apertura a lo mejor.

5.7. Verdadera esperanza de vida

Cuando se realiza esta calidad de vida, entonces se obtiene una verdadera esperanza de vida. Pero, también en otro sentido de esa esperanza de vida que es la media estadística de lo que viven las personas en una determinada sociedad. No es la esperanza de vida, es la esperanza que es la vida; esa espe-ranza que abre un horizonte que inscribe el fluir de los años y el fluir del sujeto en un futuro de posibilidades que le dan un sentido y un valor que lo trascienden.

Esperanza de vida designa entonces el más de vida que comporta la vida humana realizada espiritualmente. Eso que en francés se puede decir muy gráficamente: La vida humana no es vida es "*survie*", supervivencia, pero no supervivencia en el sentido de vivencia después de la muerte, sino una vida que ejerce más de lo aparentemente que la vida lleva.

José A. Marina decía muy acertadamente: *La vida humana es un sustantivo siempre a la espera de adjetivos, y los adjetivos sustanciales son aquellos que hacen que esta vida sea buena, justa, honrada, digna, hermosa... , todo eso que confiere a la vida su sentido. porque ya sabemos que una vida sin todo esto puede llegar a ser un suplicio en lugar de ser algo que valga la pena.*

A la vida le da su sentido este más de vida que se desarrolla en la vida misma. Desde esta forma de entender vivir la vida, se han enfrentado con la vejez muchos sabios.

5.8. Anciano sabio y virtuoso

Recuerdo, por ejemplo, ese tratado —es una apología de la vejez— *De senectute*, de Cicerón. Si leemos este libro sobre la vejez, veremos cómo está lleno de los rasgos de una espiritualidad, es decir, de un ejercicio de la vida que es mucho más que ejercicio de lo puramente biológico. Os leo algunas sencillas alusiones: Reconoce Cicerón todos los males de la vejez: los viejos son pesados, ansiosos, iracundos, difíciles. En la vejez se es demasiado locuaz, los viejos hablan demasiado de sí mismos. Tasmbién se sienten inclinados a la avaricia... Por tanto, hay que hacer frente a la vejez.

Pero, habiendo reconocido Cicerón todo eso, defiende que la vejez puede ser afrontada con valor y vivida con dignidad, justamente en la medida en que el que llega a ella lo hace como sabio, por haber desarrollado una vida virtuosa. Y son las

dos grandes categorías —sabio y virtuoso— de lo que llamamos una vida espiritual. Dejo a Cicerón, a pesar de que sus páginas tienen cosas interesantes y lo traduzco a nuestras circunstancias.

5.9. Repercusión del vivir espiritual sobre la experiencia del envejecer

Podríamos resumir la repercusión del vivir espiritualmente sobre la experiencia del envejecer en estos términos: Significa ir realizando a lo largo de la vida y con el paso de los años un ser humano que, gracias al cultivo de la verdad, se hace verdadero, sabio; gracias al cultivo de las experiencias éticas, se hace justo y bueno; gracias al desarrollo de una trama de relaciones con los demas, basadas en el respeto, el diálogo y el amor, se hace persona. Es decir, un ser humano que desarrolla un yo interior que el paso de los años no lo agota sino plenifica.

¿Qué sucede en una persona cuando esto se realiza en él? Me vais a permitir que lea, aunque sea un poco largo, un poema que está alimentando mis pensares de estos últimos días; es de un extraordinario poeta contemporáneo, poco conocido, ***Eloy Sánchez Rosillo***. El poema se titula **La certeza** y os lo leo completo:

