

REUNIONES CIENTÍFICAS DE LOS VIERNES

Presentación del libro: “Envejecer. Vivir muriendo o morir viviendo” (Editorial Libros del Zorzal, 2025)

Autor y presentador: Dr. Luis Chiozza

19 de diciembre de 2025

Bueno, les voy a comentar algunas cosas para que podamos conversar sobre el tema. Lo primero que les voy a mencionar es la dedicatoria del libro, dice así: A mi padre, que una vez, cuando escribí una poesía basada en un lema de la Confederación Hanseática, que Freud tomó, que se llama ‘Navegar es necesario, vivir no’, cuando yo escribí esa poesía mi padre me dijo: “No te confundas, podrás sentirte viejo, pero yo soy viejo, y la diferencia es enorme”. Como ustedes comprenderán, en ese entonces no lo creí, pero, bueno, ahora comprendo lo que me dijo. Fíjense que, en realidad, vamos a hablar de dos temas. Uno es la vejez y el otro tema es envejecer, que no es exactamente lo mismo que ser viejo, es decir, que es un proceso. Hay distintas edades, cada una tiene lo suyo y una dificultad grande para comunicarse y conversar sobre el tema es que tenemos que hablar desde distintas edades y obviamente cada uno comprenderá, como es natural, las mismas palabras con distintos matices.

Es muy interesante tener en cuenta que la edad anterior a la edad de la vejez es la edad que se llama “climaterio”, que es la edad que transcurre más o menos en lo que se llama “la tercera edad”. La senectud, que es la vejez, aparece por así decir de los setenta para arriba. Las edades son muy relativas, porque no todas las personas las viven en la misma edad cronológica, pero, bueno, más o menos será de los setenta para arriba, ahí comienza la vejez, y de los cincuenta o cincuenta y cinco para arriba es la edad del climaterio. ¿Por qué vale la pena hablar del climaterio? Bueno, porque el climaterio es una edad que, digamos... es bastante “shocking” el climaterio. El climaterio, para que nos entendamos bien, también se lo podría llamar la segunda adolescencia. La primera adolescencia es pasar, un poquito después de la pubertad, a la juventud, y la segunda adolescencia es pasar de la adulta a esta especie de declinación de las funciones que se llama climaterio. Y bueno, cada época tiene lo suyo, cada época implica sustituir funciones, y una cosa también muy importante para decir es que, con la edad, esto, la velocidad con la cual hay que sustituir, aumenta. ¿Y qué quiere decir esto de sustituir? Y bueno, que cada día que pasa uno se despidе de algunas cosas y tiene, diríamos, dos caminos, o vivir añorando el pasado o, si no, sustituir las cosas de las cuales uno se despidió emprendiendo una dirección hacia nuevas adquisiciones. Es decir que hay dos maneras de vivir esto, una es darse vuelta, mirar para atrás, y encaminarse hacia la vejez, diríamos, retrocediendo de espaldas, mirando el pasado; y la otra es dar la espalda al pasado y mirar hacia adelante. Y cuando digo “dar la espalda al pasado”, no quiere decir “no recordar”. Para esto vale la pena decir que hay dos maneras de recordar, una, por así decir, perjudicial, y la otra muy beneficiosa.

El recordar perjudicial es el recordar melancólico, es una añoranza que se lamenta, que piensa que lo mejor ya pasó, que lo que queda no vale la pena vivirlo, y es pura renuncia y pura añoranza. Esto se confunde con la enfermedad llamada melancolía, en cierto modo es casi lo mismo. Y la otra manera es el recuerdo como algo grato, algo que se siente dentro de uno como algo que uno tuvo, como algo que le dejó algo, como algo que constituye una riqueza, como algo que resulta placentero recordarlo, y como algo que uno ya no necesita, precisamente porque lo tuvo y porque lo que necesita son novedades. Tal vez a ustedes les resulte un poco extraño que uno hable en la vejez de novedades, pero realmente sin duda existen novedades, depende de cómo uno logre vivir.

