

REFLEXIONES DE UNA VIEJA SOBRE LA VEJEZ

Egun on. Buenos días. Agradecimiento a las personas presentes y a las conectadas por vía telemática.

Esta charla será en castellano y el turno de preguntas que abriremos al final, en el idioma que elijáis, siempre que sea castellano, euskera o francés. Si lo hacéis en inglés, os entenderé, pero os contestaré en castellano.

Hecha esta advertencia y para quienes no me conocáis, que seréis muchas, os diré quién soy.

Soy mujer, he sido hija, soy madre, compañera, etxekoandre, amiga, periodista en activo y cada x años escribo un libro, siempre en euskera. O sea que, además soy euskaldun, feminista activa y, desde hace algunos años, soy vieja. Y nada de lo que me define me avergüenza, ni trato de disimularlo. Ni tan siquiera ser vieja. Me ha costado mucho llegar a vieja, algunas de las personas que nacieron el mismo año que yo no lo han conseguido.

O sea que, si me hubiera atrevido, hubiera titulado esta charla “Reflexiones de una vieja sobre la vejez”. Ahí, en la falta de atrevimiento reside parte del problema. A día de hoy, las mujeres y en particular las viejas, no hacemos esto y aquello no porque esté prohibido, sino porque no nos atrevemos. Sé perfectamente que decirse vieja provoca protestas. Enseguida te dicen que no, que cómo vas a ser vieja, que viejos son los trastos.

Pero, además de todo lo dicho hasta ahora, soy también otras cosas.

(Anécdota 150 gramos de Teruel. Para ella, soy la vieja que compra 150 gramos de jamón de Teruel).

Llevo toda la vida intentando ser libre, soltando amarras, desaprendiendo casi todo lo que aprendí de niña y reflexionando. Y aprendiendo, que es lo mejor de la vida.

Hoy voy a centrarme en lo que he aprendido sobre la vejez, la mía y la de las personas que observo desde donde estoy y soy. Lo que he aprendido viviendo, observando y leyendo.

Preparaos para una chapa de media hora, con suerte 25 minutos y después contestaré a vuestras preguntas y, si no las hacéis, os las haré yo, como esos actores y actrices que hacen participar al público, les guste o no.

La parte de las preguntas me interesa sobremanera, porque así me aseguro de que lo que diga interesa por lo menos a una persona, cosa que no tengo garantizado con lo que os voy a contar a partir de ahora.

Si no queréis preguntar ni ser preguntadas, contad 25 minutos a partir de ahora y salid, a poder ser sin hacer ruido.

Para empezar, un minuto sobre la historia de la vejez.

Entre todos los cambios de nuestra civilización, el más impresionante es la prolongación de nuestras vidas, un hecho indiscutible, aunque difícil de cuantificar. No hay consenso científico sobre la duración media de la vida en la prehistoria o en los primeros siglos de nuestra era.

Sabemos, por los restos humanos prehistóricos encontrados, que pocas personas superaban la cuarentena. Dicen que los antropólogos no han encontrado huesos prehistóricos de personas de más de 50 años.

También sabemos que, a partir de la difusión de la medicina, a mediados del siglo XIX, la esperanza de vida se ha disparado. De 1900 hasta hoy, cada año ganamos tres meses de vida. No es mala propina, a condición de que sepamos qué hacer con esa propina.

Como resultado de la ciencia, hoy, por primera vez en toda la historia de la humanidad, una cohorte entera se adentra más allá de los ochenta años, no son excepciones, son la norma. Y están entrando en uno de esos terrenos que en los mapas antiguos se denominaban “terra incognita”, territorio no explorado. En algunos mapas definían estos territorios desconocidos de manera más tremendista. “Hic sunt dracones”. Aquí hay dragones.

Nuestros dragones son esas personas mayores de 80 que avanzan sin mapa, sin brújula, en territorio desconocido. Lo que descubran nos servirá a quienes venimos detrás, podremos hacer cartografías reales y no sólo repetir lo que hasta hoy nos han dicho sobre la vejez.

Esas personas a las que no llamamos viejas porque envejecemos, eso lo podemos admitir, pero sin llegar nunca a viejos, esas personas tienen que inventar una nueva manera de envejecer. Y para ello, tienen que superar un lastre del que yo también soy culpable.