Qué ciego estuve habiendo como hay
tanta luz, tantos signos
que en todo instante la verdad nos dicen.
Hay que abrir bien los ojos para ver,
aguzar el oído
para oír lo que importa
Cada vez se apodera
de mí con más pujanza y más dulzura
la certidumbre de que sólo hay vida.
¿Quién que respire y que haya acumulado
en su pecho alegrías y dolores,
noches y días del vivir, no intuye
—sin que por ello en ocasiones arda
esa lumbre con llama vacilante—
que no hay muerte que pueda
desdecir y anular esto que somos?
Canta en mi corazón una esperanza
que llena mi presente y me sostiene:
No, la muerte no mata; es también vida,
un misterioso trámite de sombras
que transforma lo vivo,
lo limpia y lo redime.
Cuanto existe, existió y será después.
Es el misterio hermoso
de alentar en un mundo que se hizo
con la misma materia de los sueños,
¡cómo iba la muerte a poner fin
a esta fragilidad indestructible
que en nosotros habita?
La muerte borra el gesto
habitual de un hombre,
sus maneras, sus ropas, y lo vuelve
criatura distinta, pero no
aniquila el espíritu,
que se templó en el fuego.
Toco con estas mano lo que afirmo,

con nitidez contemplo su fulgor,
aunque diga con tanta inconsistencia
—y determinación tan desvaría
que al cabo es titubeo—
una certeza que muy mal se aviene
a razonables argumentaciones.
Alégrate alma mía;
vive tus días con amor
y ningún miedo tengas
de perder para siempre lo que eres,
lo que has amado y que como una dádiva
se te otorgó o llegaste a merecer
con lucha e ilusión. Ten confianza,
porque todo otra vez y muchas veces
ha de pertenecerte en esta vida
que comienza y que cambia, que retorna
y que no acaba nunca.

Ya veis que en el poema no aparece para nada Dios ni la religión. Pero está muy presente el espíritu y la vida espiritual que es capaz de generar una evidencia de este estilo, una certeza de esta categoría.

6. Experiencia creyente,experiencia humana, experiencia de la vejez

El ejercicio de la dimensión espiritual no agota las posibilidades de este ser: el más maravilloso, el más misterioso, el más terrible (se ha dicho también), que es el ser humano.

6.1. Dimensión de trascendencia

La dimensión de trascendencia, que envuelve todas las facultades humanas, ha sido vivida a lo largo de la historia bajo esa forma peculiar de vida humana que llamamos vida religiosa. En nuestra tradición ha sido vivida y puede seguir siendo vivida, a pesar de todas las secularizaciones, bajo la forma de la existencia creyente. Pues bien, ¿en qué consiste esta nueva dimensión del ser humano que, en términos cristianos, denominamos existencia teologal? ¿Qué aporta a esa experiencia humana lo que llamamos envejecer, o mejor cómo interviene el ser creyente en ella, en el envejecer?

Creo que no necesitamos descartar las formas de entender la fe tan desvirtuadas que no aportan nada. Una fe que se reduzca a creer "qué", a afirmar meramente verdades sobre Dios y sobre el alma y sobre la vida futura, una fe así, no aporta nada, porque no es nada. Santiago lo decía de una manera rotundísima: *¿Crees que Dios es uno? También los demonios lo creen y se estremecen"*.

Creer no es eso. Y porque hemos reducido a esto, con frecuencia, la vida creyente, por este motivo la vida creyente tiene tantas dificultades para afirmarse hoy entre nosotros y para mostrar su plenitud. Ser creyente es, mucho más radicalmente, una forma de ejercicio del existir, que primero supone el desarrollo de la vida espiritual, a la que acabamos de refe-rirnos, y que después modula la vida espiritual declarando la trascendencia con la que se encuentra la realidad personal, reconociéndola y respondiendo a ella.

Ser creyente supone haber llegado hasta el fondo sin fondo del propio ser, descubrir en él el abismo de ser verdad, belleza y amor, desde el que surge, y acogerlo en un acto supremo en una opción radical con sentimiento pleno, con confianza ilimitada,

con conformidad incondicional, con amor sin límites ni fronteras. Eso que resume la expresión, por desgracia demasiado desgastada, de "actitud teologal". Ser creyente es haber llegado a ese fondo de uno mismo, al que sólo se llega si se consiente perder bien uno mismo y realiza, en el sentido más pleno del término, el manantial, el hontanar del que procede la corriente de nuestra vida. Es constatar ese más allá de nosotros mismos desde el que existimos y confesar *"todas mis fuentes están en Ti"*. Es haber descubierto el misterio que nos habita y atraverse a invocarlo como alguien que me convoca a la existencia y convierte esta existencia en un don y en una tarea.

