

¿Viejo Yo?

(cómo sobrevivir al bajón)



Usted necesita este libro si...

- **Entiende el título**
- **Necesita anteojos para leerlo**
- **Sólo lo va a comprar para un amigo más viejo**

Fred Shoenberg

ATLANTIDA

Dedicatoria

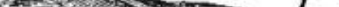
A mi esposa, Ina, que entró intrépidamente, junto conmigo, en la madurez; por su inspiración para este libro y esta vida.

A mi madre, que en el momento adecuado de su vida me dijo que estaba demasiado ocupada para sentirse madura. A mi hija, Amy, y mi hijo, Maco, quienes servicial e incansablemente me ayudaron a identificar ciertas manifestaciones de una condición que yo había elegido ignorar.



A Michael Korda, que entendió todo perfectamente desde el principio de este esfuerzo, aunque él, por su parte, se las ingenió para evitar la madurez. Y a mi socio, Bill Hieber, cuya silenciosa indulgencia para con mis ausencias, meditaciones y sufrimientos fue maravillosamente elocuente.

Usted es el indicado para este libro si:

-  A. Entiende el título;
B. Necesita anteojos para leerlo;
C. Sólo lo ha comprado para un amigo de más edad.

Madurez

Una mañana, la primavera pasada, salté de la cama y la espalda no me funcionaba. No era nada serio —un nervio comprimido o un espasmo muscular—, pero ustedes ya sabrán cómo viene la cosa cuando uno tiene todo el tiempo ocupado con reuniones, almuerzos, esas entradas para el cine que hay que sacar...No hay tiempo para sentirse tullido, así que me quedé comprensiblemente trastornado.

Tratando de arreglar la situación, me acerqué renqueando hasta la guía de teléfonos y busqué el número de un quiropráctico que conocía. Mientras buscaba en vano su nombre, me di cuenta de que hacía unos seis o siete meses que yo ya no podía leer nada escrito en letras menores que las de los titulares del New York Post. Y aún peor: el motivo por el que me forzaba los ojos infructuosamente para encontrar el número era que yo no podía recordarlo, un problema que me ocurría cada vez con mayor frecuencia mes tras mes.

No sé cómo me las ingenié para bajar y arrastrarme hasta el interior de un taxi, cuyo chofer se la pasó todo el camino a mi oficina diciendo algo de un tipo de mi edad que se colgaba cabeza abajo todos los días durante veinte minutos... muy bueno para la columna; el único inconveniente, aunque de escasa importancia, era el riesgo de sufrir un ataque de apoplejía.

Ya en mi oficina, avancé hacia mi escritorio con pasos lentos y agobiados, caído de hombros, encorvado y arrastrando un pie. Mis compañeros, todos ellos bromistas despiadados, me dijeron con una risita sofocada:



— ¿Estás imitando a Quasimodo, no? ¿O a Pie Grande? —Cállense, imbéciles insensibles —les grité, para no parecer histérico—. Tengo un problema en la espalda. ¡La vida no es un juego!

Uno de ellos, esforzándose por hacerme sentir bien, se me acercó y me dijo:

-A nuestra edad, tenemos que esperar que cada tanto nos pasen estas cosas. Es la madurez, ¿viste?

Yo no lo sabía, ¡y no quería saberlo! Solamente le perdoné la vida porque el tipo no me guiñó un ojo ni me dio un codazo en las costillas.

Pero había que reconocer que lo que me había dicho era cierto. ¡Y eso me ponía furioso! Parecía que ese día era la culminación de una serie de irritaciones menores, averías y pequeñas indignidades que, como las plagas, iban aumentándola implacablemente. Yo ya esperaba la peste y las langostas.

Ese mismo día, un poco más tarde, un comerciante de treinta y cinco años me llamó "señor". No sé por qué, pero eso fue el colmo. Sentí una extraña especie de calor que me subía y luego la ira —ya imposible de reprimir— estalló por los aires, descontrolada.

No podía negar que sí me estaba pasando algo. ¿Sería la madurez? Y si así era, ¿cómo diablos fue que llegué a eso?

La madurez —pensé— ha de ser la acumulación de muchos pequeños cortocircuitos, desgastes y tensiones, hasta llegar al punto en que las cosas empiezan a titilar o romperse o fallar, hasta que uno se ve obligado a advertirlas.

