



A  
pesar  
de los  
pesares

Cuaderno  
de  
la vejez

Aurelio Arteta

*Ariel*

## Índice

Portada

Dedicatoria

¿Da usted su permiso?

Para morir un poco menos

1. Tiempo

2. Muerte

3. Escapatorias

4. Rebelión

5. Mayores y menores

6. Vejez

7. Viejos

8. Achaques

9. Prejuicios

10. Antídotos

Créditos

Te damos las gracias por adquirir este EBOOK

Visita [Planetadelibros.com](http://Planetadelibros.com) y descubre una nueva forma de disfrutar de la lectura

---

**¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!**

Próximos lanzamientos  
Clubs de lectura con autores  
Concursos y promociones  
Áreas temáticas  
Presentaciones de libros  
Noticias destacadas

---

Comparte tu opinión en la ficha del libro  
y en nuestras redes sociales:



Explora Descubre Comparte

A Beba,  
por tantas cosas...

## ¿Da usted su permiso?

Puedo asegurarte, lector, que no he hecho nada para llegar hasta aquí. Me empujaron los años. A lo sumo me he dejado llevar, o mejor arrastrar, y digamos que he consentido. Así, uno a uno, me encuentro hoy al borde mismo de los setenta años. Conforme iba cayendo otro más, ya me daba cuenta del destino al que me encaminaba, pero ¿qué podía hacer para frenar esta marcha imparable o desviarla? Lo único que se me ocurrió fue ponerme a pensar las novedades que iba detectando en esta nueva etapa de mi vida y consignarlas por escrito.

Lo cierto es que un buen día a mediados del año 2006, sin plan más preciso en la cabeza, empecé a recoger de cuando en cuando los pensamientos sueltos que me suscitaba esta vejez que ya está aquí conmigo. Han ido saliendo al hilo de mis cosas y mis días, eso es todo. Sólo después, al seleccionar y corregir esas meditaciones, he comprobado la verdad contenida en la sentencia de Canetti: «Todo lo que *anotamos* tiene un ápice de esperanza, por mucho que proceda de la desesperación». Y si una y otra acompañan siempre a cualquier coyuntura de la vida humana, parece que es en la vejez donde esperanza y desesperación juegan su última partida. Me adelanto a confesar con amargura que al final ganará la desesperación, pero procuremos

que venga al menos como una desesperación serena (si vale decirlo así) en lugar de otra más rabiosa.

Sea como fuere, una vejez pensada tiene que ser por fuerza distinta de una vejez simplemente vivida. O, si se prefiere, el viejo autoconsciente deberá mejorar al viejo que ha reflexionado menos acerca de su propia condición. Y, por si acaso, esa reflexión deberá hacerse a *tiempo*, quiero decir, cuando todavía gocemos de suficiente lucidez. Aunque hoy se llegue a viejo más tarde que en todas las épocas pasadas, a fuerza de retrasar el ritmo de nuestro declive, no es menos cierto que, cuando por fin llega, se vuelve no sólo más larga sino más penosa. Ya sabemos que la ciencia y tantos otros avances en nuestras sociedades han añadido años a la vida de la gente, pero sólo de nosotros depende añadir vida a nuestros años. Entendida en su uso ordinario, la simple esperanza de vida no es lo que más debemos querer; debemos preferir una esperanza de más y mejor vida.

Parece obligado que la meditación más cabal sobre la vejez sólo deba emprenderla un viejo. ¿Acaso podríamos fiarnos de un joven o de alguien nada más que maduro para esa tarea? Si se plasma por escrito, deberá escribirse en primera persona y adoptará casi sin pretenderlo un tono autobiográfico. Y la razón no es otra sino que entonces toca enfrentarse al último tramo de nuestra existencia finita, o sea, al definitivo. Es el momento *justo*, en el que ya no caben trampas ni apaños. Es el momento de la rendición de cuentas ante uno mismo, de la reconciliación con los demás, de confesarnos sin rebozo si nuestra vida ha valido la pena. Será nuestro auténtico examen de fin de carrera, ese juicio final de puertas adentro, del que seremos a un tiempo el juez y a quien se juzga, y donde el aprobado nos

aportaría la máxima satisfacción a la que entonces cabe aspirar.