Una cosa muy importante, dicho sea de paso, es el tema de la importancia que se pone en el descansar, la importancia que se pone en el distraerse, la importancia que se pone en esa situación tan idealizada que se llama “vacación”. Dicho sea de paso, para poder tener vacaciones es necesario trabajar. Si uno no trabaja, no puede tener vacaciones, porque su vida es una eterna vacación y una eterna vacación es algo muy diferente a lo que se llama realmente “vacación”. Esto tiene que ver con otro tema importantísimo, es el tema de la jubilación. Piensen ustedes que “jubilación” es una palabra “pariente” de la palabra “júbileo”, quiere decir que la fantasía de la jubilación es la fantasía del eterno bienestar, la fantasía de que la vida jubilada es una vida feliz; pero ¡oh casualidad! la edad de la jubilación es la edad de la enfermedad. Se suele decir: “¡Qué mala suerte! Justo ahora, se acaba de jubilar, ahora que podía disfrutar, se viene a enfermar”. Bueno, ya que hablamos del tema, no quiero dejar de mencionar lo que se llama “turismo”, también es un tema muy idealizado. La prueba de los malos entendidos que hay con el turismo surge en cuanto analizamos un poco qué quiere decir “turismo”. “Turismo” viene de “tour”, “tour” significa un periplo en donde se va a un lugar y se vuelve al lugar en donde se salió, y ¡oh casualidad!, ese lugar de donde se salió para hacer turismo, y al cual se vuelve, es nada más ni nada menos que el centro de la vida de uno. Es decir que el turismo es un viaje con retorno y el retorno saludable es volver a lo que es el centro de la vida de uno, que es el centro de la actividad, el centro que le da sentido a la vida, el lugar en donde uno se siente, por así decir, haciendo cosas buenas.

Bueno, y otra cosa importante para decir, es esta diferencia entre vivir muriendo o morir viviendo. Fíjense ustedes, no es lo mismo vivir muriendo que morir viviendo, ¿no? La fuerza está en el gerundio. Esa palabra que se llama “verboide”, que es “muriendo” o “viviendo”, que se llama también “gerundio”, es el centro de la frase. Y cuando uno vive muriendo, el acento está puesto en el hecho de que se está muriendo. Es decir, ¿qué es vivir muriendo sino vivir intentando luchar contra la adversidad en una especie de pelea con la vida, dentro del malestar, el mal humor y el sentimiento de que lo que de veras está *sucediendo*, lo que yo acentúo, es el hecho de que me estoy muriendo? Y qué diferente es cuando el centro de mi vida está puesto en que, a pesar de que es cierto que me muero, que es parte de un proceso saludable, inevitable además, mientras tanto estoy viviendo, hasta el último momento de mi vida estoy viviendo, con toda la connotación positiva que tiene la idea de la vida. Y una característica importantísima, que es cierta toda la vida, pero que cobra mayor importancia en los momentos en donde ya aparece esta etapa que es la

senectud, en la cual uno continuamente envejece, es esta cuestión de que uno tiene que ir renunciando a cosas que ya no puede hacer, lo cual no significa que le pasa esto *con todo*, significa que quedan muchas cosas que puede hacer. Otra manera de decirlo es decir que uno se ve forzado a sustituir muchas cosas que antes hacía y ahora no puede hacer, sustituirlas por otras que sí puede hacer y que de alguna manera, otra vez, hacen que uno se sienta viviendo.

Este tema no es un tema fácil porque... bueno, en cualquiera de los temas se da un poco lo mismo, ¿no? Fíjense ustedes, un perro o un gato suelen ser mascotas que tiene la gente y no es nada raro que, de pronto, en una casa convivan un perro y un gato y sean muy amigos, duermen juntos, se quieren, pero el perro nunca podrá explicarle al gato lo que es ser perro y el gato nunca podrá explicarle al perro lo que es ser gato. Y eso pasa también con la diferencia de las edades, podemos ser todos muy amigos, pero el entendimiento que a uno le da ser coetáneo es bastante más raro de lo que parece, lograrlo. Y también hay muchos malentendidos, porque también hay muchas maneras de vivir las edades. Así que hay dos cuestiones que a veces son difíciles de compartir. Una es las que dependen de la edad y la otra es la que depende de la manera en que uno asimila o rechaza la edad que tiene. Bueno, esto, me parece, es un tema bastante importante.