Esa fue mi introducción a la noción de la madurez... el día que reconocí mi ira. Ahora mi espalda anda de lo mejor, y me compré un par de anteojos (aunque para eso dejé pasar meses). Y además estoy trabajando para adaptar ciertos detalles, en mi cabeza. Pero, como verán, mi ira está totalmente justificada, y quizás hasta resulte terapéutica. Si ustedes no comparten esta opinión es porque, sencillamente todavía no llegaron a la madurez.

Las únicas dos cosas que hacemos con gran frecuencia en la madurez son orinar y asistir a funerales

Capítulo 1

Como saber si uno es ya un hombre maduro

Al principio...

La madurez comienza la mañana en que uno se levanta, va al baño, se mira en el espejo y admite que es el que va a ser. Momento aterrador. Ya no más héroe, compositor, escritor, atleta o superhombre. Es así, no más. Uno es lo que es, Ya no más sueños de gloria, ni milagros. ¡Simplemente, la madurez! Nada más.



El primer desafío es evitar el momento de la verdad. No permitamos que la duda, la paranoia y el realismo se filtren a través de las paredes de la fe, la fantasía y la conducta adolescente que nos han mantenido en movimiento y divertidos durante tantos años. Debemos alejar de nosotros el concepto de que tenemos la misma edad que el resto del mundo dice que tenemos.

La mayoría de la gente no puede describir la madurez de un modo que los satisfaga del todo; saben que está allí afuera, esperando,

o saben que ya se hallan en ella. Para algunos comienza a los treinta, para otros a los cincuenta, y para ciertos otros siempre está por allá, más adelante, siempre inalcanzada. "Madurez" describe un estado que no tiene una cronología sino más bien un conjunto de precondiciones. Una de las razones por las que reaccionamos tan violentamente contra ella es que la madurez define a una persona que posee un conjunto de síntomas que no responden a ninguna enfermedad.

¿Hay cura?

Malas noticias: no, no hay cura. No hay nadie que al menos se encuentra *trabajando* en una curación. El único modo de evitar la madurez es envejecer prematuramente.

Señales que quizás usted sea uno de los nuestros

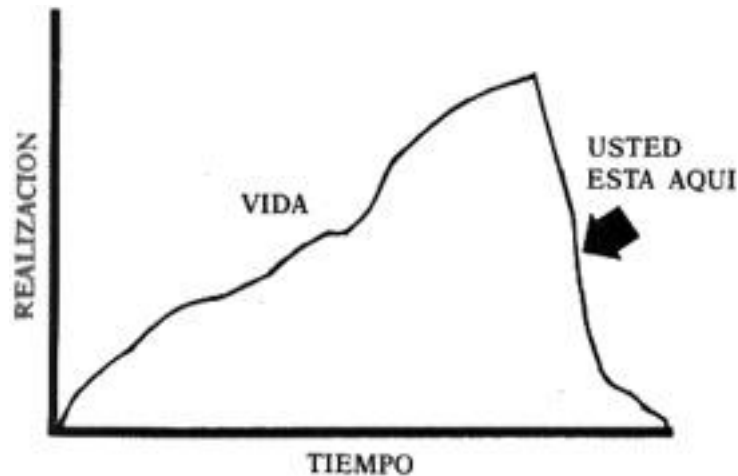
- *Ya no le molesta si otro maneja el coche.*
- *Decidió que va a consultar a un médico más joven.*
- *Cuando se agacha o se arrodilla produce ruidos jamás oídos antes.*
- *Cuando entra en una habitación se queda parado varios minutos tratando de recordar para qué fue ahí.*
- *Llamó a uno de sus hijos por el nombre del perro.*
- *Dice por primera vez algo que acostumbraba decir su padre y a usted nunca le gustó.*
- *Se acuerda de su cumpleaños.*
- *Se afeita a un metro y medio del espejo.*



Tal vez sea usted un buen candidato a la madurez si se acuerda de:

- *Las heladeras para hielo*
- *Los zapatos con plataforma*
- *El gofio*
- *Las aventuras de Bomba*
- *Jerry Lewis*
- *James Dean*
- *Tom Mix*

