

00464

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO

FACULTAD DE CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES

MODERNIDAD Y VEJEZ

1960 - 1999

Estudio de Caso de la Ciudad de México

291978

T E S I S

QUE PARA OPTAR AL GRADO DE:

MAESTRA EN SOCIOLOGIA

P R E S E N T A :

FREIDA ESTHER FRIEDMAN KUTSHER

ASESOR: DRA. BLANCA SOLARES ALTAMIRANO

MEXICO, D. F.

ABRIL 2001





Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**A la memoria de mis padres.
Entre muchas otras cosas, me permitieron
conocer una forma de vejez, la suya.....**

**Con cariño por los recuerdos
fraternales con Shaike y Esther.**

**Con mi amor y ternura para Abraham,
mi hija y yerno, hijos y nueras,
nietos y nietas que me han permitido
vivir con intensidad diferentes etapas de vida.**

**Mi agradecimiento para Blanca Solares
por su enseñanza y paciencia.**

**Agradezco con cariño la solidaridad de mis
colegas de la clínica de la tercera edad del
ILEF.**

INDICE

INTRODUCCION.

Capitulo I. CONCEPTOS EN TORNO A LA VEJEZ.

• Definiciones Generales y Visiones Personales.	9
• Negación de la Vejez.	19
• La Vejez no es una Enfermedad.	21
• Procesos Simbólicos en la Vejez.	24
• La vejez y el aparato productivo industrial.	30
• La vejez como una experiencia de Vida.	35
• La vejez como categoría social y económica.	36
• Tercera edad y tecnología.	38
• La vejez como "Iniciación".	45

Capitulo II MODERNIDAD Y VEJEZ.

Globalización, Pérdida de la Identidad e Intolerancia.

• El mundo en que vivimos.	50
• Cibernética y Alienación.	56
• Homogeneización de la Experiencia y Dependencia Emocional.	60
• Globalización y/o Fragmentación.	64
• Función de las Rutinas Cotidianas.	67
• Acerca de la Noción de Modernidad.	70
• Trabajo, Modernidad y Tercera Edad.	76
• La Jubilación y sus Consecuencias.	80
• Nuevas Instituciones Sociales para la Tercera Edad.	85
• Asilos y Casas de Retiro.	95
• Diferencia entre los Viejos y Viejas de la Tercera Edad.	101

Capítulo III. “EL SABIO” Como Arquetipo de la Vejez.

• Potencialidades Recuperables.	111
• La Crisis: Motor de Cambio. Espiritualidad? Religión?	115
• Significados de la Palabra Religión.	117
• La Restauración Interna en la Vejez.	121
• Integridad o Desesperación.	124
• La Escalera Apoyada en la Pared Equivocada.	127
• Dalia No Acepta su Presente.	130
• Temor a la Muerte.	132
• Las Pérdidas son una Forma de Morir.	134
• Transformación de las Perdidas.	136
• Función de algunos mitos para comprender la Muerte.	139
• Necesidades Espirituales del ser Humano.	147
• Imágenes Internas de Reconstrucción.	150
• El Mito del Centro. (Hacia el sí-mismo.)	154
• Fracaso de Algunos Signos Modernos.	157
• El Viejo Sabio o Vieja Sabia. (Reconstrucción de imágenes internas).	159
• Nuevos Estilos para cambiar la Dirección.	163
• El túnel entre vejez y muerte en la Modernidad.	165

CONCLUSIONES.	177
----------------------	------------

INTRODUCCION.

El proyecto de la modernidad ilustrada, centrado en la razón y sus valores instrumentales y mercantiles, ha convertido al hombre y a la mujer en el centro del universo y esto en la actualidad, se experimenta como catástrofe. Junto a una producción mercantil inusitada, tan eficaz como perversa y una oferta de consumo siempre insatisfecho, el desencanto y la frustración acompañan las ilusiones de todo aquello que el Proyecto de la Ilustración un día pretendió alcanzar: el predominio de la razón, el bienestar humano y la igualdad de los hombres.

La conciencia ilustrada, procedió desde siempre a una crítica del pasado que le precedía, y esto la llevó a declararse autónoma. Dejó atrás las sujeciones religiosa y metafísica. La primera, le impedía mirar sin sombras un mundo natural regido por sus propias leyes, y la segunda, le exigía someter a cada uno de sus pasos a un orden fundamentado y unitario del cosmos. Esto llevó a la construcción de un ser humano "libre" sin las ataduras que significan la religión y la metafísica y solo en un mundo tecnológico, racional y científico.

Junto al imperio de la razón logocéntrica, rápidamente, los mitos y ritos que durante milenios alimentaron el alma humana, fueron desechados a favor de una razón técnico científica desacralizada, como fundamento de un mundo y un orden social laico y secular, incapaz –sin embargo- de dotar a los hombres de un axis en torno al cual puedan articularse hoy valores éticos fundamentales que orienten la existencia más allá de la afirmación reiterante del egocentrismo dominante; valores trascendentales, presentes en otras culturas y sociedades antiguas, que es necesario reconocer, más allá del desprecio y el calificativo de "inferiores", "fanáticas", "primitivas", o "atrasadas", con los que estamos acostumbrados a acercarnos a ellas.

Nuestro mundo se hace cada vez más violento. Paralelamente, asistimos al desarrollo de una crisis en la que los valores tradicionales tales como la sabiduría, el amor o la bondad se sustituyen por valores materiales como, por ejemplo, el dinero, el

éxito o el poder. La llamada globalización económica conlleva, como muchos ya se han esforzado en exponer, a la polarización de las sociedades en su conjunto. Los poderosos y ricos son cada vez más ricos y los pobres y marginados aumentan en número constantemente. De uno de los cambios silenciosos del siglo XX, no por poco advertido menos importante, nos ocuparemos en las siguientes páginas, el del aumento del promedio de vida de la población que inmediatamente incide sobre el índice de población vieja, que es a la que se refiere el presente trabajo.

Desde la perspectiva de la modernidad, época que se caracteriza por su culto profano a la belleza, la riqueza y la "eterna juventud", la vejez no es algo que parezca agradable o a lo que uno espera llegar con alegría. Más bien, todo lo contrario, aparece como una fase de calamidades y molestias que imposibilita nuestra integración social y bloquea el ejercicio de lo que antes hacíamos pero ya no podemos seguir haciendo. Los prejuicios con relación a la vejez no sólo provienen de los mismos viejos, sino, también de "profesionales" que deben atender a esta población. Los viejos y viejas, no son "enfermos", ni gente que "huele mal" o incapacitados, sino personas que atraviesan una etapa natural y biológica propia de todo organismo vivo.

La presente investigación quiere enfrentar los prejuicios generales contra los viejos en un momento histórico en que, en nuestra opinión, el tema cobra relevancia debido a la mayor cantidad de viejos y viejas con los que tenemos que ver todos los días. La vejez, lejos de ser vista como un lastre intolerable en el mundo de la eficacia y la velocidad, más bien, a través de la investigación que presentamos, aparece como uno de los momentos cruciales fundamentales, valga la redundancia, en el proceso de auto-constitución humana. Estos prejuicios, muestran los propios temores ante una situación ineludible para cualquier ser humano que viva durante muchos años.

Los datos que presento son el resultado de mi práctica profesional como socióloga, psicoterapeuta y terapeuta familiar a lo largo de veinte años. El marco teórico general que me conforma es multidisciplinario el cual me permite trabajar con las historias presentes y pasadas de los individuos y sus familias, tomando en cuenta su

contexto. Esto implica una comprensión de la identidad individual y familiar, en forma dinámica; proporciona la motivación para hacer los cambios posibles requeridos por los diferentes ciclos de vida. La vejez, también implica hacer ajustes en el estilo de vida.

He reunido numerosos testimonios, entrevistas grabadas e historias de los procesos terapéuticos de algunos viejos o viejas; en ocasiones solos, muchas veces acompañados de sus familiares. El apoyo ha sido solicitado por los viejos o viejas, o por los familiares que están preocupados ante situaciones nuevas que se viven en la familia. Muchas de las historias que he observado, no tienen únicamente que ver con la edad de las personas, sino que reflejan conflictos similares a los de personas más jóvenes. Son procesos vitales que tienen más que ver con la vida misma que con una categoría conceptual. Cada persona con la cual estuve trabajando tiene una vida con características individuales, sin embargo ya que la vida humana es sólo una, se pueden ver generalidades en torno a esta etapa de la vida que aquí se analiza.

Por decirlo de alguna manera, la vida es el despliegue de un viaje, y como tal implica una fase de preparativos, un inicio de aventuras, -en las que podemos perdernos o quedar atrapados- y un final. De manera más sutil, Joseph Campbell, el gran precursor y estudioso de la mitología comparada, discípulo de C. G. Jung y colaborador del Círculo de Eranos, plantea en su libro *El héroe de las mil caras que, ya se diga con unas palabras o con otras, el mito narra siempre la misma historia de la vida como la aventura mítica y espiritual del hombre en el proceso de constitución de sí mismo, desde que nacemos hasta llegar a la vejez, en nuestro camino hacia la muerte.*

Si bien, el mismo hecho de nacer, nos hace ya valerosos, el tránsito de la infancia a la adolescencia es también un proceso traumático y doloroso. Hay que vencer dificultades para pasar a la edad adulta, cuando ha llegado el momento de retribuir al mundo lo que de alguna manera se nos ha otorgado como "don", hasta hacemos responsables no sólo de nuestros actos sino incluso del cuidado y atención de nuestros hijos; ha llegado el momento de pensar también en aquellos que vienen detrás de nosotros, y que requieren de nuestro apoyo. Siguiendo esta línea, la vejez es la

última fase de nuestra aventura, la última gran oportunidad para encontrar el camino hacia nuestro propio auto – conocimiento y auto- comprensión. En muchas ocasiones surge como resultado de una “crisis” vital ante el dilema de querer seguir siendo el mismo, o morir como tal, para transformarse en algo mejor y diferente, para uno mismo, para los otros y para todo lo que nos rodea en su conjunto.

Lejos de ver la vejez como un padecimiento, queremos mostrar, a partir del material y el análisis del mismo, que la actualmente denominada “Tercera edad” (concepto relacionado con el mundo del trabajo) es en realidad un momento decisivo para el cuestionamiento de los valores imperantes en el mundo moderno y la profundización en una afirmación propia, a lo mejor también diferente. Los viejos y viejas que no pueden seguir moviéndose como antes, se ven arrojados a una etapa de cuestionamiento personal radical; ya no funciona una forma de vida acorde a los valores reinantes, la juventud y la productividad. Muchos viejos y viejas se atreven a pasar el “umbral” y afrontar la difícil tarea de dar sentido a su existencia bajo ejes valorativos distintos a los de la eficacia. Muchos otros se empeñan en tratar de prolongar su juventud eternamente; otros tantos se refugian en la soledad y la amargura; muchos más se convierten en víctimas de la incomprensión y la ingratitud de los jóvenes.

Ciertamente, hay muchas formas de llegar a la vejez, el proceso terapéutico se propone ayudar a romper los esquemas e ideologías que hacen de la vejez solamente algo desagradable, para descubrir que los hombres y mujeres son: seres llenos de posibilidades y que por haber estado sujetos, la mayor parte de su vida a exigencias externas, - familia, cónyuge, hijos, profesión, trabajo, etc.- han negado o aplazado el desarrollo de su creatividad vital, acorde con sus sentimientos y pensamientos más íntimos. Este proceso no implica abandonar un camino sino combinar ambas posiciones cuando es necesario; aprender a hacer más caso de aquellas necesidades personales, íntimas que han sido puestas de lado y escoger aquellos compromisos de vida con los cuales se “desea” seguir cumpliendo. Todas las etapas de la vida tienen ventajas y desventajas, es importante ayudar a las personas a valorar sus logros en vez de quedarse en la queja y en el lamento de lo que se perdió en forma irreversible. Las

personas contentas con sus logros, o que se han aceptado en la posición que ocupan en ese momento de su vida, han podido darle significado a su vejez de una manera creativa y real.

A lo largo de la juventud, se persigue el éxito económico-material y se lucha por el reconocimiento social, a veces se logra y otras veces no. Cuando llega la vejez, uno descubre que sin embargo ninguno de esos logros llenan el vacío que la edad genera y surge una especie de abandono hacia el que el viejo se siente arrastrado. Muchas de las personas entrevistadas, al margen de su clase social, manifiestan estar decepcionados; comentan que a lo largo de toda su vida, persiguieron valores y metas que ya no los satisfacen, -incluso se cuestionan si es que alguna vez lo hicieron. Es claro para estas personas, que en este momento crucial de su vida, la búsqueda del sentido de su existencia continuaba presente. Para todos aquellos y aquellas que pueden formularse este estado tan claramente, la oportunidad de convertir la vejez en una etapa de sabiduría está cercana; es una real oportunidad de dar un sentido de vida distinto a la existencia.

Las páginas que a continuación ofrecemos están dedicadas a todos los que viven el proceso de la vejez, pero también a todos aquellos que los rodean, familiares, amigos, profesionistas de la salud; jóvenes que quieren comprender a los viejos y viejas, a sus padres o abuelos, a todos los interesados en aprender y rescatar el misterio de la sabiduría que rodea a los viejos y que tristemente la modernidad no toma en cuenta.

Algunas de las personas con las que se trabajó fueron sujetos que frente a una crisis radical de su vida, querían entenderse a sí mismos. El conjunto del material recopilado quiere mostrar lo que muchos de los entrevistados piensan de sus procesos vitales intentando así rescatar lo que piensan de su propia vejez. Las entrevistas, unas veces personales y otras grupales tuvieron lugar a lo largo de los procesos terapéuticos que fueron, unos largos y otros de corta duración; cada uno duró el tiempo requerido por los analizados para comprenderse a sí mismos y sus experiencias de vida,

individuales y familiares. Las entrevistas que se realizaron fueron hechas a personas que pertenecen a un estrato social medio y viven en la ciudad de México en 1999; nacieron entre 1910 y 1938, más o menos; había un estilo de vida diferente al que se está viviendo actualmente.

Las entrevistas fueron grabadas para poder transmitir las ideas en forma más directa pero, desde luego, la interpretación de lo observado es responsabilidad de quien analiza. El conjunto de la información recogida muestra experiencias de vida compartidas de una manera u otra por los sujetos añosos. Hay pues similitudes en el posible significado que la vejez puede tener, para algunos hombres y mujeres, pese a las diferencias de cultura, sociedad o economía. Para algunos de nuestros entrevistados, la vejez no es un lastre incómodo, sino la posibilidad de un mayor tiempo libre y menos presiones sociales y familiares que cumplir. El último trance en el camino de nuestro perfeccionamiento a fin de hacernos más sabios y tolerantes; esto como se podrá escuchar en sus propias palabras, no es fácil lograrlo, y desde luego, no todos lo consiguen.

Entendemos la vejez como un hecho multifactorial, por lo mismo, los aspectos que su análisis involucra son diversos. Mi proceso de investigación, de cierta manera, combina dos perspectivas teóricas de análisis; por un lado, la psicoterapéutica derivada de mi práctica profesional y por otra, el análisis sociológico que he aprendido a lo largo de los cursos de maestría en la FCP y S. Puede hablarse, de una práctica empírica o directa con los sujetos involucrados y de una perspectiva teórica de análisis y comprensión del fenómeno. Sin embargo, ambas se complementan ya que toda historia individual existe en una sociedad determinada y en un momento histórico particular.

La sociología lentamente va volviendo sus ojos hacia la historia de las ideas, el psicoanálisis, la teoría general de sistemas, la antropología, la historia de las religiones, y algunas disciplinas necesarias, desde mi perspectiva, para la comprensión del fenómeno en cuestión. En estos mismos puntos, confieso los límites de mi trabajo. Sin

embargo, mi intención era destacar la poca importancia que se le da a este fenómeno en nuestros días y mostrar que la vejez no es un "secreto vergonzoso", un "tema prohibido" o simplemente objeto de análisis estadístico, sino contrapunteando a Simone de Beauvoir, puede ser vista como la última posibilidad en nuestras vidas para descubrir el secreto de nuestra condición humana. A lo largo del trabajo se usarán como sinónimos los siguientes conceptos: viejos y viejas, sujetos añosos, adultos mayores, ancianos y ancianas, personas de la tercera y cuarta edad.

En el capítulo I, **CONCEPTOS EN TORNO A LA VEJEZ**, se presentan las distintas nociones del concepto de vejez, su clasificación según los años de las personas, ("tercera edad", "cuarta edad") y diversos aspectos vinculados con sus diferencias sociales y culturales, económicas, religiosas. Diferencias entre vejez y enfermedad.

En el capítulo II " **MODERNIDAD Y VEJEZ: Globalización, Pérdida de la Identidad e Intolerancia**", se especifica la situación de los viejos en la época moderna. Se exponen distintas perspectivas teóricas sobre la modernidad y su influencia en las formas de vida de fines de siglo. Se subrayan los efectos del incremento en el número de viejos a nivel mundial y nacional y se hace un énfasis especial en la condición de la gente vieja que se entrevistó, en la ciudad de México.

Se destaca aquí un apartado relativo a las diferencias de género, entre hombres y mujeres para enfrentar esta edad. Se trata, pues de explicar las particularidades de cada uno de los géneros humanos en su manera de enfrentar los retos de la vejez. Las diferencias de los sexos, no esta de más insistir, proporciona maneras distintas a hombres y mujeres para enfrentar la última etapa de la vida y lograr una cierta armonía.

El capítulo III, " **EL SABIO**" COMO ARQUETIPO DE LA VEJEZ" Se intenta aclarar de alguna manera cómo para aquellos viejos que muestran mayor apertura, pese a todas las ideologías de la modernidad, al conocimiento y la reflexión crítica de su propia vida, la terapia puede ser un apoyo, para resignificar su existencia. Muy

especialmente, en esta parte del trabajo, me interesa mostrar el proceso auto-reflexivo, normalmente derivado de una fuerte crisis personal, a través de la cual muchos viejos y viejas logran escucharse y comprender, sin mentirse, su pensamiento más íntimo. La vejez no es algo propio de la época moderna solamente, pero en la actualidad se requiere un modo específico de ver y vivir la vejez.

En culturas antiguas y épocas anteriores, donde el acontecer existente y cotidiano estaba más relacionado con los ritmos biocósmicos, la práctica religiosa, la observación de ciertos rituales o la narración de ciertos mitos, en la última etapa de la vida se abrían a la imaginación nuevas formas de estar en el mundo. Eran formas creativas de no abandonar el mundo sin antes haber, al menos, intentado armonizar con él; expresan la intensa necesidad humana, al final de la vida, de dotar de sentido a la existencia. ¿Porqué habría que enterrar a los muertos, sino para ayudarlos a pasar a "otra vida?" ¿Y por que no ver, esta etapa de la vida, como una preparación hacia ese nuevo tránsito? A lo largo del capítulo, se citan algunos ritos arcaicos de la vejez, con el fin de mostrar su importancia en la cultura o cultivo de nuestra relación con lo *Ganz Andere*, para decirlo con T.W. Adorno.

Finalmente, no me resta sino desear que la lectura de este trabajo ilustre sobre la posibilidad de ver a la vejez como una posibilidad de perfeccionamiento y armonización consigo mismo y con los otros. Se tocan aspectos como la familia, los hijos, la juventud, pero también nuestro propio cuerpo, su torpeza, sus limitaciones, la vida, la muerte.... ¡Una suerte! Ojalá pueda servir para aumentarle vida a los años, en vez de solamente años a la vida.

CAP. I. CONCEPTOS EN TORNO A LA VEJEZ.

DEFINICIONES GENERALES Y VISIONES PERSONALES.

EL ENVEJECIMIENTO ES UN PROCESO BIOLÓGICO UNIVERSAL, PROGRESIVO, ACUMULATIVO, IRREVERSIBLE E INTRINSECO, SE INICIA DESDE EL NACIMIENTO Y TERMINA CON LA MUERTE.

El envejecimiento, en la época moderna, es un proceso natural que está determinado histórico y culturalmente también; es un hecho biológico cuya connotación cultural ha tenido fuertes cambios; el significado simbólico de este hecho tiene raíces arcaicas transformadas y deformadas a través de la historia de la humanidad y ahora se le observa con toques propios de la sociedad industrializada de finales del milenio. Cada cultura posee sus propias características y los fenómenos que produce son semejantes y diferentes a los de otras épocas. "Los seres humanos son únicos para producir diferentes culturas y sustentarlas y cada cultura produce diferentes modos de acción y de pensamiento que son dinámicos y evolutivos, acorde a los distintos momentos de la historia. Cada cultura posee su propia cualidad imaginativa y está dominada por ciertas imágenes".¹

El número de viejos y viejas en esta época ha aumentado ya que la esperanza de vida se amplía constantemente y ahora, tienen una forma de vivir diferente a la de otras épocas. No se puede analizar simplemente el término de la vejez, sino que hay que situarla histórica y relacionamente.

¹ Jules, Henry. LA CULTURA CONTRA EL HOMBRE. Edit. s XXI, México, 1970.
ef

Un viejo en 1850, en 1900 y en 1998 tiene características sociales acordes con la cotidianidad que vive. No es lo mismo un viejo que lograba vivir ochenta años a principio de siglo, que un conjunto de viejos o viejas que pasan de los ochenta años y forman un grupo social que requiere atención social e individual. El contexto moderno en que se está dando la vejez de finales del milenio ha producido estilos de vida diferentes en los viejos y viejas.

El conocimiento teórico de la realidad, no es un reflejo exacto de la realidad, pero si es una representación más o menos objetiva, inteligible y clara para comprender ese fenómeno. No existe una investigación que no integre al investigador con sus lectores y cada investigador pretende ser comprendido por los demás. Nicol dice que es un falso historicismo el de quien afirma que la verdad será solamente una expresión de quien la piense, ya que la ciencia es transubjetiva e intercomunicativa. El pensamiento es una acción comunicativa, ya que no se piensa solamente en el objeto pensado sino también a quién se va a comunicar lo pensado.² En forma general, este estudio pretende promover una visión positiva de este proceso de vida, ya que existe un prejuicio general contra los viejos, y la propia vejez, promovido por una sociedad que valora excesivamente la juventud y la belleza externa con cánones publicitarios y comercializados.

La teoría crítica, subraya la unidimensionalidad de la economía y nos habla de una globalización enajenada de capital a nivel mundial, sin embargo, opino que cada vez más, existen minorías, que hacen valer sus derechos y se conforman como grupos que luchan en defensa de sus particularidades. Esta investigación pretende dar voz a quienes defienden su individualidad, y mostrar como son en su cotidianidad algunos viejos. Ellos nos dan pistas y elementos para elaborar un conocimiento que

² Nicol, Eduardo. LOS PRINCIPIOS DE LA CIENCIA. FCE, México, 1965,1994.

contribuya al cambio de imagen social general que se tiene de los viejos y viejas.

El proceso de envejecimiento de la población es uno de los resultados de la reducción de la mortalidad y fecundidad que se evidencia en los cambios de la estructura por edad; tenemos un mayor número de viejos y viejas y una disminución de niños y jóvenes. Esto implica una nueva forma de organización social en la familia, el trabajo, y las instituciones de salud. Las expectativas de vida varían según las condiciones de salud y económicas, viviendo en un país industrializado o de los llamados del tercer mundo, pero se puede afirmar en forma general, que existe un constante incremento de la población mundial en edades avanzadas. Es un problema central en las sociedades contemporáneas y ante este hecho social, surge la necesidad de comprender y estudiar esa etapa de la vida de los seres humanos.

Las esperanzas de vida al nacer han aumentado constantemente y el "envejecimiento de la población" ha cambiado las pirámides poblacionales cada vez hay más viejos y menos niños. En 1969, en Francia había un 12% de personas mayores de 65 años.³ En Estados Unidos, a principios de siglo la expectativa de vida era de 46 años, y en 1970 era de 80 años.⁴ Tanto a nivel mundial como nacional, hay un mayor número de mujeres viejas, ya que las estadísticas muestran que los hombres mueren antes. Betty Friedan, especialista en el tema de la vejez, sostiene que la brecha de las expectativas de vida para hombres y mujeres, se ha abierto cada vez más y piensa en variables de género como determinantes de éste fenómeno.

En México, se ha venido modificando la composición de la población por edades. En el Distrito Federal se ha visto un incremento en el número

³ Beauvoir, S. De. LA VEJEZ. Edit. Hermes, México 1980.

⁴ Friedan B. THE FOUNTAIN OF AGE. Simon & Schuster, New York, 1993.

de las personas mayores de 60 años al mismo tiempo que disminuyen los grupos de menor edad debido a la planeación familiar. En 1960, en el grupo de 0-14 años, había un 41.0% del total de la población y en 1990, disminuye al 30.5%. En el grupo de 15-59 años, en 1960 se registra un 53.5% que aumenta al 62.1% en 1990. En el grupo de mayores de 60 años, las estadísticas muestran en 1960 un 5.2% que aumenta al 7.1% en 1990 (INEGI, 1990).⁵

El fenómeno del envejecimiento ha sido explicado por diferentes teorías sin que hasta la fecha exista una teoría global sólida. Existe mucha investigación, cada vez más, hechos casi universales, numerosas interpretaciones, pero ninguna teoría global. En mi opinión, sin embargo, es un proceso que debe explicarse también en sus aspectos sociales y familiares; su explicación es insuficiente usando parámetros descriptivos biológicos y orgánicos únicamente. La gerontología social acepta que dicho proceso es multifactorial, complejo y que el número de ancianos se incrementa en todo el mundo por lo que se han estructurado nuevas instituciones. Es una regla universal, la tendencia humana a resolver los problemas que van surgiendo. "El homo sapiens, ha hecho de la desdicha misma una fuerza evolutiva que posee la capacidad de crear bienestar."⁶ Este aprendizaje también se refiere a darle un sentido a la propia vejez y la de los que están cerca de nosotros, rompiendo con los prejuicios y temores en esta etapa del ciclo vital.

La reflexión teórica que surge de la práctica clínica, es importante para la comprensión de los fenómenos por lo que ahora me parece importante dejar hablar a algunos ancianos para que nos expresen sus vivencias. Roberto tiene 86 años y nos expresa algunas ideas: *"Durante mucho tiempo, solía reflexionar acerca de mi vejez y pensaba que me iba a*

⁵ Montes de Oca, V.(coordinadora). ALIANZA A FAVOR DE LA TERCERA EDAD EN EL DISTRITO FEDERAL. Ciudad de México, 1998.

dedicar a la jardinería pero la verdad es que todavía no tengo tiempo de pensar en esa edad ya que mis ocupaciones cotidianas no me lo han permitido. Estoy tan ocupado, que no puedo pensar en como será mi vejez, aunque sigo tan curioso como hace muchos años. Soy escritor y poeta. La excitación, las obligaciones y la aventura, están tan vivas en mi como lo estaba cuando era más joven. Me parece que mi fuerza ha disminuido, aunque no me siento viejo ni débil y en ocasiones tengo más energía que muchos amigos jóvenes, de 60 o 70 años. Un cambio determinante fue que tuve que abandonar mis partidos de tenis, por la artritis que tengo, pero todavía trabajo en el jardín con gusto y hago largas caminatas; con eso evito quedarme atado a la silla por atrofia muscular. Sin embargo esto no lo veo como una pérdida sino un cambio necesario en mi forma de vida. Pienso que se necesita valor para vivir en cualquier etapa y que hay que persistir con disciplina en todas las etapas de la vida.

A mi edad, hay que atreverse a explorar las culpas, las vergüenzas, los éxitos; analizar el pasado, para enfrentar el futuro. Cuando era joven escribía sin sabiduría, la vida me ha dado la oportunidad para obtener sabiduría. Siempre me ha gustado lo que hago y he sabido que tengo que sentarme largas horas para escribir una cuartilla. Siempre pienso que tengo la posibilidad de mejores creaciones, y eso me mantiene activo. Por otro lado he tenido muchas pérdidas a lo largo de mi vida, pero eso me ha dado la fuerza para seguir y atreverme cada vez más...Es curioso, pero pienso que con la edad, uno puede arriesgarse sin tanto temor, ya que cada vez tienes menos que perder. Cuando pienso en la muerte, le temo, pero mucho menos que cuando era joven. Hay un tiempo para cada cosa y también hay un momento para irse... Siento que hice muchas cosas, me faltaron muchas más, pero estoy contento con mi vida y satisfecho de haber nacido...Aunque las cosas que hice en ocasiones fueron equivocadas, muy equivocadas, siento un gran gozo de estar vivo". La forma en que Roberto

se ve a sí mismo, me permite asumir que a pesar de la marginación social de los viejos, muchos viven con armonía y gusto por la vida.

Los viejos y las viejas se configuran como una categoría social independiente del resto de la sociedad, es un grupo con características propias. Es obvio que los ancianos comparten características comunes entre ellos y diferentes a otros grupos poblacionales, pero lo que llama la atención, es que esta diferenciación supone mayor separación del resto de la sociedad que la experimentada por otros grupos sociales. La vejez, como fenómeno en sí mismo, separa más del resto de la población que otros atributos cronológicos o sociales, la sola mención de la palabra, suscita reacciones negativas.⁷

La cultura no es uniforme en ningún grupo que se estudie por lo que a pesar del proceso de aculturación general existen diferencias individuales. No existe ningún individuo que manifieste todos los elementos de la cultura de su sociedad, por lo que ningún investigador puede decir que conoce todos los aspectos de una cultura o de un tema determinado. De allí, la importancia de la conceptualización que promueve una manera de penetrar el objeto de estudio desde un lugar común aclarando qué es lo que estamos diciendo y a qué nos referimos en nuestra forma de expresión. La conceptualización no es una simple representación, aunque recibe este nombre; no se limita a reproducir el objeto, no es un chispazo intuitivo, sino el producto de un pensamiento relacionante discursivo.⁸ Así, también se puede hablar de generalidades conceptuales y particularidades que pueden o no repetirse, y contribuyen a formar un "tipo ideal".

Podemos decir que la vejez es lo que les sucede a las personas que llegan a viejas y es imposible darle un sólo significado a esta etapa tan

⁷ Moragas Moragas, Ricardo. GERONTOLOGIA SOCIAL. Envejecimiento y calidad de vida. Edit. Herder, Barcelona 1991.

variable. Existen muchas formas de vejez, por lo que es difícil una definición clara y concisa. Este proceso natural implica aspectos biológicos, sociales, psicológicos, subjetivos y culturales que se entrelazan en forma dinámica. Hay constantes históricas, y existen también diferencias según la época que se analiza. No existe una solo tipo de vejez, sino que este concepto tiene que asociarse con las particularidades de contexto, género, clase social, país, grupo cultural, familia, y otros. El gerontólogo norteamericano Lansing, propone la siguiente definición para la vejez: "Un proceso progresivo desfavorable de cambio, ordinariamente ligado al paso del tiempo, que se vuelve perceptible después de la madurez y concluye invariablemente en la muerte".⁹ Al definir la vejez, Lansing usa la palabra desfavorable, lo cual encierra implícitamente un juicio de valor que marca a ese proceso como algo no deseable y lo paradójico del asunto es que no hay manera de sustraerse a ese proceso más que con la muerte. ¡Ahí está el dilema! Sin embargo, a pesar del prejuicio general, no todos lo viven de esa manera. Uno de los objetivos perseguidos con este trabajo, es romper con la imagen peyorativa de la vejez, sin dejar de señalar las desventajas que conlleva ese proceso. Hacer un recuento de las diferentes variables que influyen en la manera de vivir ese proceso y enumerar las más importantes.

Ana tiene 68 años y nos habla de su sentido de servicio a la comunidad y su compromiso gozoso con sus propias creencias. Nada todos los días y es una persona activa en su iglesia, le gusta viajar y apoya a niños que la necesitan, (les da apoyo escolar), incluso los invita a comer y en algunas ocasiones a dormir en su casa. En la iglesia cuenta cuentos, para los cuales tiene títeres que me mostró. Es una mujer que tuvo el valor de divorciarse de un hombre alcohólico y abusivo; tiene tres hijos mayores y varios nietos de los cuales disfruta, pero sabe que ellos no son su único

⁸ Nicol, E. LOS PRINCIPIOS DE LA CIENCIA.

⁹ Beauvoir, idem 3 (pg. 17)

proyecto de vida. Una etapa de su vida familiar fue penosa; pero encontró en ella la fuerza que ahora le permite ayudar socialmente a niños que la requieren académicamente. *Me gusta actuar y evito quejarme lo más posible. Me han sucedido cosas lindas y prefiero pensar en ellas.*

Podemos decir que la vejez no es una etapa autónoma, sino que forma parte del desarrollo de un individuo, y para su estudio se debe tomar en cuenta no sólo el estado físico y mental del individuo, sino que es necesario considerar la herencia, los valores, el carácter, el temperamento, la vida personal, las enfermedades sufridas, condiciones sociales y económicas, nexos familiares y afectivos, redes sociales, y posibilidades de comunicación y socialización.¹⁰ La vejez, al mismo tiempo que universal es individual y personal. Es la continuación de un estilo de vida y empieza desde que se nace. Se puede agregar que la actitud interna y la forma en que imaginamos la vejez es importante para el logro de una etapa suficientemente armónica; que la conducta, las actitudes y lo que pensamos, son más importantes que la edad.

Antonia, 78 años, solicita una consulta terapéutica. Cuando asiste al consultorio, se aclara que ella pidió la consulta para su hijo, de 52 años que tiene esclerosis múltiple y que su esposa lo quiere "abandonar". Escuchó en un programa que había terapia para personas de la tercera edad y pensó que la podríamos ayudar en el problema de su hijo y su nuera. En ningún momento se ve a sí misma como un problema. Ella comenta que no puede asistir a la terapia, porque tiene que atender su puesto de verduras en la merced ya que mantiene a su marido de 92 años y al hijo enfermo. Nos comenta que sale de madrugada de su casa y llega por la noche, y tiene que organizar a su familia. ¿Es posible clasificar a esta mujer con los términos peyorativos que se aplican a las mujeres viejas?

¹⁰ Zenil, C. Y Col (1989) Actividades Psicosociales en la Vejez. REVISTA DE PSIQUIATRIA Y SALUD MENTAL. México.

Parece que muchas personas con menos edad, desearían tener la fuerza y energía de Antonia. Vemos la gran dificultad que se presenta cuando se clasifica a las personas de acuerdo al número de años que tienen y que esto no es un dato que sirva para comprender la vejez.

La abuelita Dora. Es una mujer de 84 años, que vive en Nueva York. Nació en Polonia y a los 5 0 6 años llegó con sus padres a vivir a Estados Unidos. Pertenece a una familia de inmigrantes que tuvo que luchar fuerte para adaptarse a un nuevo país. Se le entrevistó cuando hizo un viaje a México a visitar a su nieta que está viviendo en la Ciudad de México. Se le llevó a pasear por el centro de la ciudad, y era de llamar la atención su forma de observar la arquitectura de los edificios. Antes de esto estuvo en el parque con sus bisnietos y no se notaba especialmente cansada aunque su forma de caminar es un poco lenta. Dora trabajó con remuneración económica hasta hace cinco años, traducía, escribía a máquina y contestaba el teléfono de su jefe, hasta que este se fue a vivir a otro país.

A partir de ese momento, ofreció servicios voluntarios en el templo comunitario al cual pertenece, relató que es una persona muy activa en su comunidad; hace "trabajo social" y ayuda a las personas que no pueden valerse por sí mismas...platicó de una vecina que es una mujer muy inteligente, pero que ha perdido la vista y ella le ayuda de lunes a jueves, ya que el fin de semana la hija de su vecina viene por ella. Por otro lado, dice que a veces come con amigas, ya sea en su casa o en las de las amigas. Asiste con regularidad a todas las actividades sociales y culturales que se organizan en su templo.

Es una mujer viuda desde los 35 años y ella sacó adelante a sus hijos, un hombre y una mujer. Su hijo vive en otro estado y su hija vive a una hora de distancia y la visita ocasionalmente. Ella dice que solamente le gusta ir en la época de festividades religiosas, ya que de otra manera se

queda sola y aislada, porque su hija y yerno trabajan y salen desde temprano de la casa, y los nietos ya no viven con sus padres. Habla con cariño de sus nietos, aunque dice que la más cercana a ella es la que está viviendo en México. Uno la escucha haciendo planes y es sorprendente su vitalidad y sus proyectos. Al regresar de México, pensaba ir en autobús a visitar a una hermana mayor que está enferma. Es una mujer bastante independiente y rechaza la ayuda cuando no lo requiere; se siente orgullosa de decir que va al médico sola, y cuando la quise ayudar a bajar un escalón, me contestó con orgullo que puede sola. Sus familiares comentan que cada vez la ven más preocupada y espantada cuando se enferma, aunque sea de una gripa. Esta historia nos muestra, que la ideología acerca de la vejez se vive a nivel mundial. Por otro lado, no se puede negar que a pesar de la vitalidad que se pueda tener, cada viejo sabe que su fin está cada día más cerca y esto si es universal, aunque manejado también culturalmente de diversas maneras, a lo largo de la historia de la humanidad. Esto plantea uno de las cuestiones más serias que el ser humano enfrenta: LA MUERTE.

El proceso de envejecer modifica la relación del individuo con el tiempo, ya que este se acorta irreversiblemente e implica un cambio en la forma de interactuar con el mundo y consigo mismo. La mayor parte de las definiciones conocidas son psico-bio-sociales, es imposible determinar en forma separada lo fisiológico de lo psicológico. La vida social no puede existir sin los hombres o las mujeres, pero al mismo tiempo su organismo está determinado social y psicológicamente. El organismo físico se define por momentos clave, nacimiento y muerte en cuyo ámbito se desarrolla la vida psíquica y social de la persona. ¿Qué tipo de organismo tienen los ancianos actuales y futuros? ¿Cómo serán las instituciones sociales y familiares que están surgiendo con las nuevas expectativas de vida?. En 1998, se vislumbran grandes cambios positivos en la actitud social e institucional hacia los viejos, no todos las pueden percibir de igual manera.

Sin embargo, se sabe que estos cambios son más aprovechables para unos grupos sociales que para otros, aunque los nuevos conceptos permean lentamente a toda la sociedad. La visión de la vejez también varía entre los estudiosos del fenómeno; por ejemplo, en 1978 (Beauvoir, 1980) hace una descripción pesimista, y los que abordan el tema en 1998. (Rowe y Kahn) enfocan el tema en forma positiva. Marcan algunos aspectos importantes que hay que vigilar, tanto para los viejos, como para los profesionistas que trabajan con este sector de personas. Da ejemplos de las ventajas que se pueden obtener con ejercicio y comida adecuada; incluso menciona como viejos de 85 años que han empezado a hacer un poco de ejercicio y su masa muscular se ha transformado.

Un profesor de Yoga fue invitado a un asilo a dar clases; esta institución funcionaba para personas de bajos ingresos; para algunos era su hogar y para otros era una escuela de día. La primera clase que dio asistieron 20 alumnos, la segunda se acercaron a él como 30 personas de todas las edades y posteriormente el grupo se cerró con 40 personas. Uno de sus alumnos tenía 95 años. Todas ellas decían que los ejercicios, la respiración y la meditación les proporcionaba un mejor ánimo para pasar el día.

NEGACION DE LA VEJEZ.

Los seres humanos, casi siempre se ven sorprendidos por la vejez, y les cuesta trabajar aceptar la propia. Se presenta con más fuerza para el sujeto que para los que le rodean, que muchas veces no le dan importancia ya que cada quién sufre por las propias arrugas, no por las de los demás. Por otro lado, los individuos no asumen la edad que tienen; alguien puede saber que tiene 70 años, pero no tomar conciencia de esa edad. Un amigo

le dice al otro; oye, a las bodas ya no vienen los viejos...Este le contesta: ¡Nó! Ahora, los viejos somos nosotros...Para cada uno, los viejos son los otros y siempre existe una sorpresa cuando cualquiera se oye llamar viejo o vieja por primera vez. Esto explica, la negación de muchas personas de ir a sacar su credencial del INSEN, debido a que con ésto legitiman un "hecho vergonzoso". Por otro lado, el ver la vejez de los coetáneos es un proceso de gran impacto emocional. "La vejez es un más allá de mi vida de la que no puedo tener ninguna experiencia interior plena". (Beauvoir, 1980) Todos hemos percibido el susto que produce ver a un coetáneo muy deteriorado, la muerte de un compañero de escuela, y de la misma manera, el gusto que da ver a quienes se conservan bien física y espiritualmente.

El envejecimiento normal, sin grandes tropiezos, no es asumido totalmente por el sujeto que envejece. No existe una única manera de hacerse viejo y es importante diferenciar entre vejez normal y cronológica de una vejez con enfermedades. ¿Cuál es la normalidad en la ancianidad? No hace mucho tiempo, los jubilados se sentaban a esperar la muerte más o menos placenteramente y cualquier exceso era considerado un acelerador para morir.

En la actualidad existen corredores de maratones mayores de 65 años, con lo cual se plantean cuestionamientos acerca del "envejecimiento normal". En el maratón de Nueva York en noviembre de 1998, una mujer mexicana de 78 años ganó el primer lugar en su categoría e hizo el recorrido de 42 kilómetros en cuatro horas y media aproximadamente. Existe una opinión que sostiene que antes se producía un descenso progresivo en la capacidad global del organismo, hoy parece que la aptitud vital se prolonga durante más años, el proceso final de decadencia dura menos y la caída final es más súbita. Parece ser que se ha añadido calidad de vida al envejecimiento y prueba de ellos es el aumento en el número de

ancianos activos.¹¹ Existe bibliografía empeñada en resaltar los aspectos negativos de la vejez, y por otro lado, va surgiendo lentamente otra visión complementaria que hace pensar en este proceso con gusto y alegría. Muchos reportes acerca de las condiciones negativas de los asilos, la jubilación, y poco acerca de una nueva manera de envejecer que se nota en todas las urbes del mundo y se pudo comprobar en las entrevistas llevadas a cabo por la autora.

El prejuicio contra la vejez es tan fuerte, que nos toca ver viejos vitales, pero pensamos que son la excepción y no los integramos con nuestras imágenes internas de los viejos y esto también es vivido así por muchos ancianos vitales que no se pueden ver a sí mismos como lo que son. Es "repugnante" asumirse como viejo ya que existe un sentimiento vivaz de juventud que no checa con lo que realmente está sucediendo. Se niega el proceso temido y se niega el paso del tiempo y sus efectos, se niega la propia vejez, en vez de poder pensar soy viejo pero esto no es vergonzoso ya que hay formas lindas de vivir la vejez.

LA VEJEZ NO ES UNA ENFERMEDAD.

La vejez no es una enfermedad y muchas personas lo viven como si al cumplir la edad marcada oficialmente, hubieran contraído una gravísima enfermedad; sin embargo, también hay que aceptar que las probabilidades de enfermar son mayores que en otras etapas de la vida. También hay que diferenciar entre enfermedad de corta duración y enfermedad crónica. En éste renglón también, poder ver las diferentes enfermedades que van, desde aquellas que no determinan y deterioran la calidad de vida, de aquellos crónicas, irreversibles y que van de la mano del deterioro total. Es importante diferenciar entre enfermedades propias de la edad, que no

¹¹ Moragás Moragás Ricardo. GERONTOLOGIA SOCIAL. Envejecimiento y calidad de vida. Edit. Herder, Barcelona 1991.

disminuyen otros recursos del individuo y las enfermedades degenerativas que van aislando cada vez más al individuo ante la pérdida de sus facultades funcionales.

Las enfermedades propias de la edad, en ocasiones, no son atendidas debidamente porque se les considera como un proceso natural, y se confunde enfermedad con vejez, y la gente se acostumbra a vivir con ciertas enfermedades como si fueran naturales para su edad. Muchos síntomas pueden ser erradicados o disminuidos con los adelantos de la medicina moderna. Las personas que ahora tienen entre 70 y 90 años, nacieron en una época en que no había tanta cultura médica como en la actualidad. La geriatría, una ciencia nueva, no es integrada por aquellos que ya tienen 60 años o más. Un geriatra opinaba, que la prevención de una mala vejez debe empezar a los 50 años más o menos y a muchas personas les cuesta trabajo aceptar que es momento de visitar al médico geriatra.

La vejez puede estar acompañada de depresión y ésta es curable, aunque esto no es sabido en muchos casos; atendida en forma adecuada, da una alternativa para una mejor calidad de vida. Existe una idea generalizada de que la depresión es normal en la vejez y se piensa que no es posible no estar deprimido con todas las pérdidas acumuladas a lo largo de la vida. Al mismo tiempo se piensa que la depresión puede ser evitada con voluntad y se ve como una falta de carácter. Conforme se avanza en edad, la depresión suele tener otras manifestaciones aparte de la tristeza, el desaliento, el ánimo decaído. Puede surgir en formas diferentes: exceso de nerviosismo y ansiedad, insomnios, pérdida de apetito, y algunos dolores físicos para los cuales los médicos no encuentran razón.

Para los viejos actuales, educados en la línea de no quejarse y seguir adelante, éste puede ser un impedimento para pedir ayuda médica y desgastarse tratando de salir de la depresión por medio de voluntad. El hecho de no lograrlo se convierte en un fracaso personal que conlleva una baja en la autoestima. Ahora se sabe que el 80% de los casos de depresión tratados médicamente producen mejoría en el estado de ánimo. (Mathiasen y Levert, 1998). Al menos un 15% de hombres y mujeres mayores de 65 años, no pueden disfrutar los beneficios que algunas instituciones han promovido para la 3a. edad, porque padecen depresión y no la conciben como una enfermedad con posibilidades de curación. Esto coexiste con un rechazo a tomar medicamentos, ya que la depresión al igual que muchas enfermedades mentales son vistas como peyorativas. La depresión, es una enfermedad que le quita espiritualidad a la vida y energía al cuerpo y en muchos casos ha sido curada. Algunos viejos que han podido manejarla tanto médicamente como con la ayuda de procesos terapéuticos han manifestado los cambios obtenidos.

Otro fenómeno que se ha observado es menos casos de Alzheimer de lo que se pensaba a nivel común. El Dr. Martin Rabay, jefe del Departamento de Neurología del Centro Médico Assaf Harofé, en Israel, dice que el mal de Alzheimer es una enfermedad degenerativa del sistema nervioso central que se caracteriza por el desarrollo de demencia progresiva, pérdida de las facultades cognitivas al grado de que el enfermo pierde toda capacidad de ser independiente y de cuidar de sí mismo aún en los aspectos más simples como comer, vestirse y cuidar de su higiene personal. El descubrimiento de esta tremenda enfermedad, en 1907, es algo que produce miedo y se piensa que todos los viejos tienen que adquirirla, lo cual es otra falsa creencia acerca de la vejez. Se detectó en una población con personas mayores de 65 años, que sólo el 5% tenía la enfermedad de Alzheimer, cuando la creencia general de los investigadores era de un mayor porcentaje, (Friedan 1993) Los investigadores fueron los

primeros en sorprenderse. Existen accidentes físicos y conflictos emocionales o familiares cuyo trauma puede acelerar el proceso de la vejez. Un choque, una caída, una ruptura de cadera, la muerte o enfermedad del cónyuge, entre otros.

PROCESOS SIMBÓLICOS EN LA VEJEZ.

El concepto que cada uno tiene de la vejez está relacionado con procesos simbólicos que nos ayudan a imaginar esta etapa de la vida. Existen distintas interpretaciones y significados para el concepto de símbolo. Hay quien usa el término como signo convencional de una u otra clase: una bandera roja, una bandera blanca, etc.¹² También se usa para expresar algo de una manera figurada que no puede expresarse en forma directa y literal. (Cliford, 1973) Cassirer dice que: *"Un signo es una parte del mundo físico del ente (being); un símbolo es una parte del mundo humano de la significación. (Meaning) (Durand, 1968).*

Jung se acerca más a nuestra concepción inconsciente de la vejez cuando dice que un símbolo *"es la mejor representación posible de una cosa relativamente desconocida"*... (Durand, 1968). No tenemos mucha claridad acerca de lo que es la vejez y no nos tomamos el trabajo de hacer una definición más acorde con lo que estamos viviendo en la actualidad. El proceso terapéutico persigue ampliar la conciencia para una mejor comprensión del fenómeno, y vivir armónicamente la propia vejez y la de los que están a nuestro alrededor. Una mujer de 79 años comentó ante la proposición de sus hijos para asistir a un grupo de 3ª. Edad, que *"ella no era ganada para que la transporten en un camión"*. ¿Acaso los niños que asisten a la escuela en transporte escolar, son ganados? ¿Porqué será que

¹² Símbolo, en relación con los arquetipos, religión y espiritualidad se tratará en el capítulo 3.
ef

se perciben bonitos los transporte escolares de niños, ya que son niños y niñas, y desagradables los autobuses que transportan gente mayor?.

