

Lic. Raquel Adriana Sosa
Lic. Susana del Carmen Arzelán
Artes y Ciencias - Psicología

Vejez y Religiosidad¹

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo reflexionar sobre la relación existente entre la religiosidad como fenómeno experiencial universal y el período de la tercera edad o vejez (según la clasificación que se utilice). Es de sentido común observar, cómo los adultos mayores parecen afianzar o volcarse puntualmente, en su mayoría, a la relación con lo Totalmente Otro, tanto desde una práctica concreta visible en los ritos, como desde una actitud de abandono emocional hacia su Dios interior.

Desde la cátedra de Psicología Evolutiva de la carrera de Psicología de la UCASAL se han desarrollado variadas investigaciones de campo donde el punto a sondear ha sido principalmente, las causas por las cuales los ancianos renuevan su religiosidad o recurren a una religión concretamente. En todas ellas, en total 7 (siete) han concluido que al limitarse los espacios afectivos, reducirse las posibilidades físicas, vivenciar paulatinamente una serie de pérdidas emocionales-afectivas, y enaltecer la dimensión espiritual, como rectora de las conductas, se impone naturalmente una profunda relación con el Otro Trascendente, el cual

¹ Trabajo presentado y expuesto en la VIII Jornada de la Cátedra Psicología de la 3ra. Edad y Vejez «*Desafíos y Logros frente al Bien-Estar en el Envejecimiento*» Facultad de Psicología – UBA, el 2 de agosto de 2008. El trabajo fue visado por la Lic. Analía Ibáñez Sierra, docente experta en Psicología Religiosa en la UCASAL.

cumple, entre otras funciones, la de cuidar, proteger, aliviar y guiar a la persona en los últimos escalones de su vida.

Se observa con suma frecuencia, cómo los adultos mayores apelan a los valores de actitud para enfrentar los sufrimientos y progresivos estados de soledad, connaturales a esta edad. La religión posibilita el ejercicio de sentimiento de resignación, comprensión ante los hechos irreversibles y la mantención de la esperanza aún después de la muerte.

Si partimos de la observación y de varias investigaciones² que nos confirman que el *adulto mayor* se inclina con más frecuencia hacia la religiosidad y/o sus prácticas, surgen entonces varios interrogantes. La primera opción es, que la persona ya poseía tal tendencia y en esta edad se fortalece y adquiere mayor relevancia; otra posibilidad, es que tal vez, no constituía esta relación con un Otro Trascendente, algo significativo, pero dadas las características y vicisitudes de esta edad, se ofrece como «un bálsamo» ante la soledad, el deterioro generalizado, las vivencias de pérdidas, entre otros factores. Otras posibilidades también pueden ser en muchas personas, una búsqueda sutil de preservar el narcisismo y negar la potencial desaparición yoica, con la consabida angustia que ello representa.

Aunque se puede continuar elaborando hipótesis, respecto a por qué el adulto mayor podría aferrarse a la religiosidad, podemos acercarnos conceptualmente a ella.

Una noción es aquella que se refiere a una expresión natural, propia de la constitución metafísica y psicológica (diferente a una «religión» determinada). Esta expresión sería la manifiesta en la *experiencia religiosa como la captación, en lo que es humano y terrestre, del impacto de lo Totalmente-Otro*. (Vergote, 1975: pág.66) Así la experiencia religiosa se trata de una apertura afectiva que llena los conceptos ya conocidos con una densidad existencial.

Mircea Eliade y G. van der Leeuw, sitúan en el origen de toda religión, una experiencia original, que interpreta como un asombro ante el poder de «lo otro» y el sentimiento inmediato de estarle religado. (Vergote, 1975)

² Cátedra Psicología Evolutiva Adultez y Senectud, UCASAL-2008.

Siguiendo a este autor, se reserva el término de religioso, a la actitud que reconoce a Dios como Otro, aproximándosele por temor, admiración, esperanza y gratitud. En definitiva, cuando hablamos de una relación con un Tú personalizado.

Puede la persona intentar olvidar o reprimir esta vinculación, pero nunca suprimirla. Entonces, si nuestro supuesto de base es la existencia de una religiosidad *inconsciente*, tarde o temprano, la persona se encontraría con la realidad interna de una relación profunda trascendente (Mankeliunas, 1961).