Así se entiende mejor aquel dicho clásico griego, que Aristóteles repite en su *Ética a Nicómaco*, según el cual de nadie puede decirse que ha sido feliz hasta que muere. El dicho no sólo nos previene de que semejante veredicto sobre alguien exige escudriñar su vida entera sin saltarse ninguna de sus etapas ni rincones. Sin pensarlo demasiado, casi todos nos inclinamos a identificar infancia y juventud como nuestras edades más dichosas. Pero aquella sentencia parece más bien advertirnos de que la vejez representa en la vida humana el período de la prueba decisiva, la etapa en que se concentran los mayores obstáculos para alcanzar esa felicidad. Es decir, como ese tramo de nuestro itinerario vital en que más motivos tendríamos para sufrir y desesperar. La vejez puede ocultar las sorpresas más dramáticas, ciertamente, siquiera por ser las últimas; en ella todo muestra ya el sello de lo irreversible. Se diría, pues, que el filósofo no pretende tanto disuadirnos de juzgar por adelantado el grado de felicidad de nadie, sino más bien prepararnos para el combate postrero de la vejez... ¿Pero no cabe también que esta vejez, si bien puede malograr toda una vida hasta entonces más o menos venturosa, pueda asimismo poner el broche que la redima de sus peores momentos anteriores? ¿Que sea para su sujeto la ocasión del perdón o del ser perdonado, del reconocimiento que se le había resistido, de revelar por fin unas cualidades o ejercer unas virtudes que antes quedaron inéditas...?

No soy el primero ni seré el último entregado a semejante tarea, bien lo sé. Tantos pensadores me han precedido en ello y de tal estatura que debería avergonzarme de em-

prender yo también este proyecto. Pero ni ellos lo han dicho todo, aunque eso suyo lo dijeran mejor que nadie, y lo poco que otros podamos quizá añadir será por habernos encaramado sobre sus hombros. Eso sí, de constancia de que, con pocas excepciones, no he buscado apoyarme en autores consagrados, sino sólo en algunos que me salieron al paso en mis lecturas de los últimos años o en algún pasaje clásico que hubiera dejado su huella en mi memoria. Salta a la vista que estas páginas no buscan parecerse en nada a un trabajo académico.

¿Diario o dietario, entonces? Supongo que fue más lo primero a lo largo de su prolongada composición, que se limitaba a encabezar cada entrada con su fecha y a desgarrar enseguida sin orden ni concierto las cavilaciones que el día a día me iba sugiriendo. Sólo cuando decidí probar a publicarlo fue adoptando ese texto la figura de un dietario. Imaginé que al lector poco iba a importarle su orden cronológico exacto y sí, en cambio, una reordenación más temática que de paso evitaba molestas repeticiones. Así el texto no perdía su frescura originaria, pues cada pensamiento seguía vinculado a la ocasión particular que lo suscitó, mientras sin duda ganaba en la afinidad y concierto de que carecía. Si antes esas páginas ofrecían un espectáculo de miembros sueltos y dislocados, espero que su agrupamiento final muestre ya algo más parecido a un cuerpo.

Confío también en que el índice de los capítulos resulte por sí mismo lo bastante expresivo como para no requerir más justificación. Eso sí, me preocupa si habré sido lo bastante justo en el retrato del anciano o he cargado sobre él tintas más sombrías que las debidas. Me he fiado de mis propias observaciones, de las impresiones básicas que me han dejado los abuelos que he tratado y, por supuesto, esa



persona mayor a la que conozco más de cerca que soy yo mismo. Pero quizá no he ajustado bien el punto de mira y sentiría haber herido con mis juicios a cualquiera de ellos, que bastantes heridas llevamos ya los mayores como para que nos inflijan otras más. Cosa distinta es que el tema escogido, trágico por su misma naturaleza, no admita demasiadas complacencias a menos que uno esté dispuesto a traicionarse y a engañar al lector. Y así comprenderán por qué, antes de ofrecerles las reflexiones que ahora vienen, debía solicitar su indulgencia por si molesto...

\* \* \*

Como en aventuras editoriales pasadas, también en ésta me han sido de gran ayuda varios amigos a los que escogí como primeros lectores y a un tiempo rigurosos fiscales de estas páginas. Les encargué la función de sugerir, según su criterio, cuantas enmiendas y correcciones contribuyeran a mejorarlas. La más temprana lectora fue mi mujer. Después lo han sido Belén Altuna, Tomás Valladolid, José Luis Rodríguez Sáñez, Ricardo Pita y Pedro Manterola. Todos ellos ya saben lo mucho que les debo.

Cizur Menor, 27 de febrero del 2015

## Para morir un poco menos

### AHORA EMPIEZO

Me pregunto si lo recogido en este cuaderno que hoy empiezo, a mis 60 años, cerca de los 61, y tras la conversación que he mantenido con M. en Igueldo como su disparadero, puede ser ahora mismo representativo de mi vejez; o si sólo lo será cuando empiece a notar sus señales más terribles y paralizadoras. Lo más probable es que por ahora sólo me encuentre camino de ella. Pero creo que no hace falta esperar los síntomas peores, cuando sobreabundan tanto los demás.

