

Tercera edad y tercera infancia

Begoña González, una amiga que vive en España, me contó vía internet que no podía comprender muy bien por qué en mi último libro, *Etapas del desarrollo*, yo había comparado la «tercera edad» con la «tercera infancia», y me pidió que le explicara qué quise decir con esta comparación. ¡Muchas gracias, Begoña! Este pedido me hace sentir realmente como una niña pequeña, pues me permite plantearme nuevas preguntas y reflexiones. Me da pena vivir tan lejos de Begoña y no poder conversar con ella personalmente, solo puedo enviarle por correo electrónico las ideas que me vinieron sobre este tema.

Cuando nacieron mis nietos reflexioné sobre mi llegada al mundo y recordé mi propia infancia; ese acontecimiento fue para mí una buena oportunidad para poner en práctica la recomendación «ama a tu prójimo como a ti mismo». En ese momento pensé que cuando era pequeña aún no estaba tan condicionada por este mundo: no sabía casi nada, por ejemplo, no sabía hablar, leer, escribir ni calcular, pero ahora, en esta etapa de mi vida, tengo el deseo de crecer hacia dentro, de descubrir lo positivo y lo negativo de las cosas, y de no hablar únicamente para convencer a otras personas. Y, a pesar de mi vejez, comencé a tener otra vez mucha curiosidad: «¿Por qué mis nietos han venido a este mundo?, ¿ellos mismos querían ser hijos de mis hijos?». Y enseguida me pregunté: «¿Por qué he venido yo a este mundo?, ¿fui yo quien decidió que fuera gracias a mis padres? ¿Cómo puedo retomar el contacto con el origen de mi vida para no perderme al salir de este mundo, ahora que estoy demasiado vieja?».

Cuando mis nietos comenzaron a crecer compartieron conmigo muchas de sus propias preguntas. Por ejemplo: «¿Qué raro que mi cuerpo contenga lo material, lo vegetal y lo animal! ¿Y cómo puedo utilizar todo esto como una herramienta para hacer algo bueno en este

mundo y poner en práctica el amor de la vida?» «¿Por qué puedo moverme, usar mi boca para comer y para hablar bien, utilizar mis manos para hacer algo, y también mis ojos y mis oídos?»». Y cada vez que veo cómo mi nieto más pequeño se arrastra con su barriguita o intenta andar a gatas, me viene la pregunta: «¿Cuántas veces me he comportado yo casi como un animal y no como un ser humano?»». Y cuando un niño llora, pienso que yo también, como él, lloré porque para mí no era tan fácil vivir en este mundo.

Todos llegamos a este mundo con el mismo potencial humano, pero dependemos de nuestros antepasados y de nuestro entorno social para que no perdamos el contacto con nuestro propio ser interno. Todos tenemos el potencial de tomar nuestras propias decisiones, si queremos retomar el contacto con el origen de nuestra vida. Y esto me permite formular una nueva pregunta: ¿Un adulto que no se comporta bien puede justificar su mala conducta en que su niñez estuvo cargada de demasiadas malas experiencias? Por ejemplo, cuando un adulto no vocaliza bien o no verbaliza correctamente sus ideas, cuando no utiliza su boca —que es un *instrumento musical*— para poner en práctica el amor, o si eleva su tono de voz de forma desproporcionada, produciendo mucho ruido en su entorno, entonces pienso que esta persona no tuvo en su niñez suficientes buenas experiencias, necesarias para que creciera tomando sus propias decisiones. También pienso que algunos adultos mucho más sabios que los niños nos han educado con un tono de voz poco cariñoso, en lugar de compartir con nosotros sus propias experiencias con mucho amor. Y entonces me viene esta pregunta: ¿Qué es lo que realmente me interesa? ¿Cómo puedo hablar, llorar o reír sin molestar a otros?