Concebimos al hombre desde una perspectiva comprensivo-existencial como unidad en la multiplicidad; como un ser abierto al mundo, a los valores y a la trascendencia. Un ser que se define por ser libre y responsable, a pesar de su condicionamiento psicofísico (tipo biológico, psicológico y sociológico). Es decir, un ser que va trascendiendo todas estas determinaciones al superarlas o conformarlas, pero también a medida que va sometándose a ellas (Frankl, 1997). Esta paradoja define el carácter dialéctico de hombre, uno de cuyos rasgos es permanecer permanentemente abierto y problemático para sí mismo. Su realidad es siempre una posibilidad, por lo que podríamos decir, que ser hombre no consiste en los hechos sino en las posibilidades.

Si en la concepción de «*imago hominis*» incluimos las nociones de «*homo faber*», «*homo amans*» y «*homo patiens*», es básicamente desde estas últimas dimensiones donde el *adulto mayor* podrá responder y encontrar el significado a sus acciones. Ya no son, el éxito o el fracaso, las principales categorías desde donde actúa, como tal vez en épocas evolutivas anteriores, sino más bien, la plenitud y la desesperación (ambas pertenecen a otra dimensión muy distinta que aquellas). De esta desigualdad dimensional se deduce su superioridad, pues es así que el *homo patiens* puede considerar su vida plena, incluso en el fracaso.

Frankl encuentra en la propia estructuración personal, fuertemente arraigada a la voluntad de sentido, el buscar un pleno sentido a la existencia. El autor nos dice que si la persona no logra darle respuesta satisfactoria a esta voluntad de sentido, caería en una frustración existencial, y en un grado más profundo, navegaría en el mar del vacío existencial (neurosis noógenas).

Coincidimos con Guardini al afirmar que cada ciclo vital trae

consigo un sinfín de posibilidades, las cuales también en su desarrollo dependerán, de cómo la persona ha venido construyendo su peculiar y única manera de significar y encarar la vida. Por lo tanto, ante la realidad de un escenario donde se van perdiendo afectos profundos e identificatorios, situaciones vitales más saludables, percepción cada vez más cercana de la propia muerte, entre otros factores, es posible asegurar que el adulto mayor se vea impelido a responder de una manera cada vez más personal y responsable (existencialmente) ante este contexto que le toca vivir.

Tal vez, haya que invertir la ecuación: en vez de preguntarse por qué las cosas ocurren de tal modo (pérdidas, desplazamiento social, envejecimiento, soledad, deterioros cognitivos, etc.) y rebelarse ante ello de distintas maneras, cambiarla por un planteo distinto, por mirar la situación vital como una interpelación de la vida al hombre.

Entonces, una vez más el adulto mayor se pregunta: *¿qué me plantea hoy la vida a mí?*; este que soy, con mis circunstancias de vida, anímicas, afectivas, corporales, interpersonales, sexuales, sociales; algunas agradables y sintónicas, y otras, vividas como perjudiciales, desoladoras y angustiantes. *¿Cuál es la mejor respuesta que puedo y quiero darle a mi vida ahora?*

Por lo que observamos, cada persona, aunque posea edades cronológicas similares con otros adultos, se ubicará y responderá libremente, desde su *weltan chaung*, experiencias, sentimientos y atribuciones, positivas o negativas que le haya otorgado hasta entonces a su propia vida. En definitiva, es cómo se enfrenta a su propio *destino*, desde la concepción frankleana, cómo abordará ahora este nuevo ciclo, llamado *tercera edad*. Así, por ejemplo, se sabe que las personas que se jubilan y que no poseen una actividad sustitutiva de igual valor psíquico que su profesión, suelen caer en determinadas enfermedades, y hasta adelantar su propia muerte.