Naturalmente, la condición de la presencia que se nos muestra, confiere su pecularidad, absolutamente original, a la relación con la que la reconocemos. Y esa originalidad se resume en el más completo trascendimiento de sí, en un verdadero descentramiento de nosotros mismos, y en la más plena realización de sí mismo: la salvación que confiere acoger ese más de nosotros mismos por el que estamos habitados.

6.2. Del saber teórico a la experiencia verdadera

Condición para que el ser creyente adquiera todas sus posibilidades transformadoras es que no se reduzca a ser objeto de un saber teórico sino que se convierta en una experiencia verdadera, que llamamos la experiencia de la fe y que también podemos llamarla experiencia de Dios. Ya sabéis, tal experien-cia no consiste fundamentalmente en momentos extraordinarios de sentimiento de certeza de la presencia de Dios, que puedan producirse al margen de la fe o que sean alternativos a ella. No, en absoluto. Es más bien la experiencia de la fe, la realización efectiva de esa actitud de reconocimiento y consentimiento del misterio difractada, vivenciada en el ejercicio de todas las facultades y posibilidades humanas y desgranada después en los diferentes momentos del vivir cotidiano. Esto es, el ejercicio consciente y responsable de la vida desde el reconocimiento y la aceptación de la presencia que la origina, la sostiene, la acompaña, la dirige, la atrae hacia sí misma como su meta definitiva.

No es difícil señalar la transformación que esta opción radical impone al conjunto de la existencia humana. Una transformación tal que el evangelio habla para designarla senci-llamente de un "nuevo nacimiento". Jesús le dice a Nicodemo: *"En verdad te lo digo, el que no nazca de nuevo no puede ver el Reino de Dios"*. Esta novedad, hay que anotarlo, no origina una materialidad, un contenido nuevo de la vida. No le evita al creyente las pasividades de la disminución, como diría el padre Teilard, que son las negatividades externas e internas, el sufrimiento, el mal que desde fuera y desde su propio interior parece minar el valor y el sentido de la vida. El ser creyente no nos evita eso, no elimina eso; pero lo transforma porque hace posible vivirlo en el interior de esa presencia que alberga la vida y así le otorga un sentido. Ser creyente no evita al sujeto pasar por las oscuridades de la vida, pero le permite escuchar en el fondo de la noche, tan propicia para que aparezcan los fantasmas que crea el miedo, el *"no temáis, soy yo el resucitado"*; o el *"no temas, porque yo estoy contigo"*, de Dios a los profetas.

6.3. El hombre destinatario de Dios

Vamos a considerar algunos aspectos concretos de esa transformación de la vida que opera el ser creyente. El primero será caer en la cuenta que el propio yo adquiere una densidad, una consistencia, una dignidad que ni siquiera la experiencia de lo espiritual había sido capaz de poner de manifiesto. ¿Cuál es esa nueva densidad? El que, al reconocer el creyente la presencia que lo origina, se descubre a sí mismo como

destinatario de ese Dios que siendo Dios de los hombres, se hace presente a ellos en un acto permanente de dárseles.

El Dios del hombre hace que el hombre pueda descubrirse a sí mismo como hombre de Dios, como aquel de quien Dios se acuerda, aquel a quien Dios ama. —*"con amor eterno te he amado"*, oyó Jeremías a su Dios; o bien *"tú eres precioso para mí"*—.

6.4. Presencia y compañía

Una segunda transformación importante: el curso de la vida discurre bajo una presencia que se convierte en compañía. Cuando la persona y su vida son así transformadas, esa transformación opera en las personas lo que podríamos llamar há-bitos del corazón, es decir, disposiciones interiores, virtudes —si queréis la palabra tradicional—, que transforman el uso de las diferentes facultades y van generando disposiciones estables que ayudan a vivir la opción radical a favor de la presencia.