- *El llanero solitario*
- *Glostora*
- *Las hermanas Kessler*
- *BB*



Representación visual de la vida como una montaña

Frases que deben evitarse

- *Tendrías que haberme visto...*
- *En aquellos tiempos...*
- *Antes de la guerra...*
- *¿Qué te estaba diciendo?*
- *Voy a subir por el ascensor.*
- *¿Qué estoy impaciente? ¿Qué diablos me quieres decir con eso?*

Como reconocer la ira de la madurez en los demás

Se dará cuenta enseguida, no bien vea:

- Un hombre que ha adiestrado a sus nietos para que, en lugar de "abuelo", lo llamen por su nombre.
- Un hombre que siente que debe imponerse en todas partes y en cualquier circunstancia, y para ello emplea métodos como insultar a voz en cuello a una máquina automática para el cobro de peaje.

- Un hombre mayor dueño de un velocísimo coche deportivo, tan reducido y apretado que sólo un campeón de Fórmula Uno se sentiría cómodo al manejarlo.
- Un hombre que se ablanda con casi cualquier tipo de adulación.
- Un hombre que, por apretada que esté la rosca, por pesada que sea la carga o atascada esté la ventana, dice: "A ver, *déjame intentar a mí*" dirigiéndose a un hombre más joven, por lo general su hijo. (Resultado: doce horas de parálisis).
- Un hombre que cree que tiene algo sabio que decir... y lo peor: que también cree que hay alguien a quien le interesa escucharlo.



Paré a una persona madura en la calle y le pregunté: "¿Cree usted que la crisis de la madurez es una consecuencia de la ignorancia o la apatía?" Me respondió:

"Ni lo sé ni me importa".

La madurez es ese período de la vida en que uno admite que ya no es joven pero niega ser viejo

Capítulo 2

Corpus derelicti¹

Manual para el poseedor de un cuerpo maduro (Para modelos desde 1920 a 1945)

Debe utilizarse cuando uno se da cuenta de que anda por allí en un cachivache.

Información general

Este folleto sirve para cuerpos provistos de equipo estándar en avanzado "estado de avería".

Importante: A los 39 años vencen todas las garantías. No aplicar a las partes que han sido repuestas.

Si usted tiene problemas que no figuran en este manual o son imposibles de corregir por su mecánico particular, acuda directamente al fabricante.

Partes problemáticas

Zonas que provocan las quejas más frecuentes:

- Dificultades de arranque
- Bajo rendimiento
- Problemas de escape
- Fallas en el encendido
- Pérdida de energía
- Deterioro del chasis

Mantenimiento y afinamiento periódicos

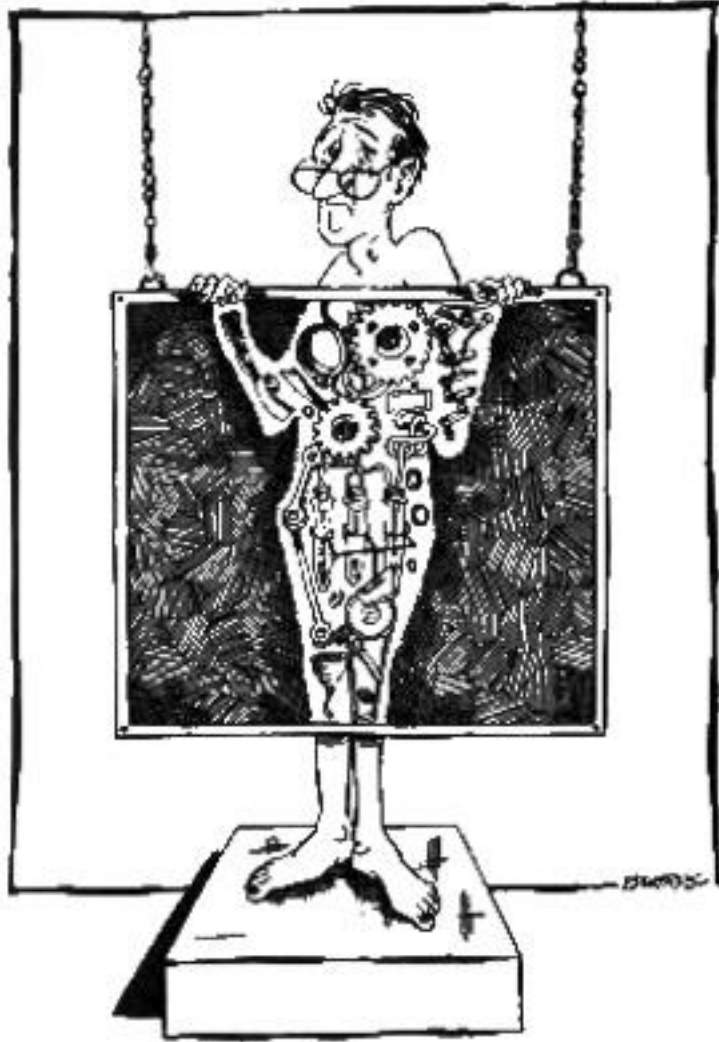
Se recomienda efectuarlos cada seis meses: vea a su mecánico local.