Es entonces, retomando el concepto de religiosidad del comienzo, que la creencia en la existencia de un Otro Trascendente, incondicional, en la mayoría de los casos, personalizado, provee a la persona en esta edad, un sentimiento de tranquilidad existencial y un apoyo psico-espiritual, lo suficientemente fuer-

te y sólido como para enfrentar las demandas críticas de esta edad. El psiquismo del senescente se va despoblando paulatinamente de relaciones objetales (internas y externas) y su mundo circundante también le muestra que debe ir adaptándose gradualmente a las nuevas condiciones vitales. Ellas, como explicamos previamente, contienen facetas que deberán ser descubiertas e intentar desplegarlas dentro de las limitaciones y posibilidades de cada uno. A la vez, también se presentarán «situaciones límites» y de separación y confrontación con la enfermedad y la muerte de los próximos, que pondrán a prueba su fortaleza y su recursos espirituales.

Aquí se ve claramente, como la vivencia de la religación con Dios le provee a la persona una sensación de «tranquilidad ontológica» y sentido existencial, que se traduce en su comportamiento, mensajes esperanzadores a las nuevas generaciones, postura y asunción más firme ante las vicisitudes y enfermedades que pudieran padecer.

Freud aludía a esta relación con lo Trascendental en términos de «Ilusión», como una manera inconsciente de buscar ante la emergencia de la angustia y el temor a la indefensión, la figura paterna simbolizada en la imagen divina. Parecería que ocurre a esta edad una regresión psicoemocional a estados infantiles, donde la dependencia afectiva y búsqueda de protección son naturales.

Lo interesante de la hipótesis freudiana, es que puede constituir un aspecto significativo, pero no definitorio del imbricado mundo psico-espiritual de las personas. Podríamos una vez más aventurar que es esencial en ellas la necesidad de sentirse útiles e importantes para alguien o algo, y cuando el cerco humano se va desdibujando (en el peor de los casos), siempre persiste un Tú, amoroso y acogedor, que lo alienta hasta el final de los días.

Aunque puede el adulto mayor mantener su actividad laboral (previa o nueva) según sus condiciones de vida e intereses, este período parece el momento óptimo para continuar encontrando sentido mediante el despliegue de los *Valores Experienciales* (las vivencias de disfrute ante el arte y la naturaleza), mantener activa la capacidad de amar en todas sus manifestaciones (hacia los pares, hacia la descendencia, hacia los más vulnerables socialmente, etc.) y concretamente, para poner en juego los *Valo-*

res de Actitud. Éstos son aquellos que se plasman ante situaciones de dolor irreversible, ante situaciones límites; se refiere a la capacidad para soportar el sufrimiento cuando ya no hay otra alternativa a contemplar.

Nietzsche dijo en una ocasión: «quien tiene un porqué vivir, soporta casi cualquier cómo». Es decir, quien encuentra un sentido a su vida, le ayudará más que cualquier otra cosa a superar las dificultades exteriores y los sufrimientos interiores. Creemos que existen ejemplos lo suficientemente valiosos para afirmarlo: Goethe, que ya anciano trabajó durante siete años en la segunda parte de su tragedia *Fausto*; la Madre Teresa de Calcuta, que falleció a los 87 años consolando y ayudando a los moribundos, Ernesto Sábato con su mágica lucidez intelectual, y otros tantos ejemplos de adultos mayores que constituyen modelos de vida.

Por lo tanto, el adulto mayor conociendo los aspectos normales del envejecimiento y sus dificultades típicas, debe ocuparse, mientras disponga de fuerzas espirituales, de formarse a sí mismo. En vez de recluirse en la mera satisfacción de necesidades primarias, debería:

- Preservar su verdadero centro en la dimensión espiritual.
- Mantener alta la autoestima por lo que se es, real y potencialmente (sentimiento de eupatía).
- Persistir en la capacidad de adaptación ante lo nuevo, incluyendo la idea de la propia muerte.
- Perpetuar su aspiración a la verdad y la justicia.
- Mantener y cuidar del amor de quienes lo rodeen y hacia el mundo de la naturaleza.
- Disfrutar del arte y de las vivencias religiosas en el ámbito de la intimidad y de las relaciones interpersonales.
- Continuar afianzando, a pesar de sus limitaciones, su sentido de vida, de autonomía y de integridad.