6.5. La sabiduría

Entre estas disposiciones estables tenemos la sabiduría, que es una de las virtudes que suele atribuirse a los ancianos. No consiste, está claro, en la acumulación de conocimientos teóricos ni de habilidades prácticas. Es más bien ese poso que deja en la mente y en el corazón del sujeto la larga experiencia cre-yente de la vida que le permite distinguir, casi por intuición, lo real de lo que sólo es apariencia, lo verdadero de la falso, lo valioso de lo que no merece aprecio, lo bueno de lo malo. La sabiduría dota a la persona de una mirada atenta a lo real, capaz de percibir, por debajo de las apariencias, lo real que le asombra permanentemente.

El hombre sabio no mira sólo con los ojos corporales para ver la figura de las cosas y las apariencias de las personas. No ejerce sólo la inteligencia para la búsqueda de causas y explicaciones. El sabio contempla, es decir, ve con el corazón. Se deja afectar, inundar, interpelar, por la realidad, y ve en ella lados invisibles, profundidades que escapan una mirada superficial y percibe los sentidos ocultos que se esconden y se revelan en cosas, acontecimientos, personas, conviertiéndolos en símbolos de la trascendencia, en parábolas del paso de Dios por su vida.

La sabiduría, por último, permite a las personas que la cultivan conocer con naturalidad, por familiarización lo necesario para llevar una vida digna. Y hace, así, de las personas, verdaderas expertas en humanidad.

6.6. Serenidad

Fruto de la actitud creyente es también esa situación o cualidad extraordinariamente valiosa, rica en aspectos que resume la palabra serenidad. Unos cuantos apuntes tomados de un diccionario antiguo, mucho más rico que los actuales.

> *Serenidad designa la superación de una situación anterior, disiparse las nubes, cesar la tempestad o borrascas del mar; y figuradamente se refiere a la acción de apaciguar o sosegar disturbios y a la de templar o moderar o cesar del todo en el enojo y en otras pasiones. De manera que serenidad es la cualidad de quien es apacible, sosegado, quieto, sin turbación.*

Todo esto, está tomado del Diccionario de Autoridades. No significa exactamente ataraxia, es decir, ausencia completa de pasión o de cuidado. La serenidad no elimina la emoción, los sentimientos, ni siquiera la pasión. No hace al hombre impasible, pero aligera todos esos sentimientos y pasiones, y una carga excesiva sobre la persona que perturbaría su sosiego y el recto uso de sus facultades. Si queréis una maravillosa y poética descripción de lo que puede ser la serenidad, os sugiero que

leáis (no lo hago yo, pues la conocéis todos) la oda de Fray Luis de León al maestro Salinas.

El aire se serena...

comienza, con el término que estamos describiendo, en el primer verso. A continuación describe, con unos términos verdaderamente insuperables, algunos efectos de lo que es ese serenarse.

6.7. Desprendimiento

Cualidad que se deduce de la serenidad y la sabiduría es el desprendimiento. El desprendimiento no es necesariamente privarse de bienes, de acciones, de relaciones, sino lograr que aquello con lo que te relacionas no te prenda, no te ocupe o te domine. Porque has aprendido a disfrutarlo, sin que de su presencia dependa tu felicidad última; ni de su falta, tu desgracia o tu desesperación. Así entendido, es claro que el des-prendimiento supone que el creyente ha hecho la experiencia de lo único necesario, de lo único absoluto a cuya luz todo lo demás se deja relativizar con facilidad.

6.8. Amor

La actitud creyente, cuando el Dios en el que se cree, es el amor —*"Hemos creído en el amor que Dios nos tiene"*, dice la primera carta de Juan—, hace que la existencia del creyente realice los rasgos propios del amor y convierte la actitud teo-logal, la experiencia de Dios en el ejercicio de la donación de la propia existencia hecha a su imagen.

Qué diferente resulta la vejez que, en buena medida, es la edad de las pérdidas, cuando el creyente ha realizado a lo largo de su vida la experiencia de que la pobreza voluntaria, hace generoso; que el haber sido amado, capacita para amar; que los que han sabido sufrir, son los más compasivos; y que el mejor camino para hallar sentido a la propia vida, es ayudar a otros a encontrarlo.