“Los símbolos o elementos simbólicos son formulaciones tangibles de ideas, abstracciones de la experiencia, representaciones concretas de ideas, actitudes, juicios, anhelos y creencias”. En este sentido, se va a usar este término por el momento y como dice Cliford, la actividad cultural se puede analizar a través de los símbolos. “Los actos culturales, (construcción, aprehensión y utilización de formas simbólicas) son hechos sociales como cualquier otro y son tan públicos como el matrimonio y tan observables como la agricultura”. (Cliford, 1973)

Un análisis social abarca al mismo tiempo, las regularidades objetivas y el proceso de interiorización de la objetividad con arreglos al cual se conforman los principios transindividuales e inconscientes de (di)visión que los agentes incorporan a sus prácticas.¹³ Estas representaciones y estos sistemas de símbolos que nos ayudan a transitar por ese camino desconocido e incierto son fuentes de información que se encuentran en el mundo intersubjetivo, cultural, en el que nacen los seres humanos y les marcan las identidades y trayectorias a seguir. “Entre el sistema receptor y el efector, que se encuentran en todas las especies animales, hallamos en él como eslabón intermedio algo que podemos señalar como sistema *simbólico*. Esta nueva adquisición transforma la totalidad de la vida humana” (Cassirer, 1997.) El ser humano ha dejado de vivir en un mundo físico solamente, y adopta un universo simbólico en donde el lenguaje, el mito, el arte, y la religión, constituyen partes de este universo que conforma la experiencia humana.¹⁴

¹³ Bourdieu, Pierre. RESPUESTAS. Por Una Antropología Reflexiva. Edit. Grijalbo, México 1995. Pg. 21

¹⁴ Cassirer, Ernst. ANTROPOLOGIA FILOSOFICA. FCE, México, 1997, pg. 47.

Se pueden agregar todas las creencias, las ideas, las imágenes publicitarias, y todas las formas diversas de vida cultural que suministran modelos que dan una forma definida a los procesos vitales, no orgánicos. El hombre, animal simbólico aprende como vivir haciendo uso de este tipo de fuentes simbólicas con las cuales se identifica o no. Este proceso no es solamente racional sino que implica otras características humanas como la percepción, la intuición, las sensaciones, emociones, etc. ¿tengo que ser un viejo o vieja como lo marca la cultura de la juventud? O voy a idear mi propia manera, más congruente con mi realidad.

Los elementos simbólicos, formadores de las estructuras sociales, que nos identifican con la vejez, pueden ser agradables o desagradables y van a condicionar la auto-imagen y autoestima de cada uno de los viejos en forma particular. Hay quien piensa que los viejos son agradables y tiernos y otros los ven como cascarrabias. Decrépitos y otros adjetivos peyorativos son usados para calificarlos. Existen personas que respetan y quieren a los viejos, y otras piensan que no tienen derechos ni que exista un sentido de vida para ellos. Fenómenos de proyección y rechazo ante aquello que nos muestra ese camino irreversible que todos tenemos que recorrer.

Esta percepción también se ha tenido al invitar a terapeutas a trabajar en una Clínica de la Tercera Edad, en ILEF¹⁵ como en la consulta privada y el comentario general ha sido, "no me gustan los viejos", "los viejos huelen feo" y "ese tipo de trabajo es depresivo". Los viejos son víctimas de mecanismos de proyección, (poner fuera lo que se siente dentro y desagrada). Lo patológico no es sentir esto, sino no reflexionar sobre lo que se siente y aceptarlo con naturalidad. Aquí podemos situar el sentimiento de rechazo ante la propia vejez y la de los demás. Los viejos han sido convertidos en otra más de las minorías sobre las cuales se

¹⁵ ILEF. Centro de Estudios Superiores de la Familia, donde la autora fundó la clínica de la tercera edad. Es directora y supervisora de la misma.

ejerce maltrato y violencia social. A diferencia de otros grupos, no se puede aislar a los viejos de la propia vivencia. No todos somos alcohólicos o drogadictos, ni tenemos enfermedades crónicas, ni hemos crecido en hogares violentos, PERO TODOS VAMOS A SER VIEJOS ALGUN DIA, ya que es la única manera de vivir mucho tiempo. Esto amplía la comprensión del gran prejuicio contra los viejos, y se entiende porque este tema es más inquietante para algunos terapeutas y trabajadores de la salud que para otros y la diferencia con otros temas de la cotidianeidad.

La expresión de posiciones o disposiciones personales frente al objeto, que tienen los investigadores, están determinados por la manera en que cada uno ha sido enseñado, y ha aprendido a lo largo de su vida a interesarse por ciertos objetos de estudio. Nuestras creencias culturales nos determinan para percibir algunos hechos y dejar de percibir otros. Se sabe de la gran dificultad que implica aceptar los hechos que pueden chocar con las creencias arraigadas en el interior de cada individuo. El investigador es siempre parte de lo investigado, sin embargo el uso metodológico y de ciertas técnicas, permite pasar a un nivel de abstracción mayor que la mera opinión o sentido común. Así, toda forma de pensamiento, incluso el concepto, es una representación del objeto y una creación del sujeto. La descripción que se hace de un tema de investigación nos habla también, del que está haciendo la investigación.

La representación es una creación en la cual a pesar de ser un acto subjetivo, se hace patente una realidad objetiva. En tanto que la realidad queda representada inteligiblemente, el símbolo que la representa contiene una verdad. Esta representación podrá ser más o menos correcta o adecuada, pero será verdadera en un modo primario, si cumple la intención comunicativa y logra que se comprenda su contenido significativo" (Nicol 1997)

Esto nos lleva a sostener que para trabajar con los viejos, y muchas veces también para pensar en ellos, se requiere una mentalidad abierta que haya analizado los prejuicios, miedos y actitudes negativas respecto de la ancianidad y considerar la edad no como algo determinante de las posibilidades vitales de una persona, sino como una variable más de las que condicionan la situación. Es de llamar la atención, algunos comentarios escuchados en jóvenes que tienen menos de 28 años y cursan carreras en ciencias sociales y en psicología; se expresan con palabras despectivas acerca de los viejos y no hacen diferencia entre los 60 y los 90 años. Un joven psicólogo aseguró en forma contundente en una clase que "todos los viejos tienen locura senil". No hay que quitar importancia a la edad, pero visualizarla en forma diferente. La edad es una variable importante y objetiva que nos da cierta información, pero por otro lado dice muy poco debido a la gran variedad de viejos y viejas que tenemos alrededor. Algunas de las personas entrevistadas que se encuentran en buenas condiciones, han comentado que los temores que tenían cuando jóvenes acerca de su vejez, eran más tormentosos que la realidad que están viviendo.

Todos los seres humanos tienen recuerdos de personas viejas, fantasías acerca de la propia vejez y viejos alrededor, cuya imagen puede condicionar la propia vejez. Se escucha frecuentemente "no quiero ser como mi padre..." "¡ojalá y pudiera ser una vieja como lo fue mi abuela!" Muchas otras imágenes y representaciones que nos llevan a comprender la vejez de una manera y no de otra; estas no siempre se dan en la conciencia, son inconscientes y motivan ciertas conductas. Nos permiten verla como una etapa agradable o terrorífica.

Al aceptar que los sistemas simbólicos son productos sociales que producen el mundo, que no se contentan con reflejar las relaciones sociales sino que también contribuyen a construirlas, hay que aceptar que

es posible dentro de ciertos límites, transformar el mundo transformando su representación.¹⁶ Al pensar en una imagen agradable, no se quiere decir que no existan tristezas, temores y miedos que se presentan cuando se sabe que el camino está por terminar, que hay más pérdidas que antes; en ningún momento se quiere plantear una vejez utópica y lejana de la realidad humana. Por él contrario, este estudio muestra ya la manera en que algunos viejos y viejas, transitan por esta etapa de su vida y nos ayudan a construir una mejor imagen para nosotros y los que vienen detrás de nosotros. Ellos, mejor que nadie, saben qué les conviene y cuales serían las reglas a implantar. Me parece importante mencionar que muchas políticas sociales son hechas por jóvenes o personas que no conocen mucho acerca de la vejez, por lo que en ocasiones, son inadecuadas.

Catalina es una experta en arte, tiene 87 años. Comenta que no puede decir que su edad sea la mejor de las edades, pero que su mente constantemente aventaja a su cuerpo. *Mi cuerpo no vale dos centavos, si lo pudiera tirar y quedarme con mis ojos y mi mente, lo haría.* Se ríe y dice: *el hecho es que tengo que vivir con este cuerpo exhausto, ya que es él único que tengo. Toda mi vida he estado enferma, he usado un aparato porque tuve polio de niña de los 10 a los 20 años.. Sin embargo tengo que admitir que esto me convirtió en una persona que tuvo que cultivar y valorar otras cualidades que la belleza física. Ahora la polio está regresando y mis músculos están más cansados que cuando era joven, por lo que me siento más paralizada y con mayor dolor que antes; tengo que volver a pasar lo mismo que entonces. Fuera de eso, todo va bien, aunque me cuesta trabajo estar de pie en una exposición de arte como lo hacía antes. Desde luego, esto me frustra, pero por otro lado, disfruto mi vida, porque si no fuera así podría terminar con ella, ya que no me parece grave hacerlo. Estoy comprometida con mi profesión, con el arte y con la vida que es maravillosa. Si tuviera que escoger entre mi mente, mi espíritu o mi cuerpo,*

¹⁶ Bordieu P. Respuestas.... pg. 22
ef

escojo lo que tengo: mente y espíritu. Ya no me preocupa mucho el futuro, porque sé que es cuesta abajo... esto me da temor, pero me lo aguanto...si tengo dolor, pienso que pronto va a desaparecer y disfruto lo que tengo; sé que la gente le gusta aprender de mí y a mí me gusta enseñar lo que he acumulado a lo largo de toda mi vida. A pesar de todo, me considero dichosa porque tengo una vida productiva, disfruto mi vejez y deseo una muerte fácil para mí y los que me rodean. Catalina es una de las personas que ha logrado tener su misma actividad durante mucho tiempo, aunque siempre ha seguido estudiando y esto ha dado variedad a sus alumnos. A pesar de su enfermedad física, es una mujer productiva y su proyecto de vida la hace sentirse útil y requerida.

Parece ser que ha llegado el momento histórico de cambiar la imagen del viejo "sentado en la mecedora" esperando la muerte, por un viejo que cuida su salud integral para transitar por esa etapa de la vida, de la mejor manera posible. Con frecuencia en esta etapa, se enfrenta la posibilidad de escoger un estilo de vida diferente, lo cual implica también responsabilidad y disciplina. Cuando las personas están satisfechas con el reflejo de sí mismos que ven, se aceptan con mayor facilidad. Muchas veces la persona vieja, se siente vieja a través de los otros sin haber experimentado grandes transformaciones físicas lo cual no le permite identificarse con el rótulo que la sociedad le ha colgado solamente por haber cumplido una edad determinada. Ahora cada vez es más fácil pensar de que los viejos, pueden cambiar sus enfoques de la vida, aunque sean mayores. Esto se contrapone con las creencias populares que definían en forma contundente, que después de los 35 o 40 años, eran imposibles los cambios internos y externos.

LA VEJEZ Y ÉL APARATO PRODUCTIVO-INDUSTRIAL.

La teoría crítica nos muestra como la sociedad ha sido manipulada para tener los pensamientos y acciones que sean adecuados para funcionar a beneficio del sistema. El ser humano ha sido cosificado en aras del funcionamiento social. Ha organizado su base tecnológica, en forma totalitaria, ya que no sólo es totalitaria una coordinación política terrorista de la sociedad, sino también una coordinación técnico-económica no terrorista, que opera a través de la manipulación de las necesidades por intereses particulares y que impiden por lo tanto el surgimiento de una oposición.¹⁷

La intensidad, la satisfacción y hasta el carácter de las necesidades creadas, han sido precondicionadas; esto no quiere decir que las personas se dan cuenta de este fenómeno. Las necesidades que se han hecho inminentes e incluso biológicas, son deseables y necesarias para las personas y las instituciones e intereses predominantes de la sociedad.¹⁸ Las necesidades humanas actuales son históricas y económicas, y para su funcionamiento se requiere del desarrollo represivo del individuo, del no cuestionamiento de las mismas y así, proseguir el consumo. Se puede distinguir entre necesidades verdaderas y falsas, siendo estas últimas las que se imponen al individuo desde que nace y en forma arbitraria. Necesidades que perpetúan, la agresividad, la miseria y la injusticia.

Hay que tener claro, que la satisfacción de muchas necesidades falsas puede conducir a la pseudo-felicidad y eso es lo que impide erradicarlas; reconocerlas como enfermedad social y cultural es una posibilidad de transformación individual y social. Nos enfrentamos a la euforia dentro de la infelicidad. La mayor parte de las formas de descansar, comprar, divertirse, hacer pareja, ser niño, joven o viejo, hombre o mujer, amar y odiar lo que otros odian y aman, pertenece a esa categoría de

¹⁷ Marcuse, H. EL HOMBRE UNIDIMENSIONAL. Edit. Joaquín Mórtiz, México, 1972, pg.33

¹⁸ Marcuse, H. EROS Y CIVILIZACION. Edit. Seix y Barral Hnos. S.A. España, 1981.

falsas necesidades. (Marcuse, 1972.) Lo que conlleva al anhelo doloroso y frustrante de poseer todo; no lograrlo produce enojo y resentimiento.

Gran parte de las sociedades modernas se rigen por "falsas necesidades" que entre otros puntos, idealizan los valores de juventud, belleza, fuerza física, poder. Características que el anciano o anciana ha ido perdiendo; este hecho, los constituyen en otro grupo marginado. El hecho de que solamente se valore la presencia física y externa, limita en forma evidente al anciano, siempre y cuando, éste no tome conciencia de ese absurdo. Existe una imagen fantaseada del viejo que siempre se ve joven, esto es una falacia, reforzada socialmente y aprovechada para que ciertas empresas obtengan grandes ganancias al ofrecer todo tipo de productos que "evitan o retardan el envejecimiento".

En relación con lo anterior, Betty Friedan nos habla de la mística de la edad y la define diciendo que nos enfrentamos a una "mística de la juventud" y considera que ésta es más dramática y difícil de confrontar que la mística femenina sobre la que ella escribió en su juventud. Cuando cumplió 60 años, se preguntó si valía la pena ese enfrentamiento a las creencias generales que pretenden convertir a los viejos en jóvenes "disfrazados y negadores de su realidad" y que marcan en forma negativa a la vejez, o era mejor negarlo. Llegó a la conclusión que la mejor forma de vivir una vejez tranquila, armónica y creativa es rompiendo con esa ideología que condiciona muchos de los miedos sociales y personales. Aprender a disfrutar de la vejez, asumiendo lo que se ha dejado de ser y permitiendo-se ser. Aceptar las pérdidas normales y naturales, diferentes en cada caso particular que existen en un proceso de vida largo. El perseguir "la fuente de la eterna juventud", produce sufrimientos y frustraciones; se traduce en una manera más de no aceptar la etapa de la vida que corresponde a todos los individuos que quieren vivir mucho tiempo. "La única manera de vivir mucho tiempo, es haciéndose viejo".

Existen personas de la 3a. edad que conservan una excelente salud, pero tienen que aceptar que el paso del tiempo en el cuerpo se hace sentir. *Goethe maravillaba a sus contemporáneos con su lozanía y se dice que su silueta nunca fue tan elegante como a los 60 años. A los 64 años podía pasar seis horas a caballo sin desmontar y a los 80 no tenía achaques. Sin embargo, uno de sus íntimos cuenta en su diario cuando Goethe tenía 82 años, que estuvo cerca de él por un período largo y lo escucho quejarse de su condición física. Lo cual nos llevaba a pensar o quizá a Goethe, en la necesidad de ir aceptando el envejecimiento en forma digna. Esto significa para nosotros, romper con la fantasía interna de verse a los 70 como si se tuviera 40 años.*

En la actualidad se sabe que tan importantes son las imágenes para producir efectos en los seres humanos. Una buena fotografía logra más que miles de palabras. Cuando Friedan empezó su investigación encontró algunas discrepancias entre imágenes y realidades en los recortes de periódicos y revistas que hablaban acerca de la edad madura. Por un lado, grandiosos reportes acerca de los éxitos acumulados para lograr una mayor esperanza de vida, y una ausencia total de imágenes de personas mayores de 65 años, sobre todo mujeres. Se hace publicidad para los viejos sin "imágenes feas". La autora percibió y observó una terrible obsesión con el problema de la edad y "como evitar que se note su avance". Se ha creado la "falsa necesidad" de seguir joven y delgado, muchas veces en contra de la constitución física de las personas, ya que no todos pueden ser igualmente delgados. Sin embargo, esa imagen ha producido las enfermedades mentales del final de milenio, anorexia nerviosa y bulimia que en su máximo grado, pueden llevar hasta la muerte.

Friedan detectó mucha propaganda para seguir siendo joven y como lograrlo con dietas, ejercicio, fórmulas químicas, cirugía plástica, cremas

humectantes, defensas psicológicas y, por encima de todo, una franca negación de la edad. No se hablaba de una mejor calidad de vida, sino de recetas "mágicas" para no envejecer. Comprendió que se había perdido el orgullo de haber llegado a viejo y era menester disimular lo más posible este proceso. La juventud era idolatrada y el sufrimiento al perderla inenarrable. En 1986 era difícil encontrar viejos en las revistas. Esta mística que daña la imagen de los viejos, implica cambiar el estereotipo de la belleza juvenil que cada individuo puede alcanzar durante períodos muy cortos de su vida, 10 o 20 años, por un concepto que reconozca la armonía del organismo en todas las edades y con características diferentes.

Ahora, la economía ha volteado su cara a este sector que puede ser explotado, ya que pueden gastar más por tener menos compromisos económicos que los jóvenes. (los que tienen poder económico.) En noviembre de 1999, por primera vez se observan anuncios en el anillo periférico con ancianos. En general, y dependiendo de la clase social, este grupo poblacional está más dispuesto a gastar ya que el tiempo que le queda es menor y la necesidad de acumular también disminuye. Los jóvenes tienen hijos pequeños que mantener, un patrimonio por formar y los ancianos han pasado esta etapa, por lo que se convierten en un blanco más apetecible para la economía. Por ejemplo, una estudiante que realiza un curso para mejorar las posibilidades de venta en la industria del vestido, solicitó permiso para asistir a las sesiones de trabajo terapéutico con los grupos de personas mayores; no sabía qué era la terapia ni los objetivos que se persiguen con las personas que asisten, lo único que era importante para ella, irónicamente, era cómo introducir nuevas formas de vestir en este grupo de edad. Desde luego no se le permitió la asistencia por ir en contra de las normas de confidencialidad y respeto hacia los pacientes que piden apoyo psicológico.

LA VEJEZ COMO UNA EXPERIENCIA DE VIDA.

En forma jocosa, un hombre de 63 años comentó, tengo 18 años y 45 de experiencia. La vejez en su forma más general, implica un gran número de experiencias y años vividos. La vejez es la continuación de un proceso de vida y está condicionado por la historia personal, es un cambio más en el recorrido que se inicia al nacer y se llega a esta etapa con una gran bolsa en la espalda que condiciona en forma importante la visión que cada uno tiene para su propia vejez y la dirección que le dará.

Esto, desde luego, incluye solamente aquella parte de la vida que es controlable, ya que como se sabe, existe el azar, el accidente y los factores que los hombres o las mujeres son incapaces de controlar. La incertidumbre rodea esta etapa de la vida. Esto es algo que sólo se comprueba con el paso de los años; en una sociedad regida por la razón instrumental y que se siente controladora de la naturaleza, aceptar la falta de control produce confusión. En un curso dado a trabajadores de la salud, una joven de 37 años discutía en forma acalorada que el ejercicio y una buena alimentación eran una forma de asegurarse una vejez feliz; ella no podía aceptar que su propio camino a la vejez y el de sus familiares, no era tan controlable como ella lo deseaba.

Existen pérdidas y sufrimientos acumulados que hay que digerir para diferenciar entre lo que tiene solución y lo que no la tiene, es necesario aprender a aceptar las pérdidas necesarias que nos han convertido en un viejo determinado y no en otro y hacer un uso adecuado de los recursos que se tienen. Esto se relaciona con la palabra cambio que significa una nueva manera de relacionarse consigo mismo y con los otros. Aceptar la propia vejez es un proceso doloroso y anterior a la muerte. Sin embargo, es gratificante saber que existen muchas personas que logran convertir

esta fase de la vida, en un proceso creativo y espiritual en el cual se pueden aprender muchas cosas y darle un sentido diferente a la existencia.

LA VEJEZ COMO CATEGORIA SOCIAL Y ECONOMICA.

La vejez se conceptualiza institucional y fisiológicamente. El proceso económico ha marcado una edad que difiere de la fisiológica y la fisiología no es igual en todos los individuos. La "vejez cronológica" definida por haber cumplido 60 o 65 años, se basa en las edades de retiro tradicionales e implica que todas las personas nacidas en la misma fecha comparten igualdad de circunstancias. La edad constituye un dato importante pero no determina la condición de todas las personas ya que habla de tiempo transcurrido, pero no de calidad de tiempo. Por otro lado, hay que diferenciar entre los 60 años y los 90 años, ya en algunos países se empieza a hablar de la 4a. edad. Rowe y Kahn hablan de los "viejos jóvenes" (entre 60 y 75 años más o menos) y de los "viejos viejos" (mayores de 75 años). El hecho de que la expectativa de vida se haya alargado colectivamente, nos reitera que se habla de un fenómeno social nuevo en la historia de la humanidad.

Desde la antigüedad, las esperanzas de vida han aumentado constantemente y el envejecimiento de la población ha cambiado las pirámides poblacionales. Cada vez hay más viejos que viven mucho tiempo y menos niños que nacen. Desde el siglo XVIII la proporción de viejos ha ido en aumento. En los Estados Unidos se habla de un 9%, mientras que esa proporción era de 2.5% en 1850 y 4.1% en 1900. En general, se puede decir que en todo el mundo el número de viejos aumenta. Otro dato interesante es que las mujeres viven más tiempo que los hombres.

Pueden ser descritos tres tipos de edades en el ser humano: a) la edad biológica que se refiere a la esperanza de vida; b) la edad psicológica que estudia las capacidades del individuo para una conducta adaptativa, y c) la edad social que se refiere a los roles que la sociedad marca en forma de expectativas y en relación con los miembros del grupo etario.¹⁹ Según Comfort, (1977), 75% de los cambios relacionados con la edad pueden ser atribuidos al envejecimiento social y son producto de nuestras creencias, prejuicios y conceptos erróneos sobre la vejez.

La "vejez funcional", refleja la asimilación y forma de vivir esta etapa del ciclo de vida y sus limitaciones como un proceso normal y natural; esto se ilustra con el hecho de que la mayoría de la población anciana no se halla impedida a pesar de algunas creencias comunes. Es usual la sorpresa que producen aquellos viejos de más de 75 años que se desenvuelven con la naturalidad y la funcionalidad requerida en este momento de su vida. Las reducciones de capacidad funcional normal, no imposibilitan una vida plena como persona, ya que los seres humanos no viven solo física y orgánicamente, sino que tienen capacidades psíquicas, mentales y sociales. Las barreras a la funcionalidad de los ancianos son fruto de las deformaciones y creencias sobre la vejez más que reflejo de deficiencias reales. (Moragás, 1991.)

A finales del milenio se presencia la existencia de la segunda madurez y vejez como una larga etapa de la vida, a veces puede durar más de 30 años, y se caracteriza por tener requerimientos distintos a los del resto de la población. De igual manera que los niños y adolescentes requieren instituciones adecuadas para su crecimiento y funcionamiento, los viejos también necesitan de una atención que les permita y facilite institucional y estructuralmente el tránsito por la última etapa de su existencia. De todas las etapas de la vida, la vejez es la que menos se

¹⁹ Krassoievitch Miguel. PSICOTERAPIA GERIATRICA. FCE, México, 1993.
ef

conoce, esto ha generado una serie de creencias y prejuicios que la convierten en aterradora, (locura senil, Alzheimer, Parkinson, etc.). Los porcentajes de enfermedad en la vejez son menores de lo que se piensa, aspecto sorprendente incluso para muchos investigadores y trabajadores de la salud.

Parece ser que a nadie le gusta irse de este mundo, pero esto es inevitable por lo que la psicoterapia puede estar enfocada a que este proceso sea lo mejor posible de acuerdo a las condiciones individuales y sociales. "Sólo hay acción e historia, es decir acciones tendientes a la conservación o la transformación de las estructuras, porque hay agentes, pero estos últimos únicamente son activos y eficaces en la medida en que no se reducen a lo que se entiende ordinariamente por la noción de individuo y que, como organismos socializados, están dotados de un conjunto de disposiciones que implican, al mismo tiempo, la propensión y la capacidad necesarias para entrar en el juego y participar en él"²⁰ Esto presupone la posibilidad de encaminar el proceso de vejez en forma individual.

Se puede definir la vejez, en forma ideal, como una etapa vital con características propias que acepta que el paso del tiempo produce efectos físicos, biológicos y psicológicos; esto da una especificidad a esta etapa y la diferencia de las anteriores. En mi opinión el aumento del número de ancianos, requiere de nuevas investigaciones e instituciones para poder atender este segmento poblacional.

TERCERA EDAD Y TECNOLOGIA.

En la antigüedad, los ancianos tenían un lugar destacado ya que habían logrado comprender aspectos de la vida y formaban parte de "los

consejos de ancianos" que servían de guía para los jóvenes. Esto era más cierto en las sociedades con pocos cambios tecnológicos y en donde el viejo podía enseñar al joven habilidades que le ayudaban en su propio proceso. En nuestra sociedad moderna y tecnologizada ha surgido la desvalorización del conocimiento de los viejos. Cuando los cambios tecnológicos son tan rápidos como están siendo, muchas de las experiencias acumuladas por los viejos no proporcionan soluciones a problemas actuales y el re-conocimiento de los ancianos es negado.

En muchas de las entrevistas realizadas se percibió que los ancianos no valoran sus experiencias de vida, cuyo valor como transmisiones orales pueden ser más ricas en conocimientos y emotividad que los áridos libros de historia. Estas pueden reflejar relatos y visiones personales muy enriquecedoras, pero la gran mayoría de las veces, no se aprecian en profundidad. Es muy difícil hacer entender a las nuevas generaciones que a pesar del progreso de la tecnología, existen procesos existenciales que no han cambiado y en muchas ocasiones la sabiduría antigua puede ayudar a dar sentido a nuestra vida. No es casual, el retorno de lo "olvidado y menospreciado" en grandes segmentos poblacionales del mundo contemporáneo. Se observa el re-surgimiento de prácticas religiosas, míticas y místicas, tanto de oriente como occidente: (budismo, hatha yoga, kundalini yoga, Karma yoga, entre otras, por un lado y formas variadas de las religiones tradicionales occidentales judaísmo, cristianismo, catolicismo, protestantismo, mahometanismo, etc. por el otro) Conviven formas simbólicas antiguas con los más grandes adelantos tecnológicos modernos.

Muchos viejos y viejas, han abandonado sus costumbres místicas y religiosas y se quedan a la mitad de la nada, ya que tampoco tienen acceso al mundo tecnológico. Existe el envejecimiento cultural del cual nos habla

²⁰ Bordieu, P. RESPUESTAS...pg.25

Bobbio y el cual se describe como una falta de entendimiento ante el avance tecnológico. Estamos viviendo un final de siglo con numerosos cambios en la velocidad con que se vive. Nos enfrentamos a la transformación de la experiencia cotidiana debido a los cambios tecnológicos; estos han producido una alteración radical en la forma de vivir. Los avances realizados en el campo de la radio, el teléfono, el transporte, la televisión, la transmisión vía satélite, las computadoras, los faxes, han producido diferencias importantes entre los jóvenes y los viejos. Incluso hay autores que ya marcan diferencias importantes en la forma del pensamiento del *homo-symbolicus* y el *homo-videns* y *homo-ciber* ante la excesiva influencia televisiva; el hombre va perdiendo su capacidad de abstracción ante la concreción de los signos televisivos.²¹

En un mundo donde la valoración personal tiene relación con el manejo de los objetos modernos, muchos viejos no son tomados en cuenta ya que no tienen acceso a esta tecnología moderna. ¿Es más joven el que calienta una tortilla en el horno microondas que quien lo hace en el comal? Sin embargo, algunos viejos se sienten mal por no poder integrarse al avance de la tecnología. Pedro, 78 años, amante de la música clásica, se privaba de este gusto por que le daba vergüenza confesar a sus hijos que no podía manejar el aparato de radio tan sofisticado que le habían regalado; en un momento de enojo gritó: *porqué se llevaron mi aparato viejo, que me permitía escuchar música con sólo apretar un botón en vez de los cuatro que tengo que apretar ahora...* El mito del "viejo sabio" ha sido sustituido, en ocasiones, por el experto en el manejo de aparatos modernos y surge la pregunta ¿Es "sabio" un tecnócrata?

Es un equívoco comparar conocimientos tradicionales de ancianos frente al saber contemporáneo del joven como si aprovechar uno implicara

²¹ Sartori, Giovanni. HOMO VIDENS. La Sociedad Teledirigida. Edit. Taurus, Madrid, 1998

negar el otro. El joven puede ser experto en aspectos técnicos pero el viejo sabe acerca de la vida, ya que existen problemas eternos en la historia humana que los viejos comprenden mejor que los jóvenes: origen y destino, trascendencia, dolor y felicidad, y los viejos ya han roto con muchas utopías y fantasías de la ideología moderna. Por ejemplo, la fantasía de una búsqueda constante de placer que evite el dolor y que produce una falta de madurez. Los hombres y mujeres van perdiendo paulatinamente la fuerza para enfrentar la vida y solamente aquellos que comprenden la polaridad entre fuerza y debilidad, alegría y tristeza, aceptan los propios temores, pueden salir con mayor armonía; un resumen de las pérdidas y ganancias.

En un mundo donde es difícil sumar las alternativas, donde las cosas son blancas o negras en vez de grises, se contraponen los conocimientos de los jóvenes con los de los viejos en vez de integrarlos. Lo importante de la experiencia vital de los viejos se puede integrar con la capacidad de innovación e iniciativa de los jóvenes y formar un todo integral. La esencia del hombre contemporáneo no difiere radicalmente del pasado aunque haya sido manipulado y distanciado de su espiritualidad. El hombre moderno, se piensa diferente de sus abuelos, lo cual lo enorgullece, pero lo que se encuentra con facilidad es un hombre idéntico en sus miedos y pasiones, que no sabe valorar su sabiduría, herencia del paso del tiempo.

Norberto Bobbio, figura central del pensamiento político de este siglo comparte sus experiencias de viejo.²² Dice que el umbral de la vejez se ha postergado casi dos decenios, los sesentones son sólo viejos en el sentido burocrático, y que han alcanzado el derecho a jubilarse. La vejez fisiológica empieza al aproximarse a los 80 años. Habla del marginamiento de los viejos en sociedades tecnológicas como la actual. En las sociedades desarrolladas la transformación cada vez más rápida de los hábitos y de las

artes, la relación entre los que saben y los que no saben se ha ampliado. El viejo, cada vez más, es aquel que no sabe, frente a los jóvenes que sí saben, y saben porque tienen una mayor facilidad para aprender. Esto es lo que denomina "envejecimiento cultural". Bobbio agrega que hay algunas obras filosóficas, literarias, artísticas que ya no entiende y se aleja de ellas por no comprenderlas. Por otro lado, también el viejo puede prescindir de esos avances con más facilidad que el joven ya que tiene la posibilidad de preocuparse por su interior, sin tantos *compromisos externos*.

Vejez, envejecimiento, ancianidad, ¿procesos vitales o etiquetas temibles que pueden convertir a un adulto activo en un inútil pasivo?. Los términos son relativos y cada cual los utiliza de forma diferente. No existe una vejez igual entre dos individuos orgánicamente diferentes y la historia personal contribuye a una diferenciación entre los viejos que pertenecen a la generalización de LA VEJEZ DE FINALES DEL MILENIO.

El trabajo terapéutico con el anciano y su familia es determinante y va desde lo funcional hasta lo disfuncional. Cómo ayudar a la familia con un enfermo crónico, y como ayudarlos a manejar la vejez de padres y abuelos cada vez más frecuente. La familia tiene que cambiar su funcionamiento cuando surgen las crisis familiares relacionados con los viejos y ancianos. También es importante tener en cuenta los problemas ocasionados por la migración y los sentimientos de culpa y de tristeza cuando se han dejado a los viejos desamparados, o enfermos en países lejanos. Este es un tema que se puede ampliar, pero hay que enfatizar en la necesidad de los viejos de vincularse con personas que vivan cerca. Un grupo de personas mayores, decidió facilitar algún cuarto de su casa a jóvenes que provienen de provincia y no tienen donde vivir; comentaban que esto les daba una posibilidad de relacionarse con gente joven y adquirir nuevos amigos. Este comentario es diferente al de muchos sujetos

²² DE SENECTUTE. (La Jornada Semanal, 22 de junio de 1997).

añosos, que no quieren nada con la juventud "porque no tienen valores". ¡La flexibilidad implica aprender de todo y todos lo que nos rodea! Me parece importante que tanto los jóvenes aprendan de los viejos, como que estos tengan apertura para aprender de esos jóvenes que también tienen mucho para compartir con los ancianos. En sus procesos de vida han estado insertos en contextos culturales y tecnológicos muy diferentes.

Nuestros padres envejecen y viven mucho más tiempo. En los países industriales avanzados alcanzan y a menudo superan los 80 años. Queda lejos la época en que los ancianos eran un grupo de sabios, ricos en experiencias, guardianes de las tradiciones y portadores del saber y de las técnicas acumulados en el curso del tiempo. En el siglo XVII se era viejo a los 40 años. A finales de milenio, muchas personas de 60 y 70 años, aún se sienten jóvenes. Esto lleva a pensar que una mayoría de personas entre los 40 y 50 años, después de ser padres y abuelos, se convertirán en bisabuelos. (Camdessus y otros, 1995). La lectura de este párrafo nos hace reflexionar nuevamente en esa gran necesidad que está surgiendo para la re-educación para ser viejo y vivir con viejos.

La hecho de envejecer es irreversible y produce sentimientos ambivalentes en sí mismo y en los otros. Para los hijos, los padres viejos son la continuación de los que fueron cuando eran jóvenes y la ambivalencia de odio y amor puede aumentar o salir a la luz, en el momento en que el poder de los hijos es mayor que el de los padres. ¡Cuándo te necesité no estabas! ¡Ahora que tú me necesitas soy yo el que no está! . Debido a la satanización de la vejez, muchos ancianos y ancianas, no se ven a sí mismos como lo que son. Muchos de ellos que viven una vejez adecuada se quitan los años para hacer creer a los demás que son más jóvenes y evitar "la vergüenza de ser viejos". Rosario llega a terapia por una enfermedad degenerativa que adquirió. En el momento en que llega, el daño es aún leve y su presencia física es muy agradable. Ella

dice que tiene 64 años pero cuando asiste su hermana Rosalía a la sesión y se le pregunta su edad, se observa, a través del espejo como Rosario pateaba disimuladamente a su hermana, para que no "la eche de cabeza". Rosalía no entiende el mensaje no verbal, y dice que tiene 64 años, y que es cinco años menor que su hermana, lo cual nos aclara la patadita no comprendida por la hermana menor.

Lucía tiene 86 años y una vida bastante creativa; sin embargo, dice que no quiere formar parte de un grupo de 3a. edad, porque no está vieja; esta pertenencia le facilitaría el transporte a algunas actividades a las cuales no asiste por no "tener con quién acudir" ya que sus hijos viven lejos de ella y el trabajo les impide una mayor frecuencia física con su madre. Le cuesta trabajo verse como una vieja con características diferentes a las que se marcan en forma peyorativa en la sociedad. El sinónimo entre vejez y decrepitud, no lo ha podido cambiar a pesar de ser un ejemplo vivo de que se puede ser viejo y no decrepito. Este proceso fue uno de los objetivos del proceso terapéutico iniciado con ella, ya que tendría beneficios al asistir al grupo. En este grupo existe servicio de transporte que facilitan la asistencia al lugar de reunión.

La "vejez normal y natural", (no sin diferencias individuales), tiene como características generales, mayor serenidad de juicio, experiencia, madurez vital y perspectiva de la historia personal y social que compensan las limitaciones de la naturaleza humana que conlleva el paso del tiempo. Se puede convertir en una fase positiva de desarrollo individual y social, aceptando que algunas actividades que requieren de la fuerza juvenil, no tienen que ser ejecutadas por ellos. Esta aceptación, también da mayor libertad a los viejos para dedicar su tiempo a aquello que nunca se pudo hacer por tener otro tipo de obligaciones sociales y familiares.

Las personas "añosas" (ageing) tienen la posibilidad de utilizar recursos propios que han permanecido inactivos ante las exigencias sociales y familiares de la juventud. Aquellos que logran romper con reglas y conductas que han tenido durante gran parte de su vida, han logrado enfilar su vida en otra dirección. No todas las personas tienen que cambiar el tipo de actividad, esto depende del gusto y funcionalidad actual de la misma. Algunas mujeres comentan que ahora pueden asistir a algunas reuniones sin la preocupación de atender a sus hijos como cuando estos eran pequeños. Los hombres que se dan el permiso de disfrutar, están contentos porque los horarios de trabajo han desaparecido y dedican su tiempo al Hobby o entretenimiento que les conviene.

La ancianidad constituye una etapa de la vida que puede tener elementos de desarrollo personal, aunque este desarrollo vaya en dirección contraria a los valores predominantes en la sociedad actual: fuerza, trabajo, poder económico y político. Una sociedad madura y democrática tiene que aceptar cada vez más, los valores de las minorías, sean o no económicamente activas

LA VEJEZ COMO "INICIACION".

Jung entre otros, sostiene que en la primera mitad de la vida sobreviene una crisis que lleva al individuo entrar en un mayor contacto consigo mismo y redefinir el camino de su vida. Así la ancianidad puede ser vista como un replanteamiento claro de la razón última de la vida que se aproxima a su fin, apareciendo la realidad de la muerte y los interrogantes en torno a la misma. Esto implica una forma de conciencia que no se tiene en la juventud. La muerte en Occidente es percibida como algo negativo y tabú, no se habla de ella a pesar de que es inevitable. La identificación

ancianidad-muerte es automática y esta es otra razón más, inconsciente, que conforma una visión negativa de la vejez.

Erick Erickson, dividió el proceso de la vida en ocho etapas y muestra como en cada una de ellas hay crisis que el individuo supera en forma positiva o negativa y esa resolución condiciona el estilo de vida durante esa época. En ésta última etapa de la vida, dice que la crisis que surge es la resolución de la polaridad entre la INTEGRIDAD VS. LA DESESPERACIÓN. Desesperación al saber que falta menos que nunca y hay muchas cosas que no se hicieron ni se podrán hacer. La integridad surge al ubicarse en el tiempo histórico, vida de trabajo y productividad nueva y anterior, funciones en la familia y en la sociedad. Una solución regular de este dilema, produce la sabiduría para vivir ésta última etapa, ya que el individuo ha comprendido que su vida tiene fin y que este proceso implica saber renunciar.

La persona que ha alcanzado la integridad sabe defender con dignidad su momento de vida y en su propio estilo, se defiende contra toda amenaza física o económica; este proceso no es fácil ya que no solamente incluye al anciano, sino a su entorno social, que no siempre favorece el acomodo de los ancianos. En forma general, se puede decir que los ancianos son una continuación de su vida anterior, cuando están sanos, cuando el medio ambiente lo propicia. "Genio y figura hasta la sepultura", y habría que añadir si el medio que rodea al anciano lo propicia. En la ancianidad se tendrá la personalidad propia más lo que el medio ambiente propicie, favoreciendo o entorpeciendo actitudes negativas o positivas. Un anciano o anciana bien visto va a tener mayor posibilidades de armonía que un anciano o anciana que vive maltrato.

Como se puede ver, la vejez puede ser vista y vivida desde distintos lugares. *Carl Whitaker* dijo a los 80 años, "la vejez es un período

maravilloso y lo único malo que tiene es que hay que esperar mucho tiempo para llegar a él" agrega..."la juventud es una pesadilla de dudas; La edad mediana es un maratón sudoroso de picar piedras, y la vejez es el goce gracioso de una danza con buena coreografía, (tal vez con algo de rigidez en las articulaciones, pero la puntualidad y la sutileza son automáticas, no estudiadas). La vejez es sin duda un goce, sabe más de lo que puede decir, y lo mejor de todo, ¡tiene poca necesidad de decirlo!. Cada vez más la vida es para vivirla".²³

Parece ser que se empieza a cambiar la falsa creencia de "los ancianos y ancianas están limitados en sus aptitudes" por que "en la ancianidad surgen nuevas alternativas y posibilidades para los seres humanos". La vejez es una etapa en la cual surgen potencialidades diferentes a las de los jóvenes, sin que esta diferencia implique un juicio de valor. Esto implica un cambio de largo alcance en la forma de pensar y sentir; esto ayuda para no ser empleado y usado como instrumento que produce ganancias en un sistema productivo que reprime y manipula al individuo para favorecer su sistema de ganancias.

Kennet Gergen sostiene que la saturación social acarrea un menoscabo general de la premisa sobre la existencia de un solo YO, verdadero y reconocible y cada "verdad" se ve relativizada por la conciencia simultánea de otras opciones. Cada verdad sobre nosotros mismos es una construcción momentánea, válida sólo para una época determinada y en la trama de ciertas relaciones.²⁴ La posibilidad de nuevas alternativas y posibilidades son múltiples y se relacionan con las condiciones sociales del momento y conviven al mismo tiempo con el gran temor que se vive internamente, de una destrucción total. Los teóricos de

²³ Wítaker, Carl. *MEDITACIONES NOCTURNAS DE UN TERAPEUTA FAMILIAR*. Edit. Paidós, España, 1992.

²⁴ Gergen K. *ÉL YO SATURADO*. Dilemas de Identidad en el mundo contemporáneo. Edit. Paidós, 1992.

la Escuela de Francfort abren la reflexión para romper con la unidimensionalidad. En la actualidad, treinta años después, la legitimación de los valores de los otros, de los pequeños grupos, es una nueva alternativa social que se da aunque sea en pequeñas proporciones. Una valoración diferente de la última etapa de la vida implica un gran respeto a las diferencias y una valoración de los valores internos y externos, muchos de ellos eternos, que han sobrevivido a lo largo de la historia de la humanidad aunque estén enterrados y disfrazados.

El fenómeno de la vejez se ha dado a lo largo de la historia de la humanidad aunque en este momento histórico social tiene características diferentes a la vejez de otras épocas. Se han expuesto algunos conceptos teóricos y testimonios vivos para poder comprender algunas de las situaciones que se están dando en la actualidad y facilitan una mejor comprensión de nuestro objeto de estudio. Los conceptos elaborados se explican siguiendo la metodología de las ciencias sociales para darles mayor legitimidad. Estos pueden servir como guía a todos lo que se relacionan con este grupo poblacional, tanto a nivel familiar, social y profesional.

Algunas definiciones comunes, con las que no concuerdo, son las que se han hecho tomando en cuenta aquellas características humanas que se van perdiendo durante el proceso de vida; se habla de lo que falta y no se toman en cuenta las posibilidades que, como se ha comprobado, pueden convertir la vejez en una etapa creativa. Ante la excesiva valoración que se da a la belleza y fuerza física, la juventud, la edad cronológica y otros factores que suman pérdidas en la vejez, surge la negación de la misma, la confusión entre enfermedad y vejez y un deseo inútil de seguir siendo joven.

Las definiciones peyorativas que se escuchan frecuentemente, no facilitan la simbolización adecuada para crear una imagen deseable de esa etapa de la vida, tanto para los sujetos añosos como los que les rodean. Se explicó como funciona la capacidad humana de simbolizar y sus efectos en la cosmovisión que tiene cada ser humano. Un visión diferente de este proceso saca a relucir la mayor serenidad de juicio que adquieren algunos sujetos de la tercera edad, las ventajas de la experiencia de vida que permite elaborar una perspectiva de la historia personal y social de cada uno de los individuos. Un problema es problema solamente cuando es categorizado de esa manera.

Este nivel de análisis se sitúa en un mundo globalizado, en donde los lugares comunes han ido cambiando, y el ser humano ha tenido que adaptarse a ese mundo de la modernidad, con una gran pérdida de sus afectos y emociones, de su espiritualidad, dando prioridad a la razón instrumental. En el siguiente capítulo analizaremos algunas variables propias de la modernidad y se harán ciertas definiciones para mejor comprender ese mundo que nos está tocando vivir.

CAPITULO II

MODERNIDAD Y VEJEZ. Globalización, Pérdida de la Identidad e Intolerancia.

EL MUNDO EN QUE VIVIMOS.

Las definiciones que se han hecho del concepto de vejez son múltiples y complementarias por lo que en este capítulo se van a analizar aquellos hechos sociales que permiten comprender algunas facetas de la época que transcurre y dan un significado especial al fenómeno de la tercera edad y cuarta edad. La modernidad tardía que se está viviendo, produce un movimiento y rapidez en la forma de vida diferente de lo que existía entre 1920 y 1940. Esto no es un hecho del cual toman conciencia, y sin embargo les produce desazón y sufrimientos. Los conceptos que dan cuenta del mundo en que vivimos, son múltiples. Usaré algunas definiciones que en mi opinión, permiten una mejor comprensión de ciertos fenómenos sociales de finales y principios de siglo. Entre la gama de conceptos que definen el final del milenio, están los de capitalismo tardío, "modernidad y posmodernidad", "globalización", postradicional, mundo de trabajo, etc. Anthony Giddens considera el término modernidad equivalente a la expresión "mundo industrializado".

Las dos grandes corrientes de teoría social, el Marxismo y el Estructural Funcionalismo, fueron insuficientes para dar cuenta de las transformaciones de las sociedades modernas; tanto los marxistas como los no marxistas han llegado a aceptar la creencia general de que en algún punto después de la Segunda Guerra Mundial empezó a emerger una nueva clase de sociedad (postindustrial, capitalismo multinacional, sociedad de consumo, sociedad de los medios de comunicación, etc.) Lo que se observa son nuevos tipos de consumo, un desuso planificado de objetos, cambios cada vez más rápidos en las modas y en los estilos de los objetos. Asimismo, se observa la penetración de la publicidad, la televisión y los medios de comunicación de masas hasta un grado sin paralelo en la historia. Los logros tecnológicos a lo largo

del siglo han producido una alteración radical en nuestra forma de vida, de comunicación y en nuestra identidad. Las relaciones sociales y familiares han ido cambiando en el tiempo y en el espacio, pero esto no ha promovido hombres y mujeres más felices y tranquilos, en ninguna edad. Se observa una forma de modernización que asume, "la tradición de la modernidad, la gran tradición no tradicional". , Llamado "proyecto moderno". Este parecía estar centrado sobre la emancipación y pretendía darle al hombre una mayor libertad y al decir de muchos estudiosos del tema ha fracasado. Se han tratado de ponérsele nuevos parámetros que se conocen con el nombre de post-modernismo, postraditionalismo, etc. La idea puede ser vista como una forma de retomar el proceso modernista haciéndole algunas correcciones, para hacerlo funcionar. Por otro lado, encontramos quienes se oponen completamente a la modernidad aduciendo que la única salvación para el planeta sería cambiando este rumbo que solamente valora la eficiencia y eficacia, para un mayor y total control de la naturaleza. Proyecto irrealizable.

A principios de la década de los ochenta Jürgen Habermas¹ pronuncia su famoso discurso "La modernidad un proyecto inacabado" con el cual se desata el debate conocido como modernidad y posmodernidad en el ámbito de la cultura. Retomando a Solares (1995), se recuerda que la noción de posmodernidad fue utilizada por primera vez en los escritos del historiador inglés Arnold Toynbee, en 1946, sin que los sociólogos e historiadores le dieran mayor atención, los poetas, artistas y críticos literarios si lo hicieron así. Es hasta la década de los sesenta, en que esta noción comenzó a ganar importancia en Estados Unidos. El término se asoció al movimiento de la contracultura y a la posibilidad de haber dejado atrás la fase de desastres producidos por la irracionalidad económica y las guerras. El uso excesivo del término, no aclaró su significado sino que solamente produjo numerosos debates y confusión.²

Según Bell, el agotamiento de la cultura modernista antiburguesa se debe a su amplia aceptación y consiguiente banalización. En las últimas décadas se han adoptado

¹ Habermas Jürgen. LA MODERNIDAD, UN PROYECTO INCOMPLETO. Edit. Kairos, España, 1988.