Bueno, yo voy a evitar de leerles parte de este libro que, a pesar de que es chico, de todas maneras sería largo y pesado que les leyera casi todo el libro, a pesar de que no se demora más de una hora, pero igual es demasiado. Y les voy a mencionar algunas cosas del índice, porque creo que son importantes. Una de las cosas que me comentaron, viendo el índice de este libro, es: “Pero vos hablas de la vejez solamente en el prólogo y al principio, después hablas de otras cosas de la vida que parecen tener poco que ver con la vejez”. Bueno, justamente porque pensé que eso iba a suceder, le pedí a los editores que en la contratapa pusieran que, a pesar de que parece que el libro se despide de la vejez en los capítulos que siguen al primero, igual todos ellos son capítulos con temas importantes, pero vistos desde la mirada de un autor añejo. Los temas -no los voy a nombrar todos, pero sí algunos- son, por ejemplo, un tema es “costumbres inocentes”. ¿Qué es esto de las costumbres inocentes? Bueno, esto es una frase que la saqué del libro *Voces*, de Porchia, en donde él habla de que “pueden en mí, más que todos los infinitos, esas cuatro costumbres inocentes”. ¿Qué son las costumbres inocentes? Y bueno, son esas cosas que parecen ser tan poco importantes, como el café de la mañana. Cuando uno tiene la costumbre de tomarse un café a la mañana, ese café que se toma la mañana es una bendición. No hace falta abundar más en el tema, pero cada uno de nosotros puede preguntarse ¿cuáles son mis cuatro o cinco costumbres inocentes? “Inocentes” quiere decir que no parecen nada trascendente, nada que implique forzar nada, es algo que hago todos los días casi sin necesidad de explicarlo, es algo a lo cual me siento con derecho, y sin embargo es algo que puedo disfrutar. Bueno, entonces esto de las costumbres inocentes es un tema más importante de lo que parece.

Otro tema importante es la diferencia... la mejor manera de decirlo es contar el episodio de un anciano al que le preguntan cuántos años tiene, y dice: “Creo que cinco” y, como es un anciano, evidentemente anciano, el interlocutor lo mira

extrañado: “¿Cómo cinco?”, dice. Y entonces el viejo contesta: “Usted me preguntó cuántos años tengo, no cuántos años tuve” (risas). Y esto es muy importante, no confundir los años que uno tuvo, con los años que uno tiene. Y, a medida que transcurre la vida, se va pasando de una... como si fuera de un recipiente al otro, y uno empieza a darse cuenta de que tiene que vivir en un tiempo que es el tiempo de los años que tiene, no el tiempo de los años que tuvo; lo cual no significa que los años que tuvo no le hayan dejado algo, pero eso es lo que los años le dejaron, no es lo que los años le van a dar.

Otro tema muy importante es el tema de las sorpresas. Como dije, el climaterio es una unidad tan importante, en donde se presentan por primera vez algunas renunciaciones importantes, diríamos, en los tiempos de reacción, en la agilidad, en la forma en que se maneja el auto, en muchas cosas. Y esto, que es el climaterio, todo el mundo en general lo que más subraya es una cierta merma de la necesidad de la frecuencia de la vida genital, pero fundamentalmente lo importante es que aparece como algo que tiene el aspecto de una transformación en el ritmo de la vida. Y entonces, frente a esta transformación, aparece una especie, a veces, de terquedad, de lucha, de protesta, en la cual es bastante frecuente quedarse atrapado. Y muchas veces sucede que, atrapado en esa lucha con los cambios de ritmo del climaterio, esta lucha tan enconada hace que de pronto la senectud a uno lo agarre de sorpresa, porque estaba entretenido todavía en protestar y pelearse con el climaterio. Bueno, a mí me parece que esto es muy importante. Hay una película muy linda, que se llama “Elegía”, que comienza con que el actor principal está frente a una ventana y cita dos frases, una de Bette Davis, en la cual Bette Davis dice... entre paréntesis, el actor está, por así decir, justo en la parte... en el meollo del climaterio, y entonces recuerda que... aparece ahí también el fantasma de la vejez y entonces recuerda que Bette Davis dijo: “La vejez no es para cobardes”. Y después cita la frase de Tolstói, que es más linda todavía, porque Tolstói dice: “La vejez es una de las cosas que más sorprende al ser humano”, es decir, es una sorpresa. Y a mí me parece que esto es muy importante tenerlo en cuenta, porque esta sorpresa, que es muy conmovedora, porque de alguna manera suceden cosas que uno no imaginaba... vuelvo a lo que me decía mi padre, la diferencia es enorme entre lo que vos te imaginás y yo que lo estoy viviendo, y no es como yo mismo me imaginaba, eso es lo que me quería decir. Esto no significa que, porque es sorprendente, es necesariamente calamitosa. No, justamente, lo calamitoso es vivir a contrapelo, es tratar de insistir, a veces por temor, siempre porque eso convoca fantasías quizás de dónde vienen y genera la fantasía de que es necesario rebelarse, que es necesario hacer lo contrario, que es necesario procurar esta especie de fantasía utópica de que se puede, por ejemplo, haciendo gimnasia, por ejemplo, moviéndose, por ejemplo, emprendiendo cosas ambiciosas y agitadas, se puede retrasar el transcurso de la evolución biológica que conduce a lo que llamamos la vejez, y que tiene que ver con ese proceso de la envejecer. Insisto entonces que, sorpresiva, es, pero que no necesariamente las sorpresas son todas malas.

