

Envejecer con gracia

Autor:: Ozer Bergman
diciembre 24, 2022



“[Sus] hijos llevaron a su padre Yaakov...” (Génesis 46:5).

Sobre el versículo “Los poderosos no [siempre] ganan la guerra” (Eclesiastés 9:11), dice el Midrash: Esto se refiere a Yaakov. Ayer, “quitó el peñasco” (Génesis 29:10), como quien quita el corcho de una botella. Pero hoy, “[Sus] hijos cargaron a Yaakov” – tuvo que ser transportado en una silla especial (Kohelet Rabá 9:11).

Las enseñanzas de Rabi Najman de Breslev son tan amplias y profundas, su aliento tan inspirador, que incluso las personas que han estado estudiando sus obras durante treinta, cuarenta o más años se sienten como principiantes. Rabi Najman enseña

que no es bueno ser viejo (Sijot HaRan #51). No dejes que tu judaísmo se convierta en algo rutinario. No pienses que sabes todo lo que hay que saber o que has logrado todo lo que puedes hacer como judío. ¡Mantén la frescura, el entusiasmo y la juventud!

¿Quién no quiere mantenerse joven y vigoroso? ¿A alguien le entusiasma la perspectiva de ser viejo? El Rey David rezaba: “No me abandones cuando envejezca. No me abandones cuando se agoten mis fuerzas” (Salmos 71:9). A nuestros Sabios tampoco les gustó demasiado, interpretando una serie de versículos (Eclesiastés 12:1-7) como un homenaje fúnebre a la vejez (Shabat 152a). Rabi Najman nos dice que no perdamos la ilusión por lo judío, pero falleció antes de cumplir los 39 años. ¿Qué podemos aprender de sus enseñanzas sobre envejecer o ser viejo?

Las enseñanzas de Rabi Najman de Breslev son tan amplias y profundas, su aliento tan inspirador, que incluso las personas que han estado estudiando sus obras durante treinta, cuarenta o más años se sienten como principiantes.

Rabi Najman enseña:

La vida consiste en periodos de crecimiento, de plenitud y de declive. Si uno vive setenta u ochenta años, el primer tercio de la vida es un período de crecimiento, en el que avanza paso a paso, con todas sus habilidades. El tercio siguiente, que es la plenitud de la vida, es un periodo de estabilidad, en el que todas las facultades están al máximo. El último tercio es un periodo de declive. Esto es paralelo a las fases de la luna. La luna nueva es muy pequeña. Luego crece hasta que se enfrenta al sol y alcanza su mayor tamaño. Entonces empieza a menguar.

Por un lado, Rabi Najman nos está diciendo algo obvio. Aunque no lo veamos, sabemos que la gente envejece. Pero el Rebe nos está diciendo algo más sutil. La vejez te va a llegar. Así como que fuiste un niño, un adolescente y un adulto, serás una persona mayor. Y así como que creciste, te desarrollaste y alcanzaste la flor de la vida, te volverás gris, perderás la agilidad y te olvidarás de las cosas.

Esto es lo que tememos. Nadie quiere ser el anciano encorvado que se queja de sus dolores. Pero el Rebe nos dice: "Hay que aceptar esto. Es un hecho inmutable de la vida. Prepárate".

Todos conocemos y apreciamos las bendiciones de la juventud: la energía, la emoción, el disfrute, la anticipación esperanzada de un futuro maravilloso y una vida exitosa. ¿Qué podemos esperar cuando el cuerpo responde menos y el éxito ya no está al alcance de la mano o resulta haber sido un espejismo?

Esto es lo que tememos. Nadie quiere ser el anciano encorvado que se queja de sus dolores. Pero el Rebe nos dice: "Hay que aceptar esto. Es un hecho inmutable de la vida. Prepárate".

Dios no es sólo el Dios de los jóvenes. También es el Dios de los ancianos. Su cuidado y amor por ti cuando tienes 80 años es el mismo que cuando tenías 8 y 18. Lo que cambia es su manifestación. En una enseñanza relacionada, el Rebe señala que las personas enfermas no se sienten tentadas por los deseos corporales porque están más cerca del Otro Mundo (Sijot HaRan #96). El hecho de que el cuerpo ya no sea capaz de rendir como antes no es una traición, como algunos lo llaman. La juventud nos prepara para la flor de la vida, la flor de la

vida para la vejez, y la vejez para el paso a otro lugar.

Pensemos en la reducción de la movilidad. En primer lugar, dejas de conducir. En lugar de ir adonde quieres, cuando quieres, debes quedarte cerca de casa. Luego adoptas un bastón que con el tiempo se convierte en andador. El alcance de tus desplazamientos se reduce constantemente hasta que te quedas confinado en casa. La mayoría de la gente se lamenta, considerándolo con razón una pérdida de independencia y actividad. Sin embargo, aquí se esconde una enorme bondad. Un cambio repentino de los amplios espacios de este mundo a los estrechos confines de la tumba sería bastante traumático. Al reducir gradualmente nuestra movilidad, Dios está facilitando la transición final.

Pero no te dejes estar. Empieza ahora mismo a asimilar la conciencia de que un día serás viejo. El Jafetz Jaim comentó una vez que la mayoría de la gente vive la vida como escribe una postal. Utilizan gran parte del espacio de la tarjeta diciendo muy poco. Cuando se dan cuenta de que hay más que decir, pero no hay mucho espacio, intentan amontonar todo en un pequeño espacio. Desperdiciamos nuestros años de juventud haciendo poco. Cuando nos damos cuenta de que no viviremos para siempre, intentamos frenéticamente recuperar el tiempo perdido. Que no te agarren durmiendo la siesta. Cuanto antes interiorices que tu declive llegará, mejor y más temprano aprovecharás mejor tu tiempo. Que tengas una buena vejez. Amén.