

Crecer decreciendo. recorrido histórico del concepto de vejez (iii)



José Arregi

Artículos, Feadulta

Agosto 18, 2026

🔊 Escucha

13:07 / 13:07

* Ponencia en los Cursos de verano de la EHU (Universidad del País Vasco), 2026 (continuación)

7. Filosofía y literatura contemporánea

a) Arthur Schopenhauer (1788-1860)

Arthur Schopenhauer es considerado uno de los filósofos más brillantes del siglo XIX y uno de los de mayor importancia en la filosofía occidental contemporánea. Su última obra, inacabada y póstuma, lleva en español el título *El arte de envejecer*, pero el título original es *Senilia. Gedanken im Alter* (*Senilia*, en latín: “cosas de la vejez”. *Gedanken im Alter*: “Pensamientos en la vejez”), y recoge notas, reflexiones y apuntes de sus últimos años de vida. Reproduzco algunas de esas notas:

“¡Qué necio resulta lamentarse y quejarse de que, en tiempos pasados, se tuvo la oportunidad de obtener aquella dicha o aquel placer y se dejó escapar! ¿Qué se consigue ahora con recordarlo? La momia seca de un recuerdo. De este modo sucede realmente con todo lo que nos ha acaecido” (n. 41).

“Cuando uno *logra alcanzar una edad avanzada* siente todavía en su interior que sigue siendo exactamente el mismo que era cuando joven, incluso cuando niño: esto resulta invariable, pues el núcleo de nuestra esencia permanece con frecuencia el mismo y no envejece con el tiempo, ya que *no está en el tiempo* y resulta, por tanto, indestructible” (n. 128).

“La muerte apacigua completamente la *envidia*; la vejez solo la mitad” (n. 154).

“Qué singular placer nos depara la contemplación de cada *animal* libre cuando este hace de las suyas por sí mismo, sin ser molestado! Cuando persigue su alimento o cuida a sus crías o se arrima a uno de los suyos, etc. Con ello muestra todo lo que él debe y puede ser. Y aunque se trate solo de un pajarillo, puedo contemplarlo largo tiempo con deleite; incluso a una rata de agua, a una rana; ¡pero mejor todavía a un erizo, a una comadreja, a un corzo, a un ciervo! Que la contemplación de los *animales* nos solace tanto tiene que ver principalmente con el hecho de que nos alegra ver nuestra propia esencia ante nosotros de una forma tan *simplificada*” (n. 176).

“Cada *día supone una pequeña vida*. Cada despertar y levantarse es un pequeño nacimiento, cada fresca mañana una pequeña juventud y cada irse a la cama y dormir una pequeña muerte” (n. 292).

“Aquella existencia, la cual permanece ajena a la *muerte* del individuo, no posee la forma ni del tiempo ni del espacio: pero para nosotros todo lo real se nos manifiesta, sin embargo, bajo esta forma, de ahí que la muerte se nos presente también como aniquilamiento” (n. 298).

“Si uno reflexiona realmente se dará cuenta de que *todo aquello que perece* no era en realidad verdadero” (n. 315).

b) Hermann Hesse (1877–1962)

Hermann Hesse, Premio Nobel de Literatura en 1946, no tuvo una vida fácil: su infancia y juventud estuvieron marcadas por conflictos familiares y religiosos, sufrió profundas crisis psicológicas y depresivas, y afrontó el aislamiento político y social derivado de su postura pacifista y crítica del nacionalismo durante las guerras mundiales. Su obra *Elogio a la Vejez* es un excelente compendio de sabiduría para vivir la vejez.

Es posible, nos dice, vivir la vejez como experiencia de anchura y plenitud. Ello requiere aceptarla profundamente como es: “Envejecer es un proceso natural y un hombre de sesenta y cinco o setenta y cinco años, si no pretende ser joven, está perfectamente sano y es tan normal como otro de treinta o de cincuenta. Pero por desgracia no siempre se está de acuerdo con la propia edad, a menudo nos apresuramos internamente y con mayor frecuencia aún nos quedamos atrás... y entonces la conciencia y el sentimiento de la vida están menos maduros que el cuerpo, nos defendemos contra sus manifestaciones naturales mientras le exigimos algo que de por sí no puede prestar. Quien ha llegado a viejo y presta atención al dato puede observar cómo, pese al debilitamiento de las fuerzas y facultades,

hay una vida tardía que cada año hasta el final se ensancha y multiplica la red infinita de sus relaciones y enlaces, y cómo, mientras la memoria se mantiene despierta, nada se ha perdido de todo lo transitorio y pasado” (p. 37-38).