Casi como yo en mi tercera edad, los pequeños se cansan rápido de lo que están haciendo y enseguida quieren probar algo nuevo, sin pensar mucho en lo que han hecho antes. Y así me doy cuenta de cuántas veces me he olvidado de algo y también de en cuántas situaciones diferentes me he equivocado. Por ejemplo, cuando mis nietos nacieron no me di cuenta de que ellos como yo vinieron del mismo origen de la vida, a donde yo podré regresar ahora que estoy muy vieja. También veo que mis nietos quieren irse temprano a la cama. Y yo, que durante muchos años me acostaba a medianoche, ahora quiero irme a dormir mucho más temprano. Y cuando estoy durmiendo, ais-

lada de lo que está fuera de mí, me siento mucho más en contacto con mi ser interno.

Pero cada madrugada, cuando me despierto, me recuerdo a mí misma que al llegar a este mundo mi cuerpo comenzó a formarse a partir de una sola célula y que creció lentamente en contacto con su ser interno. Y cuando me levanto de la cama, me sorprende de que aquí haya tantas cosas que hacer, aunque ya no me siento, como durante muchos años, tan obligada a trabajar bastante. Entonces me siento más despierta y más activa mientras me ducho con agua fría y después me visto con alguna ropa. Y sin olvidarme de que antes de nacer yo había vivido sin tener el cuerpo que ahora tengo, me siento tan curiosa como un niño pequeño y me pregunto: «¿Qué hago todavía en esta tierra?, ¿me interesa solamente aquello que me gusta a mí, o también la necesidad de apoyo que experimentan otras personas?». Solo que ahora, en mi tercera edad, esta curiosidad me parece muchas veces un proceso tan lento como el crecimiento de un niño, porque no sé si tantas nuevas preguntas provienen de mi mente influenciada por el pensamiento de otras personas o del contenido de mi ser interno que ya había traído a este mundo. Y tampoco sé si puedo contestarlas con suficientes experiencias concretas, o si para responderlas puedo recurrir a la guía y la ayuda, que puede ser muy lenta, de mi ser interno, y así protegerme de sentirme más sabia que otras personas.

Recuerdo que Jean Piaget mencionó que solo los niños grandes pueden tener una comprensión de la «reversibilidad». Pero la reversibilidad de llegar y salir del mundo me llega recién en la tercera edad, a pesar de que yo he sabido siempre que todos los seres vivos que llegaron a esta tierra, también salieron alguna vez de este mundo. Con esta comprensión me viene también el recuerdo de que con mis hijos ya he viajado en coches, taxis, trenes, buses, aviones, barcos, bicicletas o a pie miles de kilómetros por diferentes países del mundo, cada uno con sus situaciones naturales y culturales particulares, con las ventajas y los problemas de este mundo que, con la esperanza de no perder el contacto con el origen de su vida, me alegraba cuando ellos se interesaban en lo que hay en la Tierra. Ahora ya no me gusta viajar tanto alrededor del mundo, porque cada vez me interesa más saber qué hay en el más allá. Y solamente a veces, cuando camino un poco en mi entorno, contando cada paso que doy hasta llegar a

mil, aún me siento bastante interesada en lo que mi cuerpo hace en esta tierra.

Por fortuna la reversibilidad me proporciona alguna nueva comprensión. Por ejemplo, que si me olvido de tantas cosas en mi tercera edad puedo sentirme «vacía» de algunas instrucciones, y confiar más en lo que puedo recibir de mi ser interno. Esta confianza va creciendo dentro de mí, porque no solo ahora, sino también durante muchos años, he podido acompañar con amor y respeto a muchos niños y jóvenes, quienes han crecido humanamente a partir de sus propias experiencias. Esto, aun en mi tercera edad, me ha ayudado a no sentirme más inteligente que los niños, porque también yo recibo mis propias comprensiones como un regalo de la vida.

A mi edad me duele también cuando, al desplazarme, mis manos, mis pies y hasta mi cabeza tropiezan tantas veces con distintos elementos de mi entorno. ¡Y ahora tengo que aprender otra vez a moverme con más cuidado! Y cuando me siento a la mesa, no puedo dejar de sentirme como un bebé que todavía no sabe qué le gusta comer, porque en mi tercera edad, para no enfermarme, debo prestar más atención a la comida. Después de muchos años de haber bebido cerveza o vino ahora no quiero nada que contenga alcohol, bebidas que tampoco se les permite tomar a los niños pequeños.