² Solares, Blanca. TU CABELLO DE ORO MARGARETE... fragmentos sobre odio, resistencia y modernidad. Edit. Miguel Angel Porrúa, México 1995, pg. 122.

patrones antinómicos y desviantes de la imaginación que han triunfado y han sido adoptados por una minoría intelectual que aumenta. El hedonismo POP, el culto del disfrute instantáneo, la moral de lo divertido, y la confusión generalizada entre la autorrealización y la simple autogratificación, tiene su origen no en la cultura del modernismo, sino en el capitalismo que busca y alienta el consumo, la movilidad social, y la búsqueda del status. Se observan como formas complementarias del consumo compulsivo, el miedo al aburrimiento y la necesidad de una salida³ se hace inminente. Estamos viviendo una etapa histórica en que las personas viven con mayores expectativas de felicidad, - utópicas y llenas de fantasía-, con graves problemas por la frustración que implica el no lograr esos niveles fantaseados, y donde el temor al aburrimiento o tedio es tan grande que cada vez se inventan más cosas que hacer para evitar los sentimientos "desagradables", que llegan a pesar de todo. La reflexión interna y externa, están prohibidas ya que cuando se hacen surge el cuestionamiento del sistema. Esto, por cuestiones laborales, familiares, biológicas, psicológicas y sociales, se complica en la tercera edad, debido a que la organización del sistema de vida cotidiana cambia y la experiencia de vida; en muchas ocasiones, también cambia la forma de pensar.

La etapa que transcurre es el triunfo del principio de la inmediatez-inmediatez de acceso, de efecto, belleza instantánea que encuentra mayores dificultades de realizarse conforme el tiempo y la edad avanzan; la profundidad y seriedad son evitadas. La reflexión que implica salirse de esa banalidad es muy complicada y se requiere mucha fortaleza interna para lograrlo y este proceso tiene que ser más profundo en la última etapa de la vida, ya que es cuando menos se pueden cumplir con esas metas y, muchas veces, el aburrimiento o la tristeza ante el final de la vida también se incrementa. Los polos marcados por los niveles de riqueza y pobreza, son cada vez mayores, la pobreza mundial convive con niveles de riqueza enormes e incalculables. Daniel Bell, en su libro "Las contradicciones culturales del Capitalismo", argumenta que la crisis de las sociedades desarrolladas de occidente se remontan a una división entre cultura y sociedad. Agrega que debido a las fuerzas del modernismo, el principio del

³ Calinescu, Matei. CINCO CARAS DE LA MODERNIDAD. Edit. Tecnos, Madrid 1986. Pg. 18

desarrollo y expresión ilimitados de la personalidad propia, la exigencia de una auténtica experiencia personal y el subjetivismo de una sensibilidad hiperestimulada han llegado a ser dominantes y sostiene que este temperamento desencadena motivos hedonísticos irreconciliables con la disciplina requerida para la vida profesional en sociedad y no se retoman los valores espirituales y religiosos. Se crea una insatisfacción y frustración que ha convertido a los seres humanos en entes anhelantes de todo; anhelos que se convierten en corporales y psicológicos.⁴ Esto produce una constante frustración y las personas sufren y se enferman ante la carencia de los objetos y satisfactores publicitados si es que no existe un proceso cuestionador que permita apartarse de esa forma de pensamiento. Esto implica dar fuerza a las emociones y sensaciones bloqueadas por el excesivo razonamiento y racionalización.

El capitalismo tardío, el final del milenio, y/o el posmodernismo está inmerso en formas de consumo multinacional. Jameson, 1982, dice que todo nuestro sistema social contemporáneo ha empezado a perder su capacidad de retener su propio pasado, ha empezado a vivir en un presente perpetuo y en un perpetuo cambio que arrasa tradiciones.⁵ Se observa la sustitución de la antigua tensión entre la ciudad y el campo, el centro y la provincia; se presencia el desarrollo de grandes redes de autopistas y la llegada de la cultura del automóvil. Lo descrito son solamente algunos rasgos que parecen señalar una ruptura radical con la sociedad anterior a la guerra. Cuando se escuchan relatos, o se ven películas que muestran el "mundo perdido", casi siempre sobreviene la nostalgia ante el pasado y la incertidumbre angustiosa del presente.

Jurgen Habermas⁶ dice que en este siglo XX, se han marcado tres grandes tendencias de larga duración: *el desarrollo demográfico*, que nos lleva a observar que desde principios del siglo XIX comenzó en Europa un crecimiento vertiginoso de la población que se ha extendido a los países del "tercer mundo" desde mediados de este siglo. *Los cambios en el mundo del trabajo* debido a la introducción de métodos de producción que ahorran cada vez más trabajo y que tienen como resultado un aumento

⁴ Foster, Habermas, Baudrillard y otros... LA POSMODERNIDAD, Edit. Kairos, España 1988. Pg. 23

⁵ Idem 3 pg. 185

⁶ Habermas, Jurgen. NUESTRO BREVE SIGLO. Nexos 248, México agosto 1998.

en la productividad que se inició en forma general, desde la revolución industrial de Inglaterra en el s. XVIII. La masa de la población trabajadora que desde hace siglos laboraba en el campo, se desplaza primero al sector secundario, la industria productora de bienes, luego al sector terciario, el del comercio, el transporte y los servicios. Habermas sostiene que en las sociedades postindustriales, se ha desarrollado un cuarto sector, el del conocimiento especializado que domina muchas actividades y sectores, como las industrias high-tech, los bancos o la administración pública, que requieren un constante avance en los sistemas de informática; Estos son fenómenos que marcan de una forma especial el fenómeno del envejecimiento de la población.

Más del 40% de la población mundial vive hoy en las grandes ciudades y este proceso ha destruido la forma de vida urbana que se originó en la antigua Europa. Las ciudades modernas como México y Tokio, Calcuta y Sao Paulo, entre otras, han transformado irreversiblemente las dimensiones comunes de la ciudad. Durante este siglo, la ciudad de México ha sufrido una profunda transformación y ha experimentado cambios en todos los aspectos; muchas personas que nacieron hace más de 60 años, no reconocen la ciudad en la que vivieron, lo cual los confina y no les permite una mayor movilización; se ha convertido en una localidad atrapada por estímulos y condiciones que son adversos al desarrollo comunitario y social. Cuando los padres viven en colonias distantes de sus hijos o nietos, la convivencia se hace más difícil por el tiempo que se tarda en recorrer esas distancias, y muchas veces los viejos o viejas lo viven como un abandono familiar y no asumen que no es falta de amor, sino falta de tiempo lo que hace menos frecuente la convivencia.

En las condiciones sociales modernas, es raro que los grupos familiares sigan residiendo en el mismo lugar. En el área rural o entre algunos pocos grupos aristocráticos residuales, en contraste, hay aún casas donde han vivido los miembros de la misma familia durante largos períodos e incluso siglos. Pero para la masa de la población este fenómeno es prácticamente desconocido y la noción de antepasados tan fundamental en la vida de muchas personas en condiciones anteriores a la modernidad, es difusa y difícil de recuperar. Los estilos de vida se estructuran en torno a "umbrales

de experiencia abiertos”, más que alrededor de situaciones de paso ritualizadas; el ritual es en sí mismo un referente externo que estructura internamente y los observadores sociales insisten en el declive de las actividades rituales en relación con ciertos momentos de transición en la vida: nacimiento, adolescencia, matrimonio, muerte, etc. Los rituales y las tradiciones han sido un importante apoyo psicológico a la capacidad con que cuenta el individuo para superar los tránsitos de una etapa de vida a otra. Los rituales han decrecido en el mundo en relación con los principales momentos de transición de la vida y la función estructuradora que estos tenían en los individuos se echan de menos.⁷

Por otro lado, estamos viviendo en un mundo de inmensas subculturas que separan a las familias. En estas subculturas se crean formas de lenguaje y relación, en donde el otro, que no tiene la misma cosmovisión, queda fuera y se siente aislado. Las relaciones y cosmovisiones afines, crean tipos de lenguaje que nos son accesibles a todos. Por ejemplo, una persona religiosa tiene pocas formas de relación con alguien que no lo es; aquel que se vive como liberal, encuentra pocos puentes con quien se vive como conservador; un intelectual tiene pocas cosas que escuchar o hablar con quien no tiene su misma formación. Se han abierto tantos caminos que surge la necesidad de encontrar puentes que ayuden a entrar en contacto a las personas que tienen diferentes formas de ver la realidad y hablan distintos lenguajes ya que el lenguaje está inserto en las distintas formas de relación que le da un significado particular. Estas ideologías separan muchas veces a los hijos de los padres y abuelos, por no tener la capacidad de encontrar la manera de convivir aunque se tengan distintos enfoques de la vida, tanto material como espiritual.

A finales de milenio son muchas las ideas que se tienen que integrar con el pensamiento nuevo y no siempre se tiene la capacidad de hacerlo. Carlos, tiene 67 años y viene a terapia con su esposa Elvira de 62. La demanda es porque Carlos está muy triste y esa tristeza le va minando su salud física. La hija, Rosaura, que fue la que pidió la sesión está muy preocupada por ese hecho y dice que ella piensa que esto

⁷ Giddens, Anthony. MODERNIDAD E IDENTIDAD DEL YO. Edit. Península, Barcelona 1997. Pg. 189

tiene que ver con su hermano menor, Tito. La sola mención de este nombre hace que la pareja empiece a discutir y surge como tema predominante, la homosexualidad de Tito, quien tiene una pareja y habló de este tema "intocable" con sus padres. Carlos sale de su habitual mutismo y se enciende diciendo: *"en mi casa no entran los maricones..."* Elvia, con temor dice: *Carlos tienes que entender que es mi hijo, igual que los demás y sólo Dios sabe porque lo hizo de esa manera, tan distinto a lo que nosotros habíamos pensado para él. Sin embargo lo quiero igual que antes y no estoy dispuesta a perderlo....* El proceso terapéutico tuvo como finalidad dar ayuda a esta familia, sobre todo los padres para manejar un problema que como dijo Carlos posteriormente: esto antiguamente no se daba, y es muy doloroso enfrentarse a un suceso como el que nos tocó con nuestro hijo Tito. Este es un ejemplo de los muchos que se pueden citar y en donde los padres "añosos", tienen que manejar creencias e ideologías arraigadas en ellos y que de no hacerlo, los separan definitivamente de sus hijos. El pensar "yo tengo la razón" no permite abrirse a las ideas del otro para un entendimiento, que no necesariamente implica cambiar la forma del pensamiento, pero sí respetar el pensamiento que difiere del propio. Estas separaciones de las familias se dan en todas las edades pero tiene una connotación importante en la relación con los viejos y viejas. Si estos, no tienen con quien relacionarse empiezan a encerrarse en sí mismos ante la incomprensión de los otros, su autoestima se deteriora y las redes van escaseando. dado que es un grupo que por un proceso de vida natural, pierde más relaciones que los otros.

CIBERNETICA Y ALIENACIÓN.

En este siglo, se observa que el transporte de personas y bienes de consumo, es cada vez más rápido y que en forma subjetiva se han reducido las distancias. La conciencia del tiempo y el espacio ha sido transformada por las nuevas técnicas de transmisión, acumulación y procesamiento de datos e informaciones. La imprenta significó una de las influencias más importantes en la vida moderna; los primeros diarios de noticias, revistas y publicaciones periódicas fueron de importancia principal para llevar a término la separación entre el espacio y el tiempo y esto se convirtió en

fenómeno universal por la integración de medios electrónicos. El teléfono, el telégrafo, los aviones, los medios electrónicos, etc., han contribuido a la expansión de los sucesos locales hacia otros países. Así, la forma de comunicarse a través de las grandes distancias y de viajar ha cambiado sustancialmente, y aunque las distancias sean las mismas, el tiempo en que se recorren ha disminuido considerablemente. A principios de siglo se necesitaban entre 2 y 3 semanas para viajar a Europa o Asia, ahora se hace en menos de 24 horas. Hay quien puede desayunar en América y cenar en Europa o África, regresando uno o dos días después al país de procedencia.

De forma paradójica, el transporte en las grandes ciudades se ha convertido en un grave problema de tiempo, y distancias cortas se recorren en mucho tiempo debido a los graves congestionamientos. Para muchas personas mayores, el moverse por las ciudades donde han vivido, se ha convertido en un problema debido a los cambios ocurridos con el tráfico vehicular. En la ciudad de México, el transportarse de Satélite a Coyoacán, se convierte en toda una aventura que requiere un tiempo que no siempre se tiene y para muchas personas "añosas" es más difícil si no tienen automóvil. Esto que parece trivial, se convierte en un conflicto para los ancianos y sus familiares..

Las imágenes visuales presentadas por la televisión, el cine y los videos crean redes de experiencia mediada inalcanzables por la palabra impresa. Esto provoca la intromisión de sucesos distantes en la conciencia cotidiana y en ocasiones una inversión de la realidad en donde el objeto y el suceso real tienen una existencia menos concreta que sus representaciones en los medios de comunicación. Las guerras, la violencia, el dolor humano se vuelven naturales y se endurecen las reacciones de muchas personas ante el dolor real y el sufrimiento de las personas que los rodean. Existe poca empatía ante el dolor de los otros, se ha "naturalizado" la violencia. La modernidad tardía ha producido una situación en la que el género humano se ha convertido en un "nosotros" que se enfrenta con problemas y posibilidades donde no existen "los otros".⁸

⁸ Giddens, Anthony, IDEM 6. Pg. 190
ef

Genaro, 68 años, tuvo un accidente y requirió de una operación en su pierna derecha, por lo que tuvo que usar muleta por un tiempo, ya que el médico le prohibió pisar con esa pierna. Estaba sorprendido y dolido ante actitud de su nieto Mauricio, que vive frente a su casa, y con el cual lleva una relación buena. Él decía que nunca pensó que Mauricio fuera tan insensible. El muchacho tiene 11 años y quiere mucho a su abuelo pero cuando su abuelo requirió de su ayuda él le contestó: *Abuelo tienes que aprender a valerte por ti mismo...aunque estés con muletas, ya que en la televisión he visto personas más enfermas que tú que lo pueden hacer.* El hecho de ver ciertas escenas en la televisión lo insensibilizó ante la incapacidad de Genaro para realizar ciertas actividades cotidianas, ya que tenía sus manos ocupadas con las muletas. Se le pidió a Mauricio que caminara con las muletas y sorprendido comentó: *“es mentira lo que plantean en la película que vi, ya que al agarrar las muletas es como si no tuviera manos, y no puedo ni servirme un vaso de agua”...* Genaro y su nieto llevaban una relación muy afectuosa y este suceso, estaba levantando una barrera entre ellos, que se pudo romper. Genaro esperaba una reacción diferente de Mauricio, quién confundido por los mensajes que le transmitió la televisión, no respondió.

Es una sociedad de una totalidad que no vive como tal, y los miembros están unidos pero separados ante una aparente reciprocidad; esta reciprocidad se rompe en el momento en que los viejos y los jóvenes ya no forman parte de los mismos intereses y de la fuerza laboral que los hace parecer iguales. Se convierten en un núcleo aparte, un grupo marginal, muchas veces no querido por lo que significan para los otros y no se les valora socialmente; a diferencia del niño, que es visto como parte del futuro, los viejos no plantean más futuro que el de la muerte. En la medida en que se convierten en un grupo dependiente de los hijos, la relación se hace ambivalente y el poder cambia de lugar. Cuando se habla de los viejos o viejas en estas condiciones, se piensa más en los mayores de 75 años o lo que en algunas partes se empieza a denominar como 4ª edad.

Vivir en este mundo generado por la modernidad reciente es como cabalgar a hombros de una divinidad destructora. Existe un escepticismo generalizado respecto al

hecho de que la ciencia y la tecnología tienen un doble filo y han creado parámetros de riesgo y peligro, al tiempo que ofrecen grandes beneficios para la humanidad. Se producen cambios que no se ajustan a las expectativas humanas y escapan del control del hombre. La fantasía de que el medio social y natural estaría sujeto a un ordenamiento racional no ha resultado válida. "La Ilustración, en el más amplio sentido de pensamiento en continuo progreso, ha perseguido desde siempre el objetivo de liberar a los hombres del miedo y constituirlos en señores."⁹ Sin embargo, se observa a lo largo de la historia, que el hombre no aprendió a fluir con la naturaleza, sino que se ha convertido en su destructor-destruido; Se cree tan poderoso como para poder vencer lo invencible y resolver lo irresoluble, adjudicándose el lugar de Dios en un mundo donde se ha proclamado "la muerte de Dios". Ese lugar, ha sido ocupado por la razón y la violenta irracionalidad que conlleva; ésta es pensada como algo que se va a resolver algún día, aunque no se toma conciencia de que a lo largo de la historia, la violencia ha sido parte de la historia humana y que su impronta es cada vez más sofisticada y tecnologizada.

Giddens sostiene que se vive en una "sociedad de riesgo" que implica una actitud de cálculo hacia nuestras formas de acción, tanto favorables como desfavorables, con las que nos enfrentamos continuamente individual y colectivamente. El conocimiento social postradicional, la reflexividad moderna, describe constantes inseguridades y crisis como parte de la cotidianidad de las personas. La angustia y la inseguridad han castigado a los individuos en otros periodos históricos, sin embargo, el contenido y la forma de las angustias dominantes han cambiado. El nuevo sentido del yo que tienen que construir constantemente los individuos ante formas innovadoras de vida, es diferente de otras épocas más tradicionales. Así, las nuevas formas de co-construcción de la vejez es un fenómeno nuevo en la historia de la humanidad, marcado por el incremento mundial de la población que pertenece a este grupo, los viejos y viejas actuales tienen que enfrentar situaciones que sus coetáneos en épocas anteriores, ni siquiera imaginaron. Sin embargo esto también les da otras alternativas que tampoco soñaron sus antecesores.

⁹ Adorno y Horkheimer. DIALECTICA DEL ILUMINISMO. Edit. Trotta, Madrid 1994.

El desarrollo en los países del orbe, ya no es visto como la serie de etapas a través de las cuales una sociedad sale del subdesarrollo, y la modernidad ya no sucede a la tradición; todo se mezcla, el espacio y el tiempo se comprimen. En amplios sectores del mundo se debilitan los controles sociales y culturales establecidos por los gobiernos, las iglesias, las familias o las escuelas y la línea que separa lo normal de lo patológico, lo permitido y lo prohibido pierden claridad. Touraine, (1997)¹⁰ dice que "vivimos en una sociedad mundializada, globalizada, que invade en todas partes la vida privada y pública de la mayor cantidad de personas y parece que ya vivimos juntos". Miles de millones de individuos ven los mismos programas de televisión, toman las mismas bebidas, usan la misma ropa y emplean el mismo idioma. Existen preocupaciones generales por el calentamiento del planeta, los efectos de las pruebas nucleares o la difusión del SIDA". La sociedad actual vive con el temor de una guerra total con un armamento nuclear muy grande, y ha generado la forma de estados nacionales, se puede ver como un orden posterior al tradicional. Fritjof Capra, (1982)¹¹ dice que estamos en la construcción social de un nuevo paradigma que sustente las complejas redes de relaciones que existen en los ecosistemas y que muestra la interacción e interdependencia de sus partes, piensa que estamos en proceso de cambio. Es un pensamiento más alentador que el de los críticos de la sociedad que no vislumbran salida del caos. A pesar de vivir en un mundo apocalíptico, el individuo particular siente que se pueden confiar en que los gobiernos, los científicos y otros especialistas técnicos darán los pasos necesarios para contrarrestar la violencia y destrucción y que todo saldrá bien finalmente.

HOMOGENEIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL.

Dentro de esta universalización, ha surgido el concepto de "globalización" y pareciera que todos los países están homogeneizados, pero ese término solamente se

¹⁰ Touraine Alain. ¿PODREMOS VIVIR JUNTOS? FCE. Argentina, 1997.

¹¹ Capra, Fritjof. EL PUNTO CRUCIAL. Edit. Rutas del Viento. Barcelona 1985.

refiere a algunos aspectos. Este concepto se entiende como el proceso acelerado mediante el cual la multiplicidad y la diversidad de lo social aparentemente se están desdibujando a favor de patrones de organización, consumo y reproducción de instituciones y estructuras homogéneas, y se citan como ejemplo instituciones como MacDonal`d`s, Coca-Cola, que parecen estar en todas partes. La globalización se plantea como proceso de "integración subordinada" de los países periféricos respecto de las economías de las metrópolis dominantes, a través de mecanismos económico-comerciales cada vez más refinados; el precio de las materias primas y de los artículos y formas de consumo se fijan en centros financieros sin tomar en cuenta la realidad socioeconómica y tradicional de los habitantes de las regiones productoras y/o consumidoras. Estamos presenciando la convivencia de la globalización financiera con las reivindicaciones locales, religiosas y étnicas.¹²

Alain Touraine, 1997, dice que en lugar de que nuestras pequeñas sociedades se fundan poco a poco en una vasta sociedad mundial, vemos deshacerse grandes conjuntos políticos y territoriales, sociales y culturales que se llaman sociedades, civilizaciones, o países. Vemos como se separan por un lado el universo objetivado de los signos de la globalización y por el otro, conjuntos de valores, de expresiones culturales, de lugares de memoria que ya no constituyen sociedades en la medida que quedan privados de su actividad instrumental, en lo sucesivo globalizada, y que se cierran sobre sí mismos dando prioridad a los valores sobre las técnicas, a las tradiciones sobre las innovaciones.

Sin embargo, solo se intercambian algunos signos de la modernidad, ya que la comunicación e interacción son cada vez más difíciles, y se puede enmarcar una ruptura entre el mundo instrumental y el mundo simbólico, entre la técnica y los valores. Esta ruptura tiene efectos más fuertes en los mayores de 60 años, debido a la educación que recibieron y al hecho de que cuando ellos eran niños, los adelantos tecnológicos eran menores; ahora un niño de 5 años hace uso de aparatos modernos y

¹² López Veneroni Felipe. GLOBALIZACION Y CIENCIAS DE LA COMUNICACION O DE LA CIRCULARIDAD CONCÉNTRICA ENTRE MARCUSE Y Mc. LUHAN. Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales No. 171.

muchos mayores tienen temor o falta de interés en manejarlos. Por otro lado, los valores con los que cada uno creció pueden marcar diferencias irreconciliables, si es que no se aprende a mediar entre ambos extremos. Estas grandes contradicciones de los tiempos modernos, proveen una identidad móvil que produce la sensación de no-pertenencia, de estar en todos lados al mismo tiempo que en ningún lado y se traduce en soledad individual.

Estamos presenciando un individualismo tal que conlleva niveles de soledad que no se habían vivido antiguamente, se presencia cada vez más dificultad para convivir en las familias y entre parejas. Se tiene poca información acerca de cómo funciona lo relacional y libros enteros de lo individual. Toda una cultura y literatura que fomenta el individualismo en detrimento del amor hacia los demás ...primero yo.... Esto implica una guerra en donde cada quién se tiene que cuidar del otro. Kenneth Gergen piensa que el amor se ha convertido en "enriquecimiento propio" en nuestra sociedad y que se privilegia lo individual sobre lo social. El individualismo, actúa contra el grupo, la comunidad y la familia. En este contexto social es que se ha dado el aumento de la esperanza de vida de las personas y que hace tangible la falta de tolerancia a las necesidades y necesidades de los mayores que dependen de sus familias jóvenes. Implica un cierto sentido de madurez el "perdonar" y comprender a los padres (cuando hay muchos resentimientos), y valorar sus cualidades ya que la gran mayoría de seres humanos cometen errores y tienen aciertos. En algunas ocasiones este individualismo se traduce en egoísmo y las personas son incapaces de ver las necesidades de los otros y caen en una "autolástima" que se convierte en un eterno lamento por lo que los padres no les dieron.

Rubén, 78 años, fue un padre muy autoritario con sus hijos, aunque él decía que lo hacía por su bien. Su esposa, Margarita 75 años, siempre había sido una mujer muy dependiente, por lo que la enfermedad de su esposo, la indujo a buscar mayor apoyo en sus hijos, ya que se sentía incapaz de manejar la administración de su casa. Tenían 4 hijos, aunque el mayor Roberto, 55 años, no vive en México. Luis tiene 53 años, Margarita 51 y la menor de la familia, Rosalía 48 años, es la que pidió la consulta,

porque las cosas "se estaban poniendo muy mal en casa de sus padres". Rubén, el padre tenía una enfermedad degenerativa que le hacía cada vez más difícil seguir manejando sus finanzas, aunque él no se daba cuenta de ello, y quería seguir dando órdenes a sus hijos, que se comportaban con chiquitos obedientes y enojados. Durante el proceso terapéutico, fue muy ilustrativo observar a los hijos, que se comportaban como niños y no tenían la capacidad de enfrentarse a su padre, quién había perdido su capacidad mental. Por un lado, Luis y Margarita, estaban muy enojados con él y se mostraban vengativos y con pocos deseos de ayudarlo. Sin embargo, era menester hacerlo ya que la economía de la familia estaba en peligro. Rubén no quería que sus hijos se hicieran cargo de su cuenta bancaria, y él ya no tenía claridad para hacerlo. Por otro lado, la madre, no estaba preparada para tomar esa responsabilidad. La pareja de ancianos estaba a la deriva y los hijos, unos más que otros, se comportaban como chiquitos enojados.

En una ocasión que estuvieron los cuatro hijos, manifestaron el enojo y resentimiento que tenían hacia su padre por lo violento que había sido con ellos y durante varias sesiones pudieron hablar entre ellos del dolor y la tristeza que sentían. Sin embargo, se les advirtió que aunque eran válidos sus sentimientos, en este momento tenían que decidir si seguían retroalimentando sus rencores infantiles o se comportaban como personas mayores, tomando en sus manos las riendas tanto de la administración económica como de la familiar, ya que el momento del ciclo vital que estaban viviendo, así lo requería. Cualquier decisión era válida, pero era importante que tomaran conciencia de lo que estaba sucediendo, realmente, alejando en lo posible sus sentimientos infantiles. Muchos hijos de padres ancianos, no saben o no pueden asumirse como jerarquía en la familia, cuando esto es requerido.

Otra situación que surge con estos hombres y mujeres mayores de 40 o 50 años, es que se vuelven tiranos de los viejos o viejas que dependen de ellos y los obligan a cumplir con ciertas labores para "pagar su sustento", y las "deudas morales" que les están cobrando y es así como los ancianos se convierten en un grupo de personas explotado por sus familiares y la sociedad en general. No es lo mismo el

abuelo o abuela que se ofrece a cumplir con ciertas funciones en el hogar de los hijos, a que se les exija cumplir con ciertas labores a pesar de sus deseos y posibilidades. En una sociedad despersonalizada donde el abuso y la violencia son ejercidos por quienes detentan el poder, los viejos y viejas quedan inermes frente a sus tiranos. Muchos hijos e hijas no se atreven a darles órdenes directamente pero los manipulan, aduciendo que ciertas conductas son convenientes para ellos; esta violencia puede ser física o psicológica. La segunda tiende a minar la resistencia de esos abuelos y abuelas, se los abrumba con comentarios hirientes, irónicos, se les trata como tontos e incluso se les convierte en objetos de burla.

Los viejos que dependen emocional o económicamente de uno o varios jóvenes, de familiares que no los quieren quedan totalmente desprotegidos. Luisa, 78 años, tiene una pensión económica que su segundo marido le dejó. Sus hijas, producto del primer matrimonio de Luisa, han abusado de ella, y con engaños la llevaron a un asilo, y ellas hacen uso de esa pensión y sólo una parte del dinero lo usan para pagar la contribución que la institución requiere de ellas. Luisa se encuentra triste ante este suceso y no tiene como defenderse de sus hijas, ya que esta conducta la ha sumido en una depresión que evoluciona lentamente, haciéndola más inerte cada vez. Las hijas, ante esta situación de dependencia en que su madre cayó por su viudez se convirtieron en las "dueñas" de su madre y el enojo que tuvieron con ella por su segundo matrimonio lo han dejado que emerja para su beneficio en esta situación.

GLOBALIZACION Y/O FRAGMENTACION.

Una definición que se usa para comprender este mundo en el que estamos viviendo es el de globalización. Este proceso económico global, se da parcialmente ya que como efecto contrario, también se observa como se están deshaciendo grandes conjuntos políticos y territoriales, sociales, culturales, étnicos y religiosos. Así, por un lado se observan fenómenos de globalización, y por el otro vemos como se multiplican los agrupamientos comunitarios, las asociaciones fundadas en una pertenencia común, como las sectas, los cultos, los nacionalismos, los grupos religiosos. Daniel Bell, cree

que un renacimiento religioso es la única solución y en la crisis actual agrega que la fe religiosa unida a la fe en la tradición dará como resultado un individuo con identidades más claramente definidas y seguridad existencial.¹³ La función de la religión para dar estructura interna a los individuos ha desaparecido y, por otro lado, tenemos que aceptar que los seres humanos de finales de milenio no tienen un yo consistente sino que están divididos y tienen que funcionar en formas alternas, de acuerdo al contexto en que se encuentran. Se rompe con la premisa que el funcionamiento humano debe ser siempre de una misma manera. Es igualmente "normal" cualquier forma de reacción que esté acorde con el contexto en que se lleva a cabo.

Se puede pensar que la modernidad rompe el marco protector de la pequeña comunidad y de la tradición, sustituyéndola por organizaciones más amplias e impersonales. El individuo se siente despojado y solo en un mundo donde carece de los apoyos psicológicos y del sentimiento de seguridad que le procuraban ambientes más tradicionales donde se sentía más contenido y sus límites eran más claros. Se presencia la fragmentación creciente de la experiencia de individuos que pertenecen simultáneamente a varios lugares en tiempo y espacio, continentes y siglos distintos. Él YO ha perdido su unidad, se ha vuelto múltiple, o como dice Kenneth Gergen un "Yo saturado".¹⁴ Esta dificultad es tan grande que no se soporta fácilmente y se procura escapar de un Yo demasiado débil, demasiado desgarrado, mediante la huida, la autodestrucción o la diversión agotadora. Existen también ciertas posibilidades más sanas, entre ellas, la psicoterapia proporciona la posibilidad de tener a alguien a quién dirigirse, cuando ya no existen tantos confesionarios y líderes espirituales; también la meditación, el yoga, un manejo adecuado de la respiración, y muchas otras técnicas usadas para armonizar interna y externamente, cuyo uso se ha multiplicado a finales del milenio. Muchos viejos han perdido amigos, parientes, familia que ha migrado y su soledad y falta de redes se acrecienta como resultado de una modernidad que apabulla y produce todo tipo de cambios internos y externos. Algunos viejos y viejas que han

¹³ Foster, Baudrillard, Habermas, IDEM 3, PG. 24

¹⁴ Kenneth J. Gergen. ÉL YO SATURADO. Edit. Paidós, Barcelona 1992.

empezado a trabajar con este tipo de técnicas antes citado, han manifestado un mayor bienestar mental y corporal.

Por otro lado se contempla el resurgimiento de grupos que fomentan tradiciones, costumbres y religiones como una necesidad de pertenencia y en una búsqueda de valores, esta es también, una manera de pertenecer y sentirse menos aislado en un mundo de identidades confusas. No se pueden desechar muchas de las ventajas de la tecnología moderna, pero si se establecen filtros para tomarla. Por ejemplo, la televisión, el Internet, qué y como se consume, los juguetes con los cuales juegan los niños y niñas, etc. son vigilados por los padres en la educación de sus hijos. Tratan de evitar la influencia de los individuos que tienen pensamientos y cosmovisiones diferentes. Todo esto se da dentro de un contexto mayor, dentro de una globalización financiera que tiene influencia sobre las conductas personales y colectivas, cerradas o abiertas; se presencian los mayores "extremismos" en las conductas de los seres humanos y este dilema plantea respeto (o debe plantear) a todas aquellas ideas diferentes, en contraposición a lo que fueron los "valores universales". Vivimos en un mundo globalizado, y sin embargo existen grandes diferencias entre los múltiples grupos que habitan este mundo de finales de milenio. La falta de respeto ante las diferencias que vemos en los otros, es motivo de conflictos interpersonales e internacionales. No todos podemos pensar de la misma manera y no existe respeto hacia los pensamientos e ideologías diferentes.

En el mejor de los casos, se reconoce la presencia de culturas y religiones diferentes de la propia, su capacidad de enunciar una cosmovisión particular, y se les respeta después de re-conocerlas, pero esto no permite una inter-comunicación, ni una convivencia. Se observa a una gran cantidad de personas que están en caminos paralelos y solitarios que complican cada vez más la interacción. A nivel social, se presencia un anhelo de grupos, de amigos, de familias, muchas veces idealizadas, que dejan un vacío interno y una tristeza. Para muchos de los ancianos que se han entrevistado es difícil caer en la cuenta de que en muchas ocasiones, la carencia de

redes sociales tiene que ver con los cambios y dificultades de una ciudad y una época como la presente y no con las características personales de los individuos.

Se ha tenido la información de muchos asistentes a la clínica de la tercera edad, de que no tienen relación con sus gentes cercanas debido al número de compromisos de trabajo y sociales de sus familiares. Los requerimientos de la vida en una ciudad tan grande como la ciudad de México, convierte las relaciones cercanas en poco frecuentes. Paulina tiene 66 años, y 4 años de viuda. “ A pesar de la pérdida tan grande que sufrí, ya que pienso que tuve un matrimonio muy bueno, he logrado organizarme de manera en que me siento contenta y activa. Una de mis hijas vive en el extranjero desde hace muchos años, las otras dos están pensando seriamente en irse a vivir fuera de la ciudad de México y dicen que lo único que las detiene es el hecho de saber que me dejarían sola. *Yo les he contestado: que no puedo abandonar mi estilo de vida que me ha llevado mucho esfuerzo construir, por verlas 3 o 4 horas a la semana, si es que acepto irme a vivir fuera de la ciudad. Yo misma me sorprendo de la cantidad de cosas que tengo por hacer semanalmente, pertenezco a varios grupos en los cuales llevo a cabo distintas actividades y he formado un nuevo grupo de amigas, mujeres solas, con las cuales convivo frecuentemente; no deshecho la posibilidad de una nueva pareja, aunque tampoco me parece imprescindible para seguir viviendo....”* No todas las personas tienen la capacidad y las oportunidades para organizarse y muchos permanecen aislados y se sienten olvidados.

Lupita, tiene 82 años, tiene claro que sus hijos y nietos la quieren, y dice: éstos jóvenes se han dejado apresar por el trabajo, se han olvidado de reír y jugar, el trabajo tiene un imán especial que los atrae irresistiblemente. ¡Ojalá y se den cuenta a tiempo!

FUNCION DE LAS RUTINAS COTIDIANAS.

La tercera edad, al igual que las otras etapas de la vida, requieren de un estructuración del tiempo. Desde los primeros días de la vida, el hábito y la rutina marcan el establecimiento de relaciones entre el niño y sus cuidadores; entre la rutina,

reproducción de convenciones coordinadas, y sentimientos de seguridad en sus actividades se establecen vínculos nucleares y algunos aspectos de esas rutinas se cargan con significados emocionales. Pero también esas rutinas diarias expresan ambivalencias profundas en todo compromiso que implica una disciplina ya que las actividades rutinarias no se ejecutan de manera automática, aunque así parezca, sino que implican una constante vigilancia para poder salir adelante con las cargas de la vida social y familiar. Así, tenemos que el mantenimiento de hábitos y rutinas es un baluarte contra la amenaza de la angustia, pero al mismo tiempo es un fenómeno cargado de tensión en sí y de por sí. (Giddens, 1995.)

Esta ambivalencia y deseos de hacer y no hacer al mismo tiempo, cobra relevancia en la tercera edad cuando se implican en ésta actividad cuestiones tales como la jubilación, el cansancio, deseos insatisfechos, y una creencia general de que los ancianos deben descansar más. Alberto, comentó que ahora que él ya tiene cerca de 60 años, está arrepentido de la actitud que tomaron él y sus hermanos, cuando su padre tenía 65 años. Entre ellos decidieron que por el bien del padre era momento de invitarlo a que dejara de asistir al negocio familiar, ya que estaba grande y se cansaba mucho. *Dice con tristeza: fue una manera de inmovilizarlo y empujarlo hacia la inactividad y la depresión. Yo creo, dice, que no hubiera fallecido tan pronto, si hubiera estado más activo.*

Estas rutinas que son fundamentales para el desarrollo de los seres humanos y su aprendizaje, para "salir adelante" en la vida, no están peleadas con la creatividad sino que la presuponen y son presupuestas por ella. Sin embargo, existe gran dificultad para estructurar rutinas y disciplinas que no están marcadas previamente, sino que se tienen que ir "inventando" ya que este fenómeno de la vejez, es nuevo en la historia de la humanidad. Es más fácil seguir las rutinas que marcan los horarios del trabajo que aquellas que no están relacionadas con ese ámbito. Algunos hombres, manifiestan, que cuando tenían que levantarse temprano para ir al trabajo, lo hacían sin chistar y que ahora que ya no lo tienen que hacer, "descansan más en la mañana", pero que esto se les ha transformado en aburrimiento y tristeza.

Otro factor muy importante para tener una estructura benéfica, es el lugar donde se vive, fenómeno que en nuestras ciudades de principios de siglo cobra relevancia, en una ciudad tan grande como la ciudad de México. El desarrollo de entornos relativamente seguros en la vida cotidiana tiene importancia para mantener el sentimiento de seguridad humana, y esto se combina con el mantenimiento de rutinas. Sin embargo, este marco de seguridad es frágil, y muchas de estas rutinas que, por un lado, dan seguridad pueden llegar a sentirse vacías o convertirse en abrumadoras. La suspensión de cualquier rutina produce crisis existenciales que son el motor de nuevos planteamientos y alternativas. Este fenómeno suele ser frecuente en la ancianidad y las personas que rodean al anciano, no lo toman en cuenta: *Raúl dice a su padre con enojo: ¿cómo puede ser que no estés contento ante el cambio de casa que te estamos haciendo? Te vas de una zona altamente contaminada por el ruido, los coches y las personas, a una zona residencial con muchos árboles y zonas verdes.... Su padre con voz llorosa contesta: pero rodeado de muros y silencios que me aíslan del mundo..... Es importante hablar con los ancianos de "las conveniencias de los cambios" y que se sientas escuchados y comprendidos.*

Despedirse de ciertos objetos materiales, implica una pérdida y un duelo que hay que vivir; esto no quiere decir que no se tienen que tomar ciertas medidas, cuando esto es pertinente, pero las rutinas que dan estructura a los ancianos tienen que ser sustituidas de inmediato. Guadalupe, 83 años, vive en una zona donde tiene acceso caminando, a los servicios que requiere, y está preocupada porque su hija se la quiere llevar a vivir con ella a una zona residencial, donde el acceso tiene que ser en automóvil, y ella no tiene esa posibilidad, lo cual la aislaría un poco. Este dilema tiene que ser platicado por ambas para darle la mejor solución posible; de no hacerlo Guadalupe va a encontrarse enojada y triste sin saber a ciencia cierta que le sucede. Los hijos en muchas ocasiones creen saber lo que les pasa a sus padres, sin tomarlos en cuenta.

La modernidad tardía ha producido cambios importantes en el contexto social externo al individuo y esto ha afectado las formas tradicionales de familia, sociedad e instituciones, pero los hombres y mujeres se tienen que hacer cargo de su vida personal como lo han hecho históricamente tratando de acomodarse lo mejor posible con los cambios sociales; algunos lo logran otros no. Esta lucha personal, esta reflexión sobre los problemas íntimos que van surgiendo, es la manera en que los sujetos sociales ayudan activamente a construir y reconstruir el mundo social en el cual viven. El mundo moderno, va mucho más allá de las actividades y deseos personales, es un mundo de riesgos y peligros que conllevan a situaciones críticas que ayudan a crecer o se convierten en rocas impenetrables en el camino.

La vida moderna crea problemas personales en forma arbitraria y muchos se refugian en una especie de parálisis resignada, muchos otros son capaces de darle un sentido más práctico a las nuevas alternativas que surgen cuando han caducado los modos de comportamiento anteriores y surgen cambios en las conductas. Giddens llama a esto "la reflexividad de la modernidad" y se da en forma privada y pública. Se observa por doquier, que en la medida en que surgen nuevas maneras de rutinizarse la vida en la tercera edad, las personas se mantienen más activas y pueden manejar mejor la soledad que va surgiendo conforme la edad avanza. Esto es fácil ilustrarlo con la asistencia a los centros que están surgiendo en la ciudad de México para personas de la tercera edad y en donde la mayoría de ellos, manifiesta estar muy contentos con las diversas actividades que se llevan a cabo.

ACERCA DE LA NOCION DE MODERNIDAD.

Los teóricos fundadores de "La Escuela de Francfort", (Adorno, Horkheimer, Marcuse, Benjamin, Fromm) han hecho un análisis crítico de la sociedad que explica la crisis de la edad moderna, ante la deificación de la ciencia, la razón, y el "progreso" de la civilización; muestran la irracionalidad de dicho progreso y cuestionan su existencia real, comprueban que la espiritualidad del ser humano ha sido boicoteada en aras del cientificismo y de la razón. "La caída del hombre actual bajo el dominio de la naturaleza,

es inseparable del progreso social. El aumento de la productividad económica, que por un lado crea las condiciones para un mundo más justo, procura por otro, al aparato técnico y a los grupos sociales que disponen de él una inmensa superioridad y poder sobre el resto de la población. El individuo, es anulado por completo frente a los poderes económicos y al mismo tiempo, éstos elevan el dominio de la sociedad sobre la naturaleza a un nivel hasta ahora insospechado" (Adorno y Horkheimer, 1994.) No se toma conciencia de que al desechar lo espiritual, se quita toda una parte en la historia de la humanidad que es parte determinante de la naturaleza humana.

El aumento en el mundo instrumental, (que no implica una mejor manera de vivir) que se ha dado en forma de progreso científico y técnico ha tenido consecuencias sociales a través del tiempo. Las personas se convierten en objetos y se les valora sin tomar en cuenta sus sentimientos y pensamientos más profundos. La estrategia reinante es la de valorar al otro por lo que me da o en la medida que me es útil. Nos relacionamos instrumentalmente, lo que produce una gran soledad compartida. Hemos heredado una realidad que es una construcción social que ha tenido cosas buenas pero ha creado una realidad ajena al afecto humano y muchos valores espirituales se han alejado de las necesidades humanas.

A Giddens considera el término modernidad equivalente a la expresión "mundo industrializado", mientras se acepte que la industrialización no se reduce únicamente a su aspecto institucional. Usa la palabra industrialización para referirse a la fuerza física y la maquinaria en los procesos de producción. Es uno de los ejes institucionales de la modernidad. Otro de sus aspectos es el capitalismo, entendiendo este término como sistema de producción de mercancías que comprende tanto a los mercados de productos competitivos como a la transformación en mercancía de la fuerza de trabajo.¹⁵

Existen diversas formas de describir la modernidad. Una de las maneras más comunes de entender "lo moderno" es considerándolo superior a los antiguos

¹⁵ Giddens, Anthony. LAS CONSECUENCIAS DE LA MODERNIDAD. Cambridge, Polity, 1990.
ef

solamente por que presume de haber logrado una mejor y más racional comprensión del mundo; y esto sienten muchos jóvenes con relación a los ancianos. ¿Acaso son más felices el hombre y la mujer modernos que los antiguos? La modernidad es la disputa entre lo antiguo y lo moderno y el llamar anticuado a alguien que tiene valores distintos, es casi una ofensa. "La modernidad estética debería entenderse como un concepto de crisis envuelto en una oposición dialéctica tripartita a la tradición, a la modernidad de la civilización burguesa (con sus ideales de racionalidad, utilidad y progreso) que se autopercibe como una nueva tradición o forma de autoridad. Vanguardia y decadencia se vuelven casi sinónimas.¹⁶ Baudelaire, uno de los primeros artistas que enfrentó la modernidad estética, dice que la modernidad es lo transitorio, lo fugitivo, lo contingente, la mitad del arte, cuya otra mitad es lo eterno e inmutable. Estamos viviendo en un momento histórico donde existe el culto del disfrute instantáneo, la moral de lo divertido y una gran confusión generalizada entre la autorrealización y la simple autogratificación promovido por el capitalismo que alienta el consumo, la movilidad social, la búsqueda del status material negando la moral trascendental. El hombre y la mujer modernos tienen que ser eficientes y eficaces durante el día, y un torbellino de diversión después, lo cual evita la reflexión y la crítica interna y externa. ¿Es factible este estilo de vida en la tercera y cuarta edad?

La tradición se rechaza cada vez con más violencia y la imaginación artística comienza a enorgullecerse de explorar el ámbito del "aún no". De igual manera, la modernidad ha abierto el camino de las revolucionarias vanguardias y al mismo tiempo se vuelve contra sí misma considerándose vanguardia y decadencia al mismo tiempo, dramatizando su profundo sentido de crisis.

La palabra *modernus* se ha usado desde finales del siglo V y términos tales como *modernitas* (*tiempos modernos*) y *moderni* (hombres de hoy) se hicieron frecuentes después del siglo X. La distinción entre *antigus* y *modernus* parece que siempre ha implicado un significado polémico, o un principio de conflicto, ya que los modernos siempre se han considerado superiores a los antiguos. Progreso y decadencia, parecen

¹⁶ Calinescu Matei. CINCO CARAS.... IDEM 2. PG. 16

estar íntimamente unidos los hombres de una época; lo que ahora sirve, mañana es anticuado; lo nuevo envejece con mucha facilidad. En mi opinión, el ser moderno, no implica ningún honor, ya que su posición es una consecuencia de la ley natural más que del esfuerzo personal; el camino está marcado y hay que recorrerlo sin ninguna innovación o creatividad.

La oposición entre "modernos/antiguos" adquirió fuerza durante el Renacimiento con la aguda conciencia contradictoria del tiempo tanto en términos psicológicos como históricos. Durante la edad media al tiempo se le concebía en líneas teológicas como prueba tangible del carácter transitorio de la vida humana y como un recordatorio permanente de la muerte y del más allá. A partir del Renacimiento, la situación cambia y esa concepción del tiempo tiene que coexistir en un estado de tensión con la nueva conciencia del tiempo práctico, *el tiempo de la acción, la creación, el descubrimiento y la transformación*. Los renacentistas se sentían modernos y que habían dejado la época de la oscuridad, se apartaban de las tradiciones y estaban convencidos de haber logrado la ruptura; El hombre tenía que participar activamente en la creación de su futuro.¹⁷ Ya en el siglo XVII, surge otro nuevo conflicto entre modernos y antiguos que implica la liberación de la razón, tanto de la escolástica medieval como de la idolatría renacentista de la antigüedad clásica. Montaigne, Bacon y Descartes son algunos de los pilares de la modernidad. Durante el siglo XVII y parte del XVIII, la oposición entre autoridad y razón no se extendía automáticamente a las cuestiones religiosas y se podía estar a favor del racionalismo y la doctrina del progreso en el estudio e investigación de la naturaleza, pero se aceptaba el principio de la autoridad teológica ya que existía una conexión esencial entre el cristianismo y la modernidad.

En algún momento de la primera mitad del siglo XIX se produce una irreversible separación entre la modernidad como un momento de la historia de la civilización occidental, producto del progreso científico y tecnológico, de la revolución industrial, de la economía arrolladora y los cambios sociales del capitalismo y la modernidad como un

¹⁷ IDEM 15, pg 32

concepto estético y se ha dado un cierto conflicto e influencia mutua entre ambas formas de modernidad.

La idea burguesa de modernidad incluye la doctrina del progreso, la confianza en las posibilidades benefactoras de la ciencia y la tecnología y el interés por un tiempo medible que puede ser comprado o vendido y que adquiere un valor en dinero. El culto a la razón y el ideal de libertad definido desde un humanismo abstracto, y el culto a la acción exitosa, es en grados distintos, asociado con la batalla por lo moderno lo que se ha promocionado y mantenido vivo como valor clave. Se trató de construir un mundo de seres humanos libres sin las ataduras de los dominios políticos y religiosos, pero en el camino, surgieron otras ataduras y desaparecieron los mitos.