Hasta finales de los años 60 del siglo XX, se consideraba que la cumbre de la vida, el zenit, era la edad madura. Por entonces, los jóvenes éramos aprendices, frutos verdes que teníamos mucho que aprender, teníamos que hacer méritos para poder ser consideradas personas en su plenitud. Os puede parecer increíble, pero hasta entonces, ser joven era una pega, hasta se intentaba, según lo que pretendieras, parecer mayor, para poder ser

tomado o tomada en serio. Y eso se fue borrando, difuminando, aunque duró. A Felipe González le pintaron canas en las patillas en sus primeras campañas electorales. Décadas después, Rajoy se teñía el pelo para ocultar sus canas.

Pues bien, a finales de esa década, allá por 1968, surgió y se consolidó un invento extraordinario: la cima de la vida estaba en la juventud y, a partir de ahí, todo era decrepitud, todo era ir cuesta abajo hasta la muerte. Después de la juventud, solo quedaba sobrevivir.

Fue una idea revolucionaria en el mal sentido de la palabra, pero una idea que triunfó y que aún perdura. Fue mi generación la culpable de ese cambio de paradigma y ahora nos da en todo el morro como un bumerang. Nos lo hemos merecido.

Fue en ese momento cuando una gran parte de las personas maduras empezaron una loca carrera hacia el disimulo de los años. Había que parecer joven, hasta morir de viejo. Y en esas estamos.

No tenemos claras las fronteras, no sabemos cuándo se empieza a ser joven, ni cuando se pasa de joven a maduro, mucho menos de maduro a viejo. Pero la apariencia de juventud es un mandato casi ineludible. En muchos casos, hasta el patetismo.

Para comprobar lo ineludible de este mandato, os propongo un experimento.

Decidle a cualquier persona que tengáis delante, tenga la edad que tenga, tenga el aspecto que tenga, que parece más joven de lo que su DNI indica.

Comprobaréis varias cosas. La primera es que se lo cree. La segunda que se siente halagada, recompensada en su esfuerzo por fingir juventud. La

tercera no podréis verificarla, pero os aseguro que será lo primero que cuente cuando llegue a casa, lo primero que contará a sus personas cercanas. Hoy me han dicho que parezco diez años más joven, hoy me han preguntado si era la novia de mi hijo, si era el novio de mi hija. Hay hasta un anuncio en la radio. Un camarero grita a una persona que se levanta de la mesa de un bar, porque se deja las vueltas. *Eh, joven, se deja las vueltas*

Haced la prueba y comprobaréis la verdad de lo que os he dicho.

Bien, mientras intentamos parecer más jóvenes de lo que nos toca, ¿qué hacemos con nuestra vida? ¿Qué hacemos con esos años de propina que la ciencia nos ha regalado?

Todo ha cambiado, todo menos las ideas que tenemos sobre la vejez. Decimos viejo (o cualquiera de los términos que empleamos para no pronunciar la palabra prohibida) y nos imaginamos a una persona sentada en un sillón, seguramente orejero, a poder ser sentada junto al fuego y esperando tener a mano oídos dispuestos, aunque sólo sea por educación, a escuchar sus historias de juventud, lo que hemos aprendido.

Imaginamos a personas que están para enseñar, aunque lo que nos enseñan no nos interese. Nunca a personas que pueden aprender.

A este cuadro tradicional le hemos incorporado, muy recientemente, un detalle significativo: ese anciano cobra una pensión, seguramente superior a la anciana, pero él y ella cobran una pensión. Qué menos. Y sin embargo, hace sólo un par de generaciones que eso de la pensión existe en este rincón del mundo. O sea que un viejo o vieja con pensión en un cuadro tradicional es como poner un teléfono en un cuadro de Goya.

Antes, a mediados del siglo XX, viejos y viejas ni habían oído hablar de pensiones. Era algo que en Europa empezó a ponerse en práctica a finales del siglo XIX y aquí en la segunda mitad del siglo XX. Antes, viejos y

viejas mantenían sus propiedades, los que las tenían, y delegaban o no la dirección del taller, de la tienda o de la explotación agraria a la generación posterior. Pero no se jubilaban, seguían contribuyendo a la supervivencia del grupo hasta el final.

