

Nou article per a CAPGRÒS
Juny, 2010

APRENDRE A ENVELLIR

Carmen Ferrer Román. Psicòloga-psicoanalista

A l'ésser humà sempre l'ha costat haver d'abandonar la joventut i anar fent-se gran, però aquest fet inevitable s'ha viscut de diferents maneres segons el moment històric i l'àrea cultural.

Fins no fa gaire temps, la majoria de les persones vivien la vida com un procés natural en el qual cada etapa tenia les seves situacions i vivències característiques. Aquestes etapes passaven i s'acostumaven a viure de manera normal, experimentant en cada moment les satisfaccions que pertocaven.

Però durant el segle XX tot això ha canviat molt, al menys al món occidental, hi ha hagut molts canvis en la manera que l'ésser humà veu el procés de la vida i el pas dels anys, hi ha com una dificultat de viure amb tranquil·litat la maduresa.

Però que ha passat a occident per que hagi hagut aquests canvis i dificultats? Podem pensar que els avanços que la tècnica ha fet durant les últimes dècades, tan bons per algunes coses, han portat també expectatives poc realistes en alguns aspectes, com l'esperança de poder lluitar contra la nostra naturalesa i vèncer les conseqüències del pas del temps volent creure que podem evitar el que és inevitable.

Altres realitats actuals també potencien aquesta idea com la rapidesa en la comunicació que permet transmetre missatges a l'instant i a gran quantitat de persones. Aquesta facilitat l'aprofiten algunes organitzacions per convèncer a la gent de que si tenen això o allò evitaran envellir; intenten fer creure que tot és possible i aprofitant això vendre tal o qual cosa.

Això és una fantasia, igual que la imatge de joves ideals que presenten contínuament els anuncis suggerint que serem així si comprem determinats productes. No deixa de ser una manipulació en la qual algunes persones cauen i compren compulsivament amb una esperança vana que la majoria de les vagades no és massa conscient.

També hi ha missatges subliminals que ens diuen que hem de ser joves sempre, joves i guapos per ser valorats i acceptats. Els valors s'han subvertit, sembla que ara el que val és l'aspecte extern i les coses materials que hom té i no el que cadascú és per les coses que fa. D'alguna manera això és producte d'un estil actual materialista i superficial que impera a la nostra societat en el qual predomina el sentit visual.

Però també és cert que hi ha cultures on les diferents etapes de la vida es continuen veient amb naturalitat i es poden apreciar les coses que s'adquireixen en el transcurs de l'existència, com la saviesa que dona l'experiència, la tranquil·litat de la maduresa, la paciència per poder esperar que arribi el que desitgem i la certesa de que seguint les coses s'aconsegueixen moltes d'elles.

Hem d'acceptar el pas del temps i els límits de l'existència, la vida és així, no podem tenir tot el que volem i el mite de l'eterna joventut és això, un mite.

No ens hem d'amargar pels efectes de l'envelliment, el temps al passar deixa les seves marques al cos però també ens fa madurar psíquicament. Aquesta visió facilita poder viure cada etapa de la vida i aprofitar les coses que ofereix cada moment i situació vital, perquè totes les èpoques tenen coses bones si se saben veure i viure. Hem d'aprendre a viure tranquils el fet d'envellir valorant totes les coses que hem aconseguit i passar la vida i els anys de la manera més satisfactòria possible.

www.tupsicoterapeuta.com