

Platón y la gerontología

Leonardo Strejilevich

Version web: http://www.geriatriaclinica.com.ar/art/num_rst.php?recordID=XXXXXXXXXXXX

PLATÓN Y LA REPÚBLICA

Incomodidades y excelencias de la vejez (transcripción)

“Fuimos, pues, a casa de Polemarco y encontramos allí a Lisias y a Eutidemo, los hermanos de aquel, y también a Trasímaco el calcedonio y a Carmántides el peanio y a Clitofonte, el hijo de Aristónimo. Estaba, asimismo, en la casa Céfalo, el padre de Polemarco, que me pareció muy avanzado en años, pues hacía tiempo que no le veía. Estaba sentado en un asiento con cojín y tenía puesta una corona, ya que acababa de hacer un sacrificio en el patio; y nosotros nos sentamos a su lado, pues había allí algunos taburetes en derredor.

Al verme, Céfalo me saludó y me dijo:

–¡Oh, Sócrates, cuán raras veces bajas a vernos al Pireo! No debía ser esto; pues si yo tuviera aún fuerzas para ir sin embarazo a la ciudad, no haría falta que tú vinieras aquí, sino que iríamos nosotros a tu casa. Pero como no es así, eres tú el que tienes que llegarte por acá con más frecuencia: has de saber, en efecto, que cuanto más amortiguados están en mí los placeres del cuerpo, tanto más crecen los deseos y satisfacciones de la conversación; no dejes, pues, de acompañarte de estos jóvenes y de venir aquí con nosotros, como a casa de amigos y de la mayor intimidad.

–Y en verdad, Céfalo –dije yo–, me agrada conversar con personas de gran ancianidad; pues me parece necesario informarme de ellos, como de quienes han recorrido por delante un camino por el que quizá también nosotros tengamos que pasar, cuál es él, si áspero y difícil o fácil y expedito. Y con gusto oiría de ti qué opinión tienes de esto, pues que has llegado a aquella edad que los poetas llaman «el umbral de la vejez»:

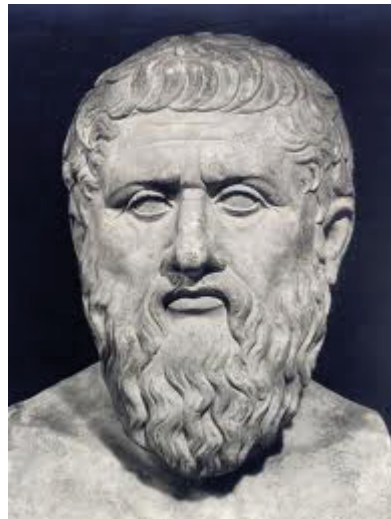


Figura 1. Platón (427 a. C. - 347 a.).

si lo declaras período desgraciado de la vida o cómo lo calificas.

–Yo te diré, por Zeus –replicó–, cómo se me muestra, ¡oh, Sócrates!: muchas veces nos reunimos, confirmando el antiguo proverbio, unos cuantos, próximamente de la misma edad; y entonces la mayor parte de los reunidos se lamentan echando de menos y recordando los placeres juveniles del amor, de la bebida y los banquetes y otras cosas tocantes a esto, y se afligen como si hubieran perdido grandes bienes y como si entonces hubieran vivido bien y ahora ni siquiera viviesen.

Algunos se duelen también de los ultrajes que su vejez recibe de sus mismos allegados y sobre ello se extienden en la cantinela de los males que aquella les causa. Y a mí me parece, Sócrates, que estos inculpan a lo que no es culpable; porque si fuera esa la causa, yo hubiera sufrido con la vejez lo mismo que ellos, y no menos todos los demás que han llegado a tal edad. Pero lo cierto es que he encontrado a muchos que no se hallaban de tal temple; en una ocasión estaba junto a Sófocles, el poeta, cuando alguien le preguntó: «¿Qué tal andas, Sófocles, con respecto al amor? ¿Eres capaz todavía de estar con una

mujer?». Y él repuso: «No me hables, buen hombre; me he librado de él con la mayor satisfacción, como quien escapa de un amo furioso y salvaje».