Quedan tan sólo dos consideraciones, que las enuncio escuetamente; no las desarrollo.

6.9. Soledad

¿Qué hace la experiencia creyente en relación con la soledad? Sencillamente la acompaña. Y acompaña además la soledad que no acompaña nadie. Lo resumo todo en un verso de Una-muno: es el del **Salmo I**:

[Pero Señor, yo soy, dinos tan solo]
¡Dinos "yo soy" para que en paz muramos,
no en soledad terrible
sino en tus brazos!

Se podría decir también

"... para que en paz ***vivamos***",
no en soledad terrible
sino en tus brazos!

Además, la presencia a la que el creyente consiente es fundamento, raíz de otras presencias y por eso convoca a una existencia compartida, a una existencia en cordial compañía.

6.10. Presencia de la muerte

¿Qué sucede finalmente con esa presencia, más o menos cayada, pero que nunca falta en la etapa de la vejez, que denominaremos *presencia de la muerte*? Ya hemos escuchado a Eloy Sánchez Rosillo que la experiencia espiritual basta para conjurar el poder destructor de la muerte, en ese hermoso poema **La certeza**.

El propio Quevedo, tan crudo en la descripción de lo que la vida tiene en enterramientos sucesivos –¿recordáis?–, en un soneto —**Amor constante más allá de la muerte**— termina así:

> *"Alma a quien todo un Dios prisión ha sido"*
> y culmina:
> *Su cuerpo dejará, no su cuidado;*
> *serán ceniza, mas tendrá sentido;*
> *polvo serán, mas polvo enamorado.*

6.11. Perspectivas de esperanza

¿Qué ofrece además la experiencia creyente a este último aspecto de la experiencia de la vejez? Muchos han dicho que es la muerte la que ha producido la fe en los dioses. Yo estoy convencido, por el contrario, de que es la fe en Dios la que ha llevado a los humanos a pensar que la vida es mucho más que ese hecho natural con el que termina la muerte; y que ésta, por tanto, no puede tener la última palabra sobre la vida. Por eso, más allá del sentimiento al que llega la experiencia espiritual, la expresión creyente llega a una convición profunda: convicción fundada en algo mucho más poderoso que razones empíricas, de que el Dios, que es la fuente de la vida, el Dios de Abraham, de Isaac y de Jacob, es un Dios de vivos y no puede dejar en las sombras de la muerte a aquellos a los que ha llamado a la vida y ha hecho destinatarios de su amor.

Fundados en esa confianza, los hombres espirituales, los cre-yentes, construyen en sus vidas un sujeto interior que desa-fía el desgaste del yo mortal y que, aunque tenga próxima la muerte, no verá que se le ahorren la oscuridad ni la angustia que provoca. Podrá afrontarlas con la seguridad de quien en ella entrega su vida al Padre de quien la ha recibido, y en el que su vida que ha vivido de él y en él —*en él vivimos, nos movemos y existimos*— vivirá para siempre. Los cristianos, por otra parte, contamos con la seguridad que otorga la confianza en quien nos ha dicho *"yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque haya muerto, vivirá; y todo el que cree, el que vive y cree en mí, no morirá para siempre"*. Y es que la experiencia creyente abre perspectivas de esperanza donde todo hacía pensar que no había futuro. Es capaz de convertir a Abraham, un anciano de setenta y cinco años en protagonista de toda una aventura personal y colectiva; y a un pobre pastor, que no estaba muy dotado para hablar, como Moisés, es capaz de convertirle en el caudillo que libera a todo un pueblo. Isaías dice de parte de Dios, a todos los que queramos escuchar, estas palabras: *"Mirad, realizo algo nuevo; ya está brotando, ¿no lo notáis? Abriré un camino por el desierto, ríos en el yermo para apagar la sed del pueblo que yo forme"*.

Esto es, en definitiva, lo que hace la experiencia del creyente en los ancianos y en los que no lo son.

PUBLICADO CON EL PERMISO DEL AUTOR