En contraste, la otra modernidad, la que habría de producir las vanguardias, estaba inclinada hacia actitudes radicalmente antiburguesas; se define la modernidad cultural en franco rechazo de la modernidad burguesa. Sin embargo, esta se vio influenciada por la intrusión de la otra modernidad, tecnológica y capitalista con fines comerciales en el espacio de lo artístico. Pierre Bourdieu considera que cada campo cultural está regido por leyes propias. Lo que el artista hace está condicionado por el sistema de relaciones que establecen los agentes vinculados con la producción y circulación de las obras. Agrega que es importante examinar como se ha constituido el capital cultural de ese campo y las luchas existentes por su dominio que implica cuestiones económicas y de mucha ganancia. Se establece una dialéctica entre divulgación y distinción, cuando los museos reciben a millones de visitantes, y las obras literarias clásicas se venden en supermercados o se convierten en videos.¹⁸

Si he hecho alusión a la relación entre arte y modernidad es porque el proyecto de la modernidad ilustrada basado en el progreso y la razón, alejada del fanatismo y centrada en el hombre como sujeto de la historia, sin relación con una realidad o fin trascendente, más allá de lo que el propio sujeto racional es capaz de proyectar, se experimenta hoy simultáneamente como la peor de las catástrofes. Es cierto que se

¹⁸ García Canclini, Nestor. CULTURAS HIBRIDAS. Edit. Grijalbo, México 1990.

vive con muchas más comodidades pero parece que la humanidad ha tenido que pagar un precio muy alto por esa pseudo-felicidad. Ese bienestar que se pretende alcanzar pensando que se ha adquirido una conciencia civilizada está presente con un gran sentimiento de frustración y desencanto. El desarrollo de las fuerzas productivas que prometía la realización terrenal del paraíso divino, se convirtió en su contrario.¹⁹

El ser moderno, tanto para el arte como para la instrumentalidad tecno-científica implica estar en un medio ambiente que promete aventura, poder, alegría y crecimiento, y que en forma simultánea amenaza con destruir todo lo que tenemos, lo que sabemos y lo que somos. Forma un remolino de desintegración y renovación perpetuas, de conflicto y contradicción, de ambigüedad y angustia. Berman, (1985)²⁰ dice que es un padecimiento de incontables personas y que se ha vivido como una amenaza radical a la historia y las tradiciones, y que por otro lado ha desarrollado una historia fértil y una tradición propia. Los procesos sociales que dan vida a este remolino en el siglo XX y lo mantienen en un estado de cambio perpetuo se agrupan bajo el concepto de modernización.

Las palabras con que Marshall Berman introduce su libro sobre la modernidad ilustran la consonancia entre esta apertura al vértigo del devenir y el espíritu de la modernidad. "Existe un modo de experiencia vital – experiencia del espacio y del tiempo, del yo y de los otros, de las posibilidades y peligros de la vida- que comparten hombres y mujeres en todo el mundo; llamo a esto modernidad". Estos procesos histórico-mundiales provocan una variedad sorprendente de visiones e ideas que tienen como finalidad hacer del hombre y de la mujer tanto los sujetos como los objetos de la modernización, darles el poder para cambiar el mundo que los está cambiando a ellos, permitirles que sean parte de ese remolino y lo hagan suyo.²¹

¹⁹ Solares Blanca. TU CABELLO DE ORO MARGARETE.... Idem. 1

²⁰ Casullo, N. Compilador. EL DEBATE MODERNIDAD POSMODERNIDAD. Edit. El Cielo por Asalto, Buenos Aires, 1996

²¹ Idem, 16 pg. 68

Blanca Solares describe la crisis moderna, diciendo que el predominio de la razón subjetiva, basado en el desarrollo del proceso económico y social actual de dominio de la naturaleza, implica la transformación esencial del individuo. Exige que todas las conductas y acciones personales sean despojadas de su contenido objetivo, de su significación originaria o miedo arraigado en tenebrosos orígenes, para conformar el carácter del sujeto del contrato social. El mundo capitalista occidental en su historia civilizatoria, ha tratado de erradicar de todos nuestros comportamientos aquello que no encaja con la racionalización y la cientificidad instrumental y ha querido enterrar lo que ha valorado como remanentes arcaicos y fuentes perversas de irracionalidad que van en contra de la ciencia. Occidente, la cultura y la historia de la civilización, son en realidad las condiciones dentro de las cuales el individuo desarrolla una actitud al servicio de la potenciación cuantitativa y cualitativa de la instrumentalidad y de la imposibilidad de un mundo alternativo, hasta llegar al cinismo de las técnicas de normalización que no sería sino la negación de todo ethos o refugio para defender la vida humana que, resulta estar amenazada por sí misma.

TRABAJO, MODERNIDAD Y TERCERA EDAD.

En la teoría sociológica el tema de la vejez es muy nuevo, por lo que el análisis de este proceso social presenta un desafío. La vida social en la modernidad ha sido concebida como una "sociedad de trabajo". Si la vida social moderna se estructura y organiza alrededor del trabajo, es difícil lidiar con una situación en que un amplio sector poblacional, (que se incrementa constantemente), ha abandonado formalmente el trabajo organizado. (Kohli 1983) ²² Este fenómeno nuevo, en el curso de la vida, abarca una dimensión general de la estructura social. Así, la edad madura, se ha convertido en una etapa demarcada cronológica y estructuralmente por su etapa precedente de "vida activa", debido al significado tan importante que se le da al trabajo en las sociedades modernas

²² Kohli, Martin. AGEING AS A CHALLENGE FOR SOCIOLOGICAL THEORY. AGEING AND SOCIETY. The Journal of The centre for policy on Ageing and The British Society of Gerontology. Cambridge University Press, 1983.

El capitalismo tardío, exige más razonamiento que espiritualidad. Max Weber ha procurado determinar si, o en que medida, las condiciones sociales y religiosas eran favorables o desfavorables para la formación de un capitalismo de tipo occidental en otras civilizaciones: China, India, el judaísmo primitivo y el Islam. Si bien existen fenómenos capitalistas en civilizaciones ajenas a Occidente, los rasgos específicos del capitalismo occidental, la combinación de la búsqueda de la ganancia y la disciplina racional del trabajo, han aparecido solo una vez en el curso de la historia. Fuera de la civilización occidental, en ninguna parte se ha desarrollado el capitalismo de tipo occidental, por lo que Weber se pregunta en qué medida una actitud particular respecto del trabajo, determinada a su vez por las creencias religiosas, puede ser el factor diferencial presente en Occidente y ausente en otros lugares, que puede explicar el curso singular seguido por la historia de Occidente. Sostiene que hay una adaptación significativa entre el espíritu del capitalismo y el espíritu del protestantismo. Corresponde al espíritu de cierta forma de protestantismo (Calvinismo) adoptar con respecto a la actividad económica una actitud que a su vez se ajusta al espíritu del capitalismo. Existe una afinidad entre cierta visión del mundo y cierto estilo de actividad económica.²³

La función social del trabajo puede ser detectada en la relación que existe entre la jubilación social y el estado de ánimo de muchos jubilados. La jubilación que en muchas ocasiones es esperada, produce fuertes depresiones y desestructura a los individuos, si no logran organizarse y evitar el exceso de tiempo. Por lo tanto, la jubilación no puede ser aprovechada, por que en la modernidad solamente son prestigiosos aquellos que forman parte del sistema productivo. El trabajo creativo, artístico, o de apoyo social no remunerado no es valorado.

En la sociedad industrial, o capitalista, el trabajo no solamente provee una base económica sino que focaliza y fundamente los valores básicos y la visión del mundo. Se vive en la cosmovisión del trabajo, y de una forma particular de trabajo, por lo que este no es solamente una realidad económica y política, sino también de cultura y mundo de

²³ Weber, Max. LA ETICA PROTESTANTE Y EL ESPIRITU DEL CAPITALISMO. Dialogo, México 1988.

la vida. Define la unidad cultural de las sociedades modernas occidentales como la identidad de sus miembros y su fuerza y valoración van más allá de solamente asegurar la supervivencia material y la organización política de ciertos intereses. Muchas personas que han tenido una vida social muy activa relacionada con sus trabajos, sufren de soledad cuando esa forma de trabajo es abandonada. Algunos autores clásicos, (Marx, Weber, Durkheim) cada uno en diferentes corrientes sociológicas, interpretan la vida social en términos de trabajo social y visualizan como la organización de la producción determina lo político y lo cultural; coinciden en la centralidad del proceso laboral para la construcción de las estructuras políticas y culturales. Ejemplo de esto es la evolución que ha tenido el estado de bienestar, y en forma particular la seguridad social de los ancianos, en los países más desarrollados; el sistema social es una respuesta a los problemas creados por la nueva organización del trabajo. Sin embargo, es sabido, las diferencias en el monto de las pensiones recibidas por los ancianos en países más ricos en contraparte con los países pobres. En México, algunos familiares de ancianos enfermos han comentado que la pensión solamente les sirve para comprar parte de las medicinas requeridos por ellos.

El trabajo es el eje principal alrededor del cual se estructura la vida en la modernidad, este ha sido durante siglos el trabajo de los hombres y cada vez más el de las mujeres esté teniendo las mismas características. Las mayores depresiones surgen en los fines de semana donde no hay trabajo. El tiempo de ocio disminuye y casi no se sabe que hacer en él, por el gran temor al aburrimiento y la falta de formas de distracción que permitan un disfrute no "autorizado", al no ser benéfico para la sociedad de consumo. Cuantos padres que ven a sus hijos leyendo o escuchando música, les dicen "ponte a hacer algo de provecho", y uno se pregunta: ¿provecho para quién?

Con relación a variables del género, muchas mujeres habían estado fuera del sistema productivo y cualquier trabajo que realizaban era visto como una actividad privada que no se beneficiaba de las políticas sociales resultado de la economía, incluso, en muchas ocasiones, el trabajo remunerado que llevan a cabo las mujeres y

las personas de la tercera edad no entran dentro de la organización de beneficios. Por lo que el trabajo no remunerado económicamente, ha quedado marcado como irrelevante. Esta actividad se ha hecho más clara en la división de trabajo por género; al no ser parte de la fuerza de trabajo formal, las amas de casa tampoco están directamente comprometidas en la vida pública y ese trabajo no es una raíz válida ni importante para la identidad personal.

“Para el individuo humano “ser” es tener conciencia ontológica, que no es lo mismo que conciencia de la identidad del Yo, por más íntima que pueda ser la relación entre las dos en la experiencia evolutiva del niño. La lucha del “ser contra el no ser” es la tarea perpetua del individuo, que no consiste en “aceptar”, la realidad, sino en crear puntos de referencia ontológica como un aspecto integral del salir adelante en las situaciones de la vida diaria.”²⁴ Las mujeres y los ancianos que no tienen un trabajo formal validado socialmente sienten que han bajado en su categoría social y se sienten menos útiles, inservibles. Esta categoría económica permea la identidad que muchos viejos, (más hombres que mujeres) tienen de sí mismos; Su trabajo les da identidad y marca su valor social. Los hombres tienen mayor dificultad para “perder el tiempo” que las mujeres, por lo que en la vejez éstos se deprimen más que ellas. ¿Qué hacer? ¿Cómo actuar? ¿Quién ser?. Son cuestiones fundamentales para cualquiera que viva en las circunstancias de la modernidad tardía y a las que respondemos todos en uno u otro plano, discursivamente o por medio de nuestro comportamiento social diario. La tercera y cuarta edad, también implica la construcción de una identidad diferente a la que se tenía en la juventud.

Parece ser que esta gran deificación del trabajo tiende a ir cambiando lentamente y a través de las nuevas instituciones que apoyan a las personas de la tercera edad, está surgiendo una nueva valoración a aquellas actividades que no forman parte del trabajo formal, pero que si es un trabajo creativo y muchas veces artístico; esto es un proceso lento. La desocupación formalmente comprendida y la libertad para escoger otro tipo de actividades sociales está surgiendo y conformándose como un nuevo valor

²⁴ Giddens, Anthony MODERNIDAD E IDENTIDAD DEL YO. Idem 6. Pg.67

social. "Un estilo de vida puede definirse como un conjunto de prácticas más o menos integrado que un individuo adopta no sólo porque satisfacen necesidades utilitarias, sino porque dan forma material a una crónica concreta de la identidad del Yo." Bourdieu ha señalado que las variaciones de estilo de vida entre grupos son también atributos de estratificación elementalmente estructurantes y no sólo el resultado de las diferencias de clase en el reino de la producción.²⁵

LA JUBILACION Y SUS CONSECUENCIAS.

El retiro marcado por el esquema de la pensión pública se ha convertido en el límite para la participación en la fuerza laboral, lo cual marca la edad madura como una fase estructural de vida diferente que implica la no-pertenencia a la fuerza laboral, con un principio marcado más o menos en forma general para quienes si participan en las líneas del trabajo formalmente aceptado; este segmento de población, que queda fuera, aumenta constantemente. De acuerdo con Kohli, el envejecimiento está relacionado con la desigualdad por lo que los viejos y viejas, se convierten en otro más de los segmentos de la sociedad que sufren por desigualdad social. Esto limita la localización de los sujetos sociales en la jerarquía social y las posibilidades de acceso a los recursos y oportunidades vitales. También se limitan las redes sociales que surgen de esa localización, el poder y recursos como conceptos relacionales y por último, el compromiso que se establece con las personas, tanto en el conflicto como en la cooperación. Esta trama relacional que tiene su origen en el mundo del trabajo, tiene implicaciones en la vida cotidiana y mental de los sujetos.

La entrada a la edad madura, ha sido socialmente construida a través de las instituciones laborales y a través del Estado y tiene poco que ver con el estado real de las personas. En la medida en que la vida adulta está relacionada con la vida de trabajo, cuando se jubilan las personas, o pierden sus trabajos se transforman el poder y la posición social que tenían por lo que la reorganización de su cotidianidad es un problema serio que hay que atender. Así, conforme la vejez llega, en una sociedad que

²⁵ Bourdieu, Pierre. *DISTINCTION*. Cambridge, Mass. Harvard University Press, 1986.

se estructura alrededor del trabajo, los viejos que han tenido que dejar su trabajo, con todas las implicaciones sociales, económicas y psicológicas, se van quedando marginados y con mayores niveles de pobreza.

En la medida en que el número de las personas de mayor edad crece, y ya no se integran espontáneamente en la sociedad, esta se ve "obligada" a decidir sobre su condición y lo hace en el plano gubernamental. La vejez se ha convertido en objeto de una política. Las diferencias entre ricos y pobres se van acrecentando al tiempo que disminuyen las posibilidades y esperanzas de encontrar fuentes de remuneración. El grado de marginación varía según el sexo, la clase social, las posibilidades económicas y hay grandes diferencias entre la vejez en países desarrollados y subdesarrollados. Las necesidades sociales para resolver las diferencias abismales se hacen más agudas en esta etapa de la vida y la necesidad de cambio en las actitudes de vida y espirituales son una alternativa viable en un momento histórico en que se incrementa considerablemente la esperanza de vida. Lo importante es agregarle vida a los años, y no años a la vida.

En una sociedad capitalista cuyo eje principal es el económico los ingresos determinan, muchas veces la calidad de vida de los viejos. Existe una importante correlación entre los ingresos que se percibían y los del retiro, y la seguridad económica en los viejos y viejas, disminuye considerablemente con las pensiones marcadas por el estado y desde luego solamente son pensionados aquellos que han formado parte del trabajo formal. Los que han sido parte del trabajo informal no tienen más pensión que la que han logrado construir a lo largo de su vida. Esto en muchas ocasiones se traduce en la más absoluta inseguridad social. A fines del siglo XIX, el viejo trabajador despedido de su empleo quedaba dramáticamente abandonado a sí mismo por lo que las colectividades se vieron obligadas a ocuparse del problema, aunque lo hicieron con grandes resistencias. (Beauvoir, 1980.)

La pensión se concibió primero como una recompensa. Ya en 1796 Tomas Paine aconsejaba recompensar con una pensión a los trabajadores de 50 años. En Bélgica y

Holanda se concedieron pensiones en el sector público a partir de 1844. En Francia, en el siglo XIX, los militares y funcionarios empezaron a recibir pensiones. En Alemania, se conoció a fines del siglo XIX un rápido ascenso del capitalismo con una gran considerable expansión industrial y se comprendió que era menester garantizar al proletariado con un mínimo de seguridad, creándose un sistema de seguros sociales que se completó y extendió progresivamente. En México, en 1999, los sistemas de seguridad social son inadecuados. Existen personas que tienen pequeñas inversiones realizadas a lo largo de toda la vida y favorecen su bienestar ayudando al anciano a no ser una carga para la familia pero no todos han tenido esta opción para guardar un excedente económico, ni todos han tenido la educación para hacerlo. Es hasta 1992, que en México se crea el Sistema de Ahorro para el Retiro (SAR.) No hay que olvidar que con dinero, las penas son menos. Las pensiones que se otorgan en la actualidad son muy bajas y las crisis económicas han afectado seriamente la economía de los ancianos.

Sin embargo, hay quién a pesar de eso, muchos de los "añosos", piensan que es más fácil acomodarse con poco en esta edad que en otras edades. Según algunos de los entrevistados, dijeron que también en esta edad las necesidades disminuyen, en el sentido de la alimentación y el vestido. Raquel, 66 años, comentó. *"Cuando yo era más joven, quería andar vestida a la última moda y reconozco que gastaba un dinero excesivo en eso, ahora, me parece que visto bien, tengo lo suficiente pero parece que la ropa me dura más tiempo"*. Paulina, 63 años, decidió jubilarse y dejar su trabajo en una tienda de departamentos, donde ella era encargada del departamento de ropa para niños. El horario era muy extenso y eso la ponía muy tensa y cansada, decidió renunciar y se quedó con una entrada económica reducida. Se le preguntó si no le preocupaba su futuro y contestó: *"Prefiero tener menos presiones aunque tenga que reducir mi estilo de vida, agregó con una sonrisa, para el yoghurt y el café que me tomo en las mañanas, no necesito tener mucho dinero...."*

Este grupo social como un todo, es forzado a entrar en un nivel de dependencia que antes no tenía y este hecho tiene efectos en su identidad personal; y en muchas

ocasiones, en esta etapa de la vida, los intereses y situación cultural no corresponden con el nivel de ingresos de la misma manera en que esto sucedía anteriormente. Por otro lado, cuando las condiciones económicas son favorables, en muchas ocasiones, este grupo puede ser visto como un nuevo blanco para las necesidades consumistas del mercado. También se ha observado que muchos otros viejos y viejas, se independizan de ciertas reglas y valores consumistas. Tienen un mayor control sobre sus ingresos y mayor independencia relacional en el manejo de los mismos.

Desde el punto de vista socioeconómico, el envejecimiento se presenta como un problema social, un desafío para la sociedad y los trabajadores de la salud mental con el fin de enfrentar y resolver una situación que margina a un grupo excluyéndolo de las actividades y recompensas que les han dado sustancia vital durante muchos años. Se vive una terrible contradicción entre el valor que las personas tienen a través de sus actividades profesionales y laborales y la necesidad social de retiro obligatorio; en este momento crítico de las personas hay que reeducar para poder valorar todas aquellas actitudes y actividades que durante toda la vida han sido devaluadas. Las formas de trabajo y creatividad que no implican ganancia económica requieren de valoración social ya que tienen funciones importantes en la estructuración de las nuevas identidades sociales y personales de los que envejecen. En muchas ocasiones esta nueva etapa de vida puede durar más de 25 años. Una de las maneras de ayudar a las personas de la tercera edad es reconsiderando el ocio creativo y productivo.

Esta deificación del trabajo es reciente en la historia humana, y Weber ya explica como los valores religiosos tuvieron que dar un sesgo que permitiera la acumulación de capitales. La gran valoración del trabajo es un producto de la modernidad. Históricamente, al igual que en sociedades fuera de occidente, el trabajo era visto en forma contraria; no como una obligación moral y un espacio de realización personal, sino como una actividad degradante de la que uno trataba de zafarse lo antes posible. Sin embargo, en la modernidad, el trabajo y sus diferentes niveles del mismo otorgan prestigio, y hay que trabajar y recibir remuneración para sentir que se es útil y valioso. Al definir a la sociedad capitalista como una sociedad de trabajo, hay que reconsiderar

el ocio creativo y productivo. Cambiar la ética centrada en el trabajo por una ética de creatividad, ocio, desocupación y mayor libertad para llevar a cabo acciones divertidas, espirituales, de juego, lectura, meditación, ejercicio, como una forma de cambio hacia nuevos valores sociales que Kohli 1983, nombra como post-materialistas.

Pero esta nueva filosofía, impulsada por Kohli, implica un rompimiento con la creencia de que el ocio es solamente un premio ganado con el esfuerzo de toda la vida y que no siempre se tiene derecho de hacer aquello que se desea hacer. El desarrollo personal, que muchas veces implica cambios en las rutinas diarias, es un proceso continuo a lo largo de toda la vida y que se suele enriquecer con la experiencia de vida. En la medida en que estos esfuerzos sean exitosos, no solamente van a beneficiar al individuo sino que se están convirtiendo en procesos socioculturales que trascienden al individuo mismo produciendo nuevos estilos de vida.

Los momentos decisivos, las crisis, amenazan la coraza protectora que defiende la seguridad ontológica del individuo, pues rompen con el equilibrio y estabilidad tan importantes para esa envoltura defensiva del yo. Hay momentos en que los individuos toman un nuevo rumbo sabiendo que este es irreversible, o al menos difícil retomar el anterior. Surgen muchos temores y ansiedades ante las situaciones de riesgo y cuesta trabajo dar el salto; casi todos quisieran que las cosas sigan como estaban, aunque esto es pensamiento mágico irrealizable; las circunstancias de riesgo son mayores en las sociedades modernas que en las premodernas donde las posibilidades económicas individuales están directamente vinculadas a la economía capitalista mundial.

Cada grupo produce diferentes modos de acción y Adamson Hoebel,²⁶ define la cultura como la suma total integrada de rasgos de conducta aprendida manifestados y compartidos por los miembros de una sociedad; es una herencia social que se transmite a cada generación. La capacidad humana de crear cultura se deriva entre otras cosas del complejo y plástico sistema nervioso del hombre que le permite hacer ajustes en la conducta. Los seres humanos son únicos para producir diferentes culturas

y sustentarlas. A finales de milenio se están "inventando" nuevas formas de comportamiento para algunos de los individuos que transitan por la tercera y cuarta edad; este es un proceso que no todos pueden llevar a cabo con la misma energía, con el mismo ritmo, ya que requiere mayor flexibilidad para adaptarse a nuevas reglas, normas y costumbres, que hasta ahora, han sido vividas como universales. Como se sabe, una forma de comportamiento humano no es igualmente válida para todos los seres coetáneos, pero sí marcan líneas generales que se pueden seguir. Llegan a terapia una pareja José tiene 75 años y su esposa Margarita tiene 69 años. Su apariencia y fortaleza contradicen los años, y todo el equipo de trabajo, comentó que se veían más jóvenes; sin embargo José, obrero, había sido jubilado hace muchos años; ambos eran mantenidos por sus hijos. Esto le producía a José, una sensación de inutilidad que ha ido minando su estado de ánimo, el daño que sufre su esposa es menor, debido a que ella, dedicada al hogar, se sigue manteniendo activa. Se le sugirió a José y Margarita, acudir a un centro de reunión para este grupo de edad, en la delegación cercana a su domicilio; el acudir le permitió a José mostrar ciertas habilidades y sintió que su vida tenía un sentido diferente.

NUEVAS INSTITUCIONES SOCIALES PARA LA TERCERA EDAD.

En los últimos años, cada vez se observa una mayor organización por parte de las entidades gubernamentales como de asociaciones no gubernamentales. Se ha dejado de pensar que el Estado omnipotente puede resolver todos los problemas sociales, por lo que se observan una gran variedad de organizaciones que agrupan a los senectos. Estos grupos dan una visión positiva a sus integrantes y nos encontramos con personas que quieren vivir dignamente su vejez. Se hacen congresos y reuniones donde se exponen trabajos que reflejan todo tipo de experiencias, pero lo que es importante aceptar es que cada vez con mayor frecuencia, las personas de la tercera edad tienen presencia social y política. El papel del Estado y las ONG's en la tercera edad se incrementa constantemente. Por ejemplo, en julio de 1998, se llevó un foro

²⁶ Adamson Hoebel, LA NATURALEZA DE LA CULTURA en HOMBRE CULTURA Y SOCIEDAD. COMP. Harry L. Shapiro. F.C.E., 1975.

sobre tercera edad, convocando a organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, en donde la participación fue tanto de profesionistas como de personas de estas edades que han formado sus organizaciones para defender sus derechos, tanto en la salud como en la enfermedad. En forma general se pretendía exponer la situación de este segmento poblacional, sus derechos y sus perspectivas. Este es un foro entre muchos otros que se han organizado, y que ilustran los cambios que se dan en esa área.

En México, en 1979, se creó el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), "órgano descentralizado del gobierno para la atención especializada de las personas de edad". El IMSS, el ISSSTE, Locatel, el DIF, son ejemplo de las muchas instituciones que en forma variada buscan apoyar a este sector poblacional. En el Distrito Federal se creó recientemente la "Alianza a favor de la Tercera Edad", donde un logro importante ha sido la puesta en marcha de proyectos interinstitucionales, y la publicación de un directorio de las instituciones públicas y privadas que ofrecen 600 diferentes servicios para esta población. Faltan muchos servicios, pero no se puede dejar de lado la existencia de estas instituciones inexistente hace 20 años aproximadamente, y recalcar los beneficios que ya reciben muchas personas que tienen acceso a estas grandes redes. En cualquier congreso para estos profesionistas que trabajan con la tercera edad, llama la atención la cantidad de personas involucradas con el tema. Entre las personas de la tercera edad encuestadas casi todas tienen opiniones positivas acerca de los nuevos servicios que la sociedad está ofreciendo.

Los nuevos estilos de vida instaurados para la tercera edad son un proceso no uniforme, por lo que al mismo tiempo se observan conductas contradictorias; estilos nuevos de vida que surgen en algunas áreas para quienes envejecen y que coexiste con la marginación del sector que implica una baja autoestima y miedo de expresarse y paulatina invalidación de sí mismos como personas con derechos iguales a los que pertenecen aún al mundo del trabajo. Como parte de la presente investigación se visitaron diversas instituciones. En una de estas reuniones a las que fui invitada a dar una plática, la coordinadora me dijo: "ven a platicar con mis viejitos, de lo que

quieras, para entretenerlos". La manera en que la coordinadora habló de "sus viejitos", dejaba entrever un afecto hacia ellos, que los miembros del grupo sentían y lo manifestaban en su relación con ella; ésta es una actitud necesaria en las personas que trabajan con este sector de la población. No se me dijo la edad que tenían las personas y al observarlos solo pensé en toda la experiencia que me podrían brindar.

Era un grupo de inmigrantes judíos, que habían llegado a México, entre 1920 y 1950, más o menos. En un principio, se les invitó a participar y que se sentaran en círculo, aceptaron mover sus sillas, pero no tenían la más mínima intención de hablar. La gran mayoría del grupo (35 personas), eran mujeres y solamente había dos hombres y una pareja de sólo 60 años. Se les preguntó por qué asistían a las reuniones y la pareja dijo acudir porque era una manera de salir de casa y socializar un rato, ya que vivían cerca del centro de reunión. La señora Silvia y la señora Celia, únicas que contestaron a mi pregunta, también manifestaron que esto les daba la posibilidad de conversar y socializar.

Querían que se les impartiera una conferencia en vez de platicar ya que no estaban acostumbrados a escucharse entre ellos; era más fácil escuchar una conferencia. Esto les evitaba el hablar de sus intimidades, a pesar de la necesidad que tenían de ser escuchados. Sé autodevaluaban y no daban importancia a sus vivencias, y se percibía un dolor y vergüenza por el envejecimiento y poco orgullo de haber llegado a esas edades: casi todos eran mayores de 75 años. Esto coincide con el significado de marginación y poca valoración al proceso de envejecimiento que marca el capitalismo tardío. Posición que se contrapone con una nueva visión digna y armónica de la vejez que empieza a surgir. Se les pidió que relataran alguna experiencia para poder aprender de ellos, y dijeron que "estar viejas" solo implicaba que dolía aquí y allá. Otras dijeron que no tenían dolores físicos pero que tenían malestar general y casi nadie mostró alegría o agradecimiento especial por estar vivo salvo un señor de apariencia pulcra, que dijo tener 92 años: *"Yo sólo sé que nací y ahí voy...." Estoy contento de estar todavía.* Son personas que les costaba trabajo establecer un diálogo por pensar que sus ideas eran anticuadas y nadie las quería escuchar. Se les mencionó que

algunos viejos y viejas eran sabios, porque tenían una gran experiencia, no lo creyeron; sin embargo, esta nueva connotación de sus recuerdos y capacidades, rompió un poco el hielo de la reunión.

En el momento en que sintieron mayor confianza empezaron a hablar y *Saúl*, 63 años, dijo: *hay que valorar lo que uno tiene...conformarse por lo que se ha perdido...nadie nos va a pagar lo que creemos que se nos debe, por lo que hay que dejar de cobrar para no enojar a quienes se encuentran cerca de nosotros. Los hijos no siempre pueden estar con nosotros y ese hecho nos hace vivir infelices y reclamarles en cuanto los vemos*. Silvia, tiene 74 años y dice que pertenece a una institución que hace trabajo social y que allí se siente muy útil, pero que siempre ha sido esa la línea en su vida: buscar sentirse útil y querida por los demás.... - La señora Matilde, 79 años, dice que hay que agradecer que se pueden levantar todas las mañanas a bañarse, vestirse, etc. Fue la primera que cayó en un tono de agradecimiento en vez del reclamo que se estaba viviendo en el ambiente y parece que esto contagió a los demás que enfatizaron la suerte de estar sanos y no enfermos. Nuestro amigo de 92 años, comentó que hay que tener espíritu de lucha, vivir el tiempo y no luchar contra él, lo cual es imposible dijo al final. Antes dijo con orgullo, una persona de 60 años era vieja, ahora, yo, apenas empiezo a pensar que me estoy haciendo viejo....

Esto nos permite corroborar nuevamente que no hay edad precisa para que la vejez empiece, y se comprende el porqué muchas personas que "oficialmente" pertenecen a este rango, no se sienten todavía viejas. Existe una contradicción entre la capacidad de trabajar, desde el punto de vista personal y los requerimientos sociales marcados por la edad de la jubilación. En el momento en que se les estimuló y motivó para platicar se sintieron más libres de hacerlo. Silvia, que era un poco líder en el grupo, pidió a sus compañeros que relataran algunos momentos de su llegada a México, agregó con iniciativa: *"Yo llegué después de la 2ª. Guerra mundial, en 1954.. Es sorprendente, pero un fenómeno bastante usual y que muestra los niveles de soledad y falta de intimidad entre las personas, es el hecho de que personas como estas, que conviven dos o tres veces por semana, no estén acostumbrados a hablar de sus cosas*

personales y desconozcan la vida de sus compañeros, creando relaciones con poca intimidad y grandes barreras entre ellos. Haciendo eco del comentario de Silvia, se les dijo que la historia se puede leer en libros pero que cada uno de ellos tenía una experiencia de vida única e irrepetible de su llegada a México que no puede leerse en ningún libro y que esto era una riqueza muy especial que podrían compartir con el grupo; media hora después de empezado este proceso, todos estaban más comprometidos y hablaban más que al principio. El hecho de darles atención y escucharlos, mostrar interés por sus cosas, había roto las barreras establecidas; había interés y todos tenían relatos que compartir. Eran varios, los que mostraban interés en escuchar y mostrarse ante los demás, no todos, ya que los humanos, afortunadamente, somos diferentes.

Silvia, continuó: *tengo mucho que contarles...he pasado la guerra, no puedo decir que fue fácil, pero lo que importa es que aquí estoy...El poder hacer este comentario nos ayuda a comprender que la vejez de Silvia va a ser más íntegra que la de las personas que tienen como costumbre quejarse más y tenerse lástima. La vejez, no es más que una etapa que continúa con el estilo de vida que las personas han llevado. Esto no imposibilita la capacidad humana del cambio. Cada uno empezó a decir la fecha en que había llegado al país y la señora Bertha comentó que también había venido de Alemania después de la guerra y se había salvado ella, su marido y su hijito de 9 años. El resto del grupo se mostró sorprendido ya que convivían con ella y conocían poco o nada de su historia de vida.*

Conforme se incrementaron las posibilidades de hablar de lo personal, un gran testigo de la historia, nuestro amigo de 92 años, hizo un relato interesante acerca de la comunidad judía en sus principios en México y las tres grandes vertientes del lugar de procedencia; hizo algunos relatos acerca de las primeras sinagogas y panteones, y explicó los distintos niveles de redes de apoyo mutuo que se fueron estableciendo. Algunos hablaban y otros no, pero todos estaban formando parte de la conversación y se sentían contentos de estar allí. Esto puso de manifiesto la dificultad que tienen los mayores para platicar sus historias, por un lado porque no están acostumbrados a

hacerlo y por el otro porque no se propician esas oportunidades que permiten una mayor intimidad que produce redes de apoyo de mayor calidad que las otras.

Otro aspecto que pudo comprobarse en el grupo es el temor que tienen de la muerte. (La muerte, siempre ha sido temida por los seres humanos, sin embargo este temor ha sido mejor manejado en épocas premodernas.) La señora Rosita, comentó que había llegado en 1933 al país, y la coordinadora del grupo dijo que en esa fecha había llegado también su madre, aunque esta ya había fallecido hacía unos años. Rosita hizo un gesto ante la mención de la muerte, como si le hubieran pronosticado que era su muerte la que estaba cercana. No se permiten hablar de la muerte para no invocarla y esto se hace más prohibido en personas no creyentes, para las cuales la muerte es el final y la nada. Es importante poder hablar de la muerte con los ancianos para que puedan planear lo que se pueda planear y con los enfermos terminales ayudarlos a despedirse hablando sin temor, no se habla de lo que está sucediendo y esto forma un muro impenetrable que aísla a los enfermos y a los ancianos

El cauce de la plática siguió y algunos de ellos contaron algunos hechos y sucesos de sus países de procedencia y adonde habían llegado. Matilde inició la conversación acerca de las distintas identidades culturales de procedencia y de llegada. Ella había vivido muchos años en Tabasco y explicó las diferencias entre las hojas de elote y las de plátano y hablaron del tamal, de la tortilla y de algunos platillos típicos del lugar de donde venían, ahora ya se quitaban la palabra unos a otros. Dos señoras que se veían mayores que los demás, dijeron haber nacido en México y en Puebla, lo cual mostraba diferencias importantes en miembros del grupo que presumían ser iguales y tener historias parecidas. Poco a poco habían logrado establecer nuevas formas de comunicarse y se interesaban por saber más del otro, habían logrado traspasar la barrera que los tenía aislados y que les daba un mayor sentimiento de pertenencia al grupo del cual formaban parte. Realmente había interés por conocer lo que el otro tenía para contar. Muchos de los viejos actuales tienen arraigada la creencia de que sólo la familia puede acompañarlos en su vejez, y dejan pasar de lado la posibilidad de

establecer nuevos vínculos que sustituyan de alguna manera, aquello que no se puede tener, por distintas razones.

Así, la institucionalización de diferentes grupos de tercera edad, también es una manera de ayudar a las personas que carecen de redes. El incremento en el número de personas que adoptan nuevos estilos de vida ha producido la necesidad social de construir nuevas instituciones sociales y se observa la construcción de estas en todos los niveles socioeconómicos. Centros deportivos y sociales, públicos y privados, delegaciones políticas, organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, civiles o religiosas integran cada vez más a este sector de la población. En los grupos de tercera edad del DIF, y del INSEN los asistentes pueden tomar diversos talleres. Sin embargo, esto es apenas un principio ya que para muchos ancianos, es difícil la transportación en una ciudad tan complicada como la ciudad de México, Es de esperar que se puedan organizar formas de transporte que ayude a muchas personas que quieren acudir. Lupita, tiene 80 años, y está muy bien de salud. Acude a terapia porque tiene que tomar una decisión y necesita reflexionar en voz fuerte. Ella vive sola, tiene tres hijos que la quieren mucho pero están muy ocupados y ninguno podría tomar el tiempo para llevarla a estas actividades que a ella le resultan atractivas. Tiene temor de viajar en transporte público por que ella dice que la mayoría de los choferes que dan este servicio son muy poco considerados y sus hijos le han prohibido tomar taxis por la inseguridad social que se vive actualmente en esta ciudad. Reporta que en ocasiones se deprime mucho y esto es porque está muy sola entre semana, y estaría contenta de asistir a estos grupos si tuviera la posibilidad física de transportarse.

En algunos de estos clubes que se visitaron se pudo observar lo siguiente: En Huixquilucan, Edo. De México, las personas de la tercera edad, cuentan con diferentes opciones recreativas, manuales y de asistencia social. "El club de las Aguilas Reales", fundado por el DIF municipal hace en 1995, cuenta en 1999 con dos sedes y nació como un centro de convivencia en donde las personas además de relacionarse entre si, reciben cursos y talleres que fomentan su creatividad y actividad. Se dan clase de repujado, cestería, pintura, cerámica y tejido entre otras clases. En este club, asisten

como 200 personas en cada sesión. Estas manualidades, no solamente los ayudan a crear sino que en ocasiones, pueden vender lo que producen. *Ana Luisa, hace trabajo de repujado bellísimos y comenta: mi familia sabe que cuando tienen que hacer un regalito, me lo piden a mí y son unos "centavitos" que me complementan mi gasto. Ellos han dicho que tengo mucha facilidad y la gente a quienes dan estos regalitos, se han mostrado complacidas con ellos.* La pertenencia al club no tiene ningún costo y el único requisito es la inscripción en los centros del DIF municipal, donde también se les tramita su credencial del INSEN. Se reúnen con bastante frecuencia.

En muchas iglesias de la zona, se realizan actividades con las personas, como en el caso de la iglesia de San Fernando, donde una vez al mes se organiza una comida, se reparten despensas entre otras actividades. En la Iglesia de Nuestra Señora de la Piedad en Lomas de Anáhuac acuden cerca de 60 personas cada mes para realizar actividades manuales, y se hacen un chequeo médico, comen y reciben obsequios útiles. Son actividades que aunque no son, por lo pronto, muy frecuentes, ofrecen servicios a la comunidad que antes no existían.

En el municipio de Naucalpan, cerca de 700 personas reciben atención médica, instrucción en talleres y participan en actividades recreativas a través de 15 clubes del INSEN y un centro gerontológico en el municipio de Naucalpan. Este fue fundado hace casi nueve años, es una estancia donde los ancianos permanecen durante el día, comen y conviven entre sí además de recibir talleres, cursos y conferencias, informó la subdirectora del INSEN Naucalpan. En este club, además de los talleres de artes manuales, se les da clases de aeróbicos, y tai chi, entre otras actividades en las cuales ejercitan su cuerpo también. Se informó que también se les da atención psicológica para trabajar su autoestima y facilitarles la creación de redes de apoyo, tan necesarias en cualquier etapa de la vida. En este centro gerontológico existe un cobro por las actividades en donde se hace un rastreo de las condiciones socioeconómicas de los participantes, para que puedan ingresar personas de todos los niveles.

El club del INSEN más grande que funciona en la zona, es el del "Parque Naucalli", en que se atienden a 235 personas. Se les imparten distintas clases como yoga, Tai-chi, bailes regionales; En éste último asisten a las clases de baile más de 30 personas, entre dos y tres veces a la semana.

En Atizapán, está una casa para tercera edad, que abre sus puertas desde las 9.00 a las 14.00 horas, de lunes a viernes para todas aquellas personas que desean asistir. El director del DIF de la zona, dijo que tienen más de 395 personas integradas a las casas de la tercera edad instauradas en la zona y que son una nueva manera de contribuir para que este grupo de edad pueda fortalecer y reivindicarse física, moral y espiritualmente. Algunos de los talleres impartidos son: macramé, tejido, bordado, clases de aeróbicos, yoga, danza regional y hawaiana, se puede participar en juegos de dominó y ajedrez. *Laura Díaz, 85 años, dice que lleva 3 años de asistir a esos eventos y que lo pasa muy bien. He dejado de estar enojada con mi nuera o mi hija, porque no me atendían, ya que estaba muy sola antes de ingresar al club; podemos escoger aquello que nos guste, y no nos sentimos presionadas. "¡Para mí es un imán venir a este lindo lugar, aprendo cosas nuevas que me gusta hacer y he conocido gente muy linda con la cual puedo platicar mis cosas sin temor de que se aburran, o me digan "otra vez contando lo mismo...!"*

Otro grupo que se visitó es el que asiste al Centro Deportivo Israelita de reciente formación, aproximadamente 2 o 3 años. Tienen un número como de 300 personas. Está formado por personas mayores de 55 años y sin límite de edad. La gran mayoría que asiste es de mujeres y muy pocos hombres, se puede hablar de solamente un escaso 10%. La razón es la siguiente: muchas mujeres son viudas o divorciadas, otras comentaron que sus esposos aún trabajan y muchas más dijeron que esas actividades no les gustan a los esposos y que prefieren quedarse en casa viendo televisión, ya que están retiradas. El grupo se reúne dos veces por semana, algunos domingos tienen actividades con los hijos o nietos en conjunto y en alguna ocasión se organizan excursiones. Tienen servicio de autobús, (el camión los recoge en ciertos puntos estratégicos a los cuales ellos pueden llegar solos) y el costo es simbólico, se puede

decir que lo que pagan es el transporte y si alguna persona no tiene posibilidades de hacer el pago, se le beca.

El grupo se reúne dos veces por semana, da principio a sus actividades a las 10.00am y las personas escogen la actividad física que desean llevar a cabo: Tai-chi, ejercicios aeróbicos en dos grupos con niveles diferentes, gimnasia, caminata al aire libre, natación. Cada quién escoge el grupo al cual quiere pertenecer, siempre y cuando tenga las condiciones físicas de salud para llevar a cabo la actividad. En el grupo de gimnasia para personas de edad avanzada, más de 80 años, hacen ejercicio incluso aquellos que están en silla de ruedas, algunos acompañados de algún cuidador-a y se ven todos entusiasmados con la actividad. Posteriormente tienen un pequeño ambigú, y durante ese tiempo se hacen avisos importantes y se les da una plática de algún tema pertinente al momento que se está viviendo.

Posteriormente pasan a lo que se llaman actividades creativas o intelectuales. Se asistió a una clase de crecimiento personal en la cual habían cuando menos 30 personas y este era dirigido por una psicóloga que dijo tener 80 años. Es un grupo de trabajo que tiene que comprometerse a asistir por un tiempo determinado, no se aceptan nuevos miembros y la idea es reflexionar en conjunto, para sentirse un poco mejor. Ante las quejas de algunas personas, la coordinadora les hace ver cuando no están en lo correcto de manera que puedan estar con sus familiares sin ejercer presiones que los alejan y enoja. Ella insistía en que no tienen que quejarse, y les hacía comprender que la vida moderna no permite la interacción con la familia como hace 30 años. La comprensión de esto, le evita a muchos ancianos sentirse echados de lado y no queridos por sus familiares. Algunas de las componentes del grupo, llegaron a exponer sus problemas personales y con la opinión de algunas otras pudieron hacer una reflexión más "objetiva" acerca del problema que le preocupaba.

Estos grupos promueven todo tipo de actividades tanto en México, como en otros países y son una red de apoyo importante para quienes así lo requieren. Incluso se empiezan a manejar distintas actividades para las personas de 3ª y 4ª edad,

adaptándolas a las necesidades y posibilidades de cada grupo de edad. Organizan viajes, excursiones, visitas a museos, conciertos, librerías, cine y teatro, etc. para facilitar la convivencia entre sus miembros. En muchos de estos centros, se venden las artesanías hechas en sus propias tiendas de regalos y la ganancia es para beneficio de su creador con un pequeño porcentaje para la institución. *Rita es una mujer sola, y comenta: "el dinero que obtengo con mis pinturas en seda es muy importante para mi manutención, pero son más importantes los amigos que he hecho en 5 años. Regreso del centro cansada y contenta y mi falta de familia, cada vez es menos doloroso, ya que he obtenido una nueva familia".*

ASILOS Y CASAS DE RETIRO.

Algunos asilos y casas de retiro, están cambiando su estructura y organización para adecuarse a estos nuevos viejos que no quieren sentarse en la mecedora a esperar el final. Es válido darle un sentido o significado positivo a los asilos, ya que su función social puede ser más benéfica para muchos viejos que no se atreven a tomar esta opción por que tiene para ellos una connotación negativa. Para muchas personas de la tercera o cuarta edad, puede ser más funcional vivir en un lugar que le ayude a cubrir sus necesidades básicas que hacerlos por sí solos y no se van a vivir al asilo por el significado social que ha adquirido.

Rosaura tiene 65 años y su único hijo vive fuera del país; a la muerte de su marido, y siendo una mujer sana decidió tomar ésta opción de vida por que se sentía más protegida que sola en su casa. Fue duramente criticada por muchos de sus amistades y cuando se le entrevistó en el asilo, 4 años después, dijo que fue una de las mejores decisiones que había tomado. Se evitaba cuestiones tales como ir al mercado, pagar la luz, cocinar para ella sola y en las noches sentir temor por su soledad, y por otro lado aquí tenía las posibilidades de dedicarse a labores manuales que siempre le habían gustado. Debido a su buen estado de salud, podía salir de su residencia cada vez que lo requería, aunque tenía que cumplir con los horarios previstos por la institución; visitaba a sus parientes y amistades y ocasionalmente ellos también lo

hacían, su hijo la visitaba cuando venía a la ciudad y ella iba a estar con él un mes de cada año. Como ella lo relata tuvo pérdidas materiales en el sentido de que su casa era más grande que este pequeño cuarto donde vivía, y tuvo que hacer una gran selección de los objetos y ropa que se llevó, aunque dice que valió la pena, finalmente *"guarda una tantas cosas que nunca usa, que más vale empezar a deshacerse de ellas que quedar prisionera de ellas"*. En las paredes de su cuarto tenía fotografías y un cuadro que ella escogió entre sus posesiones y no extrañaba los objetos que había dejado, aunque el acomodarse a esta nueva situación fue un proceso lento y difícil. Ahora son recuerdos para mí, y pienso que fue una buena elección de estilo de vida. Es de llamar la atención esta decisión que difiere de muchas personas que prefieren quedarse apegadas a sus objetos aunque el precio sea una especie de jaula que no les da libertad. El asilo como tal, ha tenido desde siempre un significado de desolación que hay que cambiar por uno cuyo sentido y significado atraiga más a las personas que producirles repulsión.

El asilo ha sido conceptualizado como el botadero, el bote de basura, o la antesala del panteón, "para aquellos que no pueden bastarse por sí mismos ni física ni económicamente. En su gran mayoría, son inhumanos y mal atendidos. Sin embargo esta noción de un lugar para vivir con gentes iguales y posibilidades de hacer amistades también convive con la noción tan denigrante que se les da a las casas de retiro. Un gran número de ancianos, teme al asilo y piensan que sólo asisten a él las personas que están solas, más bien desoladas, o que no son queridas por sus familiares; esta posibilidad es vista como lo peor que se puede esperar de la vida. Son muy pocos los que piensan que es una buena alternativa vivir allí y sin embargo parece ser una necesidad una nueva forma de educación para poder hacer uso de dichas instituciones en forma creativa. Entre las personas que se han entrevistado, muchas de ellas estarían más a gusto en un lugar donde pudieran compartir con otros que en sus casas donde los niveles de soledad y encierro, llegan a ser patéticos. El permanecer aislado produce pensamientos y sensaciones desagradables que se evitan en forma importante al convivir con los otros y por otro lado, es cierto que la capacidad de frecuentar y

sostener redes de amigos y apoyo se complican seriamente en ciudades modernas y ejemplo de esto es la ciudad de México.

Felipe, 85 años, es un hombre viejo, como él dice, pero no enfermo; tiene posibilidades económicas para mantenerse en forma bastante adecuada y cuando se le entrevistó relató su entrada al asilo: *...vivía en compañía de mi hermana consuelo, fallecida hace poco tiempo; teníamos servicio que nos atendía y un ama de llaves muy querida que ha envejecido al mismo tiempo que yo y a la muerte de mi hermana me dijo que se regresaba a su pueblo, a vivir con su familia ya que sentía que ya no podía seguir trabajando. Me negué durante mucho tiempo a tomar esta decisión, de venir a vivir a este lugar, pero hace un par de meses, me caí en la noche y no había nadie cerca de mí que me prestara ayuda. Me lastimé un pie y toda la noche tuve que quedarme en el suelo, frío y mojado, hasta el día siguiente, que apareció la señora que hace la limpieza. La impotencia y soledad que sentí fue brutal, me dije, es momento de tirar la toalla y eso me orilló a venir a vivir a esta pensión para ancianos; , "No lo hago porque quiero, sino porque no hay otro remedio" dijo a las personas que lo entrevistaron para su ingreso.*

Con ese preámbulo, se puede entender que Felipe llegó deprimido; no respondía a las atenciones de los encargados de la institución y un vecino de cuarto, Víctor, 77 años, lo asedió desde que llegó para recibirlo y tratar de hacerle agradable ese momento. Felipe vivió esto como inoportuno, lo percibe como un hablador incansable, pero al mismo tiempo se dio cuenta que había personas con las que podría establecer un vínculo. Un mes después se reía con Víctor que se había convertido en un excelente amigo. Juntos hicieron un rompecabezas muy grande,, platicaban sus historias de vida, e incluso en dos ocasiones han salido a cenar, vestidos elegantemente; Felipe reconoce, que está mucho mejor ahora que en su residencia particular, más elegante pero sola y que esta casa de ancianos es una buena opción. Dice que ha tenido que abandonar muchas de sus pertenencias, pero que en la vida *"hay una época para adquirir y otra para dejar ir....."* Agrega con un tono de voz agradable: *lástima todo el prejuicio que existe ante esta posibilidad, que para mí ha*

resultado benéfica. A parte de mi amistad con Víctor, platico con muchas otras personas durante el día y en la noche tengo un timbre cerca de mí que puedo usar si tengo alguna emergencia. En la vida existen muchas situaciones que no se pueden cambiar y que hay que enfrentar, y el significado que se la da a dichas situaciones es determinante; la vejez es una de ellas.