Entonces me pareció que había hablado bien, y no me lo parece menos ahora; porque, en efecto, con la vejez se produce una gran paz y libertad en lo que respecta a tales cosas. Cuando afloja y remite la tensión de los deseos, ocurre exactamente lo que Sófoles decía: que nos libramos de muchos y furiosos tiranos. Pero tanto de estas quejas cuanto de las que se refieren a los allegados, no hay más que una causa, y no es, Sócrates, la vejez, sino el carácter de los hombres; pues para los cuerdos y bienhumorados, la vejez no es de gran pesadumbre, y al que no lo es, no ya la vejez, ¡oh, Sócrates!, sino la juventud le resulta enojosa.

Admirado yo con lo que él decía, quise que siguiera hablando, y le estimulé diciendo:

–Pienso, Céfalo, que los más no habrán de creer estas cosas cuando te las oigan decir, sino que supondrán que tú soportas fácilmente la vejez no por tu carácter, sino por tener gran fortuna; pues dicen que para los ricos hay muchos consuelos.

–Verdad es eso –repuso él–. No las creen, en efecto; y lo que dicen no carece de valor, aunque no tiene tanto como ellos piensan, sino que aquí viene bien el dicho de Temístocles a un ciudadano de Sérifos, que le insultaba diciéndole que su gloria no se la debía a sí mismo, sino a su patria. «Ni yo –repliqué– sería renombrado si fuera de Sérifos, ni tú tampoco aun siendo de Atenas». Y a los que sin ser ricos llevan con pena la vejez se les acomoda el mismo razonamiento: que ni el hombre discreto puede soportar fácilmente la vejez en la pobreza, ni el insensato, aun siendo rico, puede estar en ella satisfecho.

–¿Y qué, Céfalo –dijele–, lo que tienes lo has heredado en su mayor parte o es más lo que tú has agregado por ti?

–¿Lo que yo he agregado, Sócrates?, –repliqué–. En cosas de negocios yo he sido un hombre intermedio entre mi abuelo y mi padre; porque mi abuelo, que llevaba mi mismo nombre, habiendo heredado una fortuna poco más o menos como la que yo tengo hoy, la multiplicó varias veces, y Lisánias, mi padre, la redujo aún a menos de lo que ahora es. Yo me contento con no dejársela a estos disminuida, sino un poco mayor que la recibí.

–Te lo preguntaba –dije– porque me parecía que no tenías excesivo amor a las riquezas, y esto les ocurre generalmente a los que no las han adquirido por sí mismos, pues los que las han adquirido se pegan a ellas doblemente, con amor como el de los poetas a sus poemas y el de los padres a sus hijos: el mismo afán muestran los enriquecidos en relación con sus riquezas, como por obra propia, y también, igual que los demás, por la utilidad que les procuran. Y son hombres de trato difícil porque no se prestan a hablar más que del dinero.

–Dices verdad –aseveró él.”

En “La República”, Platón expresa conceptos vinculados directamente a los mayores. No se le escapa ninguna

de las variables biológicas, psicológicas y sociales que hoy forman parte del aparato doctrinario de la gerontología moderna.

Platón, que en realidad se llamaba Aristocles como su abuelo paterno, nació en la isla de Egina en el 427 a. C. y murió en Atenas a los 82 años; fue enterrado en la Academia, cuna del pensamiento occidental, que permaneció abierta casi 900 años, hasta el 529 d. C., cuando el emperador Justiniano ordena su clausura por considerarla reducto del paganismo.

De joven lo llamaban Platón por su vigorosa contextura y por sus victorias en las pruebas infantiles de los juegos Istmicos; de viejo lo llamaban El Divino, por su laboriosidad intelectual y su empecinada vocación por la enseñanza y la formación de discípulos.

Sócrates fue su maestro durante diez años, y compartió el Siglo de Oro griego con Sócrates, Sófoles y Pericles.

Trabajó en el campo de las ideas “universales e inmutables” acerca de la física, la lógica, la moral y la política.

Trashumante por vocación y por necesidad, tras la muerte de su maestro recorrió Grecia, Italia, Egipto y Sicilia. En Siracusa, por opinar y objetar al gobierno de Dionisio el Antiguo, fue vendido como esclavo; sus discípulos lo compraron y liberaron. En el 388 a. C. volvió a Atenas –tenía cuarenta y un años– y fundó la Academia, institución dedicada al estudio y en la que no se podían obtener cargos o títulos; la dirigió durante cuarenta años.

La razón, la sabiduría, la voluntad centrada en el valor y la justicia formaron parte del círculo virtuoso de Platón.

ACTUALIDAD DE CONCEPTOS PLATÓNICOS

En Platón la “vejez” es utilizada como término que surge de un juego de palabras: “geras” (= vejez) y géras (= honor, provecho).