Cada mañana me siento tan curiosa como un niño frente a lo que puedo hacer durante el día. Por ejemplo, cómo puedo cuidarme del frío o del calor, qué me gustaría cocinar y cómo puedo hacerlo, dando con mis manos suficiente amor a todos los objetos materiales, vegetales y animales; y también qué quieren hacer mis nietos y los hijos de mis vecinos en los ambientes que hemos preparado para su propio desarrollo (los centros para actividades autónomas). Allí me siento bastante ignorante, pero por suerte me vienen nuevas preguntas: «¿Qué les interesa hoy? ¿Cómo puedo compartir mis experiencias con cada uno de ellos sin “enseñar nada”, para que cada uno pueda sentir qué es lo que le interesa, lo que le gusta; cuáles son y cómo puedo corregir mis propios errores?». Y con este acompañamiento yo también descubro algo nuevo.

Después de tantos años de haber jugado con los niños, en este momento de mi vida los «materiales didácticos», sobre todo los de matemáticas, se convierten para mí en juegos, y me gusta el hecho

de llegar al mismo resultado con diferentes materiales de cálculo. Para mí esta actitud de «jugar» no es para asegurarme de los «resultados», sino para obtener experiencias personales que me interesan realmente, para tranquilizar mis movimientos, que es la necesidad auténtica del desarrollo de un niño. Y si expreso tranquilamente lo que tocan mis manos y lo que ven mis ojos, no solo «aprendo» algo, también comienzo a «comprender» lo que hago en este mundo y qué otras experiencias personales me interesan ahora. Por el contrario, los materiales didácticos que se enfocan en «ganar algo» ya no me hacen tan feliz. Para mí los materiales de cálculo —por ejemplo, cuando los utilizo para comprender la base 2, la base 3 o la base 10— son una buena herramienta para descubrir cuáles son los errores que he cometido, y también para no sentirme como una «profesora», sino como una niña que sola o con otros niños puede descubrir algo nuevo. Sin embargo, cada vez que hago cálculo o cuando voy caminado por la tierra, me gusta más decir los números en alemán, como lo hacía cuando era pequeña. Y al cometer errores de cálculo, comienzo a darme cuenta de que esta es una analogía de tantos otros errores que ya he cometido a lo largo de mi vida.

Como los niños que tardan bastante en los cálculos de positivo y negativo hasta sentirse seguros del resultado, yo sigo preguntándome qué es lo positivo y qué es lo negativo en mi manera de vivir en este mundo. Por ejemplo, ¿qué te gusta o qué te asusta a ti de lo que estás leyendo aquí? Estas preguntas me vienen incluso cuando estoy afinando mi clavicémbalo para tocar mi música con suficiente armonía. Con esta experiencia también viene a mí la reflexión de que mi cuerpo no es simplemente mi Yo, sino que debería servir como un buen instrumento para hacer algo armónico en este mundo.

Ahora recuerdo con frecuencia que nací en Berlín, pocos meses antes de la Segunda Guerra Mundial, donde sufrí con tantos peligros y bullicio; este recuerdo me hace pensar que yo y muchas otras personas deberíamos vivir más tranquilos en este mundo. Y para vivir más tranquila me parece muy importante no enfadarme mucho, porque soy cada vez más consciente de que todos los seres humanos somos una mezcla de algo positivo y algo negativo, y que mis enfados pueden dañar mi salud. O tal vez, cuando algo me asusta o me enfada, o después de haberme tropezado con tantos objetos materiales, con mi

propio cuerpo, o con otros seres vivos en este mundo, siento ganas de regresar a donde estuve antes de nacer.