Lo que el imaginario nos cuenta sobre la vejez corresponde a otro tipo de vida, a otro tipo de unidad familiar, a una sociedad en la que el conocimiento se transmitía siempre de arriba abajo, de viejos a jóvenes. No es válido para una sociedad en la que los jóvenes enseñan a los mayores (no sólo tecnología) ni para una sociedad que nos impone el aprendizaje sin descanso, de la cuna a la tumba, simplemente para no quedarnos atrás. La transmisión de los conocimientos que hayamos podido acumular en la vida no es imprescindible, desde que podemos aprender de los libros o de las redes informáticas.

Puede que algo de nuestras vivencias, de nuestra manera de ver la vida pueda ser útil a otros, pero raramente los conocimientos concretos. Cuando un viejo o una vieja enseñaba qué alimentos eran nocivos, qué hierbas eran beneficiosas, el estatus de ese viejo o vieja era distinto.

La cosa es que esa manera tradicional de envejecer ha desaparecido casi por completo. Pero seguimos repitiendo sobre la vejez lugares comunes que fueron válidos, pero ya no lo son.

Si yo, con mis años, no puedo o no quiero hacer algo, decreto que a esa edad no se puede. Si una persona joven defiende algo con lo que no estamos de acuerdo, damos por hecho que evolucionará como nosotros y nosotras lo hemos hecho y decimos que ya cambiará de opinión con los años, exactamente en nuestra dirección. Si de una juventud rebelde hemos pasado

a una vejez conformista, decretamos que a los jóvenes rebeldes de hoy les pasará lo mismo.

Actuamos como si el DNI gobernara nuestras vidas, no nuestra conciencia o nuestra voluntad. Intentamos desmentir al DNI en lo que a nuestro aspecto se refiere, pero somos esclavos de la fecha de nacimiento en lo que se refiere a lo que podemos y no podemos hacer.

Y damos por hecho que no se puede ser viejo y rebelde, que lo natural es abandonar la rebeldía cuando dejamos de ser jóvenes. Para desmentirlo bastaría con recordar a Stéphane Hessel, que con más de 90 años publicó un libro de título *Indignez vous*, que fue el origen del movimiento de los “indignados”. Damos por hecho, por ejemplo, que un viejo o una vieja no pueden enamorarse, aunque sabemos que algunas personas se enamoran por primera vez en la vejez.

Nos falta pensamiento, nos falta ideología. También en esto la ciencia ha avanzado más que las humanidades. A todo lo más, nos planteamos la vejez desde un punto de vista asistencial o sanitario, como una carga que la sociedad debe soportar. Un abordaje necesario, pero insuficiente. Los viejos y las viejas somos un problema, no parte de la solución.

Cuando una persona se jubila tiene por delante, previsiblemente, más de 20 años. Nos pasamos la vida dando vueltas a lo que nos pasó o dejó de pasarnos los primeros 20 años de nuestra vida y, sin embargo, carecemos de proyecto para los últimos 20 años. Solo durar, solo sobrevivir. Sobrevivir recordando, dando vueltas a las mentiras que nos dicta la memoria como si fueran verdades absolutas, recordando un paraíso inventado. El objetivo es durar y, mientras tanto, descansar, disfrutar (porque disfrutar en todo momento y circunstancia es un mandato universal) disfrutar, pero al margen, sin entrometernos, sin estorbar. Murallas afuera de donde se toman las decisiones, de donde se influye en la vida.

Por eso decimos “en mis tiempos”, en lugar de decir cuando yo era joven. Decimos “en mis tiempos”, permitimos que nos digan “en tus tiempos”, dando por hecho que estos no son nuestros tiempos, que estamos aquí y ahora, pero que el presente no nos corresponde. Sólo el pasado nos pertenece. Retiraos, que ahora nos toca a nosotros.

Voy a leeros una cita de Rita-Levi Montalcini, premio Nobel de Medicina, cuando cumplió cien años:

“No hay culpa ni mérito en cumplir 100 años. Han caído la vista y el oído, pero no el cerebro. Mi cerebro tiene un siglo, pero no conoce la senilidad. El cuerpo se arruga, es inevitable, pero no el cerebro. Sigo teniendo la capacidad mental que tenía a los 20 años, quizá superior. Y no ha decaído la capacidad de pensar, de vivir. Mantén tu cerebro ilusionado, activo, hazlo funcionar y nunca se degenerará”.

Y, sin embargo, nos invitan a todo lo contrario, nos empujan a la inactividad, a la dimisión, haciéndonos creer que es lo mejor para nosotros y nosotras, haciéndonos creer que es lo que queremos, lo que tenemos que querer. Descansar se convierte en un mandato, en una obligación, en nuestro único destino.