“... por no ser capaz, supongo yo, de sanar de su enfermedad, que era mortal, se dedicó a seguirla paso a paso y vivió durante toda su vida sin otra ocupación que su cuidado, sufriendo siempre ante la idea de salirse lo más mínimo de su dieta acostumbrada; y así consiguió llegar a la vejez muriendo continuamente en vida por culpa de su propia ciencia.”

Hoy se habla de la longevidad + calidad de vida y de satisfacción por la vida; se critica la excesiva biomedicalización de la vejez y, por otra parte, la vejez no es una enfermedad. *“Los ancianos, condescendiendo con los jóvenes, se hinchen de buen humor y de jocosidad, imitando a los muchachos, para no parecerles agrios ni despóticos.”*

Reacción lógica y autodefensiva ante la exclusión y la gran brecha generacional establecida entre jóvenes y viejos dadas las características del modelo actual que privilegia la juventud.

“Al verme Céfalo me saludó y me dijo: ¡Oh, Sócrates, cuán raras veces bajas a vernos al Pireo! No debía ser esto pues si

yo tuviera aún fuerzas para ir sin embarazo a la ciudad, no haría falta que tú vinieras aquí, sino que iríamos nosotros a tu casa. Pero como no es así, eres tú el que tiene que llegarte por acá con más frecuencia; has de saber, en efecto, que cuanto más amortiguados están en mí los placeres del cuerpo, tanto más crecen los deseos y satisfacciones de la conversación; no dejes, pues, de acompañarte de estos jóvenes y de venir aquí con nosotros, como a casa de amigos y de la mayor intimidad”.

El aislamiento y la soledad en la ancianidad se mitiga con la relación afectuosa y participativa entre viejos y jóvenes en el seno de una comunidad convivencial respetuosa y solidaria. La gente y los sistemas que pretendan asistir a los ancianos deben llegar hasta ellos, en su propio lugar y en sus propios hogares, en forma periódica dejando de lado la actitud asistencialista y sobreprotectora.

MEMORIA, CONFORMIDAD Y AYUDAS

“Y en verdad, Céfalo –dije yo–, me agrada conversar con personas de gran ancianidad; pues me parece necesario informarme de ellos, como de quienes han recorrido por delante un camino por el que quizá también nosotros tengamos que pasar, cuál es él, si áspero y difícil o fácil y expedito”.

Para el sentir general de los griegos la edad de sesenta años y más no era considerada tan avanzada. La memoria histórica está en poder de los viejos y de ella conviene abreviar; ningún archivo informatizado puede reemplazar el mundo de imágenes que esta especial memoria es capaz de transferir.

“En la vejez se produce una gran paz y libertad. Cuando afloja y remite la tensión de los deseos nos libramos de muchos y furiosos tiranos. No es, Sócrates, la vejez no es de gran pesadumbre, y al que no lo es, no ya la vejez, ¡oh Sócrates! Sino la juventud le resulta enojosa”.

Cada ser humano envejece tal como ha sido en su vida; muchas veces las actitudes personales y no el contexto definen la calidad de vida de las personas ancianas; es la profecía autocumplida. El estereotipo de la vejez pesarosa es, por suerte, poco frecuente.

“Ni el hombre discreto puede soportar fácilmente la vejez en la pobreza, ni el insensato, aún siendo rico, puede estar en ella satisfecho”.

De modo tal que las ayudas, los soportes, los auxilios, los cuidados y la asistencia deben proponerse en forma unívoca para todos los mayores prescindiendo de su condición económica si bien los ricos, para algunas cosas, se las arreglan mejor para obtener los servicios que les son necesarios.

LA MUERTE Y LA SABIDURÍA

“Cuando un hombre empieza a pensar en que va a morir, le entra miedo y preocupación por cosas por las que antes no le

entraban...y ya por debilidad de la vejez, ya en razón de estar más cerca del mundo de allá empieza a verlas con mayor luz. Y se llena con ello de recelo y temor y repasa y examina si ha ofendido a alguien en algo”.

La muerte, bienhechora “nodriza de la vejez” (Píndaro) es esto y no otra cosa para el esperanzado, el justo y el piadoso pero, hace falta hablar de ello, prepararse y asistir al ser humano en este trance se vea como tránsito o la nada. “No hay nada en que el hombre libre piense tan poco como en la muerte” (Spinoza).