El grado del cambio más o menos constante, profundo y rápido característico de las instituciones modernas, unido a la reflexividad propia del pensamiento, significa que en el plano de la práctica de cada día así como en su interpretación, no se puede dar nada por supuesto. La conducta que hoy es aceptable, apropiada, recomendable, puede ser considerada mañana de forma diferente a la luz de las circunstancias cambiantes o de nuevos conocimientos. Pero al mismo tiempo por lo que respecta a muchas interacciones de la vida diaria, las actividades logran adquirir carácter rutinario por su recombinación en el espacio y tiempo. Es importante darse cuenta que cualquier cambio que se toma acerca del estilo de vida implica un diferente desarrollo del Yo que rompe con la idea de que las personas permanecen con una forma de ser a lo largo de toda su vida. La vejez no es uniforme en todas las personas y cada cual la vive como le toca o puede vivirla.

Susana es una mujer de 59 años, tiene temor de su entrada a la tercera y edad y quiere un proceso terapéutico porque quiere hacer lo posible, por tener un vejez digna. Relata la vida de dos mujeres cercanas a ella, su madre y su suegra. Mi madre, es una mujer de 83 años y le acaban de dar un premio como "la madre del año" por su trabajo en una institución de beneficencia que ayuda a las mujeres trabajadoras. Enviudó hace 30 años y su libertad, la transformó en un estilo de vida; frecuentemente iba a algunas ciudades y pueblos de la república por el trabajo que realizaba en dicha institución. Es una mujer que tiene recursos económicos y hasta hace 5 años, hacía sus viajes en autobús. Ella decía que no quería depender de ningún hijo, ya que existen medios de transporte público. "Nos volvía locos, a nosotros, sus hijos, con esa libertad que a veces nos preocupaba". Sin embargo estoy muy contenta de ser su hija y quisiera que eso fuera un modelo para poder seguir viviendo, ahora que estoy cerca de

los 60 años. Mi madre no ha necesitado apoyo de nosotros, y vive sola, aunque nos visita con frecuencia a mi y a mis hermanos. También se queja

Por otro lado, tengo el ejemplo de mi suegra, que vivió hasta los 93 años; siempre tuvo grandes depresiones, y a pesar de visitar muchos médicos, no la pudieron curar. Vivió cerca de mi casa y tenía servidumbre que la atendía, muchas de las personas del servicio, también le robaron muchas de sus pertenencias. Como consecuencia de este hecho, mi esposo y yo decidimos traerla a nuestra casa; poco después mi marido enfermó de cáncer y para mi era muy difícil estar al tanto de los dos y esto nos obligó a llevar a mi suegra a una casa de retiro. Esto fue una conmoción familiar, pero para sorpresa nuestra, cada vez que la visitábamos estaba muy arreglada. Se vestía con esmero, se pintaba sus uñas y se peinaba. Decía que no le gustaba recibimos mal arreglada. Los 3 años que vivió en la casa de Susana se los pasó en bata y camisón, ya que no quería vestirse. ¡Lástima que no la trajimos antes al asilo, ya que logró tener una mejor calidad de vida, al final de su camino! Ella comenta que quisiera tener la suerte de su madre, ya que ha tenido la capacidad de dar intensidad y valores a su vida. En la crisis que atraviesa Susana en esta etapa de su vida, la imagen de su madre le da fuerzas para seguir y siente una pena profunda por su suegra. Ambas imágenes se le cruzan en sus sueños y se siente atemorizada.

Es importante promover la cultura del envejecimiento, del agradecimiento, respeto y cariño a los viejos, con la idea de que manos felices son manos ocupadas y que el ser viejo no está peleado con la dignidad y el orgullo personal. Cuando esto se da, se puede presenciar grupos de personas que han pasado a este grupo de edad y que ofrecen sus servicios a menor precio, lo importante para ellos es mantenerse activos, contentos con su edad. Recuerdo un grupo que se hizo presente en un foro organizado por el Departamento del Distrito Federal que se llama "Grupo de Centenarios Felices" y su actitud ante la vida, hace eco con el nombre que decidieron usar. Uno de los coordinadores de este grupo ofreció servicios profesionales y pagados a un precio menor como una forma de apoyo social. La visión que se tiene de la vida, la condiciona positiva o negativamente, según el caso. No todos los viejos están tristes,

“ni huelen mal” como se escucha decir por ahí y casi todos tienen experiencias que compartir, si es que los jóvenes aprenden a escucharlos sin menosprecio o ironía.

Es interesante escuchar a muchos jóvenes y niños que tienen buenas relaciones con los abuelos y abuelas y su manera de verlos es positiva; en una entrevista que se hizo a jóvenes adolescentes, que cursaban la secundaria, se escucharon opiniones acerca de sus abuelos que muestran que no es la tercera edad lo que marca a las personas sino la dirección que se le da a esta etapa de la vida. Jorge, 17 años, dice: *en mi casa, se respira tranquilidad y calidez por que está mi abuelita, 68 años. No concibo regresar de la escuela, sin que esté ella recibéndome con su sonrisa; me gusta mucho acompañarla a algunas de las actividades que hace y platico muy a gusto con ella. Es una de mis mejores amigas. Rosita, 22 años, me encanta pasar a visitar a mi abuela, 73 años, ya que puedo estar en su casa a solas con ella y escuchar sus historias al tiempo que yo le cuento las mías, y parece mentira pero me escucha y comprende mejor que mis padres, que siempre andan a las carreras.* Son muchos los niños pequeños que esperan con alegría la visita de los abuelos, ya que esto se convierte en una fiesta, en una rutina distinta de la que llevan con sus padres. Es común escuchar a los abuelos que dicen: yo tengo la misión de divertirme con ellos y hacemos cosas divertidas para *ambos*. Parece común encontrar nietos que han logrado una conexión con los abuelos que sus padres no tienen y en muchas ocasiones se encuentran relaciones muy gratificantes para ambos. Es también en esta etapa de la modernidad que vemos el papel tan importante que han tomado los abuelos, y el gran apoyo familiar que suelen ser en muchas ocasiones, sin que se les cargue la mano.

El envejecimiento de la población a finales del milenio, es un fenómeno que requiere atención en todos los países y la atención que se da a este grupo social varía de país en país y sé diferencia también por los recursos económicos invertidos, es mejor conforme hay más recursos; A pesar de estas grandes diferencias, se puede pensar que han surgido posibilidades que antes no existían y que se ha abierto un camino nuevo para quienes transitan por esta última etapa de la vida. Hay quienes disfrutan de él y hay otros que ni siquiera lo conciben.

DIFERENCIA ENTRE LOS VIEJOS Y VIEJAS DE LA TERCERA EDAD.

El análisis que se presenta de la vejez en la época actual, no puede dejar de lado los cambios que existen en la cotidianidad de hombres y mujeres marcados por la "gran revolución" femenina acontecida en el siglo XX. Estas cuestiones del género son determinantes para una mejor comprensión de los estilos de vida de los hombres y mujeres en general, y en particular de los mayores de 60 años. Se plantean generalidades de la construcción social. De hombres y mujeres ya que la Perspectiva de Género²⁷ nos permite comprender la existencia de experiencias femeninas y masculinas diferentes entre sí, que tienen efectos en el desarrollo de los hombres y mujeres por lo que proporcionan distintos sentidos a la vejez de los hombres y de las mujeres.

La división cultural (apoyada en la biología), que se hace de los sexos tiene el efecto de reprimir algunas de las características de la personalidad en prácticamente todos los hombres y mujeres. Las identidades de los hombres han sido construidas para el logro del éxito en el trabajo y la obtención de poder que, muchas veces ejercen sobre las mujeres. Las mujeres que han sido culturalmente oprimidas por los hombres han tenido la capacidad de desarrollar cualidades no valoradas económicamente pero que les permiten una mayor calidad de vida en la vejez, esto puede verse como una premisa expresada en forma generalizada.

La determinación de los roles adjudicados a las mujeres y a los hombres tienen efectos a lo largo de toda su vida²⁸ y algunos aspectos que se han observado en los sujetos "añosos", dejan ver que esa construcción social en algunos aspectos afectivos beneficia a la mujer sobre el hombre, aunque económicamente muchas mujeres se ven en una situación económica de mayor pobreza que la de los hombres. Uno de los

²⁷ Lagarde, Marcela. GÉNERO Y FEMINISMO. Desarrollo humano y democracia. Edit. Horas y horas. Madrid, 1996.

²⁸ Lamas, Martha. LA ANTROPOLOGÍA FEMINISTA Y LA CATEGORÍA GÉNERO (1986.) EN "EL GÉNERO: La construcción cultural de la diferencia Sexual". Editado por PUEG, México, 1996.

principales aspectos que afectan la vida de las mujeres mayores es el económico y muchas veces perciben ingresos que están por debajo del nivel de pobreza.

Las expectativas sociales tradicionales en las que se desarrollaron muchas mujeres que ahora tienen más de 60 años, les impidieron prepararse para mantenerse a sí mismas en los últimos años de sus vidas; cuando se encuentran solas, no tienen la capacitación necesaria para buscar trabajos y por otro lado, están resentidas por tener que desempeñar un rol que delegaron a los hombres y viven como vergüenza el hecho de no tener quién cumpla con esto encomendado culturalmente al hombre. Elisa, 56 años, tuvo que empezar a trabajar cuando su marido se fue de la casa; es una mujer eficiente y organizada por lo que un familiar decidió ofrecerle un trabajo cuando esto sucedió. Ella tiene 10 años en ese trabajo, su jefe está contento con la manera en que se desenvuelve y dice que su negocio ha crecido por la capacidad y honestidad de Elisa. Sin embargo, ella cada que puede se lamenta por esta "situación penosa" de tener que trabajar. Se niega a aceptarse como una mujer emprendedora y se sigue lamentando por su "desgracia", ocurrida ya hace más de 12 años. Dice que su sueño dorado es dejar el trabajo y encontrar alguien que la mantenga.... Es de aquellas mujeres que no disfrutaban su capacidad de trabajo por el resentimiento de haber sido "abandonada". Por otro lado, la incapacidad de autoabastecerse provoca privación material y una sensación de inadecuación y baja autoestima.

Dentro de estos roles marcados para cada uno de los sexos algunas de las habilidades fomentadas para el sexo femenino, son un gran apoyo en la vejez. Tenemos el hecho de que la mujer es más capaz que el hombre para relacionarse y mantenerse activas en ciertas edades.

La expectativa de vida en este siglo ha aumentado en forma considerable y las estadísticas muestran que la mujer vive más tiempo que el hombre. En Suecia, la longevidad ha aumentado el doble en la mujer que en el hombre. En Estados Unidos, la diferencia en la esperanza de vida, ha cambiado de 5 años más de vida para la mujer,

en 1950 a ocho años en 1993. En Francia, 77.2 años para la mujer y 69.2 años para el hombre. En Israel, 75 años para la mujer y 71.5 para el hombre.²⁹

En la ciudad de México se tiene una esperanza de vida de 71.3 años para el sexo femenino y de 68.4 para los del sexo masculino. Estos son datos promedios obtenidos en los censos, pero cada vez más se observan personas que viven más allá de los 80 y 90 años. En todos los países industrializados, se observan estas diferencias y se especula diciendo que las mujeres son más sensibles a los cambios de su cuerpo y salud, que reportan con más facilidad sus enfermedades y que durante la socialización, aprenden a cuidarse un poco más. La calidad de vida entre muchos de los entrevistados, era mejor en las mujeres que en los hombres.

Charlotte Buhler, nacida a principios de siglo en Alemania, a los 80 años, daba cursos a mujeres menores de 40 años para enseñarles como convertirse en mujeres con derechos iguales a los de los hombres. Betty Friedan³⁰ dice que a partir de los 80s, se podría caracterizar a las mujeres norteamericanas, enfrentando la edad con alternativas de cambio, flexibilidad y un anhelo desafiante y luchador hacia el futuro. En México, cada vez hay más mujeres que estudian a edades más avanzadas y han logrado desarrollar carreras profesionales, son mujeres creativas y productivas. En la clínica del ILEF, se ha constatado este espíritu en algunas mujeres, que ante las crisis que les sobrevienen piden apoyo para poder hacer los cambios requeridos. Oliva es una mujer de 63 años, pertenece a una clase media baja, y pidió apoyo terapéutico porque se sentía muy sola. En el proceso terapéutico pudo hacer un recuento de su vida, y logró asumir una nueva posición para salir adelante, tanto física como emocionalmente. Después de un año de terapia, había decidido dar clases de trabajos manuales para ayudarse económicamente, buscó ayuda médica para los trastornos fisiológicos propios de su edad y su estado de ánimo cambió con lo cual, sus relaciones familiares se hicieron un poco más gratificantes. Sin embargo, también había decidido ampliar sus redes de apoyo para no depender totalmente de sus hijas que tenían otros compromisos aparte del contraído con ella.

²⁹ Friedan Betty, THE FOUNTAIN OF AGE. Edit. Simon & Schuster, New York, 1993

Marilú, tiene 61 años cuando acude por primera vez a la clínica. Es víctima de violencia doméstica, tanto física como psicológica, toma la decisión de separarse y después de plantear todos los temores propios de una mujer de 61 años, que nunca había tenido un trabajo remunerado, (ya que el de su casa no lo era) logró ir encontrando el camino adecuado para ella, y se fue a vivir sola. Usó todos los recursos que tenía a la mano y se transformó en una mujer responsable de sí misma e independiente. Marilú cambió la manera de relacionarse con sus hijos y estableció nuevas formas de vida que le hicieron ver que no era menos importante que las mujeres que estaban casadas. Entre las mujeres y hombres con los que se trabajó durante el tiempo de la investigación, las primeras parecen haber dado salida a una fuerza oculta durante siglos y que las está convirtiendo en personas con mayor vitalidad y longevidad.

Por otro lado, la tan temida menopausia ha sido desmistificada y ha dejado de ser un suceso desastroso; desde el momento en que la identidad femenina deja de estar supeditada solamente a su capacidad reproductiva, la pérdida amenazante de esta capacidad deja de ser tan violenta como lo era en el pasado. Muchas mujeres encuestadas, estaban contentas con la menopausia y decían que esta no había cambiado su vida, para muchas era un cambio positivo que no menguaba su sexualidad. El enfoque de la vida en las mujeres mayores va cambiando del hecho de ser una mujer arrinconada e inservible a una etapa de vida que requiere tratamiento médico adecuado y que es normal cuando el tiempo de vida va sucediéndose. Gail Sheehy, (1993),³¹ habla de tres premisas importantes. Destruye muchos mitos acerca del proceso menopaúsico, enfatiza que este es un asunto de salud y aconseja a las mujeres para que se eduquen y eduquen a los hombres a su alrededor, incluidos muchos médicos y marca esta edad como "la segunda adultez", de la mujer que le abre grandes posibilidades por el largo tiempo en que se traduce esta etapa. Para estas mujeres es claro el hecho de que aunque la menopausia no les ha producido mayor daño, piensan en crear nuevas formas de vida, ya que su labor como madres ha terminado. Tienen un tiempo libre que nunca antes habían tenido y lo saben aprovechar

³⁰ Friedan Betty. Idem, 3.

para evitar que este se convierta en aburrimiento, depresión, e incluso falta de sentido a sus vidas. Una menopausia bien atendida, implica tomar aquellos medicamentos que por un proceso biológico normal, han dejado de producirse naturalmente.

Muchas mujeres han iniciado nuevos estudios y entrenamientos, nuevos trabajos, se han mudado de casa o de ciudad, y han ampliado sus círculos de amigos y amigas y viajan cuando tienen la posibilidad de hacerlo. Existe asociaciones que promuevan estas actividades y la asistencia de mujeres es mayor que la de los hombres. Por otro lado parece ser que los hombres se resignan en la vejez con más frecuencia que las mujeres, sin buscar nuevas alternativas y formas de trabajo distinto al que han tenido siempre y que les ha dado un valor social.

La etapa denominada del "nido vacío", que en forma general se puede describir como una etapa en que los hijos abandonan el hogar, las obligaciones como padres cesan y se transforman y muchos hombres enfrentan el problema de la jubilación es vivido en forma diferente por cada uno de los sexos. Para muchas mujeres, se convierte en una etapa que les da la posibilidad de realizar actividades que antes les habían estado vedadas y muestran más deseos de trabajar consigo mismas, en terapias, grupos de reflexión, desarrollo personal, etc. para entenderse y saber como motivarse en esa nueva etapa de su vida, actividades que les permiten hablar de las pérdidas y ganancias obtenidas a lo largo de su vida. Amalia comenta: *no me preocupó el hecho de que mis hijos crecieran, era algo esperado, tenía yo más temor de enfrentarme a un nuevo camino, no tenía claro hacia donde dirigirme y estaba el gran temor de fracasar. Tenía 56 años y podía vivir otros treinta, por lo que era importante sentirme útil y estar ocupada. Pasé a formar parte de un grupo que trabaja para ayudar a los necesitados, entre otras cosas que hice y casi puedo sentir que no siento el nido vacío, sino que lo he llenado de otras maneras. Mi esposo, 64 años y recién jubilado, me reclama que todo el día estoy fuera de la casa; ha sido difícil este nuevo acomodo, pero va resultando; dice que ahora que quiere estar dentro de la casa, yo estoy fuera. Es increíble el cambio que se dio en nuestras vidas, estamos al revés de hace muchos*

³¹ Sheehy, Gail. MENOPAUSE. THE SILENT PASSAGE. Pocket Books, U.S.A. 1993.

años: yo era la que estaba dentro, con los hijos, y quería más su presencia, ahora los papeles se han cambiado. Me da pena que no encuentre una actividad que le atraiga, pero no es mi culpa y yo no soy responsable de su jubilación.

Muchas mujeres confiesan que es un placer haber aprendido a disfrutar el mundo de otra manera, que están contentas de haber pasado la etapa en que los hijos dependían de ellas y ahora disfrutan el hecho de ser abuelas, bisabuelas, pero sobre todo están contentas de haberse descubierto como personas con intereses propios. Esta concepción es más cercana a las mujeres menores de 70 años, que a las que pertenecen a la cuarta edad.

La experiencia con algunos hombres entrevistados es contraria, sufren del "nido vacío", y echan de menos su trabajo que les dio estructura social durante muchos años; tratan de recuperar el tiempo que no estuvieron con los hijos ni con sus esposas, sin lograrlo y esto los deprime y orilla a dedicarse a ver televisión encerrados en sus casas. Incluso han comentado que se arrepienten de haber dejado en manos femeninas toda la educación de sus hijos y están tristes porque no pueden remediar lo que pasó. Les cuesta más trabajo que a las mujeres, el realizar trabajos que no concuerden con los introyectados como válidos para la identidad masculina. Se ha observado que la asistencia a museos, conciertos, grupos de estudio, clases de todo tipo, y otras actividades culturales y de servicio a la comunidad, es en mayor proporción de mujeres que de hombres. Las mujeres se agrupan para asistir a estas actividades y los hombres no la hacen de igual manera.

Jaime, 69 años, enviudó cuando sus hijos eran adolescentes y nunca se volvió a casar. En este momento de su vida vive solo ya que sus hijos han hecho su propia vida y comenta que le gustaría poder hacer lo que hacen las mujeres en grupos, pero que le da pena y no sabe como buscar amistades para llevar a cabo actividades culturales; cuando les hablo a mis amigos, lo único que saben es ir a tomar una copa o a jugar dominó. Me aburro con ellos, pero no se como iniciar otro tipo de actividades. Acudió a terapia ante la insistencia de su hermana, que es psicóloga, la cual estaba muy

preocupada por la soledad de Jaime. Surgieron en el proceso terapéutico los "mandatos sociales"³² que motivaban la conducta de Jaime, y en la medida que se pudo reflexionar conjuntamente con él, se dio cuenta que muchas actitudes por el juzgada como "femeninas" era posible llevarlas a cabo, sin menoscabo de su hombría y al cabo de un tiempo se pudo conectar con otras amistades más divertidas para él. Ha ampliado sus redes, en ocasiones juega dominó y se toma una copa pero también ha aprendido a asistir a "actividades femeninas", (como él las llama) que siempre le atraeron. Estas actividades las hacía cuando su esposa vivía, y no se atrevía a buscar gente desde que ella había fallecido. Paulatinamente, el aislamiento y depresión de Jaime fue cediendo. Sus hijos manifestaron estar contentos con su padre, era nuevamente el Jaime que recordaban de cuando eran niños.

La capacidad de servicio que ha sido históricamente cualidad femenina básicamente, toma realce en ésta etapa y nos hemos encontrado con mujeres que ayudan a otras mujeres, a niños desvalidos, prestan apoyo efectivo en centros comunitarios, enseñan a los que no saben, (a escribir, a tejer, a cocinar, etc.) y prestan en forma general un apoyo social que beneficia a la sociedad en general y a quien lo hace en forma particular. Dentro de las diferencias de construcción de cada uno de los géneros, la mujer no ha sido enseñada a valorar su trabajo económicamente por lo que tiene mayor facilidad para elaborar proyectos que les van a brindar beneficios diferentes al económico. Muchos hombres, ni siquiera tienen idea de que es lo que pueden hacer para ayudarse y ayudar a los otros, por lo que escogen el camino que implica quedarse sentados en la mecedora, reduciendo sus capacidades paulatinamente. Las redes sociales son determinantes en todas las etapas de la vida, y con el encierro que asumen muchos hombres, estas van disminuyendo.

Este hecho social nuevo que nos muestra que las mujeres han podido evolucionar y han sabido elegir nuevas veredas por donde transitar, ha alcanzado niveles de mayor satisfacción pero también han surgido nuevos conflictos en aquellas parejas que no aceptan estos cambios, y que tampoco los han promovido en ellos

³² Cazés. D, DIMENSIÓN SOCIAL DEL GENERO: Posibilidades de vida para mujeres y hombres en el patriarcado.

mismos. Las expectativas de la vejez en los hombres son diferentes que en las mujeres y en la medida que ellas salen hacia fuera, ahora ellos quisieran permanecer dentro y extrañan a las mujeres. Muchos las obligan a permanecer con ellos, pero también vemos constantemente mujeres que toman la responsabilidad de sus vidas y se lanzan solas o acompañadas, a actividades que antes no hacían.

Es de llamar la atención, que en muchas actividades, las mujeres se atreven más que los hombres, y éstos se encuentran desorientados. Las mujeres en forma general, han empezado con el proceso de cuestionar sus roles mucho antes que los hombres y esto se manifiesta en mujeres activas en la tercera y cuarta edad y hombres pasivos que pierden su vitalidad. En el patriarcado, los hombres de cualquier nivel han tenido poder sobre sus mujeres, por lo que es lógico que la revolución de los roles haya empezado por los que no tenían poder y es de esperarse que surja una complementación en los roles, que de hecho se va dando en las generaciones más jóvenes pero que ofrecen resistencia en todos los hombres.

El vivir en una sociedad desigual conlleva pérdidas para todos; sin embargo, el hombre educado como ser privilegiado sobre las mujeres, no se ha visto en la necesidad imperiosa de hacer cambios y en la actualidad es mayor el número de mujeres que de hombres que realizan estos cambios en su estilo de vida. Es importante darse cuenta que estas diferencias no son "naturales", sino construidas socialmente, por lo que se abre una brecha de cambios y nuevas alternativas.³³

Parece ser, que como resultado de los estudios de género, las mujeres han aprendido a enfrentar sus crisis de la tercera edad, antes que muchos hombres, ya que su socialización permite actitudes que les han sido vedadas a los hombres. Se escucha con frecuencia a mujeres que requieren y piden una pareja solidaria sin las presiones que esto ha implicado para el sexo femenino. Muchas mujeres deciden vivir solas para evitar las presiones que esto les implica, se sienten abrumadas por el exceso de

Edit. Por CONAPO.

³³ Lewontin, Rose y Kamin. NO ESTA EN LOS GENES: Racismo, Genética e Ideología. Edit. Crítica, Barcelona 1987.

trabajo doméstico ya que muchos hombres no quieren abandonar un rol que está siendo cuestionado, pero que ha sido muy cómodo para ellos. Se puede decir, que las formas de intimidad y relación de muchas mujeres, más que hombres, han cambiado, tanto con sus parejas, maridos, e hijos. Estas mujeres han descubierto formas de dar afecto menos costosas.

La perspectiva de género es una manera de observar a la sociedad que nos permite comprender e interpretar la conducta de los hombres y mujeres implantados por ese filtro cultural que abarca a todos los seres humanos. Este nuevo lente de observación se aplica por igual, con sus diferencias, a las razas, religiones, clases sociales, y nos permite una lectura que facilita la co-construcción de los hombres y mujeres del mañana de una manera más solidaria y respetuosa. Plantea una forma diferente de comprender las relaciones entre mujeres y hombres respetando y valorando las diferencias sexuales. Las nuevas concepciones acerca del género son un lente fundamental para entender la identidad de los hombres y mujeres "añosos". La experiencia obtenida con las personas que acuden a la consulta, muestra que las mujeres tienen mayor capacidad de adaptación en esta nueva etapa de su vida y que encuentran intereses y actividades interesantes y divertidas; La parte espiritual y religiosa también pertenece al ámbito de lo femenino y hay más mujeres que hombres que retoman la espiritualidad y creatividad tan necesarias para una vejez digna y armónica.

La modernidad tardía tiene un doble filo y ha creado riesgos para la identidad de las personas de la tercera y cuarta edad. El mundo industrializado en que vivimos, se distingue por una globalización financiera que existe al mismo tiempo que un gran número de subculturas que tratan de hacerse presente en los últimos años. Uno de los ejes principales de la sociedad industrializada es el mundo del trabajo, en donde se promueve la individualidad por encima de lo relacional por lo que todos aquellos que van saliendo del mundo del trabajo se quedan aislados y en condiciones sociales negativas. La jubilación, consecuencia del mundo de trabajo, puede ser vista como una

nueva posibilidad para la creatividad y la espiritualidad, o como provocadora de depresión y pérdida de identidad.

Se está viviendo un crecimiento demográfico inusitado, con un aumento considerable en la esperanza de vida por lo que un gran número de sujetos añosos se encuentran ante la crisis provocada por el cambio en la forma de vida que surge en la tercera y cuarta edad. Los viejos y viejas de ésta época, tienen que enfrentar situaciones nuevas, pero también tienen otras alternativas que nunca soñaron sus antecesores. Este fenómeno está promoviendo la creación de nuevas instituciones sociales y familiares para atender a estos grupos de población.

Estamos enfrentando una ruptura entre el mundo instrumental y el mundo simbólico, entre la técnica y los valores universales. Los mitos y ritos religiosos que antaño dieron un significado a la vejez y a la muerte han sido reprimidos y olvidados. Sin embargo siguen actuando como una fuerza reparadora y en el capítulo siguiente se analizará la forma en que la capacidad humana de simbolizar, la espiritualidad y la creatividad, pueden dar un nuevo significado a la vida de los sujetos añosos.

CAPITULO III

"EL SABIO". ARQUETIPO DE LA VEJEZ.

¿POTENCIALIDADES RECUPERABLES?

Los conceptos que se analizarán en este capítulo tienen que ver con la parte espiritual, religiosa y creativa de las personas "añosas". Nos referimos a cualidades y posibilidades humanas que han sido semi-destruidas en esta etapa de la historia humana en que el mundo material y tecnológico ha cobrado primacía; lo racional se ha impuesto a lo sentimental y sensible, la razón es más valorada que la intuición. Capacidades humanas que están latentes y pueden resurgir y beneficiar a todo aquel que asume el compromiso del viaje para recuperar y resignificar lo "desechado", aquello que siempre ha existido y puede marcar el camino de la vida en forma diferente. Este viaje es una aventura que implica saltar por encima de las barreras, atravesando los linderos de mayor riesgo: es realizado por el héroe en su búsqueda de lo eterno. Para ello es necesario permitir afloren aquellas fuerzas psicológicas "inconvenientes" que no hemos integrado a nuestras vidas y permanecen imperceptibles: son peligrosas porque amenazan la estructura de seguridad que hemos construido, pero también son fascinantes porque proporcionan las llaves para realizar ese viaje de descubrimiento del yo.¹ Autores como J. Campbell y M. Eliade, entre otros, nos recuerdan que hay mitos ancestrales, en religiones arcaicas y modernas, que nos muestran que venimos a este mundo a perfeccionarnos y que la posibilidad de hacerlo se presenta junto con fuertes sufrimientos y dolor. Estos mitos "guardados" en el inconsciente son una fuente de crecimiento y puede ser una manera menos dolorosa para llegar al final tan temido: La muerte. También permite construir una vejez armónica y tranquila.

A decir de J. Campbell, La función principal de gran parte del saber mitológico y de la práctica ritual de nuestra especie ha sido orientar la mente, los sentimientos y los

¹ Campbell, Joseph. EL HEROE DE LAS MIL CARAS. Psicoanálisis del mito. FCE, México 1980.
cf

poderes de acción del individuo en los umbrales críticos, desde la infancia a la edad adulta, y desde la vejez a la muerte; proporcionar las "señales estímulo"² adecuadas que liberen las energías de vida de lo que se ha dejado de ser para poder realizar las nuevas tareas que requiere esta nueva fase, y esto en forma adecuada para proporcionar bienestar, tanto al individuo como al grupo de pertenencia. Se encuentra como factor constante en esos "ritos de tránsito" la conjunción de las necesidades básicas y universales humanas con las creencias acumuladas históricamente y las del grupo local.

En la actualidad la capacidad de asombro ante las fuerzas de la naturaleza, ante las pequeñas cosas que antes producían disfrute ha sido arrasada y en su lugar han surgido expectativas irrealizables que provocan anhelos corporales, mentales y materiales que no son posibles de satisfacer para la gran mayoría de seres humanos. La fe ha sido sustituida por conductas operativas y comprobables que han roto con aquellas imágenes y símbolos que han consolado a la humanidad durante siglos.

Las historias sobre las que se han fundado las culturas y las principales religiones, suscitan muchas preguntas. ¿Quién inventó esas historias tan increíbles? ¿De donde provienen dichas imágenes? Y porqué algo, que muchos juzgan absurdo, ha sido creído con reverencia. Si se tienen en cuenta los distintos lugares del mundo y sus distintas tradiciones se puede comprender su fuerza, su fuente y el posible sentido que encierran. Estas tradiciones hablan de temas de la imaginación universales, rasgos permanentes del espíritu humano o de la psique. Esas historias sagradas y sus imágenes, son mensajes dirigidos a la mente consciente desde regiones del espíritu desconocidas por la conciencia normal diurna. Si se analiza un poco la imagen bíblica del Jardín del Edén, tomando como referencia "el alma", "el espíritu", se puede pensar que debe estar en nuestro interior y que aunque hemos huido de él ya que hemos perdido el centro, se puede regresar aunque este permanezca desconocido para nuestras personalidades conscientes. Es hacer uso de ciertas capacidades humanas que han sido bloqueadas.

² Campbell, Joseph. LAS HUELLAS DE LA EXPERIENCIA.....

Desde el punto de vista budista, lo que mantiene a los hombres y mujeres fuera del jardín, no es la envidia ni la ira de ningún dios, sino "nuestro propio e instintivo apego a lo que tomamos por nuestras vidas. Nuestros sentidos dirigidos hacia lo externo, a un mundo de espacio y tiempo, nos hacen apegarnos a ese mundo y a nuestros cuerpos mortales. Estamos poco dispuestos a abandonar lo que tomamos por bienes y placeres de la vida física, y ese apego es la circunstancia que nos mantiene fuera del jardín. Ello, impide que reconozcamos en nosotros la conciencia inmortal y universal de la que nuestros sentidos físicos no son sino agentes".³

Desde la perspectiva de Ernst Cassirer el ser humano es un ser simbólico, y a diferencia de los animales, posee un eslabón intermedio entre el sistema receptor y efector, un sistema simbólico que transforma la totalidad de la vida humana; existe una diferencia innegable entre las reacciones orgánicas y las respuestas humanas, ya que el hombre vive no solamente en la realidad física sino que la complementa con su capacidad de simbolizar. El lenguaje, el mito, el arte y la religión constituyen partes de ese universo, forman los diversos hilos que tejen la red simbólica. No tratan de manera simple con las cosas mismas, las ve a través de formas lingüísticas, imágenes artísticas, símbolos, mitos. Así se puede decir que el hombre no reacciona ante las cosas, sino ante sus opiniones y figuraciones sobre las cosas.⁴

Los viejos y viejas de finales de milenio en su gran mayoría enfrentan síntomas de falta de fe, excesos de racionalidad, valoración peyorativa de los principios religiosos y carencia de mitos. No siempre pueden dar un sentido y significado a su vejez. Por otro lado, tienen que enfrentar la soledad interna y externa con frecuencia, y no siempre saben hacer uso de sus capacidades internas para lograrlo. La estructura familiar ha cambiado paulatinamente y el número de hijos se ha reducido con lo que la responsabilidad hacia los viejos recae sobre menos hijos que antes. A esto se agrega que el fenómeno migratorio afecta a muchos de ellos con lo que los hijos y sus padres

³ Campbell, Joseph. LOS MITOS Su impacto en el mundo actual. Edit. Kairós, Barcelona, 1994. pg. 39

⁴ Cassirer, Ernst. ANTROPOLOGIA FILOSÓFICA. FCE. México, 1997.

van quedando lejos unos de los otros, con distancias físicas importantes entre ellos. Muchos de los viejos y viejas actuales, están acostumbrados a verse a sí mismos *solamente* como miembros de las familias y no como personas con necesidades e intereses propios que cultivar. Estamos ante la posibilidad de la restauración personal (interna) de los viejos y viejas en una época histórica en que les toca vivir muchos años.

Se piensa en los vínculos familiares como los únicos existentes y esto produce una gran nostalgia y melancolía en quienes no tienen cerca de la familia. Es difícil, casi imposible, encontrar una persona que haya vivido mucho tiempo y no tenga pérdidas físicas, familiares y sociales; lo que es importante es aprender a sustituir tales pérdidas y elaborarlas para llenar el vacío afectivo que dejan. Se puede extrañar mucho a un hijo o hija que vive lejos, quererlo y pensar en hacer lo que se hacía con él, con otra persona. Malinowsky ⁵en sus análisis sobre la cultura muestra que el significado afectivo de la familia no siempre ha sido el mismo y que los afectos han sido contruidos o interpretados de diferente manera. Por ejemplo, entre los habitantes de las islas Trobriand, el papel del padre lo asume el tío materno y el papel del padre biológico, tienen menos jerarquía que el de la madre. Así, el lamento por lo que no se tiene puede ceder su lugar a una búsqueda de nuevas relaciones y redes más funcionales aunque no sean las "tradicionales".

Los padres y madres, en ocasiones, solamente visualizan su propia vejez junto con sus hijos y en el momento en que esto sucede no se comprende su nuevo lugar como padre o madre, abuelo o abuela; la familia ha cambiado y tiene que mantenerse en una posición diferente, esto no implica que no haya afecto, amor y respeto. Leonor, 67 años, es una mujer vital, sana, que enviudó recientemente, vive en la ciudad de México. Es una mujer que tiene su pequeño departamento y una renta aceptable para vivir. Tiene dos hijos un hombre y una mujer. La muerte de su esposo coincidió con que su hija, casada y con dos hijos, estaba planeando irse a vivir a Guadalajara por requerimientos del trabajo de su esposo. Su hijo mayor, 44 años, casado y con tres hijos, la invitó a vivir en su casa en la ciudad de Morelia. Ella aceptó, pero quedó muy

⁵ Malinowsky B. SEXO Y REPRESION EN LA SOCIEDAD PRIMITIVA. Ediciones Nueva Visión.

sorprendida cuando él le dijo que le iban a acondicionar un pequeño departamento enfrente del suyo. Este impacto fue tan grande que la impulsó a no irse a vivir a esa ciudad ya que en su imaginación albergaba la idea de vivir en la misma con la familia de su hijo.

Leonor estaba viviendo aún el duelo por la muerte de su esposo, se sentía sola y desvalida y la "desilusión" ante la forma de invitación de su hijo la llevaron a terapia; pudo darse cuenta de que debido a sus nuevas circunstancias vitales, tenía que pensar en forma diferente y buscar una nueva organización y estilo de vida. Se le hizo ver que sus hijos la querían pero sus condiciones de vida estaban cambiando y era el momento para reflexionar en su propio futuro, sola; sus hijos ya tenían otras familias y la conjunción familiar se había transformado; Leonor tuvo que asumir una nueva posición, la vida le presentaba un nuevo reto como persona. A lo mejor posteriormente podrá entender que la intención de su hijo era correcta, aunque diferente, y lo quería es que ella tuviera su propia independencia, el tiempo que tenía cercanía física con la familia. Para esto es importante romper con aquellas creencias internas de "como deben vivir los padres y sus hijos" para poder analizar con menos emoción su situación actual. La vida es como es y no como uno quisiera que fuera.... Existen muchas maneras alternativas para vivir, que no siempre se contemplan por ser diferentes a lo introyectado como "natural y normal".

LA CRISIS: MOTOR DE CAMBIO. ESPIRITUALIDAD? RELIGIÓN?

El mundo de finales del milenio enfrenta una crisis total y multidimensional que afecta todos los aspectos de la cotidianidad: salud y sustento, calidad del medio ambiente, relaciones interpersonales, economía, política y tecnología. Esta crisis abarca la moral, la espiritualidad y la religión, los valores, y por otro lado también enfrentamos la posibilidad amenazadora y real de la extinción del planeta. Los valores han cambiado y nos enfrentamos a situaciones polarizadas. Extremos de riqueza y de pobreza; tenemos un panorama aterrador, una civilización "enferma", con creciente ejercicio de violencia, accidentes y suicidios, enfermedades mortales y deteriorantes, anorexia y

bulimia, angustia y depresión, alcoholismo y drogadicción. Asistimos a un uso indiscriminado del poder político que convive con nuevas formas de democracia. El arte, la religión y la espiritualidad pueden ser, sin embargo, un nuevo camino para romper con la cosificación del ser humano.

Al contrario de la "teoría crítica" de la escuela de Franckfurt, otros autores piensan que paralelamente a la crisis de la razón y los excesos, surgen corrientes esperanzadoras que pueden contribuir a formar un nuevo paradigma para lograr una transformación social y cultural. Las personas mayores de 60 o 70 años en nuestra sociedad están en desventaja, ya que tuvieron una educación que rompió con lo sagrado y sacralizó lo mundano y por otro lado, tienen menos flexibilidad mental y tiempo para hacer los cambios requeridos. Sin embargo, también muchos de ellos, muestran que tienen la fuerza moral para romper con las reglas sociales que han regido durante la época más reciente y retomar aquellas cualidades y potencialidades humanas que han sido aplastadas.

Las crisis personales y sociales, pueden ser un motor para el cambio. Así la crisis de la humanidad igual que las crisis que surgen en la tercera edad pueden ser una faceta de transformación. Los chinos han relacionado desde siempre la profunda relación que existe entre la crisis y el cambio. La palabra china para crisis "wei- ji" se compone de los términos correspondientes a "peligro" y "oportunidad".⁶ La visión negativa de una crisis ha cedido su lugar a una forma constructiva y positiva. El sufrimiento y dolor han sido integrados como una parte irreversible en el proceso de vivir con paz y armonía que es una meta importante para una vejez suficientemente buena.

La lógica tradicional y la metafísica tampoco han podido comprender y resolver los enigmas del hombre que está inmerso en la contradicción y el conflicto interno. El pensamiento racional, solamente comprende aquellos objetos que se hallan libres de contradicción y poseen una naturaleza consistente, pero esta homogeneidad no se

⁶ Capra, Fritjof. EL PUNTO CRUCIAL. Ciencia, sociedad y cultura naciente. Edit. Integral, Barcelona, 1982.

encuentra en el hombre. "Es una extraña mezcla de ser y no ser. Su lugar se halla entre estos dos polos opuestos. Muchos filósofos, Pascal uno de ellos, sostienen que solamente hay una manera de acercarse al secreto de la naturaleza humana: la religión".⁷ Pero otros que pensadores más modernos piensan de la misma manera, aunque ven la religión en formas diversas. Aquí es importante resaltar la diferencia entre religión e instituciones religiosas.

SIGNIFICADOS DE LA PALABRA RELIGION.

La religión es una creencia en una garantía sobrenatural ofrecida al hombre para su salvación y las prácticas dirigidas a obtener o conservar esta garantía, que va más allá de los límites a los que pueden llegar los poderes reconocidos como propios del hombre; esta garantía obra también donde los poderes del hombre se reconocen como impotentes y de que el modo de acción es misterioso. Esta garantía sobrenatural, no implica necesariamente que sea ofrecida por una divinidad, por lo que la relación con esa instancia divina sea necesaria. Ejemplo de esto es el budismo primitivo. Es necesario subrayar la diferencia entre la creencia en la garantía sobrenatural y las prácticas dirigidas a obtener o conservar tal garantía por lo que nos encontramos que la actitud religiosa puede ser también interior o privada y constituye la religiosidad individual, diferente a la religión institucional que dirige y controla las prácticas dirigidas a obtener y conservar esa garantía. Existen tres posiciones para explicar la religión: El origen divino de la misma que se basa en una revelación originaria que garantiza esa verdad. La doctrina del origen político que reduce la misma a una estrategia política y social y reduce su valor intrínseco a cero. La tercera, es la que valida el origen humano de la Religión como una formación humana.⁸

Carl G. Jung, define que la "religión es, como dice la voz latina *religare*, la observancia cuidadosa y concienzuda de aquello que Rudolf Otto, en su libro "Lo Santo" ha llamado lo "numinoso": una existencia o efecto dinámico no causado por un

⁷ Cassirer, ANTROPOLOGIA FILOSOFICA, pg. 29. IDEM I

⁸ Abbagnano, Nicola. DICCIONARIO DE FILOSOFIA. FCE. México, 1980.

acto arbitrario, sino que por el contrario, el efecto se apodera y domina al sujeto humano, que siempre, es su víctima. Lo numinoso constituye una condición del sujeto, independiente de su voluntad; es la propiedad de un objeto visible, o el influjo de una presencia invisible que producen una modificación de la conciencia. Agrega que con el término "religión" no se refiere a ningún credo y expresa "la particular actitud de una conciencia transformada por la experiencia de lo numinoso. Los contenidos de la experiencia son sagrados y en forma general se han vuelto rígidos dentro de una construcción mental inflexible y compleja.⁹

Los artículos de fe, los credos dogmáticos y los sistemas teológicos se hallan involucrados en una lucha dramática e interminable. Por otro lado los ideales éticos de las diversas religiones son divergentes, pero es importante remarcar la forma específica del sentimiento religioso y la unidad interna de su pensamiento. Los mitos tienen su propio sentido y esencia; y aunque los símbolos pueden cambiar, el principio que los fundamenta, la actividad simbólica como tal permanece la misma. En el proceso histórico no se puede delimitar con precisión la línea que separa al mito de la religión.¹⁰

Mircea Eliade, describe que todas las definiciones del fenómeno religioso presentan un rasgo común: se opone lo sagrado y la vida religiosa a lo profano y la vida secular. Marca que las dificultades empiezan cuando se trata de delimitar la esfera de la noción de lo "sagrado" y agrega que la heterogeneidad de los "hechos sagrados" es innumerable. Se trata de ritos, mitos, formas divinas, objetos sagrados y venerados, símbolos, cosmologías, hombres consagrados, animales, plantas, lugares santos etc. Cada categoría tiene su propia morfología, de gran riqueza. Cada hecho o documento estudiado puede ser considerado como una "hierofanía" en la medida que expresa una modalidad de lo sagrado y un momento histórico: es una experiencia de lo sagrado entre las innumerables variedades existentes. Eliade considera que cualquier experiencia mística, incluso las más personales y trascendentales tienen la influencia del momento histórico. Es determinante su visión relacionada con que cualquier

⁹ Jung, C.G. PSICOLOGIA Y RELIGION. Edit. Paidós, Argentina 1955.

¹⁰ Cassirer, Ernst. ANTROPOLOGIA FILOSOFICA. FCE, México, 1997.

fenómeno religioso sólo puede ser aprehendido en su propia modalidad, es decir estudiado a escala religiosa. Sostiene que querer demarcar ese fenómeno por la fisiología, la psicología, la sociología, economía, lingüística, arte, etc.Es traicionarlo.¹¹

Para Eugenio Trias, la religión es re-ligación relativa a lo sagrado (atendiendo a la ambivalencia que expresa: sacer/sanctus, lo sagrado y lo santo.)¹² Puede determinarse lo sagrado como aquello a lo cual el hombre se halla estructuralmente ligado. De esa ligazón o enlace da cuenta la experiencia religiosa; es decir, la experiencia de re-ligación respecto a lo sagrado. Toda religión, instituye cierta revelación del misterio.¹³ Está en contra de todas aquellas explicaciones en las cuales el fenómeno y la experiencia religiosa pasan por el juicio y el veredicto de un determinado concepto de razón (idealista, materialista, genealógico o psicoanalítico) en donde la religión es explicada desde fuera de ella misma y se le conceptualiza como ilusión, ideología, concepto inadecuado, enfermedad, falsa conciencia.¹⁴ Él considera que el mundo se puede estar preparando para que surja una "religión del espíritu", que no se erija en justificación de las grandes guerras y disputas entre hombres y mujeres.

En algunos casos, se pudo observar que conforme las personas llegan a una edad mayor, quieren retomar sus tradiciones y ritos que antaño les daban pertenencia y una forma de identidad. Algunas mujeres, comentaron que les gustaba asistir a la iglesia o sinagoga porque eso les daba una paz interna muy particular. Existen ritos y tradiciones difíciles de re-tomar para muchas gentes, sin embargo se percibe, en ciertos clientes un anhelo de "eso" que se percibe como sagrado. En algunas familias existen miembros que se han hecho religiosos y otros que no; Alicia, 61 años, forma parte de una de estas familias. Es una profesionalista muy activa y siempre se le ve contenta, en el proceso terapéutico manifestó sus dudas e incertidumbre en la que vive desde hace algunos años, ya que la cercanía con personas religiosas le ha llevado a cuestionarse y

¹¹ Eliade, Mircea, TRATADO DE HISTORIA DE LAS RELIGIONES, Edit. Era, México 1981.

¹² Trias, Eugenio, PENSAR LA RELIGION. El símbolo y lo sagrado. En LA RELIGION, Seminario de Capri bajo la dirección de Derrida y Vattimo. Ediciones de la Flor, Argentina 1997.

¹³ Trias Eugenio, PENSAR LA RELIGIÓN. Edit. Ensayos/Destino, Barcelona 1997

por primera vez siente que "quisiera algo más". Por otro lado, comenta que sabe que pronto tendrá que dejar algunas cosas de las que siempre ha hecho, porque se siente cansada con el ritmo de vida que ha llevado. Agrega que algo que es innegable cuando asiste a estas ceremonias y convivios familiares, es la sensación de estar re-ligándose con lo sagrado, lo cual le da una tranquilidad muy especial. Agrega: *yo creo que en pleno siglo XX tengo derecho de escoger aquello que me gusta de la religión y aquello que no me gusta; "La verdad es que el bienestar que me embarga cuando asisto a ciertas ceremonias religiosas es algo que no cambio por ninguna otra actividad que tengo."*

Wayne W. Dyer, dice que en los seres humanos, palpita una energía divina que lleva a descubrir un yo más sublime para caminar por la vida. Esto a veces se describe como un camino "espiritual"; pero al hablar de espiritualidad y ser espiritual, describe una actitud hacia Dios que puede ser también, un viaje interior de iluminación y habla de desarrollar cualidades de amor, perdón, bondad y éxtasis que existen en las personas. Él sostiene que la espiritualidad no es cuestión de dogmas ni de reglas generales y ésta búsqueda personal la llama "búsqueda sagrada".¹⁵

Se perciben todo tipo de "revoluciones" sociales en física, parapsicología, psicología, integración del cuerpo con la mente, retorno a las religiones antiguas y modernas, aunque desde otro lugar, revaloración de la medicina holística primitiva, etc. El rompimiento con la razón aniquiladora surge paulatinamente, aunque muchas veces en forma "abrumadora y fanática". Por la ley del péndulo se va de un extremo al otro para posteriormente encontrar un equilibrio mediano, los extremos se tocan.