Bueno, después hay otros capítulos que, si bien no digo que sean despreciables, pero no tienen la misma fuerza, como el aspecto del hombre de la calle, que es lo que todos los seres humanos tenemos en común; el aspecto de las dos grandes motivaciones, importantísimas, de la vida humana, que son la

curiosidad y la ternura. La curiosidad de alguna manera llena nuestra vida de intriga, hace que queramos saber, saber qué viene. Y la ternura, que de alguna manera hace que uno se sienta viviendo la vida en plenitud. Pero lo más importante de estos dos términos -curiosidad y ternura, que tienen muchos antónimos-, lo más importante son dos antónimos de curiosidad y ternura, que en sí mismos son... la palabra que uso acá es "monstruosos", quizás sea exagerada, pero cuando les diga cuáles son, probablemente ustedes dirán que si no son monstruosos, están muy cerca: son la soledad y la angustia. La soledad y la angustia son los antónimos de la curiosidad y la ternura. Como dijo Edinborough: "La curiosidad mató al gato, pero valió la pena". Bueno, la soledad es un afecto muy curioso, porque cada uno de nosotros siente que tiene este pedacito de soledad -pedacito o pedazote-, que de alguna manera es un sufrimiento, genera la sensación de carencia. Pero al mismo tiempo es paradójal, porque todos sabemos lo que es sentirse solo, lo sabemos, y lo sabemos porque *todos* nos sentimos solos en algún momento. Y entonces, fíjense qué paradoja: todos, todos, absolutamente todos sabemos lo que es la soledad, de manera que esa soledad, por la cual nos sentimos solos, es una de las cosas que tenemos todos en común, es una de las cosas que nos hermana. Es decir que, de alguna manera, es paradójal que la soledad es lo que nos hace a todos, en un sentido, por así decir, permite que podamos entendernos y comprendernos. Y con la angustia pasa algo parecido. No puedo dejar de mencionar algo que muy pocas veces se dice con respecto a la angustia, que la angustia es una elección, es una elección que uno hace, porque en el fondo contiene una trampa. Uno se angustia porque quiere evitar lo inevitable. Uno se angustia porque no quiere resignar algo que tiene que perder, es decir, la angustia es no querer soltar algo que ya no se puede retener y por eso la angustia nunca tiene nombre, se diferencia del miedo. El miedo es algo conocido y, cuando eso conocido es un sustituto, es una fobia; es decir, la fobia a los espacios cerrados, a los espacios abiertos, a determinados animales; una forma más corporal de la fobia es la alergia, que puede ser la alergia al polen o la alergia al pelo del gato o a cualquier otra cosa. Entonces, también con el caso de la angustia la cuestión es muy interesante porque pocas veces, en los momentos en que uno se angustia, tiene consciente que se angustia porque no quiere soltar algo que no puede retener.