Recuerdo que durante años he recorrido miles de kilómetros en bicicleta, con mi esposo, con mis hijos y hasta con mis nietos y muchos vecinos. Y al observar que uno de mis nietos recién cumplió un año, me doy cuenta de que aún percibe su propio cuerpo como la «casa» de su ser interno, y que apenas empieza a probar qué puede hacer con él. Y al verlo así, estoy segura de que debería acompañarlo, no directivamente, sino con empatía, para que su «instrumento individual» pueda crecer adecuadamente y pueda hacer lo que deba hacer en este mundo, sin perder el contacto con el origen de su propia vida.

Cuando en mi «tercera infancia» acompaño a niños que en lugar de recibir «malas notas» corrigen espontáneamente sus propios errores, me doy cuenta de muchos errores que yo he cometido en mi «larga vida» y que tal vez los he heredado de mis antepasados. Ahora siento la necesidad de corregir también mis errores para buscar algunos cambios y así poder crecer humanamente, y no solo estar tan feliz como estaba cuando era una niña y obtenía buenas notas en la escuela. Y casi todo lo que antes me parecía completamente «normal» ahora me sorprende, y me pregunto si prefiero encontrar algo nuevo como un niño pequeño.

Con esto me doy cuenta de que cambiar en la tercera edad mi manera de hablar, como lo aprendí en mi infancia, puede ayudarme a crecer, porque ahora percibo más la diferencia entre decir y escuchar, en qué tono de voz estoy diciendo algo, y entre las diferentes experiencias personales. Ahora para descubrir algo nuevo, lo más simple para mí es utilizar los materiales concretos y semiconcretos de cálculo que me ayudan a tranquilizar mis movimientos y mi manera automática de hablar. Así comienzo a sentir la diferencia entre informaciones que proviene directamente de otras personas y aquellas que son una guía que me viene desde dentro.

En mi tercera edad me pregunto por qué me estoy olvidando de tantas palabras y de tantos nombres. ¿Será para que ya no me sienta tan orgullosa de saber más que otros? ¿O esto tiene la ventaja de que me siento tan ignorante como un niño pequeño, o que ya me estoy preparando para olvidarme de muchas cosas para cuando algún día salga de este mundo? Creo que esto es así, por lo que ahora me sien-

to cada vez más en contacto con mi propio ser interno. A mi edad ya sé que el idioma debe traer consigo el contenido del pensamiento interconectado, de la autorreflexión y la empatía; por eso me interesa más el significado y el contenido de cada cosa y de cada ser vivo. Y ahora me siento triste, como un niño pequeño, cuando alguien habla demasiado rápido, porque quiero comprender, en cualquier situación, lo que dicen quienes me acompañan, pero sin perder el contacto con mi propio ser interno. Y esto me trae el recuerdo de que en mi infancia tuve que aprender 10 idiomas, y me sentía orgullosa porque los aprendí muy rápido. Pero me tranquiliza reconocer que no importa tanto qué idioma hablamos, porque todos los seres humanos tenemos en común el origen de nuestra vida, que significa que todos somos hermanos o hermanas.

Ahora me siento muy sorprendida cuando veo mi cara y mi cuerpo en un espejo, porque como un «niño pequeño» me siento más en contacto con mi ser interno que con lo que se puede ver fuera. Solo me asusta un poco verme tan vieja. Por eso comienzo a buscar nuevas perspectivas de la vida: por ejemplo, cada vez que un niño o un adulto comete algún error, me pregunto qué errores he cometido o sigo cometiendo yo misma. O cuando me siento orgullosa porque «yo sé más que los niños», me acuerdo de mi propia infancia cuando sabía muy poco; y que la vida, que no la he hecho yo misma, debería servir como una herramienta para hacer algo útil en este mundo, a pesar de que, en relación con nuestra tierra, un poco grande, esto sería algo pequeño.