Esto es un mensaje que comprueba que para muchos ha llegado el momento de escoger una nueva dirección menos artificial y más espiritual. Son muchos los caminos que se inician y todos pueden tener validez para formar una nueva sociedad. Los jóvenes que lo hacen tienen mucho tiempo por delante, pero esto es más urgente para

¹⁴ Trias, E. Idem 10 pg. 77

¹⁵ Dyer, Wayne W. TUS ZONAS SAGRADAS. Edit. Grijalbo, México 1997.

los viejos que ya han recorrido un camino y han adquirido la experiencia que puede ser motor para transformar su cotidianidad. Tienen la fuerza y necesidad para romper con los patrones unidimensionales y adormecedores del alma, la espiritualidad, la creatividad y la religión. Algunas de las personas entrevistadas, comentaron que estaban cansadas de seguir en la misma dirección y que había llegado el momento de retomar muchas costumbres, ritos, mitos del pasado que habían desechado por considerarlos anticuados y fuera de lugar. Ha llegado el momento de juntar lo artístico y espiritual con aquello rescatable del adelanto científico y en beneficio de una vida armónica. La comodidad no está peleada con la estética y la posibilidad de integrar lo viejo con lo nuevo es una manera de reconstrucción social, cultural e individual.

LA RESTAURACION INTERNA EN LA VEJEZ.

La vejez es una etapa crítica, y puede serlo más que ninguna otra. La esperanza de vida en la actualidad es cada vez más larga y hay que aprender una mejor manera de vivir para poder "agregar vida a los años y no años a la vida". Esto lleva a pensar en que hay que darle un nuevo sentido a la vida que implica cambios internos y externos que faciliten nuevas alternativas que surgen ante el nuevo enfoque del proceso de envejecimiento individual y social. Rosa tiene 74 años. Es sobreviviente de un accidente automovilístico muy fuerte. Es muy activa, y está comprometida con su comunidad y ha participado en muchos actos de apoyo social. Cuando tenía más de 60 años, completó un doctorado y comenta riéndose fueron muchos problemas para un beneficio tan pequeño. A los 66 años, después del accidente, se vio imposibilitada para caminar por varios meses y tanto los médicos como sus amistades, pensaron que no volvería a hacerlo; camina con un ligero desbalance en una de sus piernas. Comenta que el proceso de recuperación fue muy difícil ya que vivía con mucha carga de actividades y responsabilidades y pensaba que el "mundo se podría caer si ella no estaba presente" Ahora piensa diferente, aunque sigue estando activa, pero se da permisos que anteriormente no se daba. Ha aprendido a valorar su salud física y su tiempo de vida de otra manera. Se ha dado cuenta que lo físico es tan importante como lo espiritual. Ella vivía más pendiente de su aspecto físico y había descuidado lo espiritual, a raíz de su

accidente, y con mucho dolor y tristeza aprendió a darle otro significado a su vida. Comenta que la belleza exterior desaparece fácilmente, la interior puede crecer hasta lo inimaginable.

Las transformaciones internas no quieren decir que no haya que preocuparse por aspectos concretos relacionados con el proceso como: problemas de alimentación, cuidados médicos, vivienda, soporte económico, intimidad. Lo cotidiano existe pero puede ser interpretado y vivido de distintas maneras: cuando cobra relevancia la fuerza interna, "sagrada", para muchos, que existe dentro del ser humano, y que a lo largo de la historia ha sido nombrada de diversas maneras: "maná, totem, ruaj.adonai, la presencia divina", estas son características internas que forman parte del ser humano aunque este no siempre tenga conciencia de ello; puede ser nombrada de esa manera o de alguna otra en la modernidad.

Los antiguos mesoamericanos creían que los dioses habían heredado sustancias de ellos mismos a todos los hombres desde el tiempo de la creación, "esencias divinas". Todo lo que existía en el mundo tenía origen divino. En el mito, los dioses habían muerto para permanecer en el interior de los seres creados y su sustancia divina, "muerta", era el fundamento de la creación de cada uno de los seres mundanos. Era una sustancia que no murió con los dioses sino que se transmitió a los humanos, y todo lo existente en el mundo tenía origen divino.¹⁶ La concepción mesoamericana del tiempo original y creador es la gran explicación de un cosmos formado por dos clases de materia: una sutil, casi imperceptible por el ser humano en condiciones normales de vigilia, y una materia pesada que el hombre y la mujer pueden percibir normalmente a través de sus sentidos

Se puede decir que desde la perspectiva del pensamiento religioso mesoamericano esta sustancia divina permanece también en el interior de cada viejo y vieja, tiene formas distintas de manifestarse, a pesar de que el espíritu se ha materializado. Jung dice que nuestra conciencia orientada hacia lo externo y ocupada

¹⁶ Lopez-Austin, Alfredo. TAMOANCHAN Y TLALOCHAN FCE México, 1994, Pg 23

en la cotidianeidad, pierde contacto con las fuerzas interiores. Los mitos y la religión, leídos correctamente, nos devuelven dicho contacto. Son imágenes que nos hablan de los poderes de la psique para reconocerlos e integrarlos en nuestras vidas: poderes que son comunes al espíritu humano desde siempre y que representan la sabiduría de la especie a través de la cual la raza humana ha sobrevivido. (Campbells, 1972.) . Algunas de las personas con las cuales se trabajó, hicieron hincapié en un sentimiento interno, al cual no le podían poner nombre. Algo que se siente y no se puede nombrar.

Debido a que el manejo del tiempo en la tercera edad es diferente y los planes no son a largo plazo, hay que inventar o crear nuevas formas de vivirlo; es un momento vital en que muchas de las ocupaciones previas han disminuido e incluso cesado, aumenta considerablemente el tiempo disponible. El problema central ha dejado de ser la edad, y los planes futuros y cercanos cobran relevancia. Ha llegado el momento de enfrentar individual y socialmente, una nueva etapa en la vida, la última. Desde una perspectiva terapéutica se pueden distinguir dos áreas de trabajo a las que hay que dar importancia de parte tanto de los sujetos añosos como los profesionales que trabajan con ellos. Por un lado, cómo vivir en esta nueva etapa de vida y, por el otro lado, asumir que cuando el final se acerca los elementos internos y arquetípicos para enfrentar la muerte son necesarios por lo que hay que promover que afloren.

Cuando se habla del nuevo estilo de vida a seguir, en forma general, también hay que hacer una diferencia entre las personas de la 3ª edad y los octogenarios o nonagenarios de la 4ª edad. Los planes y el enfoque varían debido a las fuerzas y el tiempo de vida que se tiene (o se piensa que se tiene.). Sin embargo, lo que se promueve al principio de la vejez, (que puede ser hasta de 30 años) va a tener resultados en la 4ª. Edad. Hay quién dice que esta proyección es continuación de la vida que se ha tenido, sin embargo, se sostiene que también se pueden innovar situaciones nunca vividas anteriormente. Personas que lograban tener una nueva forma de organización en su cotidianeidad se mostraban más tranquilas que aquellas que no la tenían; Clara, con 78 años, comentaba el tiempo que sobra, se llena de telarañas mentales que no llevan a ningún lado. Sin embargo agregó, *esto no quiere decir ocupar*

el tiempo lo más posible sin dejar ningún espacio, sino saber que uno tiene algo previsto que le impulse a levantarse y bañarse por las mañanas. Generalmente dedico mi tiempo a cosas que me gustan. Ya estoy en edad de darme gusto en las actividades que escojo. Por otro lado he aprendido a disfrutar mi soledad y la posibilidad que esto me da de conectarme internamente.

Estas etapas no tienen modelos prescritos, ni reglas establecidas; ha llegado el momento de asumir este nuevo riesgo existencial y vivirlo plenamente, establecer nuevos patrones para este nuevo proceso histórico, diferente al de otras épocas. Los prejuicios internalizados acerca de esta etapa del ciclo vital, niegan la posibilidad de vivirla como única y diferente en el proceso de la vida humana. Antes o después hay que enfrentar la muerte, que al parecer, siempre ha sido un fenómeno temido. Sin embargo la visión de su significado, cambia su sentido y él nombrarla permite recibirla en forma diferente.

INTEGRIDAD O DESESPERACION.

Erick Erickson dividió el proceso de la vida humana en ocho etapas y muestra cómo en cada una de ellas hay crisis que el individuo supera en forma positiva o negativa y eso condiciona su futuro estilo de vida. En la última etapa de la vida la crisis surge al resolver la polaridad entre la INTEGRIDAD CONTRA LA DESESPERACIÓN. Desesperación al saber que falta menos tiempo que nunca y hay muchas cosas que no se hicieron ni se podrán hacer. La integridad, surge al ubicarse en el tiempo histórico, vida de trabajo y productividad, nueva y anterior, funciones en la familia y en la sociedad. Rosita, 99 años, nos cuenta su historia. Es una mujer que refleja tranquilidad y alegría; es viuda hace 50 años, tiene un hijo y una hija, ambos casados. En la entrevista nos acompaña una de sus nietas.. Ha aceptado la vida con entereza y se siente contenta con ella misma. Si no se sabe su edad, al verla es difícil adivinar que ha transitado tanto tiempo por la vida. Ella recomienda, llevar una vida recta, apreciar a todos como seres humanos, respetar a los otros y no hablar mal de los otros.

Ella cuenta que siempre ha sido muy amiguera y ahora todavía la visitan muchas amistades, casi todos más jóvenes que ella. Su hija vive en México, la visita ocasionalmente y tiene un hijo que no vive cerca de ella y ocasionalmente viene a visitarla. Las nietas las visitan, pero como ella dice: siempre andan a las carreras. Otro consejo que nos da es "vivir el tiempo y la vida", e irse conformando con lo que la vida nos presenta... saber estar". Agrega que ahora ya no puede leer ni tejer; voltea a ver a su nieta y comenta: ¿"Te acuerdas de todos los sweaters que les tejía? ...Dice que cuando se aburre le gusta asomarse a la ventana para ver todo el movimiento en la calle, aunque ya tiene temor de salir sola. "¡La soledad es muy dura...! Cuando se cansa, se mete a la cama y habla por teléfono con muchas personas y con cierta frecuencia invita gentes a comer con ella; recibe visitas ocasionalmente. Parece ser, que tiene buenas redes y vínculos que la sostienen, y que ella ha construido a lo largo de toda su vida.. Hace seis meses que ya no sale a la calle, porque le cuesta trabajo bajar la escalera. De repente, se escuchó un ruido de cacerolas que se habían caído en la cocina y ella comentó, *ahora ya no me importa si se rompen las cosas, antes si me importaba...Ya que importan esas cosas ahora...* Agrega que le gusta cocinar y comer mucho. Trata de tomarse una copita antes de comer, y dice con tono profundo: "*Si acaso llego a los 100 años, reúno a toda mi familia en una fiesta, y hago un mole para comer...*" *¡Me gusta mucho comer mole!*

Recomienda hacer servicio social y su nieta nos cuenta que hace dos años le dieron un reconocimiento en un grupo de trabajo social, donde visitaban enfermos, personas necesitadas; a veces le compraban alimentos y en otras ocasiones se los llevaban cocinados. Rosita hablaba con fluidez y estuvimos con ella como una hora y media; cuando nos fuimos nos invitó a regresar. Parece ser que ha logrado enfiar su vida con sabiduría, a pesar de todos los problemas que he tenido que enfrentar a lo largo de su vida. Es importante que dejemos hablar a los viejos de la vejez y Rosita nos permite ver que disfruta lo disfrutable y no se lamenta ante lo irreversible. Es una historia que rompe con las visiones prejuiciadas en contra de la vejez. Ha tenido la capacidad de disfrutar también de la soledad que llega con la edad.

Como se ve, la resolución de esta crisis en forma regular, produce lo que podríamos llamar la SABIDURIA para enfrentar y vivir ésta última etapa. Campbell, marca por lo menos tres periodos diferentes de crecimiento inevitables en una biografía humana: 1) infancia y juventud, con su elemental encanto; 2) la madurez, con su capacidad y autoridad; 3) LA SABIA VEJEZ, asistiendo a su propia muerte y mirando atrás, bien con amor, bien con rencor, hacia el desvaneciente mundo.¹⁷ Jung piensa que la sabiduría en la vejez, también se adquiere a través de un proceso de aceptación del fenómeno de polaridad en la vida. Es aprender a ver la salud y la enfermedad, la muerte y el renacimiento, la fuerza y la debilidad, la alegría y la tristeza como totalidades; resistir a la tensión creada por estas polaridades y lograr una transformación radical.

Al final del camino, el individuo ha comprendido que su vida tiene fin, aunque no se haga mucho caso, el individuo consciente de sí mismo, constata que él y todo lo que le preocupa, morirá un día. Este proceso implica saber renunciar y aceptar las pérdidas que han aumentado, lógicamente, con el paso del tiempo. Pérdidas físicas, psicológicas, se han perdido familiares y amigos, algunos planes que se hicieron fracasaron y casi siempre hay que acomodarse a situaciones que no fueron planeadas ni se pensó iban a surgir. Los problemas no se resuelven sino que se disuelven, hay que aprender a vivir con lo que se tiene, sacándole el mejor partido.

La persona que ha alcanzado la integridad sabe defender con dignidad su momento de vida y en su propio estilo; se defiende contra toda amenaza y aprende nuevas formas de cuidarse y enfocar su proceso. Este es un proceso difícil, ya que no existen patrones a copiar, y muchos de los que existen no son gratos para quienes viven esta fase de la existencia. Los mitos que antaño daban significados diferentes a la vida, han perdido vigencia. Es importante darse cuenta que cualquier ser humano tiene una riqueza que ha construido a lo largo de su vida, lo difícil es aprender a mirarla. Aceptar lo que no tiene remedio, y transformar lo que es transformable para poder darle un sentido a la vida. Esta es una de las premisas principales que guían nuestra forma

¹⁷ Campbell, Joseph. LAS MASCARAS DE DIOS. T.I.PG.84
ef

de trabajo con las personas que acuden a solicitar apoyo terapéutico; es importante aprender a ver el medio vaso lleno y no el medio vaso vacío.

LA ESCALERA APOYADA EN LA PARED EQUIVOCADA.

Jung dice que una de las crisis de la edad madura, es darse cuenta que lo que en otros momentos ha significado avance y satisfacción se ha convertido en aburrido error y lo clasifica como parte de las ilusiones de la juventud. Conforme la edad avanza, muchas cosas que antes se disfrutaban pierden su encanto, y lo importante es aprender a sustituirlas, en vez de solamente llorar por lo que se perdió. Se piensa que la vejez está acompañada del final de muchas ilusiones. Campbell expresó la misma idea, definiendo ésta crisis como lo que sucede cuando se llega al último peldaño de una escalera. ... ¡ Y se descubre que estaba apoyada en la pared equivocada!. Es el momento de buscar otra pared..... Las fuerza flaquean con mayor intensidad y no siempre se perciben los recursos internos para buscarla. Lili 73 años, es una mujer muy activa, llega a terapia porque siente que todo aquello que antes le daba alegría y gusto, ya no se lo produce en este momento de su vida. Su proceso duró un año y pudo encontrar nuevas alternativas que implicaron un cambio en su visión de la vida. Los horarios profesionales y sociales que tenía se transformaron y dio mayor importancia a la lectura y la música que siempre habían sido importantes para ella pero nunca les había dado un lugar primordial en la organización de su tiempo. Finalmente, pudo aceptar "perder tiempo" en actividades no remunerativas ni reconocidas socialmente, aceptó que estaba entrando en una nueva etapa de vida donde la eficiencia y eficacia, tan valoradas en su contexto social, habían dejado de ser valores primordiales para ella. También había perdido el miedo a esa soledad íntima y creativa.

Es importante saber pedir ayuda del exterior para facilitar este camino personal. En este punto, engranan los beneficios de los procesos terapéuticos que permiten acomodar el caos interno para darle una salida creativa. Esto no quiere decir que solamente una terapia formal puede servir, ya que no hay un solo camino para encontrarse a sí mismo. Hay muchas maneras de hacerlo y la ampliación del

conocimiento espiritual es benéfica para la salud integral de las personas. "El estado místico es considerado por muchos profesionistas de la salud integral como parte del proceso de la autorrealización. Es un paso adelante para la actualización de las potencialidades del hombre y tiene que ser observado en un marco de referencia ecológico".¹⁸

Se ha comprobado en los últimos años, que la pérdida de trabajo o jubilación produce efectos devastadores en el estado de ánimo de quienes viven este proceso. Este hecho se ha podido constatar en aquellos que sufren por la falta de empleos que existe a nivel mundial; Fenómeno que afecta en forma prioritaria a los hombres y mujeres mayores. El camino que es en una sola dirección, (para el pensamiento moderno) se acorta, y las alternativas se van cerrando. Román tiene 73 años, y vive con su esposa de 70 años. Pertenece a una clase media venida a menos ante los cambios económicos del mercado y los procesos devaluatorios acontecidos en México en las últimas décadas; su nivel de vida fue bajando ya que tuvo que cerrar su pequeño negocio. Tenía los ahorros suficientes para mantenerse adecuadamente, pero en forma más austera. Su sentimiento era de un fracaso total y estaba deprimido y enojado, vivía con temor del futuro en una situación de aislamiento y desolación. Sus familiares, hijos y esposa, se preocuparon por esa actitud que había adoptado.

Sus hijos decidieron tomar una terapia familiar; este proceso terapéutico tomó en cuenta la visión de género, que clarifica que cada uno de los géneros tiene adscritos ciertos roles para desarrollar; lo cual conlleva a un desarrollo parcial. Se habló de aptitudes que Román tenía y no apreciaba ya que no eran importantes para él, ni para el resto de la familia. Solamente se preocupaban del suceso económico. La familia, desesperada le insistía para que se integrara a algún grupo de la tercera edad donde se podría "entretener"; él se rehusaba diciendo que tenía que trabajar y le costaba trabajo

¹⁸ Huxley, Maslow, Bucke y otros. LA EXPERIENCIA MÍSTICA y los estados de conciencia. Edit. Kairos, Barcelona 1982

darse cuenta que las distintas fuentes de trabajo accesibles para él se habían cerrado y que después de buscar empleo durante dos años no lo había conseguido.

Durante su juventud, Román había desarrollado cierta habilidad manual, una capacidad artística importante, que solo usaba cuando no tenía "cosas importantes" que hacer; decidió asistir a uno de estos grupos y allí, pudo desarrollar esos recursos no valorados por él ni por su familia. Había llegado el momento de apoyarse en otra pared, ya que la de toda la vida se tambaleaba y se rompía. Su capacidad creativa no valorada lo convirtió en maestro de sus coetáneos, sin pago económico pero sí muy valorado por los nuevos compañeros. Se volvió a sentir útil y valorado; seis meses después era difícil reconocer a éste nuevo Román, vital, contento y activo que había resurgido en el momento en que pudo vencer sus estereotipos culturales. Se sentía importante, y la imagen de fracasado había disminuido considerablemente. Su situación económica no había variado, pero si la visión que él tenía de la misma y se dejó de culpar por no haber cumplido con la meta "de los hombres triunfadores". Había sido capaz de abrirse a una manera de productividad diferente que produjo cambios internos y le permitió seguir por una nueva vereda. Fue un cambio trascendental que le permitió disfrutar aquello que nunca había tenido tiempo para hacer, Román tuvo la capacidad de colocar su escalera en otra pared al ver que la anterior ya no funcionaba.

Tanto en la vejez como en otras etapas de la vida, la organización del tiempo da estructura a la vida, y es importante educar para poder encauzar ese nuevo tiempo que han adquirido; para muchos ha llegado el momento de hacer aquellas cosas que siempre desearon. En este momento, las posibilidades para recreación de los viejos son mejores que nunca antes. Muchos viejos han muerto de depresión y aburrimiento. Hay que aprender que la vida no es como uno quisiera que fuera, sino que hay que fluir con lo que se presenta, aunque no sea lo deseable; aceptar lo posible, sin anhelar lo imposible.

El gran dilema es aceptar que queda menos tiempo que antes, y en una sociedad como la nuestra, que no enfrenta adecuadamente la muerte, esto se convierte

en catastrófico. Siguiendo los antiguos ritos de muerte y renacimiento se comprende que el ser humano se puede transformar en una persona diferente; los ritos y mitos pueden ayudarlo a que se despidiera de su anterior forma de ser, que ya ha dejado de ser funcional en el presente. Es tan disfuncional aquel que vive solamente en el pasado y no quiere ver el presente, como el que quiere permanecer ciego ante el futuro. Es evitar nuevas formas de conciencia que conllevan el crecimiento y rompimiento con aquello que fue seguro durante algún tiempo.

DALIA NO ACEPTA SU PRESENTE.

Lograr un lugar adecuado en la sociedad implica transformar la propia naturaleza y seguridad. Esto implica romper viejos valores y encontrar nuevos enfoques, muchas veces diferentes a los que la sociedad ha marcado como valiosos. Son luchas internas similares a las que se viven en los pasajes de una edad a la otra; es la superación de conflictos internos para asumir el presente. Se observa en muchos viejos, una gran terquedad para abandonar ilusiones juveniles, presuposiciones y hábitos egoístas que no permiten nuevas formas de ser, similares y diferentes a las antiguas.

Dalia, 73 años, ha perdido algunas capacidades físicas, y prefiere seguir lamentándose por ello; fue una mujer que tenía una posición de trabajo central que la convertía en "protectora" de muchas personas. Es agradable y simpática, pero ha tenido que renunciar a ese trabajo debido a su reciente enfermedad progresiva e irreversible. No acepta que existan otras formas de vivir, y se priva de encontrar otra manera de relacionarse con la gente. A través del proceso terapéutico, ha llorado por lo perdido, pero no percibe otra salida ya que su terquedad o rigidez, le bloquea nuevos caminos. En las sesiones, la acompañan algunos familiares que le connotan positivamente, tiene apoyos externos que no todo mundo tiene, pero le cuesta trabajo "dejarse caer". Insiste absurdamente en recuperar lo irrecuperable. Él "dejarse caer", frase que en una ocasión ella usó, pero no le pudo dar el significado profundo que puede tener para transformarse. No pudo en ese momento, no quiere decir que no lo pueda hacer posteriormente.

Dalia ha usado todos los medios a su alcance para recuperar lo perdido, tanto en la medicina tradicional como la medicina alternativa, ha visitado brujos, curadores, médicos herbolarios, etc.; una experiencia que relata y se conecta con "dejarse caer", es la siguiente: Visitó a un sacerdote que con ciertas técnicas provoca que la gente adquiera ciertos estados alterados de conciencia. Ella comenta que cuando llegó y vio que la gente se caía, se burló de ellos; (esto sucede con la mayoría de personas que han deificado la razón matando la intuición.) Cual no sería su sorpresa cuando el padre la tocó y ella también se cayó. La caída puede ser interpretada, no en forma concreta sino metafórica e implica aceptar su nueva situación y perder un poco el ego y el orgullo. Penetrar en el túnel oscuro de su presente para poder salir a un futuro más luminoso y posible

Dalia no podrá volver a ser como era hace unos años, antes de enfermarse, pero si tiene la potencialidad para pasarlo mejor, si es que acepta transformarse desde el simbolismo que puede tener la caída. (Esta caída tiene un significado simbólico diferente para cada persona.) Ha recibido mensajes que aún no puede integrar como una más de las experiencias que le facilitarán el proceso que tiene que vivir. Este tipo de prácticas, ritos que se apoyan en mitos antiguos, pueden ser juzgados por muchos "modernos" como locura, porque creen que no cumple con las reglas científicas medibles. Sin embargo tienen una capacidad terapéutica incalculable que ha sido integrada por algunos terapeutas en los procesos de terapia modernos. "Dejarse caer" ha implicado para algunas personas, fluir con los sucesos sin necesidad de controlarlos, ser humilde, bajar del pedestal, etc. Es un trabajo con la intuición y las sensaciones del ser humano no controlados racionalmente. Es una forma de integrar el lenguaje verbal y el no verbal como un lenguaje más complejo y abarcativo permitiendo que el cuerpo hable cuando la razón no tiene nada nuevo que decir.

Los estados alterados de conciencia que se obtienen con meditación, hipnosis, yoga, formas especiales de respiración, hiperventilación, etc. logran penetrar con mayor facilidad en toda la sabiduría mítica, sensible y espiritual que la razón ha

obstaculizado y permanece en el inconsciente de los seres humanos. Esto ha sido comprobado en los talleres que se han llevado a cabo con muchos clientes, estos procesos han sido la llave de numerosas reflexiones posteriores que han sido claves en los caminos elegidos para un futuro cercano.

TEMOR A LA MUERTE.

La muerte siempre ha producido temor y existe todo tipo de mitos sobre la muerte para suavizar esa realidad humana. Mircea Eliade entre otros, nos ha permitido comprender la función de los mitos en la estructuración de la historia personal y social de la humanidad. Eliade hace alusión a ellos diciendo que hay que abordarlos como "historia verdadera, sagrada, ejemplar y significativa y no como una fábula, invención o ficción. Hay que transportarse al momento en que tiene o ha tenido vida, en el sentido de proporcionar modelos a la conducta humana y conferir por eso mismo significación y valor a la existencia. Comprender la estructura y función de los mitos en las sociedades tradicionales, no es sólo una etapa del pensamiento humano, sino una categoría de nuestros contemporáneos"...."El mito es una realidad cultural extremadamente compleja, que puede abordarse e interpretarse en perspectivas múltiples y complementarias."¹⁹ La comprensión de los mitos arcaicos permite resignificar las condiciones fundamentales de la vida: principio y fin, nacimiento y muerte. Es una manera de integrar vida y muerte como parte de un todo mayor y al mismo tiempo coloca al ser humano en el cosmos; es una actitud más esperanzadora que el pensar que todo ha terminado en forma definitiva.

La religión judía, al igual que muchas otras, habla de la trascendencia a otro mundo y ve la vida como el preámbulo de lo que vendrá en el "mundo venidero"; la muerte es el medio para esa forma de vida que es la última meta en la existencia de los mortales. Por otro lado, López-Austin interpreta a los mesoamericanos diciendo: "...que la multiplicación de los seres creados era una forma de trascender la muerte y el deterioro. Pese a la muerte de los individuos, otros de su clase ocuparán su lugar. Entre

los mecanismos de la permanencia de las clases destaca la reproducción de los vegetales, los animales y los seres humanos. Las formas se repiten y la explicación de la repetición remite a la interioridad divina: pese a la exterioridad deteriorable de los seres del mundo, hay algo en ellos, que permanece, que se divide y traslada de un individuo a otro, con lo que es posible la continuidad de las formas...²⁰

Son formas de pensar que permiten morir, sin que esto implique que no exista el miedo ante lo desconocido. Pensar en vida eterna es menos angustioso que pensar en solamente un pequeño proceso en el tiempo eterno. "La vida eterna" es un periodo de tiempo mayor que los 70, 80, o 90 años de vida terrenal y este pensamiento permite una alternativa menos desesperante. El siguiente mito ejemplifica un proceso de muerte: "...en Malekula, cuando el viajero llega a la tierra de los muertos ha demostrado que está preparado para entrar en la caverna terminando el dibujo del laberinto de la peligrosa guardiana, descubre allí dentro una gran extensión de agua, el Agua de la Vida, en cuya orilla crece un árbol, al cual sube y desde el cual se zambulle en las aguas del mar subterráneo..."²¹ De las personas entrevistadas, fueron muy pocas las que manifestaron esa forma de pensamiento; sin embargo las que lo hicieron mostraron más aceptación de su momento vital y una cierta capacidad de armonizar la vida y la muerte. Gerardo, 84 años, comenta en un tono de voz alegre: *Desde niños, nos deberían enseñar que tenemos boleto de entrada y boleto de salida, que ambos los compramos en el mismo momento y esto nos daría una visión completa del ciclo de la vida y de la muerte. No tengo miedo de morir, ojalá y lo pueda hacer dignamente, sin molestar a nadie de los que se encuentran cerca de mí. Si no sucede de esa manera, tendré que buscar dentro de mí la mejor manera de hacerlo...*

Aceptar la muerte también permite decir adiós al pasado. En la medida en que se ha tenido éxito siguiendo ciertas reglas, haciendo determinadas actividades, muchas personas se obstinan en que las cosas sigan igual sin querer aceptar el ciclo de la vida

¹⁹ Eliade, Mircea. MITO Y REALIDAD. Alianza Edit. España, 1984.

²⁰ Lopez-Austin, et.al. pg.24

²¹ Campbell, J. LAS HUELLAS DE LA EXPERIENCIA, pg. 96

y la muerte. No se está preparado para integrar el sufrimiento y la tragedia como parte de la vida misma.

No se trata de perseguir el sufrimiento y vangloriarse en él, pero sí de aceptarlo como una etapa y poder transformar su energía. Cuesta trabajo aceptar que aquello que funcionó en ciertos momentos de la vida, es inadecuado, muchas veces imposibles en otros. Son formas de muerte y renacimiento que se viven constantemente, pérdidas que se acumulan a lo largo de la vida. Parece ser que da mucho temor aceptar que lo viejo ya no funciona y hay que volver a emprender otra nueva lucha, a lo mejor la última, en el momento de la vida en que las fuerzas flaquean con mayor intensidad.

Beatriz tiene 90 años y dice: no importa mi edad, hace mucho tiempo que dejé de estar pendiente de los años que tengo, para saber "como debo sentirme"... nunca me aburro y creo que es una bendición tener mi edad ya que me preocupa menos el que dirán, y eso me ahorra una gran cantidad de energía. Cuando me veo al espejo pienso, ¡qué vieja estoy! ..." Eso no me molesta y pienso poco en mi edad. Pienso que la edad es misteriosa porque la esencia de los seres humanos, el alma, nunca envejece y me sorprende cuando las personas que me rodean me quieren encajonar en una categoría que no siempre concuerdo con ella. Cuando quiero hacer algo, lo hago sin pensar si es adecuado o propio para mi edad. A lo largo de mi vida he hecho muchas cosas, y trato de disfrutarlas y hacerlas en forma divertida. No pienso que soy una pobrecita porque tengo que cumplir con ciertos trabajos, desde el lavado de trastes que es frecuente en mi vida, hasta la creación de la cerámica que vendo para poder mantenerme. No creo que sea una artista, pero si soy creativa y estoy abierta a la vida y escucho lo que la vida me dice sin pelear todo el tiempo con ella.... La creatividad es una capacidad interna para vivir bien y no la busco en el exterior, sino dentro de mí.

LAS PERDIDAS SON UNA FORMA DE MORIR.

En esta población de personas de la tercera edad tenemos, a muchos padres o madres cuyas funciones han terminado, cuando menos en la forma que lo hacían

cuando los hijos eran menores. Hombres y mujeres que tienen que abandonar trabajos que han llevado a cabo durante gran parte de su vida. Sin embargo para muchos el iniciar nuevas aventuras, da a sus vidas un sesgo y un sabor que nunca antes habían imaginado. Hay que tener fuerza interna y valentía para cruzar ese nuevo océano. La mitología nos ilustra con los procesos de los seres superiores que constantemente sufren pruebas que superan, estos relatos acerca de los héroes mitológicos pueden ser reflejo de un motor interno que permite transformar las pérdidas en nuevas adquisiciones, diferentes pero profundas. Como el rito, la tragedia transmuta el sufrimiento en éxtasis al alterar el foco de la mente. El arte trágico es correlativo de la disciplina de lo que en las religiones se denomina "purificación del espíritu" o "despojamiento del Yo". Esto implica un cambio espiritual, que puede alejarnos de la materialidad que nos ha gobernado en los últimos decenios.

Catalina, 87 años, ha tenido una vida más difícil que otros seres humanos y nos platica como está viviendo su vejez: *No estoy tan contenta de estar haciéndome vieja y creo que mi edad no es la mejor. Sin embargo, mi mente está todavía muy ágil y rebasa por mucho, las condiciones físicas que tengo. Podría tirar mi cuerpo a la basura, y quedarme solamente con mi mente y mis ojos que tienen un brillo similar al que tenía hace 40 años. Desde chica tuve polio y casi no recuerdo haber estado completamente sana. Eso hace que mi cuerpo no me guste. Cuando era chica, observaba en el consultorio del doctor que me atendía, personas como yo y me sorprendía la actitud tan diferente que observaba en ellos. Eso me hacía pensar, que mi desarrollo como individuo en la vida tendría que ser doblemente laborioso. Algunos se comportaban como si estuvieran "normales" y otros se les veía la tristeza y depresión en la cara. Muchos años después, me di cuenta que algunos del primer grupo, dos o tres personas, con los cuales siempre tuve contacto, habían tenido éxitos en lo que hacían y eran muy creativos; yo me preguntaba si esos éxitos hubieran sido los mismos sino hubieran tenido que luchar tanto....*

Desde adolescente me preguntaba por qué me había tocado esa carga, estaba coja y un poco torcida, y sin embargo sé que eso me hizo mejor persona y me obligó a

luchar más por aquello que quería obtener. La polio está regresando y mis músculos están muy cansados y el dolor ha regresado. Sin embargo, le puedo decir, que disfruto la vida. Estoy diciendo la verdad, de lo contrario, me quitaría la vida. Estoy muy comprometida con la vida, con el arte, con la gente. Durante muchos años fui maestra de historia y arte, escribo poesía en ocasiones, doy algunas asesorías y me gusta platicar con los artistas jóvenes. Como podrá ver, mi vida es plena todavía y si tuviera que escoger entre cuerpo o mente, me quedo con la claridad y creatividad mental que siempre he tenido. Otra ventaja de mi edad, es que no tengo que preocuparme por mi futuro, porque sé que de una u otra manera el tiempo se ha reducido en forma considerable. Estoy contenta con mi edad, porque ya no tengo que probarle nada a nadie, y no importa sin tengo éxito o fracaso en alguna actividad que llevo a cabo. Siempre he pensado que la vida es un regalo y como tal la tengo que disfrutar mientras dure.... Me da gusto compartir con otros lo que tengo y lo único que pido es no tener una muerte difícil ni convertirme en una carga para los demás...

TRANSFORMACIÓN DE LAS PÉRDIDAS.

La capacidad simbólica de transformación parece ser ilimitada y permite a los seres humanos significar a los objetos, a la naturaleza y a todos los fenómenos que le suceden de formas diversas; es la posibilidad de darle sentido propio a la vida y circunstancias que van surgiendo. Levy-Bruhl,²² resalta esta cualidad humana y con sus ejemplos nos hace ver que la naturaleza en la antigüedad podía tener un significado diferente al que se tiene en la época actual, el hombre la dotaba de cualidades y características sagradas. Para algunos hombres de culturas arcaicas, los minerales, (piedras y rocas) eran algo distinto de lo que son en la actualidad. Según los indígenas de las Indias holandesas, los animales y las plantas mueren, pero no las piedras. Estas son con respecto a la tierra lo que los huesos son para el cuerpo. Ellas participan pues de su naturaleza y tienen derecho al mismo respeto que aquella. De ahí el malestar y la inquietud que experimentan esos indígenas cuando ven que los europeos arrancan las

²² Levy, Bruhl, EL ALMA PRIMITIVA. Edit. Peninsula.pg.17
ef

pedras y rocas con golpes de martillo o de otra manera.....También hay grupos que dan a las pedras el valor de ser "encarnaciones de los antepasados..."

Estos relatos muestran la capacidad humana para darle distintos significados a los mismos hechos u objetos, una capacidad creativa y espiritual, que se percibe a lo largo de los relatos míticos y religiosos de la humanidad, algo que no es fisiológico ni psicológico; la característica humana, que permite a algunos seres humanos trascenderse, y aspirar a una dimensión superior de transformación, que junta la vida con la muerte y abre su simbolismo para captar con los sentidos, lo desconocido y temido, hasta donde esto es posible. Muchas personas piensan que la creatividad es algo misterioso que solamente pertenece a unos cuantos, elegidos; Sin embargo es importante saber que todos tenemos esa posibilidad y la empleamos de distintas maneras. Ser creativo, es también la posibilidad de aprender a vivir en forma adecuada al momento del ciclo vital por el cual se transita.

José, tiene 54 años y relata que en una ocasión caminaba junto a su padre Raúl que tiene 80 años y le dio una gran lección. Iban caminando por una zona arbolada y José se sintió impaciente ante la lentitud de su padre, que no era lento para caminar. Lo trató de apurar y éste le comentó que habían salido a pasear y él estaba observando con gusto todo lo que estaba a su alrededor. Me sorprendí, dice José, y le dije *¿qué puedes observar en este parque? Mi padre, me contestó: ¿no escuchas los pajaritos? ¿No escuchas el ruido de las hojas secas que estamos pisando? Me produce placer el ruido del agua que corre y me gusta ver las diferentes formas que adquiere a su paso por la tierra. Ese día tuve una bella lección de cómo apreciar más lo que tenemos a nuestro alrededor y agradezco a mi padre me haya enseñado algo más que me servirá para el futuro...Ahora escucho muchos ruidos a mí alrededor que antes no hacía y juego con ellos y veo el mundo de una forma diferente, bastante más divertida que antes. He aprendido a disfrutar cosas que antes me molestaban y esto me ha facilitado mi enfoque de la vida. José agregó, yo siempre pensaba que la creatividad implicaba ser artista famoso, y ahora veo que es la capacidad que nos permite darle significados a*

lo cotidiano también. Ahora puedo decir que mi padre es un hombre creativo y que me está dando una gran lección para la vejez.

La mayoría de los hombres y de las mujeres viven diversos tipos de convulsiones y crisis que marcan la entrada a esta etapa del ciclo vital. Por desagradables que estas sean, tienen la ventaja psicológica de proporcionar la motivación para despertar y cambiar; y no siempre se transforman en un proceso de crecimiento y madurez. Este proceso al que Jung llama "individuación" implica despertar para poder tomar una nueva dirección, integrando contenidos inconscientes ontogenéticos y filogenéticos. Cuando se hacen conscientes partes inconscientes de la personalidad, no se produce una simple asimilación de las mismas a la personalidad ya existente, sino que ocurre una transformación.²³ Este proceso no lo viven todas las personas con la misma intensidad, sino que implica un tipo de trabajo personal, con ayuda profesional o sin ella, y que, muchas veces, coincide con la última etapa de la vida, la vejez. La convierte en una etapa de sabiduría o de desesperación. Las oportunidades se presentan y no siempre se les sabe aprovechar. El tren va caminando, algunos se pueden subir en él y otros tienen que seguir a pie. Rosario tiene 77 años, y dice que ella trata de mantenerse ocupada y que en ocasiones no sabe que hacer, pero que conforme pasa el tiempo las ideas le surgen. Cuando no tengo un proyecto determinado, me relajo y surge en forma repentina. Es importante para mí, no sentarme en la mecedora porque no sé si me voy a poder parar nuevamente; me impresiona como las ideas surgen a pesar de que yo no las busco en forma angustiada. Si me encuentro muy aburrida, me voy al grupo de trabajos manuales que está cerca de mi casa y me entretengo. He creado artesanías que nunca pensé en mis años de juventud fuera capaz de hacer.

Este proceso, la vejez, suele ser más dramático cuando es acelerado por un trauma, pérdida del cónyuge, del trabajo, problemas de salud, y es más paulatina cuando llega en forma gradual; Se suele acompañar del sentimiento de que la vida se ha hecho monótona y ha perdido gran parte de su sabor; parece que el sentido de vida ha desaparecido y sobreviene la tristeza. Cualquiera que sea la apariencia del principio

²³ Jung, C.G. ARQUETIPOS E INCONSCIENTE COLECTIVO. Edit. Paidós Ibérica, 1981. Pg. 168.

de esta etapa de profunda transición, es inesperada y traumática, ya que en nuestra cultura contemporánea, no existen los ritos de paso que ayudan a enfrentar y superar el proceso. "La función principal de gran parte del saber mitológico y de la práctica ritual de nuestra especie ha sido conducir la mente, los sentimientos y los poderes de acción del individuo hacia los umbrales críticos, desde la infancia a la edad adulta, y de la vejez a la muerte; Proporcionar las señales estímulo adecuadas que liberen las energías de vida de lo que ya no es lo que fue, y lo prepare para su nueva tarea, una nueva fase del individuo en su grupo".²⁴ Jung dice que no se necesita ninguna transformación sustancial de la energía instintiva sino sólo un cambio en su forma de aplicación, la forma espiritual es el resultado de este mecanismo. El sentido o la finalidad del instinto no es algo unívoco, puesto que en el impulso puede estar escondido un sentido de dirección distinto del biológico, un nuevo sentido que sólo se hace visible en el curso del desarrollo.²⁵

FUNCION DE ALGUNOS MITOS PARA COMPRENDER LA MUERTE.

La condición de los viejos en las sociedades primitivas no es simple. Existen sociedades primitivas que los han tratado bien y otras que los han maltratado; su sabiduría a veces ha sido aprovechada y muchas otras ni siquiera valorada. También en esas sociedades, los ancianos tenían más posibilidades de subsistir en sociedades ricas que en pobres, en sociedades sedentarias que en las nómadas. Incluso en esas sociedades, existe una correspondencia entre el amor que los padres dieron a sus hijos cuando eran niños, y la forma en que son tratados.²⁶

En muchas sociedades, los hombres y mujeres de edad están en estrecha relación con los niños. Hay una analogía entre la impotencia del lactante y la del decrepito y se le encuentra en la epopeya de los nartes, donde se cuenta que envolvían a los viejos y los ataban a las cunas. El lactante emerge del limbo y el viejo se hundirá

²⁴ Campbells, Joseph. LAS MASCARAS DE DIOS. I. Pg. 85

²⁵ Jung, C.G. ARQUETIPOS E INCONSCIENTE COLECTIVO. Pg. 127

²⁶ Beauvoir, Simone de LA VEJEZ. Edit. Hermes, México 1980.

en él. Entre los navajos el niño pequeño que apenas vive y el hombre muy viejo que ya casi no vive mueren sin resentimiento y no se convierten en fantasmas. Son bocas que alimentar y brazos inútiles por lo que en algunas tribus muy pobres, se practicaba el infanticidio y la ejecución de los viejos. Esta costumbre podía ser aplicada sólo a los viejos, pero no al revés ya que el niño representa el futuro y tiene prioridad sobre el anciano, puro desecho.²⁷

Una de las conclusiones de Beauvoir, es que una opción frecuente de las sociedades agrícolas o nómadas, cuyos recursos son insuficientes es sacrificar a los viejos y da una explicación histórica del sufrimiento que implica la vejez. Sin embargo, la vida no era tan larga como lo está siendo en la actualidad y la muerte tenía otro significado. Ese sufrimiento que muchos viejos de todas las épocas ha vivido, podría a nivel cultural, ser otra de las justificaciones para "no querer ser viejos" buscando incansablemente la "fuente de la eterna juventud" Por otro lado, en la época que estamos viviendo, todos los temores de la vejez propios o heredados culturalmente, más la incapacidad de darle un sentido a la vida y a la muerte aumenta el temor que sienten los sujetos añosos.

Existe todo tipo de mitos sobre los muertos cuya función es hacer ver a la muerte como una fase natural de la vida, comparable al momento de la siembra de la semilla para su renacimiento. Entienden la vida y la muerte como parte de un ciclo, no visualizan la muerte sin pensar en la vida. Leo Frobenius que estudió distintas culturas dice que entre los horticultores de Sudáfrica y Africa oriental, cuando muere un pariente viejo del grupo, resuena un grito de alegría. Se prepara un banquete durante el cual los hombres y mujeres discuten las cualidades del difunto, cuentan historias de su vida. Posteriormente lo entierran con los otros parientes y cuando ha pasado el tiempo suficiente para que la carne se haya descompuesto, los viejos de la tribu abren de nuevo la cámara, bajan a ella, cogen el cráneo lo suben a la superficie y lo llevan a la alquería, donde lo limpian y pintan de rojo, y después de haberlo agasajado hospitalariamente con granos y cerveza lo colocan en un lugar especial junto a los

²⁷ Beauvoir, S idem 26, pg. 101
ef

cráneos de otros parientes. De ahora en adelante, no pasará una primavera en la que el muerto no participe en las ofrendas del tiempo de siembra. Es una manera de seguir estando presente aunque después de su muerte.²⁸

Las personas observantes en la religión judía, cuando tienen alguna celebración familiar referente al ciclo de vida, como matrimonio, nacimientos, Bar mitzva, etc. han hecho el comentario, de que las almas de las personas cercanas, padres, abuelos, están "presentes y comparten" esa alegría familiar tan grande. Son simbolizaciones que permiten enfrentar la muerte como parte de un proceso del cual el lapso de vida es parte de un período de tiempo más amplio.

Otra manera de ver la muerte, menos tranquila, sería entre los Aranda australianos, en donde la aldea donde ha habido muertos, se quema por completo, el nombre de la persona no se menciona y se impone a la viuda y a los parientes pruebas dolorosas para que el muerto se sienta lo suficientemente llorado y los parientes bailan y gritan sobre su tumba, para que el muerto no regrese a atemorizar a los vivos. Frobenius lo interpreta diciendo que "el poder ejercido por el individuo vivo para el bien, lo ejerce el muerto para el mal, de forma que cuanto mejor fue, peor se convertirá, y cuanto más poderoso fue en vida, mayor debe ser el freno del peso de las ligaduras y piedras sobre su cadáver. Cuanto mejor fue en vida, mayor temor a su fantasma. El misterio y el enigma de la muerte han estado presentes a lo largo de toda la historia de la humanidad y es importante aprender a enfrentarla. Parece ser que aquí, la muerte se interpreta como final, en lo que se refiere a las relaciones del difunto con su sociedad y su misterio es negado y desafiado, temido pero no enfrentado, al no haber sido asimilado nunca, ni filosófica ni psicológicamente. Entonces la vejez conduce a una actitud de resistencia y a un modelo de pensamiento que nos recuerda al guerrero que lucha hasta el fin.

En la mayoría de los seres humanos en la modernidad, existe una incapacidad para representarse la muerte. De manera muy general, según G. Durand, la conciencia

²⁸ Campbell, J. LAS HUELLAS DE LA EXPERIENCIA PG. 159.
ef

dispone de dos maneras de representarse el mundo. Una directa, en la cual la cosa misma parece presentarse ante el espíritu, como en la percepción o la simple sensación. Otra indirecta cuando la cosa no puede representarse en "carne y hueso" y recordamos o imaginamos algo que no se puede concretizar; Por ejemplo, el recuerdo de nuestra infancia, el imaginar los paisajes del planeta Marte, o la representación del más allá después de la muerte. En estos casos, de conciencia indirecta, el objeto ausente se re-presenta ante ella mediante una imagen en el sentido más amplio del término. El simbolismo es lo no-sensible en todas sus formas; inconsciente, metafísico, sobrenatural y surreal y se puede observar con mayor claridad en el arte, la religión, la magia: causa primera, fin último, finalidad sin fin, alma, espíritus, dioses, etc. ²⁹ La imaginación simbólica es usada cuando el significado es imposible de representar y el signo sólo nos permite referirnos al sentido de las cosas y no a una cosa sensible. La muerte personal es un fenómeno difícil de imaginarse.

Para Jung, el símbolo es la mejor representación posible de una cosa relativamente desconocida y que no es posible representar. A medida que se acerca la vejez, la mente paulatinamente empieza a retirarse del sistema local de intereses, (los cuales ya se habían usado previamente) y avanza, en una anticipación natural, (debido a que el hombre es el único animal que conoce que la muerte se acerca) a una meditación ansiosa sobre el misterio del próximo umbral, que no es parte de esa escena local, pero es el mismo para todos los humanos. La muerte, el sufrimiento y el éxtasis, son factores graves y constantes en la experiencia humana, y han sido el motor de muchos mitos.

La forma de simbolizar que tienen muchos viejos y viejas en la modernidad, convierte su vejez en una etapa sin significados que la vida y la muerte es anticipada sin aquellos símbolos arcaicos, capaces de convertir al individuo en una parte del cosmos. Sin embargo, se puede aprender de la historia mítica, artística y religiosa de la humanidad la verdadera transformación humana para trascender este mundo y como llegar a ser partícipe del cosmos. Uno de los objetivos planteados como parte del

²⁹ Durand, Gilbert. LA IMAGINACION SIMBOLICA. Amorrortu Edit. Buenos Aires, 1968. Pg.12

proceso de vejez, es integrar la vida con la muerte; los mitos religiosos daban estructura a la existencia y su final. Explicando la muerte como parte de la vida y viceversa, adjudicándole a la muerte un significado.