Si retornamos entonces a la relación con un Totalmente Otro, no es infrecuente observar personas, que durante su edad juvenil se habían apartado de la religión, en la adultez les era indiferente,

en esta edad, vuelven con una actitud reconciliatoria a la relación con lo Trascendente. La vejez es un tiempo para aprovecharlo, libre de apuros y peso excesivo de preocupaciones, es decir, el tiempo oportuno para pensar en la eternidad. Es en esta edad en que el individuo tiene un juicio sereno, maduro, experimentado para entrar de una manera más profunda y afectiva en sí mismo. El hombre puede cultivar en su interior, el sentido y el gusto de lo infinito, reflejándolo después sobre todo cuanto lo rodea. A los ojos de Kierkegaard el hombre que quiere conocer la verdad en su nivel más profundo, debe dejarse invadir por ella totalmente; su saber debe hacerse interioridad, subjetividad.

Intentando realizar una breve reflexión final, luego de caracterizar este hilo conductor entre los adultos mayores y su religiosidad (en la mayoría de los casos estudiados en Argentina) nos hacemos varias preguntas, como cuando iniciamos el planteo.

¿Al final de la vida se mantiene la necesidad de contención amorosa y protección por parte de los otros, elevada ahora en la dimensión espiritual, a la figura del Padre?

¿Es que la certeza de la finitud y mayor vulnerabilidad hace cada vez al hombre más humilde ante la Providencia? ¿Es que el ser humano es naturalmente movilizado por la esperanza para alcanzar sus proyectos y cuando al final sus circunstancias vitales le estrechan su sentido, la fe en el más allá le da significado a la espera?

Podemos continuar preguntándonos, pero quisiéramos terminar con la oración de una joven anciana centenaria³:

*Mi Señor Jesús, en Ti confío, y a Ti me confío,
con todos mis hijos, nietos y biznietos en general y a cada uno en particular.
Te ruego que me concedas la gracia de los dones del Espíritu Santo
para saber pensar, saber hacer, saber decir, saber escuchar y callar,
y saber hablar oportunamente.*

³Poema de la madre (103 años) del José Luis Ysem de Arce. Obispado. Casilla 117 - Chilán, Chile, 1998

*Que aprenda a entender y comprender a los demás,
a tener esperanza y ser solidaria,
enséñame a tener paciencia, a ser fuerte y saber dar consejo,
que siempre ame y sirva a Dios ayudando a quien pueda,
haciéndolo por amor y en su nombre.
Enséñame a saber aceptar lo de cada día,
a saber caminar pisando firme,
para nadar por el Camino que conduce a la paz temporal,
y sobre todo a la eterna.
Amén*

PALABRAS CLAVE

Religiosidad. Religión. Muerte. Sufrimiento. Valores de actitud. Duelos.

BIBLIOGRAFÍA

- Mankeliunas, M (1961): *Psicología de la religiosidad*, Ed. Religión y Cultura, Madrid.
- Pereyra, M. (1997): *Psicología de la Esperanza*, Psicoteca Editorial, Buenos Aires.
- Vergote, A. (1975): *Psicología Religiosa*, Ed.Taurus, 3º ed. Madrid.
- Frankl, V. (1992): *El hombre en busca de sentido*, Ed. Herder, Barcelona.
- Frankl, V. (1997): *Psicoanálisis y Existencialismo*, Ed. FCE, México.
- Griffa, M.C. y Moreno, J. (2005, *Claves para una Psicología del Desarrollo*, Lugar Editorial, Buenos Aires.
- Guardini, R. (1977) *La aceptación de sí mismo*, Ed. Cristiandad, Madrid.

DATOS DE LA AUTORA

Raquel Adriana Sosa de Reynaga

Profesora para la Enseñanza Media y Universitaria en Psicología. Licenciada en Psicología. Magister en Educación.

Especialista en Psicología Clínica - Mediadora.

Vicedecana de la Facultad de Artes y Ciencias de la Universidad Católica de Salta.

Titular de las Cátedras Psicología Evolutiva y Cultura del Niño y Adolescente (licencia actual) y Psicología de la Adultez y Senectud de la Carrera de Psicología - Universidad Católica de Salta.

Titular de Psicología y Trabajo Social en la Escuela de Trabajo Social.