Pocas veces se encuentra en Hesse una mención explícita de Dios. Lo hace en este magnífico texto: “... con la imagen de un paisaje, de un árbol, de una historia humana o de una flor, Dios se nos muestra y se nos ofrece el sentido y valor de todos los seres y acontecimientos. Y, de hecho, probablemente en los años jóvenes vivimos con entusiasmo y pasión la contemplación de un árbol florecido, la formación de unas nubes, de modo que para la vivencia a la que me refiero se requiere precisamente una suma infinita de cosas vistas, experimentadas, pensadas, sentidas y sufridas, se requiere cierta atenuación de los impulsos vitales, una cierta caducidad y proximidad de la muerte, para percibir en una pequeña revelación de la naturaleza a Dios, al espíritu, el misterio, la armonía de los contrarios y el Gran Uno. También los jóvenes pueden vivirlo, sin duda alguna, pero con menos frecuencia y sin esa unidad de sensación y pensamiento, de vivencia sensible y espiritual, de estímulo y conciencia” (p. 40-41).

El secreto consiste, enseña, en “ponerse de acuerdo con la vejez”, en amarla como es, en no aspirar a nada que la vejez no nos pueda ofrecer. Escribe: “Un anciano que odia y teme la vejez, que odia los cabellos blancos y la cercanía de la muerte, no es un digno representante del estadio de su vida, como tampoco lo es un hombre joven y vigoroso que odia su vocación y trabajo diario y busca escapar a los mismos. En breves palabras: para cumplir como anciano su destino y estar a la altura de su tarea, hay que ponerse de acuerdo con la vejez y con todo lo que comporta, hay que decirle sí. Sin ese sí, sin la entrega a cuanto la naturaleza nos reclama, perdemos el valor y el sentido de nuestros días – tanto si somos viejos como jóvenes – y estafamos a la vida.» (p. 47).

En resumen: hay que decir sí a la vejez para estar a su altura.

c) Jorge Luis Borges (1899-1986)

Autor de cuentos, poeta, ensayista y traductor, es considerado por muchos como figura clave de la literatura en español y de la literatura universal. Citaré solamente su poema “Elogio de la sombra” sobre la vejez, que empieza así:

“La vejez (tal es el nombre que los otros le dan)
puede ser el tiempo de nuestra dicha.

...

Siempre en mi vida fueron demasiadas las cosas;
Demócrito de Abdera se arrancó los ojos para pensar;
el tiempo ha sido mi Demócrito.

Esta penumbra es lenta y no duele;
fluye por un manso declive
y se parece a la eternidad”.

Y termina así:

“Ahora puedo olvidarlas. Llego a mi centro,
a mi álgebra y mi clave,
a mi espejo.
Pronto sabré quién soy.

d) Simone de Beauvoir (1908-1986)

Filósofa, profesora, escritora, activista feminista, autora de novelas, biografías y ensayos, Simone de Beauvoir publicó en 1970 *La Vejez*, una obra de 700 páginas, interdisciplinar, una de las reflexiones más completas y reconocidas sobre el tema.

Uno de los méritos principales de esa magna obra es que introduce dos perspectivas críticas hasta entonces ignoradas: la perspectiva del género y la perspectiva cultural y socio-política en general. Denuncia, por un lado, la discriminación social, el trato inhumano y el silencio cómplice de que eran objeto los ancianos en general hace 60 años y aún todavía hoy en buena parte. Y, por otro lado, denuncia el *edadismo* o los estereotipos negativos aplicados sobre todo a la mujer anciana.

Estas son algunas de sus tesis fundamentales: 1) “Nada debería ser más esperado que la vejez. Nada, sin embargo, es más imprevisto”; 2) “La desgracia de los ancianos es un signo del fracaso de la civilización contemporánea”; 3) “Negar la vejez es negarnos a nosotros mismos”.

Por lo que respecta al edadismo cultural y social del que sigue siendo víctima sobre todo la mujer anciana, baste como muestra este párrafo del libro: “Ni en la literatura ni en la vida he encontrado ninguna mujer que considerara su vejez con complacencia. Tampoco se habla jamás de una ‘vieja hermosa’; en el mejor de los casos se la califica de ‘encantadora’. En cambio, se admira a ciertos ‘viejos hermosos’; el varón no es una presa; no se le pide ni frescura, ni dulzura, ni gracia, sino sólo la fuerza y la inteligencia del sujeto conquistador; el pelo blanco, las arrugas, no contradicen ese ideal viril” (Simone de Beauvoir, *La Vejez*, Ed. Sudamericana, Bogotá 1970, p. 207).

Simone de Beauvoir cierra las páginas de *La vejez* adelantándose a su tiempo y enunciando una tarea: “Cuando se ha comprendido lo que es la condición de los viejos no es posible conformarse con reclamar una ‘política de la vejez’ más generosa, un aumento de las

pensiones, alojamientos sanos, ocios organizados. Todo el sistema es lo que está en juego y la reivindicación no puede sino ser radical: cambiar la vida”.

Para cerrar este recorrido histórico, en las dos secciones que siguen me referiré a aquella tradición que nos es culturalmente más cercana, aquella que nos ha marcado más con su luz y con su sombra: la tradición bíblica judía y cristiana.

José Arregi, Aizarna, 29 de julio de 2026

www.josearregi.com

(continuará)

Una pausa para el alma