Otra cosa importante, dicho sea en esta secuencia apresurada, no quiero demorar mucho tiempo con la exposición porque me interesa mucho más que conversemos sobre estos temas. La cuestión, he hablado de la importancia y la riqueza que son los recuerdos, pero es muy importante que, al lado de los recuerdos, también están los proyectos, y lo más importante tal vez es que los proyectos se basan en los recuerdos. Porque ¿de dónde saco yo lo que me parece mejor para mañana? De lo único que sé, de lo único que viví, de lo único que comprendo, de lo que me pasó ayer. Es decir, en realidad las mejores expectativas para mi futuro las construyo con materiales que provienen de mi experiencia del ayer. Es decir, con el ayer construyo la representación de mi futuro y yo creo que esto es muy interesante porque, de alguna manera, muestra también que así también construyo mis proyectos con mis recuerdos, y ya, dicho sea de paso, una de las cosas importantísimas en nuestra convivencia humana es que siempre nos sentiremos más cercanos -lo admitamos o lo neguemos- siempre nos sentiremos más cercanos de aquellos con los cuales podemos

compartir recuerdos y proyectos. Y cuando dos personas tienen una amistad muy estrecha es porque están compartiendo recuerdos y proyectos. Hay una frase muy cargada de sentido, basta decirla para que uno sienta un cierto estremecimiento. La frase, ubíquense en un momento biográfico al cual les remite esta frase tan sencilla: “¿Te acordás?”. Cuando uno le dice a otro: “¿Te acordás?” ¿qué le está diciendo? Le está diciendo: “¿Hemos valorado de la misma manera esto a lo cual estoy aludiendo, diciendo, ‘te acordás’? Bueno, yo creo que esto es otra manera de referirse al compartir recuerdos y proyectos.

Después hay otro tema. Todo esto que digo son los capítulos de este librito, ¿no? En el capítulo diez dice: “Lo que las cosas son y lo que dicen”. ¡Ah, esto es importantísimo! Porque los analistas tenemos una especie de deformación profesional. Nos pasamos la vida tratando de interpretar lo que las cosas dicen, y a veces, por ver lo que las cosas dicen, no somos capaces de ver lo que las cosas son. Salirnos del consultorio cuando estamos en familia, salirnos de... tal vez esto quede más claro si les digo un ejemplo humorístico. Dos analistas se encuentran bajando en el ascensor, cada uno tiene su consultorio en un piso diferente, y uno le dice al otro: “Buen día”, y el otro se pregunta: “¿Qué me habrá querido decir?” (risas). Bueno, esto es un ejemplo burdo de lo que es lo que las cosas significan o lo que las cosas son.

Y la última cosa de la cual quiero hablar es la diferencia entre personas y personajes. Esto es importantísimo. Esto parece una pavada, pero solamente encuentro una cosa de semejante peso cuando vemos la diferencia que hay entre la subsistencia y la *persistencia*. Imagínense un niño que hace un castillo de arena en la playa, juntando la arena, clava una banderita y arma un castillo. Ese castillo que él arma va a durar muy poco, porque evidentemente crece el mar y se lo lleva. Pero el niño tiene dentro de su mente un castillo soñado que él puso ahí. Hay una diferencia entre el castillo soñado y el castillo ejecutado, el castillo, por así decir, material. Y esta diferencia es la persistencia. El castillo soñado es prácticamente inmortal y, además, transmisible. El castillo materializado, sí, es importante, sin duda, pero no es duradero. Y la misma relación entre el castillo soñado y el castillo materializado, existe entre las personas y los personajes. Para entendernos bien, digamos que Cervantes es una persona, pero Don Quijote es un personaje. ¿Y cuál creen ustedes que tiene más duración? ¿Cuál es el inmortal? ¿Cervantes o Don Quijote? Y si lo quieren ver de manera más simpática y cotidiana, ¿quién tiene más persistencia? ¿Quino o Mafalda? ¿Quién es el que a ustedes le llega al corazón? ¿Quino o Mafalda? Bueno, esto es interesantísimo. Con esto termino mi exposición para que podamos conversar. Fíjense ustedes, Freud no psicoanalizó ni a Edipo ni a Narciso ni a Prometeo. A Narciso lo usó para nominar un aspecto de la metapsicología; a Edipo, para referirse a la sexualidad infantil; y a Prometeo un poco más cuando habló de la conquista del fuego. Freud al que psicoanalizó fue a Leonardo Da Vinci. No psicoanalizó ni a Edipo ni a estos personajes, estos personajes los usó para psicoanalizar a otros. Y yo creo que esto es muy interesante, porque habla de la diferencia que hay entre la persona y el personaje, que creo que genera una cuestión fundamental a comprender. Bueno, me paro aquí para que podamos dialogar.