Permitidme otra cita, en este caso de Rosa Regás, en su libro “La hora de la verdad”.

“Nos acechan para convencernos de que lo mejor que podemos hacer es tumbarnos a descansar, renunciar al esfuerzo, no sustituirlo por nada, que bien nos merecemos este descanso, mientras que solapadamente nos dicen y nos repiten que ya no tenemos edad para estudiar, para viajar o para tocar

un instrumento, o para dedicarnos a la jardinería, a la poesía, al teatro, ni para luchar por la justicia social, política o municipal”.

Por mi parte, no tengo nada en contra de quien decida vivir así su vejez. Pero rechazo que ésa sea una obligación o un dogma. Todo el mundo tiene derecho a ser “ni-ni” en la vejez, pero no es obligatorio. Como dijo Rosa Regás, ya descansaré cuando me muera.

Y no soy la única que piensa así.

El modo tradicional de envejecer ha desaparecido casi por completo y estamos inventando un nuevo modo que tiene como condición básica que se pueda elegir, que no sea una forma de envejecer esclava de lugares comunes o de leyes no escritas.

Solo con mirar en derredor, con el radar encendido, podemos ver ejemplos de una nueva manera de envejecer. Vemos a viejos y viejas que estudian en la universidad después de jubilarse, a personas que aprenden a leer y escribir siendo viejas, personas que deciden mantenerse en activo dedicándose al voluntariado, personas que se ponen a practicar deporte después de la jubilación.

He dicho personas, pero podría decir mujeres, porque en casi todos los ejemplos citados ellas son, somos, mayoría. Se trata de personas que se atreven a desobedecer las leyes no escritas, ésas que dictan lo que a cada edad se puede hacer o no hacer, cómo se puede o no vestir, que se puede querer, cómo se puede vivir, cómo se puede amar.

La sociedad tradicional estaba llena de esas leyes no escritas, pero de cumplimiento obligatorio, si no querías verte excluida del rebaño. Pero ahora, avanzado ya el siglo XXI, hemos ganado libertad, podemos escoger,

incluso podemos abrir nuevos caminos o dedicarnos a ensanchar un poco los senderos que otras personas han abierto. No nos saldrá gratis, pero podemos hacerlo.

Y es que, las personas que hoy tenemos más de 70 años, lo sepamos o no, somos hijos e hijas de aquel mayo del 68, aunque ni nos enteráramos de lo que pasaba cuando pasaba, aunque hayamos oído, leído y creído que, en realidad, aquello fueron, solo, fuegos artificiales.

Cuando veo las manifestaciones de pensionistas, tan frecuentes y numerosas, incluso con pandemia, veo viejos y viejas, si. Pero veo también a quienes pelearon contra la dictadura, creando sindicatos clandestinos, ikastolas escondidas en pisos o sacristías, veo a mujeres que tuvieron que pelear para poder llevar pantalones, estudiar, que pelearon por el derecho al aborto, por la anticoncepción, por la igualdad de derechos entre hombres y mujeres. Veo a personas que saben bien lo que es protestar, manifestarse, organizarse para defender o conseguir unos derechos.

Veo, además, personas que quieren utilizar su voz, no resignarse a que otros hablen por ellas. Puede que muchos de nuestros conocimientos no sean hoy útiles, pero podemos aprender cosas que nos permitan no sólo enriquecernos personalmente, sino enriquecer a la sociedad de la que formamos parte.

Si una cuarta parte de la sociedad es ya vieja aquí y en los países que nos rodean, tendrá ventaja el país que sepa no desechar, sino aprovechar, lo que esa parte de la sociedad puede aportar. Aunque para ello sea necesario desoír las opiniones y prejuicios que son hoy mayoritarios y rescatar valores que no están de moda.

Lo que debemos a nuestros descendientes no es seguir pareciendo jóvenes, no es descansar obligadamente, no es ser obedientes y sumisos, no

es negar que envejecemos, no es automarginarnos o escondernos en guetos. Les debemos combatir la discriminación contra la vejez, demostrar que se puede ser viejo o vieja y seguir teniendo ganas de vivir, seguir teniendo proyectos. Seguir siendo personas empoderadas, que lo nuestro nos ha costado llegar a serlo, sobre todo si somos mujeres. Ahora que he conseguido empoderarme un poquito, tengo que dimitir porque soy vieja. Y, sin embargo, tenemos derecho a soñar que lo mejor de la vida puede estar por venir.