Como se ha visto, la idea de morir, siempre ha atemorizado al hombre, y muchas mitologías suavizan este conflicto mostrando y hablando de la resurrección, la reencarnación, el mundo venidero, etc. La muerte, aunque real, pertenece al reino de lo imaginario ya que nadie tiene la vivencia de su propia muerte; se requiere de la simbología para poder mediar de lo temporal a lo eterno. Los mitos nos permiten acercarnos a esta sensación abrumadora y desconocida que se nos presenta como el final del proceso de vejez. "Vamos a ver el símbolo como signo que remite a un significado inefable e invisible, y por eso debe encarnar concretamente esta adecuación que se le evade, y hacerlo mediante el juego de las redundancias míticas, rituales, iconográficas, que corrigen y completan la inadecuación."³⁰

La idea de muerte y renacimiento a través del ritual, tiene motivos mitológicos válidos esas formas simbólicas se encuentran en el inconsciente. Es un símbolo antiguo en la historia de la cultura y encontramos a través de la mitología, los ritos y las religiones, ideas que relacionan sueño y muerte, despertar y resurrección, la tumba como una vuelta a la madre para renacer, etc. Ejemplo de estos mitos se encuentran desde los esqueletos de Neanderthal, que habían sido enterrados con provisiones, sugiriendo las ideas de otra vida. Repetimos con Campbell, que se percibe a través de los ritos y mitos una huella acuñada universalmente sobre algún mecanismo psicológico preparado para recibir la muerte. Sin embargo el esfuerzo de rastrearla es bastante difícil.³¹

Hasta la mitad de la vida se piensa que la vejez queda lejos y la muerte no se vislumbra con intensidad, pero en forma paulatina se va descubriendo que la distancia no es tanta como se pensaba. Se percibe que la vida humana es finita y el excesivo

³⁰ Durand, Gilbert. LA IMAGINACION SIMBOLICA Pg. 21

³¹ Campbell, J. LAS HUELLAS DE LA EXPERIENCIA, PG. 79

énfasis en la vida material, produce mayor temor ante la infalible muerte. Para Jung, igual que vemos en muchos mitos arcaicos, la vejez tiene una función, la de prever la muerte y sintetizar, con amor o con rencor, el mundo que se desvanece. Ante el gran temor de envejecer y la falta de religión contemporáneas, las personas que se van haciendo viejas, sólo pueden tocar el miedo y el dolor que provoca la visión próxima de la muerte y lo desconocido; No han aprendido como integrar vida y muerte. Al abandonar los mitos y ritos que dan explicación para la comprensión o aceptación de la muerte, esta se convierte en algo extraño, no deseado y "aparentemente negado". Puede ser que este abandono de los rituales míticos religiosos, justifiquen la alta incidencia del malestar que caracteriza el mundo actual como el de "la edad de la ansiedad".³²

La vida empieza con el nacimiento y termina con la muerte. Nacimiento y muerte son parte de la misma totalidad. No obstante, la muerte es una presencia poderosa que tiene que ser encarada audazmente, existen muchos mitos en las diferentes religiones que suavizan este proceso, y que no son retomados por la gran mayoría de viejos que han crecido con la idea de que "Dios ha muerto" y que las religiones, mitos y tradiciones son parte del pasado. Para muchos, haber crecido con la idea de pertenencia a la modernidad, ha implicado abandonar esas creencias y mitos que han tenido una función estructuradora, y dan significados abiertos y múltiples. Es tranquilizador decir que los vivos y los muertos son hemisferios emparejados, luz y sombra de una totalidad que es el ser y enfrentar el proceso de vida y muerte con etapas que han tenido funciones y poder emprender el último viaje con tranquilidad.

"Muy lejos de Africa, en las islas Hawai del Pacífico central, también se creía que a la tierra de los muertos se entraba a través de grietas en la tierra. Estas eran llamadas "lugares de abandono" y había una por cada distrito habitado. El alma, al llegar, encontraba un árbol con un grupo de niños a su alrededor que daban las instrucciones. Una lado del árbol se veía fresco y verde, pero el otro estaba seco y quebradizo, y según una versión de la aventura, el alma tenía que trepar a la copa por el lado

³² Campbell, J. LAS MASCARAS DE DIOS. T. I, PG. 133

quebradizo, y descender por el mismo hasta un nivel que le decían los niños. Si se cogía a una rama verde, ésta se rompería y el alma caería en la aniquilación. Pero según una segunda versión se tenía que coger una rama del lado verde que se rompería y lanzaría al alma rápidamente al laberinto que lleva al mundo subterráneo.

Esta imagen del árbol con las ramas engañosas, a la entrada de un reino donde lo que parecería ser muerte debe reconocerse como viviente y lo que vivo, muerto, es eficaz. Es una imagen de la esperanza que en todas partes ha permitido a los viejos atravesar de buena gana la puerta oscura. Y, sin embargo, no pueden pasar todos, sólo aquellos que entienden el secreto de la muerte, que consiste en que la muerte es la otra orilla de lo que conocemos como vida, y que, así como debemos abandonar la infancia para participar en los deberes de la madurez, así la vida cuando vamos a la muerte.³³

En una reunión en un grupo de 4ª Edad, mayores de setenta u ochenta años, una tanatóloga invitada al grupo, hizo mención de la palabra muerte y no pudo seguir hablando; ya que para muchos de estos ancianos el solo mencionar la palabra muerte, implicó, como por arte de magia, que se acercaban más de lo que querían aceptar, se mostraron enojados y empezaron a hablar entre ellos, de tal manera que la conferencista, se sintió bloqueada; continuó su tema de otra manera y tuvo buen cuidado de no mencionar la palabra muerte. *Se escuchó entre los presentes, a dos señoras que comentaron entre sí: ¿ Para eso tienen que venir a platicar con nosotras? ¿ Ya no tienen nada más de que hablar? Y la voz mostraba enojo... Eso lo puedo pensar sola en mi casa y bastante miedo me produce....* Poder hablar de la muerte, nombrarla, con mayor fluidez y naturalidad convierte este suceso en lo que es, normal y natural. Es un tabú hablar de ello para muchos ancianos; sin embargo, sabemos que lo piensan y dan vuelta durante muchas horas del día y que el temor a morir, muchas veces inconsciente, motiva conductas angustiosas y pensamientos depresivos.

El ser humano sabe que su final es la muerte, pero no lo maneja. Incluso muchos viejos evitan programar su vida, por negar que esta va a terminar. No quieren hacer un

³³ Idem. Pg. 151
ef

testamento, no preparan sus asuntos personales, no se preparan para morir. Sin embargo, conforme el momento de la muerte se acerca, la mente empieza a retirarse del sistema local de intereses. Personas que han tenido que estar al lado de sus enfermos o ancianos, han dicho que hubo ciertas conductas que, analizadas posteriormente, hacen pensar que algunos difuntos perciben su muerte. Incluso, algunas de las familias con las que se ha trabajado, comentan que la mirada, la forma de hablar, y otras actitudes, son señales no comprendidas por los familiares, que tampoco quieren, muchas veces, aceptar la muerte de sus seres queridos. El hombre y la mujer históricos, han sentido y sienten curiosidad por saber que es el más allá y éste interés primordial no encuentra respuesta en los marcos referenciales de la modernidad.

La muerte para muchos hombres y mujeres modernos, no es más que el final de la vida sin ningún otro significado; no es motivo de trascendencia, sino un hecho biológico y social en una vida desacralizada sin vínculo alguno con el cosmos y la espiritualidad del ser humano. Sin embargo, el hombre tiene necesidad interna de darle significado a los hechos y los busca por doquier. Victor Frankl (1977), dice que el mayor problema mental de la modernidad, es la falta de sentido, el surgimiento del vacío existencial. Agrega que la neurosis no se debe a complejos y conflictos en el sentido tradicional, sino a conflictos de conciencia, a colisiones de valores y a una frustración existencial. Esta situación se agrava cuando el final se acerca y se hace patente la autotranscendencia de la existencia humana y esta ha sido puesta de lado. El ser humano apunta hacia algo que no es él mismo, hacia algo que podríamos decir, es un sentido de servicio. En el servicio a una causa o en el amor a una persona, se realiza el hombre a sí mismo. Sólo puede realizarse en la medida en que se olvida de sí mismo. Esto nos muestra distintos caminos y niveles de conciencia e inconsciencia que surgen con mayor fuerza conforme el final se acerca.

Elizabeth Kubler-Ross, fue de las primeras tanatólogas, que empezó a trabajar con personas que estaban en procesos terminales para ayudarles a vivir este proceso. Comenta que ha tenido muchos casos dramáticos, pero que en la medida en que ha

visto más de cerca la muerte, ha aprendido a valorar más su propia vida. El estar consciente de la muerte, le ha permitido disfrutar de lo que tiene sin perder el tiempo buscando lo que no le corresponde. Agrega que cada vez que muere un paciente suyo, se siente triste, más no deprimida y que el tiempo que trabaja con este tipo de personas tiene que ser limitado, ya que son situaciones de vida difíciles.³⁴

NECESIDADES ESPIRITUALES DEL SER HUMANO.

Eugenio Trias, como se menciona con anterioridad, habla de la religión como el tema relevante del fin de milenio diciendo que la religión vuelve a estar de actualidad después de dos siglos en los cuales parecía haber declinado irreversiblemente, aparece el tema de la religión en primer plano de los asuntos mundiales. Tanto el fenómeno del integrista, islámico, judío, o cristiano, como el interés por las religiones orientales dentro del ámbito occidental, o el despertar de las grandes religiones históricas, desde el hinduismo en todas sus formas hasta el Islam, es índice del creciente interés por lo religioso.³⁵ En vez de solamente criticar estas manifestaciones, muchas veces juzgadas como extremistas, también pueden ser interpretadas como un principio de un movimiento cíclico que tiende a buscar un equilibrio. En épocas de crisis y grandes cambios, las gentes buscan estructuras que los sostengan y esa puede ser una explicación para el resurgir de las religiones. La violencia se ha desatado en forma ilimitada y como consecuencia se buscan creencias fundamentalistas estructurantes que son juzgadas desde la razón como sacrificio de las libertades de la modernidad.

Esta época también se distingue por ser una etapa en la cual hay personas necesitadas de dar algo a su espíritu. "La experiencia espiritual o mística es una percepción directa de la unidad de la naturaleza, el lado interior de los misterios que la ciencia trata de conocer esforzadamente desde el exterior. Se habla de una forma de comprensión del mundo anterior a la ciencia en varios miles de años; antes de que la

³⁴ Kubler-Ross, Elizabeth. QUESTIONS AND ANSWERS ON DEATH AND DYING. Collier Books, New York, 1974

³⁵ Trias, Eugenio. PENSAR LA RELIGION. Edit. Ensayos/Destino.

humanidad contase con instrumentos como la lógica cuántica para describir fenómenos que escapan a la razón ordinaria, se tenía acceso al reino de la paradoja con un cambio de conciencia: se aprendía que lo que no puede ser...ES. En la actualidad hay muchas personas que ya han tenido experiencias de aspectos trascendentes de la realidad e incorporan ese conocimiento a sus vidas. Las experiencias místicas, pueden ser una puerta de entrada hacia la búsqueda espiritual.³⁶ Aquí también hay que pensar que la palabra espíritu puede ser comprendida de otras maneras, no solamente la religiosa; esta diversidad fue captada durante la investigación y en el trabajo terapéutico que se lleva a cabo con las personas "añosas".

Eugenio Trías ha hablado de la necesidad de formar "una religión del Espíritu" relacionado con la época moderna, insiste en una re-ligación (religión) con lo sagrado y postula la necesidad de abrirse al fenómeno religioso a través de la reflexión y la simbolización que recupere la revelación sensible y manifiesta de lo sagrado. Muchas definiciones del fenómeno religioso, oponen lo sagrado y la vida religiosa, con lo profano y la vida secular. Posiblemente todas las manifestaciones religiosas que se observan a lo largo y ancho del planeta, están sentando las bases para esa transformación requerida por la humanidad de finales del milenio que de diferentes maneras marca nuevamente la necesidad de la religiosidad. "Esta suerte de excavación arqueológica es necesaria, pero desde luego debe ser complementada con prospecciones más ceñidas al mundo presente que vivimos. Quizás, hoy más que nunca, sea urgente recobrar una perspectiva universal, mundial. Hoy más que nunca se hace necesario que el *engagement* con la realidad particular propia tenga como contrapunto una amplia visión planetaria."³⁷

Dentro de esta línea en donde el hombre moderno ha perdido su centro interno, Paul Diel, da otra interpretación al mito de Edipo y lo relaciona con "la muerte del alma y del espíritu". Para él, Edipo quiere decir "el renco", y su traducción real es "pie

³⁶ Ferguson, Marilyn. LA CONSPIRACION DE ACUARIO. Transformaciones personales y sociales en este fin de siglo. Edit. Kairos, Barcelona 1985. Pg.421

³⁷ Trías, Eugenio. PENSAR LA RELIGION. El símbolo y lo sagrado. En LA RELIGION. Seminario de Capri bajo la dirección de Jacques Derrida y Gianni Vattimo. Ediciones de la Flor. Buenos Aires, 1997.

hinchado", (que significa el alma inflada por la vanidad.) El hombre psíquicamente cojo es el nervioso y Edipo, es el símbolo del hombre atrapado entre la nerviosidad y lo trivial. Busca el poder sobre los demás... El hombre y la mujer modernos, tienen la libertad para escoger entre su parte espiritual que les permite una mejor armonía o dar intensidad a su materialismo, que se traduce en anhelos insatisfechos y lo convierten en un ser neurótico, excesivamente nervioso y trivial. Este proceso presente a lo largo de la juventud y primera madurez, se agudiza en la vejez. En esta nueva interpretación, el mito de Edipo no es mutilador del sexo, sino del alma; del espíritu humano que ha sido bloqueado y lastimado.

Esto nos lleva a pensar en la fuerza que Freud da a la sexualidad como motivadora de muchos conflictos humanos y como Jung habla de esa falta de espiritualidad-religiosidad como uno de los motivos básicos del sufrimiento humano. Frankl, habla de una "psicoterapia a partir de lo espiritual". Explica que no se trabaja solamente con un inconsciente impulsivo, sino también con un inconsciente espiritual. Nos vemos ahora en la necesidad de englobar lo espiritual dentro del inconsciente también, lo que precisamente llamamos el inconsciente espiritual. El hombre no es solamente impulsado por un ello, sino que también tiene un yo que decide. En la psicoterapia se puede movilizar la existencia espiritual, es menester, despertar la conciencia de libertad, de esa libertad y responsabilidad que constituyen lo propio del ser hombre. Frankl define su psicoterapia existencial, no como un análisis de la existencia, sino un análisis sobre la existencia.³⁸

La concepción de la naturaleza humana, ha sido ampliamente explicada a lo largo de la historia y Nietzsche proclama la voluntad de poder, Freud el instinto sexual y Marx enfatiza el instinto económico y nos enfrentamos a una completa anarquía de pensamiento, ya que cada autor enfatiza su propia concepción y valoración de la vida humana. Se parte de la premisa, racionalista e ilustrada, de que la religión, es ilusión, ideología, concepto inadecuado, enfermedad, falsa conciencia; no se ha hecho el esfuerzo de comprender ese fenómeno tan importante para el espíritu humano desde

³⁸ Frankl Victor E. LA PRESENCIA IGNORADA DE DIOS. Psicoterapia y Religión. Edit. Herder, Barcelona 1977.
ef

dentro. Así tenemos que muchos de los mayores de 65 años, han sido educados bajo las premisas del raciocinio científico y han perdido o inhibido la capacidad de creer y tener fe. Eliade define la fe como la emancipación absoluta de toda la especie de ley natural y por tanto, la más alta libertad que el hombre pueda imaginar: la de intervenir en el estatuto ontológico mismo del universo.³⁹

Cassirer enfatiza en la capacidad de simbolizar, y argumenta que el intelecto humano necesita símbolos y que los símbolos no poseen existencia real como parte del mundo físico, sino que poseen un significado.⁴⁰ Es esa parte interna que Jung insiste en que se debe alimentar exhaustivamente después de la primera mitad de la vida. Una manifestación común en gente sensible, es encontrarse ante el vacío existencial y con una soledad desgarradora, que va más allá de tener o no tener familia cerca; algunos viejos han llenado ese espacio con "pláticas con Dios" y dicen sentirse con una energía distinta. Este comentario lo han hecho un tanto "a regañadientes", por el temor de ser juzgados como locos. Lupita, 57 años, ha tenido cambios bruscos en su vida. Se ha divorciado y ha tenido que cambiarse a una zona lejana a su lugar de trabajo. Esto la ha orillado a tener que salir en la mañana muy temprano, cuando todavía está oscuro y esto la da temor. Sin embargo, ese temor lo ha disuelto "platicando con Dios". *"Cuándo me siento muy tensa, platico con ese Dios que esta más allá de la oscuridad en la cual tengo que salir temprano de mi casa, y jse va usted a reír de mí!, " Pero ciertamente me cambia la energía y empiezo el día de otra manera. Esto hace unos pocos años pudo haber sido manejado como locura; incluso en la actualidad muchos profesionistas "científicos" no lo pueden comprender ni manejar.* Es importante marcar que lo que se encontró entre los clientes que fueron entrevistados es una constante que habla más de religión y mitos que de arte, y eso promueve un sesgo que se convierte en parte de la investigación. Se encontró una cierta búsqueda religiosa, a lo mejor por que ésta forma parte de la cultura más que el arte.

IMÁGENES INTERNAS DE RECONSTRUCCIÓN.

³⁹ Eliade, Mircea. EL MITO DEL ETERNO RETORNO. Alianza Edit. Madrid, 1979. Pg. 148.

⁴⁰ Cassirer, Ernst. ANTROPOLOGIA FILOSOFICA, pg. 91....

La posibilidad de creer en Dios, es una capacidad humana que ha sido inhibida. Mauricio Beuchot, igual que muchos otros filósofos actuales, piensa que una salida para romper con la angustia y la depresión cultural puede ser la religión. Derridá y Vatimo, sostienen que estamos viviendo un Apocalipsis de sentido, ya que el hombre ha perdido el significado de su existencia.⁴¹ Gianni Vatimo, lo describe diciendo que "la modernidad fue atea pero que la posmodernidad no tiene porque serlo y muestra como se pretende llenar el vacío que dejaron muchos de los "signos profanos", incluso cayendo en extremos de sectas, incluso demoníacas, supersticiones, etc.⁴²

Jung, en 1946 establece una clara distinción entre el arquetipo inconsciente y las imágenes, ideas y comportamientos producidos por este. Explica que se hereda el arquetipo como tal, (la predisposición a tener determinada experiencia), no las experiencias mismas: se heredan las formas, no las representaciones. Los arquetipos, al igual que los instintos, no son detectados en sí, sino como motor de ciertas conductas. Así, las imágenes primordiales son conscientes y propias del género humano. Son la humanidad del hombre y la mujer y contienen la "fantasia creadora". Él sostiene que estas imágenes son inconscientes y no se difunden solamente por la tradición, el lenguaje o la cultura sino que también pueden surgir espontáneamente en toda época y lugar.⁴³ A través de los sueños de muchas personas, se ha podido detectar que la lógica, los héroes y las hazañas míticas sobreviven en el inconsciente. El encuentro con símbolos arquetípicos es una fase crítica de la vida y puede traer una transformación radical de la personalidad a través de la cual él yo se hace más modesto y cede terreno al sí-mismo como centro de toda experiencia. Jung dice que este es un proceso esencialmente "religioso", (enfatisa lo sagrado sobre lo profano.) Prestar atención a la voz interior lleva a la revelación y se convierte en un proceso que alimenta el espíritu de las personas. "La segunda mitad de la vida es un período de desarrollo continuado. Al seguir el imperativo arquetípico de la individuación, nos convertimos en

⁴¹ Sicilia, Javier. ENTREVISTA CON MAURICIO BEUCHOT. *DIOS POSMODERNO*. Revista *Letras Libres*, México, Dic. 1999.

⁴² Vattimo, Gianni. *CREER QUE SE CREE*. Edit. Paidós, Barcelona 1996.

⁴³ Jung, C.G. *ARQUETIPOS E INCONSCIENTE COLECTIVO*. Editó. Paidós, España, 1981.

seres humanos todo lo completos que nos resultan posibles en el contexto de nuestra cultura y, al hacerlo, cumplimos nuestra función espiritual más elevada para el bienestar de la sociedad y para la realización personal de nuestras vidas".⁴⁴ Esto no puede ser propuesto por el terapeuta, pero este sí tiene que estar atento por si surge y poder darle fuerza e intensidad a un proceso interno diferente al que se está acostumbrado a vivir.

Existen tantos arquetipos como situaciones típicas en la vida. Jung nos habla de figuras arquetípicas como madre, hijo, padre, dios, sabio, viejo. Acontecimientos arquetípicos como nacimientos, muertes, matrimonios, separación de los padres, etc. y objetos arquetípicos como agua, sol, luna, peces, serpientes, fuego, etc. Cada uno de los arquetipos forma parte de la dotación cultural que la evolución nos ha entregado a cada individuo como equipo para la vida y muchos de estos tienen su expresión en los mitos, leyendas, arte y religión, y en el comportamiento diario de las personas.⁴⁵ Cada arquetipo tiene muchas formas de manifestación e interpretación y así, el significado de ser viejo o vieja se amplía y diversifica.

Las formas de representación de los arquetipos también tienen relación con el momento histórico que se vive y como se repite a lo largo de la tesis, el hombre y la mujer contemporáneos necesitan reforzar su sentido de vida y sus valores. Este puede ser un proceso que surge del inconsciente ya que se puede decir que muchos de los actos creadores de los seres humanos surgen después de "una muerte" con respecto al mundo "real" en que se vive. Este gran acto creador sucede en un intervalo de inexistencia del héroe, quién regresa como si volviera a nacer, engrandecido y lleno de una nueva fuerza de transformación.⁴⁶ El nacer a algo nuevo implica la muerte del mundo anterior, hay que decir adiós al mundo que se deja atrás y los viejos, van dejando muchas cosas atrás.

Los mitos que nos hablan de los héroes, reflejan en el plano transpersonal que el desarrollo de la conciencia en un proceso expuesto al dolor, tristeza, miedo,

⁴⁴ Stevens, A. JUNG o La Búsqueda de la Identidad. Pg. 206

⁴⁵ Stevens, Anthony. JUNG O LA BUSQUEDA DE LA IDENTIDAD. Edit. Debate, España 1994.

desasosiego, alegría y armonía cuando se alcanza un estadio superior y diferente al que se tenía antes. La concepción acerca de esa capacidad creadora como una forma inherente a los seres humanos, facilita el proceso de la vejez y puede convertir la crisis existencial que surge en esta etapa de la vida en una continuación del crecimiento interno y maduración de quienes lo sufren. Un ejemplo de esto es el proceso que vivió Jung en la búsqueda de su nueva identidad a la mitad de su vida. Sus últimos años fueron envidiablemente tranquilos y fecundos. Permaneció comprometido con el proceso de *llegar a ser*, y respetó el imperativo teológico de su interior.⁴⁷

Algunas de las personas con las cuales se trabajó comentaron acerca del dolor que les produjo despedirse de conductas, costumbres, formas de vida, hábitos que tenían en el pasado, pero sabían que era la única manera de nacer a una nueva vida más adecuada para el ciclo vital que estaban viviendo; comentaron que habían surgido ideas y planes para llevar a cabo, que nunca imaginaron posibles y que había que matar para nacer de otra manera. Este proceso para otras personas es más tranquilo, fluyen sin tanto dolor. Susana, 63 años, es una mujer divorciada desde hace 15 años. Asistía a terapia porque quería comprender-se un poco mejor, y dejó de asistir cuando lo logró. Un año después pidió que la escuchara nuevamente. Se le había presentado la oportunidad de hacer un curso de perfeccionamiento en su área de trabajo fuera de México y lo había aceptado. *"Me estoy deshaciendo de todo aquello que no necesito, y estoy sorprendida de la cantidad de cosas que he tirado. No necesito tantas cosas como tenía y me siento liberada de poder quedarme con lo estrictamente necesario" Mis hijos me dicen que estoy loca y que tengo que ser más cuidadosa, pero él haber logrado ese desapego de cosas que no me servían ni me daban nada, lo considero un avance importante en mi vida. No se imagina que tranquila me siento, como si me hubiera quitado un gran peso de encima. Ahora que me voy fuera, para que necesito estar al pendiente de tantas cosas que no me sirven. Tiré algunas cosas que he comprado en mis viajes, pero que aunque en aquel momento fueron importantes, ahora son solamente un recuerdo y no necesito tenerlo en forma material.* ". Susana dice que

⁴⁶ Campbell, EL HEROE DE LAS MIL CARAS. Psicoanálisis del Mito. FCE, México 1980.

⁴⁷ Stevens, A. Idem 22, pg. 278

esto fue un proceso que surgió dentro de ella, y no sabe de donde llega, lo único que la tiene muy contenta es saber que "se hizo caso", rompiendo con muchos de los cánones sociales que la habían gobernado durante muchos años.

A lo largo de toda la historia, han florecido los mitos del hombre y han sido inspiración viva de todo lo que surge en las actividades humanas, mentales y corporales. "No sería exagerado decir que el mito es la entrada secreta por la cual las inagotables energías del cosmos se vierten en las manifestaciones culturales. Las religiones, filosofías, artes, las formas sociales del hombre primitivo e histórico, los primeros descubrimientos científicos y tecnológicos, las visiones que atormentan el sueño de los seres humanos, emanan del fundamental anillo mágico del mito."⁴⁸

EL MITO DEL CENTRO. (HACIA EL SI-MISMO)

El mito del centro, que aparece en muchas mitologías cosmogónicas puede ser visto como una metáfora, o explicación de la importancia de la espiritualidad en el ser humano, la parte interna, central, que ha sido bloqueada por la materialidad y exterioridad de la modernidad, que nos ha traído al imperio vacío de la tecnología. Ejemplo de los "mitos del centro" puede ser los "árboles de la vida y de la inmortalidad", "fuente de juventud", que se encuentran en un lugar central. El camino que lleva a ese centro, ese "camino difícil" (durohana), y se puede verificar en muchos niveles de la realidad: circunvoluciones dificultosas de un templo, (Baravudur); peregrinaciones a los lugares santos como La Meca, Jerusalén, La Villa de Guadalupe, etc. También existen todas aquellas peregrinaciones cargadas de peligros en expediciones heroicas como las del Vellocinio de Oro, Las Manzanas de Oro, La Hierba de la Vida, extravíos en los laberintos, y todo esto representa las dificultades de quién busca un camino para su Yo interior, aquel que busca el centro de su ser. Este camino, sembrado de peligros, es un rito de paso de lo profano a lo sagrado, de lo efímero e ilusorio a lo real y eterno, del hombre a la divinidad. La llegada a ese centro equivale a una consagración, a una

⁴⁸ Campbell, Joseph. EL HEROE DE LAS MIL CARAS....
ef

iniciación que puede transformar una vida vacía en una con sentido profundo. ⁴⁹ Es una forma de asumir la confusión interna y "permitir" que fluya algo nuevo y diferente.

Eugenio Trias,⁵⁰ sostiene que el mundo moderno, es el tiempo de la gran ocultación, en donde lo sagrado y su manifestación simbólica ha sido inhibida, pero no destruida; Que subsiste en el inconsciente y se halla siempre presto a retornar. Para Jung, la religiosidad inconsciente está ligada a arquetipos religiosos y por ende a elementos del inconsciente arcaico o colectivo. Victor Frankl,⁵¹ sostiene que la religiosidad no pertenece al inconsciente colectivo, sino que es parte de las decisiones personales propias del Yo, aunque están relacionados con lo que ha quedado guardado en el inconsciente; no las comprende como un impulso sino como una decisión racional. Agrega que el Inconsciente espiritual, y muy en particular la religiosidad inconsciente, emerge del centro del hombre, de la persona misma; que las protoimágenes religiosas son transmitidas tradicionalmente y que son una forma de canalización de la religiosidad del ser humano.

Gianni Vatimo, dice que para él, la problemática religiosa es la recuperación de experiencias viejas, que nadie comienza desde cero en el caso de la cuestión de la fe religiosa. La relación con lo sagrado, Dios, es la representación de un núcleo de contenidos de conciencia que se había olvidado, apartado, sepultado en una zona de la mente que se había rechazado violentamente como un conjunto de ideas infantiles, errores de una etapa de vida anterior de la cual se quería estar libre. Continúa diciendo que, en un cierto momento de la vida se vuelve a poner en juego la cuestión de la religión y que tiene que ver con la fisiología de la madurez y el envejecimiento. Surge no sólo como un hecho fisiológico sino como consecuencia de un proceso histórico en el que se han frustrado proyectos, sueños de renovación, esperanzas de rescate, y muchos otros factores sociales y políticos. ⁵²

⁴⁹ Eliade, Mircea. EL MITO DEL ETERNO RETORNO. Alianza/Emecé, Madrid, 1984. pg.25

⁵⁰ Trias, Eugenio. PENSAR LA RELIGION, PG. 27.

⁵¹ Frankl, Victor E. LA PRESENCIA IGNORADA DE DIOS. Psicoterapia y Religión. Herder. Barcelona, 1977. Pg 71-72

Estos procesos no los tienen que vivir todos los seres humanos ni pueden ser inducidos. Son búsquedas personales que sirven a unos y a otros no les llegan. El viaje hacia lo sagrado que algunos seres humanos emprenden, son procesos interesantes para unas personas y otras ni siquiera piensan que eso es una posibilidad viable. Existen personas que quieren detener el tiempo y quienes aprenden a avanzar con él. En la investigación que se llevó a cabo, se encontraron algunas personas que dieron prioridad a su progreso interno, (viajaron a su centro) mientras que otras hicieron cambios importantes en el exterior, sin tocar a profundidad esta capacidad religiosa, (religarse a lo sagrado.)

En la medida en que muchos símbolos religiosos y mitos han sido "guardados en el inconsciente", han surgido en su lugar signos convencionales y comerciales. La calidad de las relaciones sociales ha sido sustituida por la cantidad y en este proceso de espiritualización y búsqueda que algunas personas viven, han tenido que romper con sus esquemas anteriores. Silvia, 64 años, dice que proviene de una familia humilde y pobre, pero que, ahora se da cuenta que ellos no sabían que lo eran; lo que tenían, les provocaba bienestar y satisfacción. En la actualidad, sus hijos ya son mayores y que ella tiene un buen matrimonio. Su esposo tiene muchos compromisos sociales, y ella siempre se siente abrumada por la cantidad de personas con las cuales tiene que tratar. *Me gustan las amistades dice, pero disfruto estando con poca gente a mi alrededor. Prefiero invitar a una pareja a una comida ligera en mi casa que estar con 50 personas con las cuales no se puede platicar a gusto. Los bienes materiales que había en mi infancia eran diferentes a los modernos a los cuales he tenido acceso y sin embargo hasta hace poco tiempo pude retomar la espiritualidad con la cual viví en casa de mis padres. Me gusta la música y disfruto de ella cuando la escucho. He tenido "experiencias místicas" pero no me gusta hablar de ellas, ya que hay fenómenos que no tienen que ser explicados. Veo a dios como un espíritu y aunque no puedo hablar mucho de ello, ahí está. Lo que siento me ha cambiado mi manera de entender la vida y prefiero lo sencillo y austero a lo complicado y excesivo.*

⁵² Vatimo, Gianni. CREER QUE SE CREE. Edito. Paidós, Barcelona 1996. Pf.11-13

"La experiencia mística revela fenómenos que son por lo general silenciosos e inexplicables. Esta expansión de la conciencia, ese saber total, trasciende nuestra capacidad limitada de descripción. La sensación, la percepción y la intuición parecen fundirse a fin de crear algo distinto de todas ellas." "Los estados místicos" decía William James, parecen ser estados de conocimiento a los ojos de quienes los experimentan. Son incursiones a profundidades de la verdad no sondeadas por el intelecto discursivo".⁵³

EL FRACASO DE ALGUNOS SIGNOS MODERNOS.

(Luisa y Hermilo.)

Los significados convencionales de la modernidad ya no funcionan, y posiblemente han funcionado solamente para una minoría, muchos prototipos culturales se han hecho añejos y han perdido significación el sentido de vida se va cerrando paulatinamente y es menester abrir otros diferentes, para lo cual cada cual tiene que usar su propia capacidad de simbolizar, de crear y re-crear nuevos caminos. El trascender ese sentido convencional es un proceso doloroso que requiere creatividad y conlleva fuertes dosis de espiritualidad, fuerza interna para cambiar lo convencional y "seguro". ¡Hay que atreverse! Muchos hombres y mujeres han dedicado su vida al logro de bienes materiales y cuando estos desaparecen, se sienten colgados de la nada y han perdido su sentido de vida.

Luisa, 64 años, y Hermilo, 67, tienen 42 años de casados y cuatro hijos. Esta es una pareja que ha funcionado durante muchos años, con una división de roles tradicional, Luisa atendía a sus hijos y después a sus nietos, Hermilo era un proveedor exitoso, buen padre de familia y querido por sus hijos y nietos. Durante muchos años, fue exitoso en sus negocios y "la vida le sonreía", como el mismo dice. A raíz de la crisis económica que sufre el país en 1994, Hermilo pierde gran parte de sus negocios y su economía familiar se ve deteriorada. En forma simultánea, tres de los 4 hijos deciden

⁵³ Ferguson, Marilyn. LA CONSPIRACION DE ACUARIO. Transformaciones personales y sociales en este fin de siglo. Edit. Kairós, Barcelona 1985.

ir a vivir al extranjero por cuestiones de trabajo, con sus respectivas familias, con lo que la función de Luisa como madre y abuela de tiempo completo, también queda semitruncada.

Ambos han quedado "sin trabajo". Luisa sufre una crisis importante, pero decide darle un nuevo sentido a su vida; se conecta con amigas y se transforma en la organizadora de los eventos de sus diferentes grupos de pertenencia, de las compañeras de escuela, tanto suyas como de sus hijos y logra formar grupos en los que se siente querida. Escribe a sus hijos, cuando le es posible los visita pero no se queda llorando ante el cambio que la vida le propició. Decide tomar clases de yoga y caminata para conservarse un poco mejor, y al mismo tiempo retoma los estudios de Biblia que había abandonado. Ella misma afirma, *"no soy religiosa, pero creo que en esta etapa de mi vida, puedo encontrar en esos estudios medios para enfrentar lo que venga..."* Ha decidido ampliar su nivel de conciencia y encontrar medios internos y externos que le permitan seguir. Hermilo, se deprime cada vez más y su única compañía es la televisión, cuando regresa de su trabajo evita hablar con su esposa y permanece horas enteras en silencio frente al aparato televisivo. Hermilo, ha perdido mucho dinero, pero tiene manera de vivir sin complicaciones económicas por el resto de su vida. Ambos han tenido un "bloqueo" a sus actividades, y cada cual lo ha podido resolver de manera distinta. Hermilo no puede hacer ese viaje interno, y en su lugar sufre por lo irreparable; nadie lo puede hacer por él, se le puede guiar siempre y cuando él decida dar fuerza a su parte interna aplastada por la modernidad.

Un nivel más alto de conciencia no es valorado socialmente, sino por el contrario, ya que en las sociedades modernas, solamente se valoran los logros medibles y contables. El fracaso de Hermilo es calificado negativamente y él no ha sabido romper con esos lineamientos socioculturales; ha podido abandonar sus valores juveniles para dar paso a las nuevas formas que la vida le está planteando. El crecimiento personal no tiene premios en una sociedad que valora la razón, los logros materiales, el progreso económico y social; Hermilo, como muchos varones están pagando el precio del fracaso económico. Luisa, como muchas otras mujeres que no tienen tanta presión social para

ser exitosas, ha logrado conectarse consigo misma y se siente contenta, aunque extraña muchos a sus hijos.

A lo largo de la vida, tenemos que enfrentar muchas formas de muerte y renacimiento, de caídas para volver a levantarse, y así, hasta llegar al final. El atreverse a una nueva aventura propicia un sentido nuevo de vida; esta parece ser una cualidad que Campbell califica como enteramente humana y que se trasluce en muchos mitos, pero que ha sido descalificada por nuestra cultura. Muchos ritos de iniciación enseñaban al individuo a morir para el pasado y renacer para el futuro. ... "Y por un milagro habrá algunos que pueden atravesar el agua para aquellos cuyo trabajo es el difícil y peligroso oficio del descubrimiento del sí mismo y de su desenvolvimiento, pues han de atravesar el océano de la vida".⁵⁴ Se requiere un inventario interior, un balance de lo que se ha logrado, de en que se ha fallado y de lo que queda por *hacer*; si se vislumbra la posibilidad de hacer algo nuevo y diferente, se ha dado un paso hacia la individuación.

EL VIEJO SABIO O VIEJA SABIA. (Reconstrucción de imágenes internas)

Los gobernantes y los magos quieren cambiar la realidad y tornar las circunstancias negativas en positivas. Los Sabios no quieren cambiar al mundo, sólo desean comprenderlo. Los sabios tienen como meta romper con los engaños e ilusiones para comprender y trascender en la resolución de sus problemas. Tal vez, un gran momento en la vida de las personas es aquel que ilumina el camino, dispersa la confusión y clarifica hacia donde seguir. Los alcohólicos llaman a este momento "tocar fondo". Estos insights trascendentales revelan el egocentrismo de los individuos y como este limita la vida y la libertad. Este sabio interno es una ayuda para desprenderse de las preocupaciones cotidianas para abrirse a una verdad profunda acerca de la vida.⁵⁵

⁵⁴ Campbells, Joseph. ELHEROE DE LAS MIL CARAS. Psicoanálisis del Mito. FCE, México, 1984.

⁵⁵ Pearson, Carol S. DESPERTANDO LOS HÉROES INTERIORES. Doce arquetipos para encontrarnos a nosotros mismos y transformar el mundo. Libro-Guía. Madrid, 1992

Jung enfrentó el hecho de haber puesto su escalera en la pared equivocada lo que implicó para él un proceso doloroso y crítico. Lo describe diciendo que tuvo que "abandonarse", lo cual quiere decir caer... "La primera vez alcancé, una profundidad de trescientos metros, la siguiente fue una profundidad cósmica. Era como un viaje a la luna, o un descenso al vacío... Se presentó la imagen de un cráter y tuvo la sensación de estar en el país de los muertos..." Relata que a raíz de una crisis que tuvo y lo puso cerca de la locura, exploró el mismo material psíquico que se encuentra en el demente; tuvo acceso a partes de su psique, muchas veces inaccesibles en otro estado de conciencia. (Esto nos recuerda que las crisis existenciales son un motor de crecimiento, pero que se viven con dolor y sufrimiento.)

Jung en ese momento comprendió que el objetivo de todo desarrollo psíquico es el si-mismo; lo describe como el centro más allá al cual no es fácil llegar, el arquetipo de la orientación y el significado. Desde su experiencia concluye que cuando se le alcanza, muchas oposiciones se superan y él recuperó su tranquilidad interior; como parte de este proceso, relata un sueño en el cual se topa con un anciano de barba blanca, y que vino a ser su "viejo sabio". Fue su guía interna y la prefiguración de la personalidad carismática que Jung tendría después de la mitad de su vida: el gurú, el padre espiritual para muchos "El Viejo Sabio". Imagen primordial que se encuentra en el inconsciente colectivo y personal, es factible que surja de diversas maneras.⁵⁶

En el trabajo terapéutico que se realiza con las personas que acuden en busca de apoyo, se pueden hacer inducciones para conectarse internamente con "el viejo sabio" personal de cada quién. Esto se lleva a cabo haciendo algunos ejercicios de relajación mental y corporal para propiciar un estado alterado de conciencia que facilite el contacto con el si-mismo, el centro de cada quién. Esta técnica de trabajo se llevó a cabo con unos grupos de personas mayores y la ensoñación usada fue la de imaginarse que van escalando una montaña, símil de la vida, brincando todos los escollos que hay que pasar para "poder subir", Este camino cada cual lo recorre de manera diferente y después de un "gran esfuerzo", se llega a la cima de la montaña, en

⁵⁶ Stevens, A. JUNG, O LA BUSQUEDA DE LA IDENTIDAD....
ef

donde en forma simbólica encontramos a un viejo o vieja a la cuál cada uno hace las preguntas que considera pertinentes.

Se insiste en que no son iguales todos los procesos, y que difícilmente hay dos personas que tengan las mismas sensaciones o se imaginen las mismas cosas. Sin embargo, podemos afirmar que junto con las particularidades surgen generalidades en el género humano. Una de los requisitos de este tipo de trabajo es tener la capacidad de ver esas "imaginaciones" como reales, como indicaciones de nuestro ser interior para poder saber que camino elegir. Es un ejercicio que se puede repetir, y Juan, comentó que este ejercicio lo había hecho en dos ocasiones anteriores, cuando era más joven, y que solamente pudo contactar con su "viejo", cuando se acercaba el momento de su jubilación, casi diez años después. Tenemos que darle tiempo al tiempo y respetar los procesos que cada cual vive.

Emelia, 64 años, fue otra de las participantes en este ejercicio. Había llegado a terapia un año antes, y estaba muy triste y confusa porque Julio, su único hijo, tenía que irse fuera del país por un período largo; esto era una situación de su trabajo y nuestra amiga, sentía que el mundo se estaba acabando para ella. Sabía que era una buena oportunidad para Julio, pero esto no amortiguaba su tristeza y temor a la soledad. Por otro lado, el suceso coincidía con que había dejado su trabajo de muchos años y no sabía hacia donde dirigirse, ni como emplear todo el tiempo que le estaba sobrando. Estaba viviendo una gran crisis existencial y el dolor no le permitía pensar con claridad. Comprendió que también era persona y recordó ofertas que le habían hecho con anterioridad para dar algunas asesorías en provincia y pensó que era el momento adecuado para hacerlo y su vieja sabia interna le abrió esta posibilidad en un momento en que todo parecía cerrado y negro. Comprendió que la aventura de la vida no termina por situaciones como las que estaban viviendo y que todavía tenía la fuerza para hacer cambios importantes en su vida. Dos años después, se había cambiado de ciudad, vivía en un lugar más tranquilo y tenía la sensación de ser útil y haber hecho nuevos vínculos amistosos. Su hijo vacacionaba en su casa dos veces al año, y estaba contento de ir a un lugar pequeño a visitar a su madre y no a la ciudad de México. Este ejercicio no sirve

a todos por igual, se necesita estar en el momento adecuado para que la ampliación de conciencia surja; incluso el mismo ejercicio puede tener efectos diferentes en la misma persona, de acuerdo al momento existencial que está viviendo. Este sabio es una imagen primordial que cada cual reviste de significados personales, puede ser o no, transformadores del inconsciente, y cada cultura y grupo social tiene sus propios viejos sabios o sabias que pueden ser tomadas en cuenta.

La simbolización de los fenómenos fundamentales en el ciclo de vida han sido devaluados y olvidados y en su lugar ha surgido la fetichización de los objetos y una confusión entre el ser y el tener. El pensamiento racional, el saber como poder, el lenguaje convencional o sistema de signos, anula e intenta petrificar este movimiento de manera abstracta, reduciendo su multiplicidad a la unidad. Ha hecho del mito una especie de ficción de la mente humana, pues sólo ve en él la explicación instrumental y estratégica del arcaico, a fin de dominar la naturaleza.⁵⁷

Se pudo constatar que los valores internos se reconstruyen y José Luis de 73 años nos los comenta así: *Estoy retirado desde hace algunos años. Siempre me tocó trabajar en algo que no me gustaba mucho, y ahora que estoy fuera de eso me siento mejor. Durante mucho tiempo pensé que lo importante era acumular cosas y ahora me doy cuenta que me da más placer dar que recibir y guardar. Lo que acumulo es una pérdida y lo que doy se me queda.... No soy un hombre rico, pero ahí la voy pasando.... Mi matrimonio, como muchos ha tenido etapas y al principio mi esposa era "muy obediente". Después de sus cursos sobre feminismo, acertividad para resolver conflictos, y otras cosas, tuvimos desajustes importantes, pero afortunadamente hemos aprendido a superarlos. Asistimos a una iglesia en donde el ministro ha logrado introducir el amor a dios en nosotros. No sé quién es Dios ni cual es el significado de la vida, aunque estoy trabajando sobre eso desde hace 7 años, que han sido los más libres en mi vida. Asisto y participo en algunas festividades religiosas, y eso me ha dado una gran libertad, al contrario de lo que pensaba cuando era joven.*

⁵⁷ Solares Blanca. TU CABELLO DE ORO MARGARETE... Fragmentos sobre odio, resistencia y modernidad. Edit. Miguel Angel Pomua, México, 1995.

He logrado dar el cambio, desde la culpa y el deber, hacia el amor y la libertad, y he aprendido a hacer las cosas, sin molestar a nadie, pero tampoco a mí mismo. Cada vez me siento más responsable y más libre en el camino que he escogido. Durante mucho tiempo pensé en hacer algo grandioso para que se me recordara, ahora estoy seguro que eso no sucederá pero para mí es suficiente querer a mis semejantes. Tengo amigos, y sé que soy importante para mi familia. Lo único que lamento es haber perdido tantos años de mi vida en angustias y tensiones para sostener el ritmo de trabajo y tensiones que marca la modernidad, pero por otro lado estoy contento de haber roto con esa manera de pensar. No sé si esto es un proceso espiritual, religioso o como llamarlo pero estoy contento de estar en este lugar. Cuando el Sabio comienza a ser figura dominante en la vida de las personas, se reconoce que pocas veces las cosas se ven como son, ya que se les percibe desde un ángulo particular y se les interpreta. Este viejo sabio interior que está más allá del pensamiento y del sentimiento, ayuda a romper con las ilusiones, no lucha contra lo que es, sino que trata de comprender esa verdad. Es una manera sabia de refinar las ataduras y los apegos, viéndolos como preferencias y no como necesidades vitales. Implica aceptar lo que no se puede cambiar y transformar aquello que es posible hacerlo.

NUEVOS ESTILOS PARA CAMBIAR LA DIRECCIÓN.

Carlota, 61 años, es una mujer soltera, dice que nunca planeó su vida, sino que tuvo que vivir lo que se le presentaba, sin pensar que el tiempo iba pasando. Llega a terapia porque su padre, con el cual vivía acaba de fallecer y no sabe como organizarse. En forma paulatina fue enfrentando ese duelo por el único familiar que tenía cerca, sus hermanos viven en otro país. Ahora que está retirada dice que se puede dar el lujo de escoger aquello que desea hacer. Relata de una casa que ha construido en un pequeño pueblo de México, en sociedad con una muy buena amiga, a quién ella llama mi "hermana escogida". Dice que ella y su amiga Clara, tienen historias de vida semejantes, tienen enfoques de vida similares y ahora que las dos están

mayores y sin familia, decidieron adoptarse mutuamente y poder vivir acompañadas, reducen gastos económicos y también evitan la soledad.

Ha empezado a trabajar en una comunidad cercana y da clases de inglés a niños. Cobra una módica cantidad por clase, y si hay algún chico que quiere estudiar y no tiene medios para hacerlo, ella lo beca. Por otro lado participa en diferentes actividades de beneficio social y comenta que le falta tiempo para todo lo que quisiera hacer. Le gusta trabajar con niños y con personas de la tercera edad, y comenta que es un grupo de gente "menos acelerados y ansiosos" que los jóvenes. Los trabajos que puedo cobrar, los cobro, ya que necesito proveerme para mi vejez. Le gusta mucho lo que ha empezado a hacer y no siente el vacío por no tener familia sanguínea con quien convivir en su cotidianeidad. .

He aprendido a sustituir lo que no me tocó y me la paso muy bien. He aprendido que tengo que actuar lo que deseo y no esperarme a que me caigan las cosas del cielo, muchas personas me han dicho que soy muy dura pero la verdad es que he aprendido a llevar a cabo lo que me propongo, para que no se me pase el tiempo que todavía me queda de vida. He roto con esa imagen mía anterior, que estaba dispuesta a hacer todo por los demás sin pensar en lo que me convenía más. Antes de la terapia, esperaba que todos me aceptaran y ahora me doy cuenta que "no todos son capaces de oler mis flores" por lo que espero menos de los demás y aprecio lo que recibo. La verdad es que soy privilegiada, porque recibo bastante más de lo que doy. Disfruto la música, las lecturas y los paseos por el bosque. He adoptado "familias sustitutas" a falta de una propia. He aprendido a recorrer en mi camino la soledad que me toca... Carolina ha aprendido a valorar su tiempo y les da un significado importante a todas sus actividades, se le ve tranquila y contenta con su vida, aunque como ella dice también hay ocasiones en que está triste y se deprime un poco.

Se abren una gama de necesidades espirituales a satisfacer, más allá de la materialidad y necesidades primarias. Muchas personas que han escuchado a Frankl, hablar de la falta de un sentido de vida, respiran aliviados cuando éste asegura que una

sensación de vacío interior en modo alguno representa un síntoma de enfermedad mental y que debe ser interpretado como un desafío para llenar ese vacío, un desafío al cual únicamente puede responder el ser humano. "Sólo los hombres o mujeres pueden experimentar la ausencia de sentido, pues sólo los humanos son conscientes del sentido".⁵⁸ Este tiene que ser buscado en lo profundo, sin grandes razonamientos y no hay reglas que indiquen la manera de encontrarle sentido a la vida. Por otro lado tenemos que el principal propósito del Zen es romper la red de los conceptos y mantiene que la vida y el sentido de la vida son anteriores al significado; la idea es dejar que la vida llegue sin nombrarla. De esa forma le devolverá a donde usted viva, donde usted sea y no donde sea nombrado....⁵⁹

EL TUNEL ENTRE VEJEZ Y MUERTE EN LA MODERNIDAD.