¿Y por qué y para qué escribir esto? Pretendo que sea un ejercicio de reflexión que tendría un primer objetivo: transmutar lo vivido en esa vejez que se avecina en materia para el pensamiento. Será también, si se prefiere, un mecanismo de defensa, porque se trataría de un intento de superación, gracias al mismo pensar, de la angustia previsible que con el tiempo me irá acometiendo. Me pregunto asimismo si debe ser sólo un cuaderno *de* (en el sentido de *sobre* o *acerca de*) la vejez o también *desde* la vejez (o sea, con la perspectiva peculiar que ella adopta). O si no sería mejor titularlo «del *envejecer*», entendiéndose, a propósito de y en el proceso mismo de hacerse viejo... Pero me parece que ya estoy poniendo el carro delante de los bueyes (14/06/2006).

## DE LA CONJETURA A LA CONFIRMACIÓN

Hay algo que debo tener claro desde ahora mismo. Y es que en este momento, en el preámbulo de la vejez, los sentimientos, decepciones, perplejidades y desesperanzas del anciano sólo me aparecen todavía como barruntos, conjeturas, meras hipótesis apenas experimentadas. Será más tarde cuando las confirme. Porque no se me ocurre que vaya a refutarlas, sino, al contrario, a verificarlas con mayor claridad y amplitud que cuanto había imaginado.

## PENSAMIENTOS TRISTES

Quiero suponer que entregarme de vez en cuando a este ejercicio no habrá sido en vano, aunque sepa de antemano que el resultado será un saber amargo. Será un saber de que el mundo y el ser humano son así, precisamente como me resisto a aceptar que sean, contrariando en aspectos básicos mis expectativas más primordiales. Por mucho que protestemos lo contrario, con frecuencia nos forjamos nuevas ilusiones en cuanto la realidad nos suprime esperanzas o pone sus objetos entre signos de interrogación.

Lo malo de los pensamientos tristes no es que afloren, porque eso es inevitable y por fortuna suele ser algo pasajero. Lo malo es cuando se repiten, se acumulan y se quedan ya con nosotros. Y, desde luego, tienden a permanecer cuando dejas constancia escrita de ellos. Entonces ya no puedes olvidarlos o disimular su contenido: ahí están, negro sobre blanco. Pero surge además la pregunta de a qué y para quién están destinados estos

pensamientos: ¿a quién podrían servir?, ¿quién los va a apreciar? En realidad, su primer destinatario es uno mismo. ¿Y qué quieres decirte con ellos? Te dices: éste soy yo mientras puedo pensarlo, antes de mi nada lejana devaluación.

#### NUESTRO TRABAJO

«El trabajo del hombre es explicar al hombre» (P. Gauguin, en carta de 1903). A mí me gustaría también mejorarlo.

#### CUESTIONES OPORTUNAS

Una pregunta que de repente me ha brotado: ¿es la conciencia de la vejez que asoma, o la del propio fracaso íntimo, la que dicta estas reflexiones? Otra que tal vez busque encubrir la anterior: ¿acaso conciencia de la vejez y conciencia del fracaso personal no vienen a ser una y la misma? No necesariamente.

Pero hay algo de lo que quería prevenir cuanto antes a un hipotético lector, para que no se equivoque. Éstas no son las ocurrencias de un ser amargado ni de un resentido que se regodea en la pintura anticipada de su decrepitud y en el análisis de sus temores. Nada de eso. Espero que la satisfacción de escudriñar los movimientos interiores y de describirlos con fidelidad (ya que no con la deseable destreza literaria) se imponga sobre cualquier pesar que pudiera acecharme de vez en cuando en esta empresa.

#### PARA RESISTIR AL DESPOJO

A ratos reaparece la cuestión de por qué escribo este cuaderno que aún no lleva título seguro. Su autor respondería que me pongo a la tarea antes de que huyan las ganas y las fuerzas de cumplirla; antes de que la ruina que amenaza se apodere de mí el día menos pensado y me abrume. Tengo que enfrentarme al proceso de envejecimiento ahora, cuando el miedo o el apuro inmediato aún no me ahoga y puedo razonarlo. Más tarde, probablemente, sólo podré sentirlo y con tristeza o angustia crecientes. Hacerse viejo es quedar gradualmente desposeído de nuestras potencias, primero por la inmisericorde naturaleza y, a su manera, a manos de la sociedad después. Pues bien, me figuro que atestiguar este proceso mediante la escritura es un modo de resistirse al progresivo despojo. Se trata de no dejarnos arrebatar la conciencia de nuestro envejecimiento. O de retrasarlo sirviéndonos de la reflexión como el mejor fármaco.

