

**con acento**

## **Una reflexión sobre la familia**

Elena Viña Argüelles

Recientemente, hemos podido leer en un diario de circulación nacional, que, desde el mes de enero del 2003 hasta el mes de abril, 40 madrileños, fundamentalmente ancianos, han muerto en soledad, en el interior de sus viviendas. El 22% de las personas que viven solas, tienen un sentimiento doloroso de su soledad. Según un estudio del IMSERSO, el 17% de la población española es mayor de 65 años y 2 de cada 10 personas viven solas.

Estas noticias y recuentos estadísticos, nos llevan a reflexionar sobre qué está pasando con la familia y, en particular, qué está pasando con uno de los miembros de ella: el anciano. Podríamos hacer este análisis desde múltiples perspectivas; pero, en este caso, los planteamientos que hace la Psicología Analítica o Arquetipal de C. G. Jung nos proporcionan interesantes motivos de reflexión.

Para la psicología analítica, los arquetipos son sistemas de aptitud para la acción y, al mismo tiempo, imágenes y emociones. La psicología analítica ha estudiado muchos otros arquetipos pero en este caso y para los fines que nos interesan, nos detendremos en el arquetipo del

«Viejo» o *senex*, y en el de «Hestia», la diosa del hogar.

Según Christine Downing, «las imágenes arquetípicas ofrecen un rico reflejo de nuestra experiencia interior y de nuestra interacción con el mundo exterior»; y éste es nuestro objetivo de reflexión con este breve artículo.

### **La vejez abandonada**

Cuando escuchamos que a nuestros mayores los encuentran muertos en sus casas después de un tiempo de haber fallecido, o que uno le quitó la vida al otro y luego se suicidó, no nos queda menos que reflexionar profundamente sobre qué es lo que nos ha llevado a vivir en estos momentos esta «pérdida de alma». Sí, pérdida de alma, porque la imagen del «viejo» forma parte del Olimpo simbólico de nuestra alma, y pareciera que es un aspecto abandonado, no venerado en estos tiempos que nos ha tocado vivir y, por tanto, un aspecto de nuestra alma que no está siendo atendido.

En nuestra vida, todos tenemos referencias del «abuelo», «la abuela», con lo que podemos acercarnos, conscientemente, a los distintos

aspectos de este arquetipo y al tono emocional individual que ha tenido / tiene para nosotros.

Vivimos tiempos que rinden culto al cuerpo perfecto y saludable, a la velocidad, al éxito rápido, a lo nuevo y luminoso, lo que tiene futuro. La palabra «viejo», no encaja en estos patrones ya que viene asociada a limitación, lentitud, enfermedad, oscuridad, muerte, tiempos pasados, y todo lo que cada uno tenga archivado en su memoria personal, que, en suma, viene asociado con una connotación negativa.

Visto desde esta perspectiva, parece que todos deseáramos tener alejados estos aspectos de nuestra conciencia / de nuestra cotidianidad también, para, si es posible, confinarlos en una bella residencia donde no nos sean mostrados porque nos inquietan. Si bien es cierto que todos estos aspectos pertenecen al arquetipo del *senex*, no menos cierto es que se nos olvida analizarlos bajo otra perspectiva, valorando la importancia de los mismos dentro de nuestra alma y en nuestro medio familiar y social. Así como en un dibujo necesitamos del blanco, del negro y de los grises para que exista la figura y el fondo, así mismo en nuestra vida necesitamos del joven y el viejo: uno es complemento del otro y hacen un todo armónico.

### Tiempos saturninos

Hace muchos años, a «estar oprimido», se le decía «estar en

Saturno»; y Saturno (Cronos, para los griegos) es el Dios del tiempo y se lo identificaba con la melancolía, se lo conocía como el «anciano».

Siempre que invocamos esa frase tan oída de «antes, en mis buenos tiempos», estamos, en cierto modo, invocando a este dios; y, cuando nos escuchamos haciendo referencia a lo sucedido hace 20 años o más, nos sorprendemos y asustamos porque nos damos cuenta de que estamos envejeciendo. Pero depresión también puede ir asociada a maduración del alma. Todos los días tenemos que despedirnos de algo para darle la bienvenida a otra estación de nuestra vida, así como la primavera da paso al verano, éste al otoño, y éste, a su vez, al invierno.

En este abandono, este olvido, este apartar «lo viejo», es como querer quitar de las estaciones al invierno, porque «no es bonito». Actitud que tiene un costo elevado, ya que estamos sacando de nuestra vida, la experiencia, la memoria histórica, las huellas de nuestra historia en el alma y en el cuerpo, que es lo que conlleva la sabiduría del viejo, lo añejo, que es lo que nos da conciencia de nuestra naturaleza esencial. La sensación de estar atrapado, inmovilizado, que puede ser desesperante, también puede abrirnos paso a otros mundos creativos del alma: nos da peso, aplomo, densidad, y, de ello, pueden surgir como en el vino añejo, nuevos sabores y matices antes desconocidos por la fragilidad y

liviandad de la juventud. Cuando nos negamos a envejecer, le estamos negando un lugar, un cuidado, una atención, no sólo a nuestros viejos, sino también, un lugar en nuestra alma que nos da esa especial sabiduría, reflexión, lentitud.