Paradoja de la modernidad es el hecho de que para el hombre primitivo, el tiempo no tenía sentido, y para el hombre moderno, es la muerte la que no tiene sentido. Max Weber explica esta peculiar angustia de la modernidad diciendo que el campesino de los viejos tiempos moría satisfecho de haber vivido, y por eso, la vida ya le había ofrecido todo y no le quedaba ningún placer o apuro pendiente. En cambio, el hombre civilizado, sumergido en su idea de progreso, no está satisfecho con su vida y sabe que sólo ha tocado una parte mínima de lo que se piensa en forma fantasiosa, que la vida debe ofrecer. Las expectativas son tan grandes, que nunca se les puede cumplir, y la muerte, sin mitos de renacimiento, es algo no deseado.⁶⁰ El punto, es que tanto la vejez como la muerte, llegan aunque no se le desea y los temores que producen no son fácilmente manejables a través de los valores de la modernidad. Muchas veces se dice que el mexicano juega con la muerte, sin embargo esto sucede en aquellos tan desprotegidos y pobres que morir puede ser una solución a su eterna pobreza. Más allá de ello, esto no quiere decir que se "sepa morir". El ser indiferente ante la muerte no quiere decir haber integrado la vida como parte de la muerte.

⁵⁸ Fabry, Joseph B. LA BUSQUEDA DE SIGNIFICADO. FCE. México, 1984.

⁵⁹ Campbell, Joseph. LOS MITOS. Su impacto en el mundo actual. (En inglés, 1972.) Edit. Kairos, Barcelona 1994

⁶⁰ Bartra, Roger. LA JAULA DE LA MELANCOLIA. Identidad y Metamorfosis del Mexicano. Edit. Grijalbo, México, 1987.

Bartra sostiene que la "indiferencia ante la muerte del mexicano", es una leyenda que nace en el desprecio de los poderosos por la vida de los trabajadores y la fatalidad religiosa que auspicia la vida miserable. Al mismo tiempo que confirma esta mentira, menciona a Artraud quien escribió que el alma mexicana es capaz de desencadenar antiguas fuerzas naturales que pueden regenerar al hombre moderno, cuyo espíritu se ha podrido por obra de la "superstición del progreso". México, igual que otras culturas arcaicas poseen un legado de los antiguos mexicanos, que consideraban al universo como un todo y permite ver la continuidad entre vida y muerte. Este puede ilustrar el hecho de que mitos y ritos arcaicos están resucitando por doquier.

La convicción del hombre de continuar su vida es uno de los anhelos universales del ser humano y tanto los ritos del luto como la conducta ritual inmediata a la muerte, permite un cierto consuelo. La creencia en la inmortalidad, en la continuación de la vida en el mundo del más allá, puede considerarse como protocolo de una acto de fe.⁶¹ Muchas personas que siguen rituales religiosos para acompañar a sus muertos, lo hacen como costumbre, pero no creen en la vida eterna que marcan esos mismos rituales. Entre los entrevistados, fueron muy pocos lo que tenían ese consuelo para sí y para sus familiares.

El aceptar y entender un poco el miedo a la muerte no contradice la posibilidad de darle un sentido de vida a la vejez, pero es importante darse cuenta que detrás de todo anciano, contento o triste, creativo o no, está el final tan temido, que ante la falta de simbolización, se acrecienta. Desconocido, la muerte. Rosaura tiene 88 años, y a últimas fechas se ha sentido con problemas de salud y sus hijas, comentaron que ante cualquier gripa o pequeño malestar, ella se aterra porque cree que su muerte se acerca. Sus hijos la catalogan como una mujer religiosa, y sin embargo en este momento crucial, ella confiesa que no se siente con la fe necesaria para creer en el "mundo venidero".

⁶¹ Malinowsky, B. MAGIA, CIENCIA, RELIGION. Edit. Ariel, España 1974. Pg. 58

La secularización que se vive en la modernidad, permea a toda la población y tiene efectos aún en personas que se reconocen como creyentes. Elena, tenía 86 años y estaba delicada de salud, se esperaba su final pronto. Sus hijos y nietos estaban consternados ante esta situación y ella lo notaba; en una ocasión en que gran parte de su familia estaba con ella les dijo: *"no deben preocuparse, ni estar tristes por mí... Dios ha sido benévolo conmigo, me ha permitido estar con ustedes a lo largo de mi vida. He tenido una vida llena de satisfacciones, con más alegrías que tristezas, he tenido la dicha de ver crecer hijos, nietos y biznietos, y el momento de retirarme de este mundo, está llegando.... Mi misión parece estar finalizando y ahora me preparo para ese camino que me lleva a otra forma de vida...."* Los familiares decían que su rostro reflejaba paz y tranquilidad.... Este tipo de relatos que no tienen una comprobación científica, se escucha con frecuencia.

Esto nos lleva a tratar de comprender un poco, siguiendo a Durkheim, la idea del alma como noción cardinal. Esta se apoya en la idea de que el hombre lleva una doble vida: en estado de vela, y en el sueño. El alma no es un espíritu, ya que está ligada a un cuerpo del que no sale más que excepcionalmente. (Aunque Durkheim da una explicación de la religión desde fuera, y en la que no concuerdo, me parece correcta su definición del alma.) Así, la muerte no se distingue de un prolongado desvanecimiento o de un sueño alargado en el tiempo. Es una separación del alma y del cuerpo, similar a la que sucede todas las noches al dormir, aunque con mayor duración de tiempo. (Esta es una forma de verlo en varias religiones.) Este proceso es hecho en soledad y sin el apoyo de nadie, más que uno mismo y sus creencias. El poeta Rilke lo enuncia al escribir: "Pues lo que hace falta es sólo esto: soledad, gran soledad interior. Ir-hacia-sí, y durante horas no encontrar a nadie; He ahí lo que hay que lograr. Estar solo es bueno, porque la soledad es difícil. Que algo sea difícil, debe ser un motivo más para hacerlo. Soledad serena, maestra de la vida, compañera para la muerte digna".⁶²

⁶² Alizade, Alcira Mariam. LA MUJER SOLA. Edit. Lumen tercer milenio. Argentina, 1998.

Al morir un individuo, su alma abandona el cuerpo en que residía y una vez realizado el duelo, se dirige al país de las almas, este es percibido como un paraíso de diferentes formas: Allí brilla perpetuamente el sol, corren ríos que nunca se secan, y muchas otras panaceas a donde es muy agradable llegar. Al cabo de un cierto tiempo, vuelve de nuevo a encarnarse y son estas reencarnaciones las que dan lugar a las concepciones y a los nacimientos. Cuando el cuerpo ya ha sido destruido, la separación es definitiva, lo cual resulta en un conjunto de espíritus desligados del organismo, que forman una población de almas. Estas son favorables o desfavorables en el mundo de los vivos, apreciados o temidos. Toman su fuerza después de la muerte, por lo que el culto a los muertos, a las almas, a los ancestros, es el primer culto de la humanidad. Es importante recordar, que los primeros ritos son los mortuorios, y los primeros sacrificios, son ofrendas alimenticias destinadas a satisfacer las necesidades de los difuntos. Tiene destellos de la divinidad y pertenece al mundo de lo sagrado; y con esto la muerte se convierte en sagrada cambiando completamente el significado de la muerte para quienes tienen esas creencias.⁶³ Es esperanzador pensar que la muerte no acaba con un proceso sino que marca un camino diferente, trascendente.

En México y en otros países, se han marcado ciertos días para recordar a los muertos, y los rituales que se llevan son una explicación de la conexión que se quiere preservar entre el mundo de los vivos y el de los muertos para amainar el temor ante la incertidumbre del "más allá". Hoy, para muchos la muerte es vivida como castigo y "este castigo empieza con la vejez". Estos rituales hechos con devoción dan continuidad a la vida y producen paz y armonía en aquellos que tiene fe; funciona tanto para pensar en los que ya se fueron como en el propio viaje que se emprenderá en un momento dado.

Los panteones para casi todos los seres humanos son lugares sagrados que se respetan aunque no se comprenda el porqué y tienen un significado que va más allá de los asuntos terrenales. Muchas personas han reportado que la entrada al panteón, les produce sensaciones extrañas y no entienden la causa.

⁶³ Durkheim, Emile.. LAS FORMAS ELEMENTALES DE LA VIDA RELIGIOSA. (1912.) Edit. Diálogo, México, 1995.

"El alma es lo mejor y más profundo que hay en nosotros, la parte eminente de nuestro ser, y no obstante es también un huésped que viene de paso, que vive en nosotros una existencia distinta de la del cuerpo y que algún día va a recobrar su independencia"⁶⁴ En algunas tribus, los muertos conservan un espacio físico en la vida de sus allegados, se conservan algunos de sus partes como cabellos o huesos, a causa de las virtudes especiales ligadas a ellos dentro de la casa y se les venera de forma especial.

Durkheim continúa diciendo que las diferentes concepciones del alma, no son lógicas y sólo se comprenden como parte de una cosmovisión determinada particularmente de sociedades agrícolas, y es difícil traducir esos conceptos para el entendimiento de los mismos en forma racional. La cultura occidental se halla profundamente comprometida con lo que Mahoney denomina "mito de la supremacía racional" que se puede sintetizar a través de las premisas de que el pensamiento y el razonamiento pueden controlar o guiar la propia vida; De que el pensamiento irracional es disfuncional y que un proceso terapéutico implica la corrección de creencias irracionales.

Esta creencia internalizada desde la supremacía racional implica la idea fantaseada de que la vida debe ser consistente y bien organizada, y cuando no lo es, se supone psicopatología de un tipo y otro y se buscan explicación y justificaciones en términos del individuo, de la familia o del contexto. Sin embargo cada vez los terapeutas van admitiendo que la gente "normal" es todo menos consistente y que se opera de modo racional, sólo en un muy reducido porcentaje del tiempo. Cuando la racionalidad se ha sobre- puesto a la parte intuitiva, "irracional" o "religiosa" del ser humano, ha destruido las posibilidades de una muerte tranquila; se provoca un anhelo de "aprovechar el tiempo", tiempo que se acorta irreversiblemente en la vejez. Una gran cantidad de bienes materiales no proporcionan el alivio que se requiere para recorrer el túnel entre la vida y la muerte.

⁶⁴ Durkheim Emile, LAS FORMAS ELEMENTALES DE LA VIDA RELIGIOSA, pg. 233
ef

De alguna manera se puede conectar esa descripción del alma con el "si-mismo" de Jung, y la búsqueda de sentido de Victor Frankl. Freud fue un pionero en el campo de la psicoterapia con aspectos auténticamente geniales que actuó dentro del espíritu de su tiempo, tanto en el aspecto material como sexual de su cultura victoriana, sus concepciones se apoyaron también en un modelo mecánico. Interpretó el sentido de los síntomas neuróticos, sin tomar en cuenta la vida del alma, toda una dimensión del ser psíquico.

Esto permitió que tanto Jung como Frankl, observaran que por encima de lo instintivo inconsciente, también existe un inconsciente espiritual. Jung se atrevió a definir la neurosis como "el sufrimiento del alma que no ha encontrado su sentido"⁶⁵ Frankl explica la génesis del vacío existencial diciendo que contrariamente al animal, el hombre carece de instintos que le digan lo que tiene que hacer y a diferencia de los hombres del pasado, el hombre actual ya no tiene tradiciones que le digan que debe hacer, y muchas veces ni siquiera sabe que quiere, en el fondo. Entonces sólo quiere lo que los demás hacen (¡conformismo!), O lo que los otros quieren de él (¡totalitarismo!).⁶⁶

En las sociedades modernas esta parte humana es ignorada por la racionalidad y la ciencia, robándole al ser humano toda posibilidad espiritual de transformación, necesaria a lo largo de la vida y más imprescindible aún para transitar por el final de la vida. Incluso muchas de las personas que se declaran como religiosas, han perdido esta capacidad y sus rituales están vacíos de significado transformador. Los efectos de la racionalidad y científicidad excesivas se dejan ver por todos lados. Sergio, 73 años, es un hombre que reza y cumple con muchos rituales de su religión, la judía. Sin embargo, el mismo confiesa que lo hace mecánicamente ya que fue educado en eso y no se atreve a dejar de hacerlo. Comentó que envidia profundamente a su hermano, 3 años menor que reza con fervor y sentimiento junto a él, todas las mañanas. Ambos

⁶⁵ Frankl, Victor E. ANTE EL VACIO EXISTENCIAL Hacia una humanización de la psicoterapia. Edit. Herder. Barcelona, 1990. Pg. 45

han tenido discusiones al respecto y la manera en que cada uno se acerca a sus rituales ha marcado la diferencia en los efectos obtenidos.

Se sostiene que el enajenamiento que conlleva la pérdida del si-mismo, del sentido de la vida, provoca un malestar individual y social. Muchos de los viejos con los cuales se ha trabajado, la han perdido o nunca lo tuvieron; algunos hablan de ella con burla y otros con nostalgia. Por otro lado, la educación actual "moderna", ni siquiera la ve como un elemento formativo adecuado. Como decía Alan Watts es importante combinar la psicoterapia del este con la del oeste para integrar la parte científica con la espiritual. Sistemas espirituales tales como el Budismo y el Taoísmo, no muestran un material de carácter filosófico ni religioso en el sentido occidental, sino que se aproxima más a la psicoterapia; es una manera de aprender a fluir con la vida sin estar todo el tiempo luchando contra ella.⁶⁷

El budismo describe la manera que tienen los seres humanos de aferrarse a las experiencias placenteras y rechazar las displacenteras. Este proceso se basa en la errónea creencia de que en la vida hay permanencia, y de que los seres humanos tienen un sí mismo coherente y permanente al que se pueden aferrar. Se vive en la ilusión de que se pueden evitar las dificultades y el dolor en casi todos los aspectos de la vida. Se persigue lo placentero a través de las posesiones y las relaciones. No se habla de la muerte y de la vejez por no querer asumir ese sufrimiento al que todo ser humano deberá llegar.⁶⁸

Manuel tiene 68 años y es un hombre que siempre estuvo buscando el éxito siguiendo los patrones que la sociedad ha marcado como adecuados. Dejó su profesión como investigador y profesor universitario a los 39 años porque necesitaba "hacer más dinero" y en esa ardua carrera se alejó de su mujer ya que no supo darle la atención afectiva necesaria. Esta se refugió en sus hijos, hasta que decidió separarse

⁶⁶ Frankl, Victor. Idem 35. Pg. 11

⁶⁷ Watts, Alan. PSICOTERAPIA DEL ESTE PSICOTERAPIA DEL OESTA. Edit. Kairos, Barcelona 1973.

⁶⁸ Lax, William D. NARRATIVA, CONSTRUCCIONISMO SOCIAL Y BUDISMO. En. Packman Marcelo, (compilador) CONSTRUCCIONES DE LA EXPERIENCIA HUMANA. Edit. Gedisa, Barcelona 1997.

físicamente ya que los estaban anímicamente. Manuel, más tarde a los 58 años, tuvo que enfrentar un divorcio y este le abrió el camino para romper con ese estilo de vida que tanto daño interno le había hecho sin darse cuenta de ello. Ahora ha retomado su profesión, tiene una cátedra en una Universidad cercana a su casa y ha logrado disfrutar aquello que el mismo confiesa "nunca debí abandonar". Sus alumnos lo quieren mucho y él dice: he dejado de querer ser lo que no soy.... Ojalá y pueda llegar al final de mi vida, satisfecho con lo que he podido sacar de mí mismo.... Se ha acercado a la religión en la que nació y abandonó por mucho tiempo, y siempre encuentra lecciones éticas que practica en su cotidianidad y posteriormente enseña a sus alumnos. Ha adquirido serenidad y habla suavemente, con un tono agradable. *"Ahora, siempre me encuentro sereno...." Esto no quiere decir que no tengo conflictos pero ya no tengo que probarle nada a nadie y empiezo a visualizar mi muerte.... Tengo amigos queridos y ocasionalmente visito a mi nieto, a quien espero orientar un poco para que pueda beneficiarse con aquellos principios religiosos y éticos que yo abandoné por no coincidir con lo que fue mi proyecto de vida por muchos años. Han sido varias muertes que he enfrentado pero he logrado renacer, ahora sé que la muerte definitiva está por llegar, creo que será un paso hacia algo que desconozco, pero existe....*

La gran mayoría de las personas que se entrevistaron, tanto en forma de entrevistas personales como procesos terapéuticos o en grupos no tenían una visión espiritual o religiosa, sino que se quedaban atorados en los distintos valores de la modernidad: éxito, prestigio, propiedades, juventud al precio que sea, etc. Se encontró que muchas mujeres mayores de 60 años, piensan que operándose las arrugas, van a encontrar un nuevo sentido a su vida, y muchas piensan aún que esa es una nueva posibilidad para encontrar "al príncipe azul". Esto coincide con el hecho de que se valora la belleza física sin tomar en cuenta la belleza espiritual. Sin embargo el resurgimiento de las religiones, parece ser una puerta de entrada para la construcción futura de una nueva cultura religiosa que integre la razón y la religión sintéticamente.

También se puede decir que cada vez son más las personas que con el objeto de encontrar un poco de paz interna en este mundo de desasosiego voltean la cara tanto a las religiones occidentales como las orientales, aunque no en forma total y absoluta y es aquí donde, el Oriente puede venir en socorro del Occidente, si éste quiere, no para imponerle concepciones que le son extrañas, sino para ayudarle a reencontrar su propia tradición, cuyo sentido ha perdido. La antítesis entre Oriente y Occidente, en el estado presente de las cosas, consiste en que el Oriente mantiene la superioridad de la contemplación sobre la acción, mientras que el Occidente moderno afirma por el contrario la superioridad de la acción sobre la contemplación.⁶⁹ Parece ser que ahora ya existen más "permisos sociales" para reflexionar sobre la espiritualidad y la religión, que se promueve la importancia del "ser" y no solamente la de "tener".

La tercera edad y cuarta edad, la vejez, la edad madura, la añosidad, la edad de la experiencia y sabiduría, (todo se refiere a lo mismo), en ocasiones puede ser un buen momento para pasar de la acción ansiosa e ilimitada a un proceso de contemplación. Guénón define el carácter de la época moderna, como una necesidad de agitación incesante, de cambio continuo, de velocidad creciente como aquella a la que se desarrollan los acontecimientos. Es la dispersión en una multiplicidad que no está unificada por ningún principio superior, es una disgregación de la actividad humana en todos los órdenes en que se ejerce y de la inaptitud para la síntesis que da lugar a la falta de concentración tan chocante a los ojos de los orientales. La edad de la sabiduría puede permitirse romper con esa constante hiperactividad y dar un espacio para la tranquilidad interior tan anhelada.

Es importante volver a remarcar que no se pretende aquí sugerir el camino a escoger, ya que las opciones que se pueden presentar son individuales. Lo que me importa es destacar la necesidad que existe de revitalizar el espíritu, tan bloqueado y manipulado. Hay muchas maneras de alimentar esa parte interna del ser humano y su intensidad también varía. Se pudo ver que cada uno de nuestros viejitos y viejitas

⁶⁹ Guénón, Rene. LA CRISIS DEL MUNDO MODERNO. Edic. Obelisco, Barcelona, 1988
ef

entrevistados, tuvo su manera particular de hacer las cosas; las aspiraciones y posibilidades varían. No todos pueden realizar un viaje como el que realizó Jung o hacer cambios drásticos en sus estilos de vida. No todas las personas pueden alcanzar la misma profundidad, ni la necesitan, pero lo importante es poderse colocar en algún lugar para cambiar la perspectiva; romper con las imágenes peyorativas que convierten la vejez en desesperación y abrir-se para conseguir la sabiduría que dará armonía al proceso de vida hacia la muerte, disfrutando lo disfrutable y aceptando lo "inaceptable". Algunos viejos y viejas han logrado renovar-se para conseguir ser más auténticos que antes y enfilar su vida con potencialidades que han tenido escondidas; sin embargo, han aceptado que este proceso final de esta vida, (si es que se cree que existen otras) no es sino el camino hacia la muerte, años antes o años después. Lucía platicaba con una buena amiga, en el entierro de su madre y le dijo: *sabemos que solamente es una transformación y que la eternidad existe. Estoy contenta de que haya dejado de sufrir, ya que estaba muy enferma y ahora inicia un nuevo camino.*

La muerte en muchos sentidos, no solamente desde el punto de visto orgánico implica un final. Esto puede significar la muerte de etapas anteriores, de puertas que se cierran para abrirse nuevamente pero en otras direcciones y hacia nuevas posibilidades; no estaría de más inventar nuevos ritos de iniciación, o retomar los existentes, para celebrar esta etapa de la vida

La vejez es una posibilidad individual y única, pero no hay que olvidar que se da en un contexto familiar y social. Así, cada viejo es influido por su familia y la influye al mismo tiempo. Mucho del trabajo llevado a cabo, no ha sido solamente con los sujetos añosos, sino con aquellos que están cerca de ellos, y de los cuales muchas veces dependen. Muchos de nuestros entrevistados, sentían vergüenza ante sus familiares al hablar de todo esto que les había dado una sabiduría especial y que era la fuente de la integración de su pasado, su presente y su futuro. Muchos hijos, se enteraron de lo que sus padres pensaban de la espiritualidad en el consultorio, ya que éstos no se atrevían a hablarles por temor a ser juzgados como locos o anticuados. Algunas familias se escandalizaban cuando se hablaba de la muerte como parte de la vida y del predominio

de la espiritualización sobre la materialización. Una meta importante es la de encontrar un punto intermedio que permita aprovechar los grandes adelantos de la modernidad y la tecnología, para combinarlos con la belleza interna de los seres humanos.

El mundo occidental, pese a sus numerosas diferencias encarnadas en su población en general y en forma particular en las culturas locales, dio importancia a ciertas concepciones privilegiadas para la interacción social e individual. Sin embargo desde hace algunos pocos años, se empezó a prestar atención a ciertas ideas y prácticas que habían sido marginales. La psicoterapia igual que las ciencias sociales, en ocasiones ha aceptado estas nuevas formas para integrar al ser humano; el hecho de que un profesional de la salud mental tenga esta nueva forma de pensamiento, no quiere decir que la va a transmitir a todos sus clientes, pero si garantiza que aquellos que la pueden adoptar, van a ser apoyados; no como antaño que eran juzgados ante la manifestación de cosmovisiones que no correspondían con la racionalidad. Esta forma de pensamiento tampoco es homogénea y ha surgido en unos profesionales; existen muchos otros que no concuerdan con el pensamiento religioso, ni conciben a la espiritualidad de los seres humanos como una cualidad inherente al ser humano que tenga que ser especialmente cultivada. Es importante abrir la práctica de la terapia familiar a la espiritualidad y explorar las creencias y prácticas que han contribuido al crecimiento de los pacientes; aquellas experiencias que han sido recursos para la recuperación y transformación emocional.⁷⁰ Son personales y han sido vividas tanto fuera como dentro de las religiones institucionales. Esta forma de pensamiento permite aceptar con humildad la falta de control que tiene el ser humano sobre el universo y sobre cierta parte de su existencia. Se puede aprender a fluir con la vida, aunque lo que esta nos presenta no sea tan agradable. Implica la aceptación de lo irreversible e irreparable y saber aquello que puede cambiar y lo que no puede cambiar.

El siglo ha terminado, y es importante marcar que en los últimos cien años han habido cambios apreciables en el mundo en todos las áreas del saber y vivir humanos. La ciencia y la tecnología, la filosofía y la religión, las formas de familia y los

⁷⁰ Walsh, Froma. SPIRITUAL RESOURCES Y FAMILY THERAPY. Edit. Guilford Press, New York, 1999.
ef

grupos sociales, han sufrido grandes transformaciones y la vejez como muchos otros fenómenos sociales han producido enfoques variados para su observación y análisis. Es posible hacer nuevas integraciones y comprensiones de fenómenos que son viejos y nuevos al mismo tiempo. Insisto no se trata de asumir una sola forma de ver el mundo sino integrar lo viejo y lo nuevo para producir nuevas maneras más democráticas y respetuosas para recorrer el camino de la vida.

CONCLUSIONES.

Las entrevistas que se realizaron fueron hechas a personas que pertenecen a un estrato social medio y que viven en la ciudad de México en 1999; nacieron entre 1910 y 1938, más o menos, en un mundo diferente al que estamos viviendo actualmente. El siglo XX ha sido testigo de grandes cambios y podemos citar algunos que tienen relación con el envejecimiento de la población.

- Crecimiento demográfico inusitado e incremento de varios años en la esperanza de vida.
- Participación y presencia más notoria de las mujeres en la historia de la humanidad.
- Un incremento en el desarrollo científico y tecnológico que fomenta la racionalización como valor determinante en detrimento de la intuición, los sentimientos y los afectos.
- Se anteponen las necesidades materiales a las espirituales; se otorga mayor valor a la belleza externa y física sobre la interioridad de los seres humanos. Por lo que tenemos una cultura pobre en imágenes positivas respecto a la vejez, propia y de los demás.
- Existen muchos prejuicios que marcan en forma peyorativa a los viejos y viejas.
- Este proceso de insatisfacción creciente producido por la maquinaria económica, tiene efectos particulares en el momento en que se cruza el umbral de la tercera y cuarta edad. Se percibe que la vida está por terminar y un malestar interno crece dentro de ellos.
- Surgen sentimientos de soledad, miedo, enojo, tristeza al concebir cambios importantes en su cuerpo y mente, los cuales son por supuesto acompañados por el temor a la muerte.
- La vejez y la muerte en la época actual, tienen que ser vividos en forma individual y aislada, sin los recursos mitológicos que proporcionaban apoyo.
- En algunos casos surgieron capacidades humanas reprimidas que les permitieron hacer una viraje hacia su interior. Pudieron escuchar una voz interior que los

conectó con sus "héroes interiores". Fue una guía sabia que facilitó la aventura de esta nueva etapa. De una u otra manera tocaron "el centro" de sí mismos.

- La religión es un tema que inquieta a algunos de nuestros entrevistados.
- Se observó que hay muchos caminos y cada cual escoge el propio. Ese "viaje al centro", implica un nivel de profundidad que no sirve para todos por igual. No todos tienen necesidad, deseo o posibilidades de hacerlo.
- Poner palabras e instrumentar acciones para erradicar ese malestar interno implica asumir el riesgo de correr una aventura que no tiene dirección fija ni segura.
- Existen diferencias importantes entre la tercera edad y la cuarta edad. La vejez en la época actual, puede durar hasta 30 años.
- La vejez no es una enfermedad y hay que distinguirlas claramente. Atender una enfermedad tiene características diferentes que atender la vejez. Sin embargo, se percibe un temor hacia la dependencia por enfermedades irreversibles.
- El ejercicio y una alimentación adecuada pueden ser elementos para tener una vejez equilibrada. Los viejos y viejas que han emprendido este camino manifestaron sentirse mejor.
- La vejez puede ser una etapa de sabiduría e integración que se traduzca en armonía, o de gran desesperación que aumenta conforme pasa el tiempo y aleja a los individuos de sí mismos. La sabiduría pertenece más a la vejez que a la juventud. Sin embargo, no todos los viejos y viejas son sabios.
- Se pudo comprobar que existen diferentes grados de concientización y que las búsquedas no son las mismas para todos los viejos y viejas. Hay quien persigue un reacomodo en su vida y otros más requieren de "alimento" más fuerte para el alma. Ambas posiciones son válidas y se contraponen con una tercera, de aquellos y aquellas que permanecen estáticos sin querer "aceptar" que el tiempo ha pasado y las formas de vida tienen que adaptarse a nuevas situaciones.
- El paso a la "tercera edad" tiene más relación con el mundo económico y laboral que con el proceso biológico y psicológico "per-se", aunque en ocasiones coincide. Este pasaje queda marcado por una etapa precedente de "vida activa", en donde lo útil y creativo tiene valor económico únicamente. La identidad de los sujetos se vacía de sentido.

- Muchos de los roles culturales marcados para las mujeres han probado ser más útiles en esta etapa de la vida que los marcados para la construcción de la identidad de los varones.
- Este proceso que la sociedad marca como el tránsito de una vida de trabajo a la vejez, equivale a la pérdida de una posición en el mercado de trabajo y se combina con una imagen social que margina a las personas de esta edad.
- No existe ningún rito de pasaje que tenga relación con el sí-mismo por lo que las personas se sienten vacías e inútiles. Por tanto es necesario adquirir nuevos hábitos y costumbres que permitan una reestructuración del estilo de vida.
- Comprobé que la espiritualidad en algunas de las personas, les permitió llenar su vacío interior y dar un nuevo sentido a su vida. Escuchar su "voz interior" les permitió diferenciar entre sus preferencias individuales, auténticas, y las "necesidades culturales."
- Algunos entrevistados mostraron una necesidad espiritual, para sustituir a ese Dios que la ciencia se llevó. Sin embargo existe confusión en como emprender esa búsqueda. Se percibió una gran necesidad de ritos y mitos instauradores de unidad y armonía interna. Una re-ligación con lo sagrado, aunque no hay claridad del camino a seguir.
- Las tradiciones y mitos que se veían como restos de pasado han resurgido de diferentes maneras en muchos viejos y viejas. Se han podido observar la creación de nuevas formas de sensibilidad religiosa y el resurgimiento de viejas formas en un momento social en que los horizontes parecen cerrarse. Todas las personas que han asumido estos cambios, muestran un mayor equilibrio en su vida y la disminución de su malestar interno.
- Se pudo observar, en algunas personas, una gran fuerza interna para abandonar "lo seguro" y adquirir costumbres y hábitos diferentes necesarios en esta nueva etapa de la vida. Se atrevieron a cruzar ese umbral que los convirtió en "héroes" de sus propias vidas.
- Este proceso no tiene que ver con una voluntad consciente; fue un proceso reflexivo que permitió aflorar aquellas partes del yo inconsciente aplastadas por la cultura industrial de finales del milenio. Fuerzas que surgen, no se les busca.

- La vejez también implica aceptar las pérdidas que nos han convertido en los que somos; el dolor y la tristeza también son posibilidades de maduración interna.
- Los viejos y viejas que dan el cambio no lo presumen sino que los convierten en un nuevo estilo de vida. Lograron un nuevo proceso de maduración interna.
- Los vínculos disfuncionales entre padres e hijos pueden recrudecerse en la vejez y esto se convierte un gran dolor que invade a la familia.
- Muchos hijos se muestran sorprendidos, positiva o negativamente, antes las nuevas actitudes de vida de sus padres; en ocasiones los quieren cambiar.
- Se comprobó que la vejez es una continuación de la vida anterior y que puede ser planeada, aunque hay heridas difíciles de restaurar. Sin embargo, también se pudo ver que a cualquier edad se pueden hacer cambios y esto contradice una creencia general de que "los viejos no cambian",
- Algunos viejos y viejas manifestaron que es más fácil el cambio en la tercera edad, ya que los compromisos con el mundo exterior, el mundo familiar y el del trabajo han disminuido. Se puede adquirir mayor libertad para moverse. El "status social" atrapa más a la juventud que a la vejez.
- El trabajo voluntario, no remunerado, fue considerado como una fuente importante de alimentación espiritual. Las personas que los llevan a cabo, se sienten útiles y lograron aceptar un pago diferente al económico por su trabajo.
- Los viejos y viejas con los cuales se trabajó, lograron un reacomodo en su vida. Tuvieron que romper con creencias, hábitos y costumbres. Algunos han tenido que aceptar vivir sin los hijos y hacer una vida propia a edades avanzadas. Hay otros que han roto el tabú del asilo, y lo convirtieron en un hogar más acogedor que el que tendrían si estuvieran solos.
- Se han atrevido a cambiar premisas como aquellas de que "no hay que perder el tiempo", "el tiempo es dinero", "el único pago correcto es el económico".
- Han asumido con dignidad sus cambios físicos, sus arrugas y sus canas.
- Se han atrevido a tomar clases y cursos que ponen a prueba sus nuevas capacidades. Muchos han establecido que la vejez es una etapa de creación y caminos nuevos. Han sabido aprovechar las nuevas instituciones sociales.

- Algunos de nuestros viejos y viejas de finales del milenio, han colocado a la vejez en un lugar social diferente y pueden ser vistos como ejemplo para las nuevas generaciones.

Estos procesos personales y privados, son al mismo tiempo públicos. La crisis ecológica del mundo actual pone de relieve las relaciones entre actividades personales y problemas del planeta. Un conjunto de procesos individuales de toma de decisión, está en condiciones de producir nuevas formas de convivencia y socialización. Las decisiones personales afectan las creencias universales y unos pocos viejos y viejas que se asumen con dignidad están promoviendo una cultura de la vejez diferente. Se puede decir que para muchos jóvenes y profesionales de la salud, esas vidas que están llevando a cabo muchos viejos y viejas, están cambiando la imagen peyorativa que se tiene acerca de esa etapa de vida, inevitable para quien vive muchos años.

En conjunto, las personas con las cuales se trabajó, como muestra de este sector poblacional, pudieron establecer nuevos planteamientos de la vejez. Se pudo ver que muchos dieron un nuevo sentido a su vida, en edades "tardías". El camino que han escogido muchos de los viejos y viejas implica un proceso de abandono de la acumulación económica para sustituirla por el crecimiento personal. Muchos han mostrado dificultad en cambiar sus creencias y formas de vida, pero muchos otros decidieron hacer un nuevo viaje en un momento de vida que pudieron entre aquello que se hace por gusto y lo que se hace por obligación. A lo mejor estos cambios no producen grandes ganancias económicas a las industrias, pero si producen sabiduría de vida que puede ser transmitida a las nuevas generaciones.

Los viejos y viejas que se entrevistaron mostraron que tienen muchas cosas que enseñar a la juventud y que sus valores de vida pueden ser tomados en cuenta en un momento de la historia de la humanidad en que la violencia invade todas las áreas de la vida social y familiar.

BIBLIOGRAFIA.

- Adorno y Horkheimer, DIALECTICA DEL ILUMINISMO. Edit. Trotta, Madrid 1994.
- Adamson Hoebel, LA NATURALEZA DE LA CULTURA en HOMBRE CULTURA Y SOCIEDAD. Comp. Harry I. Shapiro. FCE, México 1975.
- Alizade, Alcira Mariam. LA MUJER SOLA. Ensayo sobre la dama andante en Occidente. Edit. Lumen Tercer Milenio. Argentina, 1998.
- Aponte, H.J.FAMILY THERAPY TRAINNING IN STRUCTURAL FAMILY THERAPY. Journal of Marital and Family Therapy. 1992,Vol 3.
- Beauvoir, Simone. LA VEJEZ. Edit. Hermes, México 1980.
- Beauvoir S. EL SEGUNDO SEXO. T.I y II. Alianza Edit. México, 1989.
- Bateson, Gregory. PASOS HACIA UNA ECOLOGIA DE LA MENTE. Edic. Carlos Iohlé, México, 1977
- Bartra, Roger. LA JAULA DE LA MELANCOLIA. Identidad y metamorfosis del Mexicano, Edit. Grijalbo, México, 1987.
- Benjamin, Walter. "PARA UNA CRITICA DE LA VIOLENCIA". Premia Editora, México, 1982.
- Benjamin, Walter. "POESIA Y CAPITALISMO" Iluminaciones. Taurus Ediciones, España, 1980.
- Berman, Phillip. Y Goldman C. THE AGELESS SPIRIT. Reflections on living life to the fullest in our later years. Ballantine Books, New York, 1992.
- Bourdieu, Pierre. RESPUESTAS. POR UNA ANTROPOLOGIA REFLEXIVA. Edit. Grijalbo, México 1995.
- Bourdieu, Pierre. DISTINCTION. Cambridge, Mass. Harvard University Press, 1986.
- Bobbio, Norberto. DE SENECTUTE. Edit. Taurus, Madrid, 1995.
- Bost, Millner Nancy. CREATIVE AGING. Discovering the unexpected joys of later life through personality type. Davies-Black Publishing, California 1998.
- Campbells, Joseph. EL HEROE DE LAS MIL CARAS. Psicoanálisis del Mito. FCE, México 1984.

Campbell, Joseph. LOS MITOS. Su impacto en el mundo actual. Edit. Kairos, España 1994

Campbell, Joseph. LAS HUELLAS DE LA EXPERIENCIA, en LAS MASCARAS DE DIOS. T. I. Mitología Primitiva, Alianza Edit. Madrid 1991.

Camdessus B, Bonjean, y Spector. CRISIS FAMILIARES Y ANCIANIDAD. Paidós, Terapia Familiar, España, 1995

Calinescu, Matei. CINCO CARAS DE LA MODERNIDAD. Edit. Tecnos, Madrid, 1986.

Canetti, Elías. "MASA Y PODER". Muchnik Editores, España 1982

Cazés Daniel. DIMENSION SOCIAL DEL GENERO. Posibilidades de vida para mujeres y hombres en el patriarcado. Edit. Por CONAPO.

.Casullo, N. Compilador. "EL DEBATE MODERNIDAD POSMODERNIDAD" Edit. "El Cielo por Asalto". Buenos Aires, 1996.

Capra, Fritjof. EL PUNTO CRUCIAL. Edit. Rutas del Viento. Barcelona, 1985.

Cassirer, Ernst. ANTROPOLOGIA FILOSOFICA. FCE. México, 1997.

Durkheim, Emile. LAS FORMAS ELEMENTALES DE LA VIDA RELIGIOSA. (1912) Edit. Dialogo, México 1995.

Durand, Gilbert. LA IMAGINACION SIMBOLICA. Amorrortu Edit. Buenos Aires, 1968.

Eliade, Mircea. MITO Y REALIDAD. Alianza Edit. España, 1984.

Eliade, Mircea. TRATADO DE HISTORIA DE LAS RELIGIONES. Edit. Era, México, 1984.

Eliade, Mircea. EL MITO DEL ETERNO RETORNO. Alianza Edit. Madrid, 1979.

Eisler, Riane. EL CALIZ Y LA ESPADA. Edit. Cuatro Vientos. Chile, 1990.

Erickson, E. EL CICLO VITAL COMPLETADO, Edit. Paidós, Argentina 1985.

Elkaim, Mony. LA TERAPIA FAMILIAR EN TRANSFORMACION. Edit. Paidós, Barcelona, 1998.

Fabry, Joseph. LA BUSQUEDA DEL SIGNIFICADO. FCE. México, 1984.

Falicov, Celia J. FAMILY TRANSITIONS. Continuity & Change over the life cycle. The Guilford Press. New York, 1988.

Ferguson, Marilyn. LA CONSPIRACIÓN DE ACUARIO. Transformaciones personales y sociales en este fin de siglo. Edit. Kairos, Barcelona 1985.

Frankl, Viktor. ANTE EL VACIO EXISTENCIAL. Hacia una humanización de la Psicoterapia. Edit. Herder, Barcelona 1990.

Frankl, Viktor. PSICOTERAPIA Y HUMANISMO. ¿Tiene un Sentido la Vida? FCE, México 1982.

Frankl, Viktor. LA PRESENCIA IGNORADA DE DIOS. Psicoterapia y Religión. Edit. Herder, Barcelona 1977.

Friedan, B. THE FOUNTAIN OF AGE. Simone & Schuster, New York, 1993.

Freud, Sigmund. EL MALESTAR EN LA CULTURA. Amorrortu Editores.

Foucault, Michel. MICROFISICA DEL PODER. Edit. La Piqueta, Madrid 1992.

Foster, Habermas, Baudrillard y otros. LA POSMODERNIDAD, Edit. Kairos, España 1988.

García Canclini, N. CULTURAS HIBRIDAS. Estrategias para entrar y salir de la modernidad. Edit. Grijalbo, México 1989

Geertz, Clifford, (1973) 1992, LA INTERPRETACION DE LAS CULTURAS, Barcelona, Gedisa.

Geertz, Clifford. CONOCIMIENTO LOCAL. Ensayos sobre la Interpretación de las culturas. Edit. Paidós básica. Barcelona, 1994.

Guénon, Rene. LA CRISIS DEL MUNDO MODERNO. Edic. Obelisco, Barcelona, 1988.

Gergen K. ÉL YO SATURADO. Dilemas de identidad en el mundo contemporáneo. Edit. Paidós, 1992.

Giddens, Anthony. MODERNIDAD E IDENTIDAD DEL YO. Edit. Península, Barcelona 1997.

Giddens, A. LAS CONSECUENCIAS DE LA MODERNIDAD. Cambridge, Polity, 1990.

Laforest, Jacques. INTRODUCCION A LA GERONTOLOGIA. El arte de envejecer. Edit. Herder, Barcelona 1991.

Lagarde, M. GENERO Y FEMINISMO. Desarrollo Humano y Democracia. Edit. Horas y Hora, España 1996.

Lagarde, M. CAUTIVERIOS DE LAS MUJERES: Madresposas, monjas, putas, presas y locas. UNAM, 1990.

Lamas, Martha. LA ANTROPOLOGIA FEMINISTA Y LA CATEGORIA GENERO (1986.) EN EL GENERO: La Construcción cultural de la Diferencia Sexual. Editado por PUEG, México, 1996.

Levy, Bruhl. EL ALMA PRIMITIVA, Edit. Península.

Lewontin, Rose y Kamin. NO ESTA EN LOS GENES: Racismo, Genética e Ideología. Edit. Crítica, Barcelona 1987

López-Austin, Alfredo. TAMOANCHAN Y TLALOCAN. FCE. México, 1994.

Lowen, A. THE BETRAYAL OF THE BODY. Colliere Books, New York, 1967.

Lowen, A. LA DEPRESION Y EL CUERPO. Alianza Edit. Madrid, 1982.

López Veneroni Felipe. GLOBALIZACION Y CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN O DE LA CIRCULARIDAD CONCÉNTRICA ENTRE MARCUSE Y Mc. LUHAN. Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales No. 171.

Malinowsky, B. SEXO Y REPRESIÓN EN LA SOCIEDAD PRIMITIVA. Ed. Nva. Visión.

Malinowsky, B. MAGIA, CIENCIA, RELIGIÓN. Edit. Ariel, España 1974

Marcuse, H. EL HOMBRE UNIDIMENSIONAL. Edit. Joaquín Mortiz, México 1972.

Mathiasen Patrick, M.D. and Levert Suzanne. LATE LIFE DEPRESSION. Dell Publishing, New York, 1997.

Moragás Moragás Ricardo. GERONTOLOGIA SOCIAL. Envejecimiento y calidad de vida. Edit. Herder, Barcelona 1991.

Minuchin, S. Fishman, H. TECNICAS DE TERAPIA FAMILIAR. Edit. Paidós, Barcelona 1985.

Minuchin, S. Nichols, M. LA RECUPERACION DE LA FAMILIA* Relatos de Esperanza y Renovación. Edit. Paidós, Barcelona 1994.

Giddens, A. LA TRANSFORMACION DE LA INTIMIDAD. Edic. Catedra, Madrid, 1998.

Giddens, A. LA CONSTITUCION DE LA SOCIEDAD. Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1998.

Henry, Jules. LA CULTURA CONTRA EL HOMBRE. Edit. S XXI, México, 1970

Habermas, J. LA MODERNIDAD UN PROYECTO INACABADO. En LA POSMODERNIDAD. Edit. Kairós, España, 1988.

Habermas, Jurgen. NUESTRO BREVE SIGLO. Nexos 248, México, Agosto 1999.

Hopenhayn, Martin. DESPUES DEL NIHILISMO. De Nietzsche a Foucault. Edit. Andrés Bello. Santiago de Chile, 1997.

Horkheimer y Adorno. DIALECTICA DE LA ILUSTRACION. Edito. Trotta, Madrid, 1994

Jung, C. Gustav. SIMBOLOS DE TRANSFORMACIÓN. Edit. Paidós, España 1982.

Jung, C.G. MODERN MAN IN SEARCH OF A SOUL. A Harvest /HBJ BOOK. U.S.A.

Jung, C.G. ARQUETIPOS E INCONSCIENTE COLECTIVO. Edit. Paidos Ibérica, 1981

Krassoievitch, M. PSICOTERAPIA GERIATRICA. Edit. FCE: México, 1993.

Kalish, R. LA VEJEZ, PERSPECTIVAS SOBRE EL DESARROLLO HUMANO. Edit. Pirámide, España 1983.

Kohli, Martin. AGEING AS A CHALLENGE FOR SOCIOLOGICAL THEORY. AGEING AND SOCIETY. The Journal of the centre for policy on Ageing and the British Society of Gerontology. Cambridge Univesity Press, 1983.

Kubler-Ross, Elizabeth. QUESTIONS AND ANSWERS ON DEATH AND DYING. Collier Books, New York, 1974

Kushner, Harold. ¿QUIÉN NECESITA A DIOS? Edit. EMECÉ Argentina, 1990.

Kushner, Harold. CUANDO NADA TE BASTA. Edit. Emecé Argentina, 1987

Montes de Oca, V. (Coordinadora), ALIANZA EN FAVOR DE LA TERCERA EDAD EN EL DISTRITO FEDERAL. Cd. De México, 1996.

Nicol, Eduardo. LOS PRINCIPIOS DE LA CIENCIA. FCE, México, 1965. 1994.

Owens, C. EL DISCURSO DE LOS OTROS. Las Feministas y el Posmodernismo en LA POSMODERNIDAD, Foster, Habermas, Baudrillard y otros. Edit. Kairos, España 1988.

Pakman, Marcelo. (Compilador) CONSTRUCCIONES DE LA EXPERIENCIA HUMANA. Volumen II Edit. Gedisa, Barcelona 1997.

Savater, F. SOBRE VIVIR.. Edit. Ariel, México 1995.

Sartori, Giovanni. HOMO VIDENS. La Sociedad Teledirigida. Edit. Taurus, Madrid, 1998.

Sheehy, Gail MENOPAUSE. THE SILENT PASSAGE. Pocket Books, U.S.A. 1993.

Stevens, Anthony. JUNG O LA BUSQUEDA DE LA IDENTIDAD. Edit. Debate, España 1990.

Silverstein O. Y Rashbaum B. THE COURAGE TO RAISE GOOD MEN. Penguin Group. New York, 1994.

Silverstein O., Walter, Carter, Papp. THE INVISIBLE WEB. Gender Patterns in Family Relations- The Guilford Press, New York, 1988.

Slusky, C. LA RED SOCIAL: FRONTERA DE LA PRACTICA SISTEMICA. Edit. Gedisa, 1996.

Solares, Blanca. TU CABELLO DE ORO MARGARETE... Fragmentos sobre Odio Resistencia y Modernidad. Edit. M.A. Porrúa, México, 1995.

Touraine Alain. ¿PODREMOS VIVIR JUNTOS? FCE. Argentina, 1997.

Trias, Eugenio. PENSAR LA RELIGION. El símbolo y lo Sagrado en LA RELIGIÓN. (Seminario de Capri bajo la dirección de Derrida J. Y Vattimo G. Ediciones de la Flor, Buenos Aires, 1997).

Twerski, Abraham. IT'S NOT AS TOUGH AS YOU THINK. How to Smooth Out Life's Bumps. Mesorah Publications, LTD. New York, 1999

Vattimo, Gianni. CREER QUE SE CREE. Edit Paidos Studio. España, 1996.

Viorst, J. EL PRECIO DE LA VIDA. Las Pérdidas Necesarias para Vivir y crecer. Emecé Edit. Argentina, 1990.

Walker, Barbara G. THE CRONE. Woman of age, Wisdom, and Power. Harper Collins Publishers, 1985.

Watts, Alan. PSICOTERAPIA DEL ESTE PSICOTERAPIA DEL OESTE. Edit. Kairos Barcelona, 1979.

Watts, Alan. EL CAMINO DEL TAO. Edit. Kairos. Barcelona, 1976.

Walsh Froma y Otros. WOMEN IN FAMILIES. A Framework for Family Therapy, Edit Norton and Company, New York, 1991

Walsh, Froma. Compiladora. SPIRITUAL RESOURCES IN FAMILY THERAPY. The Guilford Press. New York, 1999.

Weber, Max. LA ETICA PROTESTANTE Y EL ESPIRITU DEL CAPITALISMO. Diálogo, México 1988.

Whitaker, Carl. MEDITACIONES NOCTURNAS DE UN TERAPEUTA FAMILIAR. Edit. Paidós, España, 1992.

Zenil, C. y Col. ACTIVIDADES PSICOSOCIALES EN LA VEJEZ. Revista de Psiquiatría y Salud Mental. México, 1989.