Cada vez estoy más convencida de que quien me ayuda a comprender cualquier asunto es el creador de mi vida, que me pide que ponga en práctica el amor a la vida. Con esto me siento tan curiosa como un niño pequeño. Y porque no puedo saber cuánto tiempo más puedo ser útil en este mundo, y porque siento tanto daño en mi cuerpo cuando siento temor o cuando me enfado, y también por la alegría en los momentos en que me siento orgullosa, estoy segura de que soy tan ignorante como un niño pequeño. Por ejemplo, ni siquiera sé cuántos miles o millones de bebés llegan al mundo ni cuántas personas lo abandonan cada día. Pero ¿la mejor manera para sentirme más cercana a un niño sería que me olvide de tantas cosas y me sienta más «tonta» que un niño pequeño? Y con estas actitudes ¿podría no

preocuparme tanto que solo hasta ahora sea más clara para mí la diferencia entre teorías y realidades concretas, que en mi niñez pocas veces pude comprender, y que cada persona tiene su propio ritmo para comprender algo?

Otra cosa que también me ocurre es que durante tantos años he leído miles de libros, pero ahora, como un niño pequeño que todavía no sabe leer y prefiere jugar, me intereso más por mis propias experiencias que por lo que otros me cuentan o me explican. Es que cuando comencé a escribir libros me sentía tan espontánea como un niño que casi siempre habla sobre algo propio. Por eso quisiera que otras personas no crean solo en lo que yo escribí en mis libros, sino que confíen más en sus propias experiencias y en su posibilidad de crear algo nuevo en su propio entorno.

Y otro ejemplo: cuando todavía era muy joven ya había aprendido a cantar y a tocar diferentes instrumentos musicales, casi siempre interpretando lo que algún especialista en música había anotado. Durante varios años yo también fui profesora de música para ganar dinero enseñando a otros. Pero ahora me gusta mucho más hacer música espontáneamente sin anotarla, y me siento muy sorprendida de mis propias creaciones. ¿No será porque ahora soy una niña que canta espontáneamente? ¿No será esto una analogía que tiene que ver con que quiero vivir en armonía conmigo misma y con todo mi entorno porque en mi infancia mi cuerpo siguió creciendo para servir de instrumento con el cual hacer algo bueno en este mundo, no porque alguien lo toque desde fuera, sino porque sus buenas melodías le vienen desde dentro?

Ahora, Begoña, quisiera contarte algo más. Como en los años que estuvimos activos en el Pestalozzi, en nuestro nuevo proyecto integral León Dormido también celebramos la Navidad de manera bastante espontánea: a finales de diciembre acompañamos a una pareja con su bebé, que viene sentado con su madre en el «burro de María», y buscamos con ellos dónde puedan descansar y reposar para mostrar que él ha nacido en el campo. Entonces cantamos muchas canciones, tocamos flautas y guitarras para celebrar la llegada del «hijo de Dios».

Con estas fiestas sentimos que las religiones no son una enseñanza para los adultos y los niños, sino que todos nosotros, como Jesús, hemos llegado a este mundo enviados por nuestro «padre del más

allá», que todos tenemos en común. ¡Es una linda oportunidad para darnos cuenta de que la vida no existe solamente en esta tierra, sino que también mucho más arriba de donde hemos venido y a donde podremos volver cuando termine nuestra tercera edad, y esta conciencia nos trae como promesa seguir creciendo como un niño pequeño.

En estas fiestas se nos aclara que Jesús no era un «jefe o un rey» —y nosotros podemos estar orgullosos (porque también nosotros somos herramientas de Dios para hacer algo bueno en este mundo)—, sino que llegó a una familia pobre y muy sencilla, y que a pesar de no tener una «buena educación», alcanzó comprensiones mucho más profundas, que su padre del más allá le regalaba siempre por medio de su ser interno, enseñanzas que le servían para apoyar a todos los seres humanos suficientemente interesados en sus propias experiencias. ¡Una buena manera de celebrar la Navidad!, sintiéndonos también en los «brazos del padre del más allá que todos tenemos en común», esperando que, como Jesús, podamos recibir de él lo que necesitamos para comprender mejor qué sería bueno hacer en este mundo. Y así como Jesús (esperando que no nos crucifiquen), ojalá nosotros también podamos regresar al origen de nuestra vida, lo que ahora en mi tercera edad siento como un ejemplo concreto y muy importante de la reversibilidad.