Saturno es frío y seco como la tierra castellana. Cuando somos jóvenes, no nos percatamos de la belleza y del sosiego que ellas transmiten, pero a medida que pasan los años vamos tomando el gusto de estos paisajes que, aunque aparentan ser yermos, contienen mucha vida.

La vida rápida, el éxito, las mil y una visitas al quirófano de modo compulsivo para convertirnos en «otros», esta velocidad de vida no nos permite reflexionar, reposar, degustar nada, ni el trabajo, ni la familia, los hijos, la diversión en fin, ni siquiera tenemos tiempo de darnos cuenta de quiénes somos ni adónde vamos. Sólo a veces, graves pérdidas, fuertes golpes, contratiempos, guerras, en definitiva tragedias, zarandean nuestra alma de tal modo, que nos hacen tomar conciencia, recapacitar, reflexionar, bajar esa velocidad pasmosa que no nos permite observar nuestro propio paisaje.

Estamos acostumbrados a oír a algunas personas, incluso jóvenes, que, tras sufrir graves accidentes que los limitan, que esto «les ha hecho ver la vida de otro modo». Esta perspectiva, ese «ver la vida de otro modo», nos lo da la vejez, tenemos que oírla, darle un lugar en

nuestra vida a Saturno, al tiempo, a la depresión, a la lentitud, porque si no lo hacemos, nos irá devorando como lo muestra la obra de nuestro gran artista Goya. La traducción, desde el punto de vista psicológico, es que, si no negociamos con nuestra depresión, con la muerte, con la vejez y con el tiempo, éste nos terminará devorando.

### Hestia, diosa del hogar

En la familia del alma, todos los dioses tienen cabida; y Hestia, o Vesta, es la encargada de mantener el fuego del hogar, es la que une y reúne a la familia, es el *focus* que centra a la familia, es la que da calor y sosiego al alma, la que protege del caos y de la locura, de la desconexión de nuestra esencia. Mantiene los valores familiares, guarda un lugar especial para todos y cada uno de los miembros de la familia en torno a ella, al fuego que mantiene; y propicia la armonía dentro de la pluralidad de intereses tan dispares como los que hay dentro del núcleo familiar.

Padre, madre, abuelos, hijos, esposas, hermanas, todos necesitan de la existencia y complementaridad de los demás. Todos aportan algo distinto pero igual de necesario para la armonía y la salud familiar, y Hestia es quien «gestiona» esta vital empresa. En un lenguaje «moderno», diríamos que es la que facilita la unidad dentro de la diversidad. Estamos necesitados de Hestia en nuestra alma y en nuestra vida

otidiana. Vivimos ansiosos, estresados, apurados, en desasosiego y, en lugar de intentar que aparezca en nosotros este arquetipo, vamos a la farmacia y nos engañamos con antidepresivos, ansiolíticos, hipnóticos y demás farmacopea que, aunque en ocasiones resulten vitales y necesarios, estamos abusando de ellos. Hestia es el arquetipo de la cuidadora del «hogar del alma», de la familia, del grupo social, de la ciudad, de la patria.

Cuando los años se agolpan en nuestra alma y en nuestro cuerpo, qué efecto sanador, dador de sosiego es que escuchen «nuestras atallitas» –lecciones de vida, por otro lado–, que nos acompañen a tomar un cafecito, que nos sirvan una sopa casera sobre un mantel con olor a limpio. ¡Qué alivio para nuestra alma cuando nos dan un lugar en el comedor familiar y nos piden opinión y consejo, o van a la abecera de nuestra cama y nos masan la mano por la cabeza! ¡Qué excelentes medicinas! Pero estas medicinas están en desuso, no se encuentran ni fácil ni rápidamente, ni con dinero, sólo con alma. ¿Y cómo es esa alquimia de esta medicina que llamamos alma? El diccionario de la lengua nos dice que es soplo de vida, energía, aliento. ¿Será que a nuestros viejos se les va, les falta el aliento y por eso se mueren solos?

Si nos hace necesario, hoy más que nunca, invocar a esa diosa del hogar para que, tanto en el fuego de

nuestra alma como en la vida cotidiana familiar y social, le demos espacio a todos los dioses del Olimpo, a todos los personajes que componen la familia y en particular al viejo, al mayor como se le dice ahora, al Viejo Sabio que nos puede aportar calma, sosiego, solera, reflexión, límites y profundidad a nuestra vida, valores que no son muy apreciados en nuestros tiempos.

Según Carl Jung, «la riqueza de la psique humana y su carácter esencial, están determinados por el instinto reflexivo». Y la reflexión es el examen detenido de una cosa que hace el alma. Siguiendo los planteamientos de Jung y pensando, con cierto detenimiento, en los conceptos mismos, percibiremos lo importante y esencial que es hacer uso de este «instinto reflexivo» para nuestra supervivencia emocional.

Necesitamos urgentemente darnos cuenta del rumbo que le damos a nuestra vida, cuando el barco de la vida zarpa del puerto y cuando está llegando a su destino final. Este largo viaje que es la vida, esta Odisea, nos pide que nos detengamos a reflexionarla, que prestemos nuestros oídos a los que tienen más tiempo de andadura. Podemos hacer de la familia un lugar para el «cuidado del alma», donde todos nos podamos acoger; pero para ello debemos darle tiempo y espacio en nuestra alma, en nuestra vida, y, a cambio, nos protegerá del caos y la destrucción. ■