“Nadie es justo por su voluntad, sino porque su poca hombría, su vejez o cualquier otra debilidad semejante le hacen despreciar el mal por falta de fuerzas para cometerlo”.

El hecho de ser viejo no es garantía ni legitima una conducta personal y social apta y proba.

“El buen juez no debe ser joven, sino un anciano que, no por tenerla arraigada en su alma como algo propio, sino por haberla observado durante largo tiempo como cosa ajena en almas también ajenas, haya aprendido tardamente lo que es la injusticia y llegado a conocer bien, por medio del estudio, pero no de la experiencia personal, de qué clase de mal se trata”.

La experiencia es intransferible genética o culturalmente; lástima nos da en que el día que el ser humano aprendió es el día que se muere y vuelta a empezar con los nuevos que siguen.

EJERCICIOS FÍSICOS Y RESPETO

“...sino también hasta las ancianas, como esos viejos que, aunque estén arrugados y su aspecto no sea agradable, gustan de hacer ejercicio en los gimnasios”.

Está demostrado que el ejercicio físico adaptado a la edad individual mejora la capacidad biológica, mantiene la independencia y la autonomía, refuncionaliza las pérdidas y los deterioros, y aún las discapacidades, retrasa los aspectos involutivos que sobrevienen con la edad, da calidad de vida. Actividad física y cognitiva sumada a una necesaria ergoterapia no deja de ser una buena fórmula para una vida plena aún en la extrema vejez.

“Y se ordenará que el más anciano mande y corrija a todos los más jóvenes. Y, como es natural, el más joven no intentará golpear al más anciano ni infligirle ninguna otra violencia, ni creo que lo ultrajará tampoco en modo alguno, pues hay dos guardianes bastantes a detenerle, el temor y el respeto: el respeto, que les impedirá tocarlos, como si fueran sus progenitores, y el miedo de que los demás les socorran en su aflicción, los unos como hijos, los otros como humanos, los otros como padres”.

Desgraciadamente, asistimos hoy en día a un aumento de la victimización de los ancianos que, cada vez más, lo ocupa la crónica policial y el tiempo de las instituciones sociales y judiciales; revela trágicamente la conducta enfer-

miza de la sociedad y aún de muchas familias frente al deber ético y jurídico que obliga a proteger, contener y asistir a los ancianos.

“Y al llegar a la vejez, todos, excepto unos pocos, se apagan mucho más completamente que el sol heracliteo, porque no vuelven a encenderse de nuevo..., cuando, por faltar las fuerzas, los individuos se vean apartados de la política y milicia, entonces hay que dejarlos ya que pasen en libertad y no se dediquen a ninguna otra cosa sino de manera accesoria; eso si se quiere que vivan felices y que, una vez terminada su vida, gocen allá de un destino acorde con su existencia terrena”.

Pensamos que aquí puede encontrarse la clave de la idea de la jubilación que aparece tardíamente en la historia (creación de la seguridad social en Europa a fines del siglo XIX y en Argentina en los '50 del siglo XX) como una creación humana a partir del reconocimiento de los derechos de las personas.

“Pues no creamos a Solón cuando dice que uno es capaz de aprender muchas cosas mientras envejece; antes podrá un viejo correr que aprender, y propios son de jóvenes todos los trabajos grandes y múltiples”.

En esto se equivoca Platón. La neurogeriátrica y la neurogerontología le dan la razón a Solón cuando decía *“envejecer sin cesar de aprender muchas cosas”.*

“Y en cuanto a las riquezas, las despreciará mientras sea joven, pero ¿no las amará tanto más cuanto más viejo se vaya haciendo, como quien posee un carácter partícipe de la avaricia y no puro en cuanto virtud, por hallarse privado del más excelente guardián?”

La avaricia, el desprendimiento, la generosidad o la codicia no son inherentes a la vejez sino a las condiciones del carácter previo de los ancianos.

Los antiguos maestros sabían mucho de temas que hoy parecen descubrirse. También es cierto que los ciclos de la vida y de la sociedad afectan o desafectan los problemas según su mirada, su interés o la agenda política que preocupa a pueblos y gobernantes. Hoy, la explosión demográfica de los viejos originada en un aumento notable de la esperanza de vida en el mundo, y también en la Argentina, hace que la presión ejercida por los adultos mayores deba inexorablemente canalizarse a través de programas de acción destinados a su sostén y a la utilización de herramientas sociosanitarias válidas para darles calidad de vida.