Uno de los peligros que sabemos que nos acechan, es el ver sustituida la voz de las y los protagonistas del envejecimiento por la de sus cuidadores, familiares o institucionales. Aunque lo hagan con la mejor de las intenciones, “por tu bien”, lo que consiguen con frecuencia es infantilizarnos, declararnos, de hecho, personas incapaces de tomar las decisiones que nos corresponden. No hagas esto, no vayas ahí, no te pongas aquello, no comas eso. Déjame gobernar tu vida.

Recientemente, haciendo cola con personas de mi edad para que nos pusieran la vacuna contra la covid, pude comprobar que la generación de personas que tenemos en torno a 70 años es muy diferente a la de la misma edad de no hace tanto. La primera cita era a las 9 de la mañana y media hora antes ya había decenas de personas esperando. Abrieron el vacunódromo a las 9 y 21, cuando estaba a punto de estallar una rebelión en la cola, por el retraso, sí, pero también por la falta de explicaciones, porque esas personas se sentían menospreciadas, ninguneadas. Estoy segura de que, en la misma situación, generaciones anteriores no se hubieran atrevido a protestar.

Queremos que nos cuiden, sí. A veces lo necesitamos. Pero queremos ser cuidados de la manera en que queramos ser cuidados, no como otros decidan.

Tengo el convencimiento de que las personas que gobiernan nuestras instituciones no han entendido aún lo que se les viene encima con este montón de viejos y viejas rebeldes, que no quieren renunciar a su protagonismo, que no quieren ser tratados como niños y niñas, sino como personas adultas, que es lo que son.

Se van a encontrar otro tipo de viejos y viejas, ya han empezado ya a encontrárselas en residencias de ancianos y tendrían que prepararse para unas residencias más horizontales, menos basadas en leyes verticales, antes de que la película “rebelión en las aulas” se convierta en “rebelión en los asilos”. Van a encontrarse pronto con viejos y viejas con tatuajes, vestidas con pantalón vaquero, que se ponen auriculares para escuchar rock, que saben lo que es luchar por sus derechos.

Ya está sucediendo. Lo he visto. No hace mucho, visitando en una residencia de mayores a una amiga de mi madre

Mientras eso ocurre, quienes contribuimos con tanto entusiasmo a denigrar la vejez, estamos doblemente obligados a reivindicarla, a demostrar que somos personas integrales, con todos nuestros derechos y obligaciones en vigor. A descubrir aquellas ventajas que tiene envejecer, a pesar de que el cuerpo se debilite.

Aunque pueda parecerlo, el hecho de que una gran mayoría de las personas hayamos ganado años de vida, dicho con lenguaje vulgar,

hayamos envejecido, es una conquista que no se debe abordar, sólo, como problema. El problema no es que cada vez haya más viejos, que no nos muramos cuando a la contabilidad le convendría. Tal vez el problema sea que no nacen los suficientes niños o niñas, nunca que cada vez más personas lleguen a viejas. Envejecer ya no es la suerte de unas pocas personas, es el futuro de una gran parte de la humanidad.

No soy ingenua. Sé que abrir caminos tiene un coste. Sé que separarse del camino principal, aunque solo sea unos centímetros se paga, que te lo hacen pagar incluso quienes al poco tiempo transitan por la ruta que antes denigraban. Algunas de quienes dijeron que era indecente para una mujer vestir pantalones se los pusieron después. Algunos de quienes dijeron que el divorcio era un crimen se divorciaron al poco tiempo.

A este respecto, me atrevo a haceros una petición. Cuando veáis un viejo o una vieja que parezca no cumplir las reglas del buen viejecito entrañable, no digo que aplaudáis pero, por lo menos, no la critiquéis, no la miréis mal. Respetadla y considerad que seguramente está mejorando la vejez que os espera, que está ensanchando caminos, ampliando el margen de libertad.

Respetar no es apartar a los viejos y viejas de la vida, no es decirles lo que tienen o no tienen que hacer. Es considerar que tienen derecho a eso que se llama autodeterminación personal. Que descansa quien quiera descansar, que actúe quien quiera actuar.

Pero ojalá haya cada vez más viejos y viejas que, por lo menos, compatibilicen el descanso con la acción, que se impliquen en esta sociedad que también es la nuestra.