Seguramente este quehacer indagatorio no será a menudo demasiado gratificante. Evocaré lo que se ha ido, a quienes ya me dejaron, pasaré probable revista a demasiados sinsabores, concluiré tal vez lo ridículo de ese empeño de llenar el día como fuere, en subsistir a fuerza de enrolarte en las causas más tontas o estériles, en esperar lo que no debía suscitar tantas esperanzas. Bien, el balance puede ser demoledor, ¿y qué? Ésa habrá sido mi vida y la de nadie más. Me haré cargo de ella entera y, al repasar sus hitos, las personas que la poblaron, sus éxitos y fracasos, acabaré dibujando un rostro inconfundible: el mío. Lo que no se cuenta deja de existir, parece para siempre. De manera que no cabe concebir este ejercicio sin alguien al que se dirige y, si el primer receptor de mis líneas soy yo, confío en no ser el

único. ¿Pero serás tan arrogante como para suponer que estas minucias puedan interesar a alguien aparte de su propio protagonista? Pues sí, dejen que me haga esa ilusión.

*Meditaciones ausentes.* Vuelvo a preguntarme el motivo de dejar constancia de estos pensamientos. No estoy seguro de que lo supiera cuando empecé ni tampoco sabría contestar con rotundidad ahora mismo. Doy por supuesto que por ahí debajo rondará el narcisismo disfrazado bajo unos cuantos ropajes, pero eso no me inquieta. Me ocupo sobre todo de mí en este último tramo de mi vida, ya que no lo he hecho bastante en los tramos anteriores. Ojalá fuera también una inyección para insuflarme fuerza cuando me vaya desinflando. Más aún, podría ser asimismo otro expediente a fin de ganar algún atisbo de eternidad, una argucia para hacer ver —a quien corresponda— que soy un digno candidato a esa inmortalidad, si nos la hubieran prometido.

Al lado de ensayos clásicos o relatos autobiográficos contemporáneos este texto se conforma, y no es empeño menudo, con enseñar un poco a los pocos que tal vez lo ojeen. Habrá bastantes que, a falta de tener a mano las obras de los clásicos, a lo mejor acuden a esta mía por más facilona y accesible. Una vez reunidos conmigo esos lectores, hallarán quizá ciertas reflexiones que les corroboren unas cuantas intuiciones propias. Al saberse ahora respaldados, al verificar que otros han pasado por lo mismo, experimentarían mayores ánimos para disipar ciertas perplejidades y algunas angustias. A la postre, si estas leves meditaciones tienen algún valor, será porque

no suelen hacerse un hueco público. O sea, porque las alusiones a la muerte, y con ella a su pendiente inevitable, la vejez, continúan siendo las forzadas ausentes de nuestros encuentros. No hay más que mirar las caras de los circunstantes cuando estas evocaciones comparecen en la sobremesa: se diría que han visto fantasmas.

*Otra vez más.* Escribo para aclararme a mí mismo, para saber quién soy antes de dejar de ser. El autoconocimiento, si no es la tarea más alta del individuo, sin duda se antoja la más imprescindible; sin ella será impensable desempeñar ninguna otra o, por lo menos, con la misma capacidad y expectativas de éxito. ¿Qué y cómo vamos a hacer las cosas bien, si no empieza por aclararse la autoconciencia de quien las hace? ¿Y cómo haré mutis sin saber —siquiera al final, un rato antes de desaparecer— qué ha sido de éste que se va? Seguro que, a lo largo del tiempo, otros muchos que me escoltaban acertaron a captar partes de mí, quizás incluso mejor que yo mismo. No me extrañaría que así fuera, porque la cercanía en que uno vive consigo entraña a menudo una confusión que impide aspirar a la objetividad. Yo no puedo ser mi propio pintor y —en el mejor de los casos— mi autorretrato sólo será aproximado. Pero aunque otros conseguirán tal vez pinceladas o trazos más exactos, quiero creer que sólo yo sería capaz de recomponer la unidad del conjunto.

Estos fragmentos de escritura tienen que ver además con los preparativos de mi despedida, con el afán de dejar algo para la memoria de otros. Pero no, tampoco eso es todo. Me mueve primero algo así como