Verifique los niveles de lubricantes y presión.

¹ El autor hace un juego de palabras con la expresión latina CORPUS DELICTI (cuerpo del delito) y la palabra DERELICTUM (en estado de abandono) transformada DERELICTI para lograr una semejanza de sonido.

Advertencia: No trate de hacer volver atrás el odómetro. El verdadero kilometraje puede determinarse examinando otras partes del cuerpo.

Ocurrirán cambios en la superficie, y también es de esperar que surjan chirridos y crujidos en el chasis. Son normales.



Sistemas de combustible

Sólo deben utilizarse combustibles sin sal.

Otros tipos de combustible (por mejor que funcionaran antes) destruirán la maquinaria.

Los combustibles no deberán ingerirse a última hora de la noche, y jamás hasta llegar al nivel "lleno".

Suspensión trasera

Con respecto a esto, tendrá usted que vivir con los componentes tal como están. Podrá resultar desagradable, pero no es peligroso.

Velocidades

No se alarme, pero no hay marcha atrás.

Advertencias generales

El equipo deberá ponerse en funcionamiento lentamente por las mañanas y no forzarlo a su máximo rendimiento después del anochecer. No arranque jamás en frío.

El hombre maduro es la única especie amenazada que no se halla en vías de extinción.

Alusiones ópticas

Una noche, ya tarde, yo estaba sentado en el living mirando televisión. La puerta que da a la cocina estaba abierta, y cuando me levanté para ir a la cama vi que una cucaracha retozaba en la mesa blanca, al lado de la piletta. Lenta, calladamente, me saqué un zapato y avancé con cautela hasta la cocina, bajo la luz azul grisácea de la televisión. ¡Bam! La maté.

Encendí la luz, levanté el zapato, y descubrí que ¡había matado una uva!

Puntos focales

Hace un tiempo, me hallaba en una importante reunión en Wall Street, y de pronto me encontré con un hombre que había sido socio mío. Mientras conversábamos, nos entregaron unos folletos de la empresa que había convocado la reunión. Me dispuse a leerlo, pero me debí hacer un leve ajuste en la distancia entre mis ojos y el papel.

¡Ajá! — dijo mi amigo—. Así que vos también llegaste a este punto... Toma, prueba con éstos. —Y me extendió sus anteojos para leer.

Me los puse e intenté leer; no sirvió de mucho.

— Tienen demasiado aumento —dije.



Porque son número veintiocho. Tú debes necesitar numero veintiséis. Ese es el aumento con el que empezamos todos.

— ¿De qué cuernos estás hablando?

Te voy a decir lo que tienes que hacer: vas a una buena óptica, te acercas al mostrador y compras un par de anteojos con aumento número veintiséis. No cuestan muy caros, y vienen con varios tipos de monturas. Te sale mucho más barato que unos cristales recetados, y los resultados te harán sentir un tipo feliz.

Gracias, pero no tengo tiempo de andar buscando un par de lupas encajadas en una armazón barata, que seguramente no necesito y encima, por comprarlas sin receta, quién te dice que me arruinan la vista...

—Está bien —repuso mi amigo—, entonces vamos a hacer otra cosa. Mira, todavía tengo en casa mis número veintiséis y ya no los uso. Mañana nos encontramos para almorzar y te los doy.

—De acuerdo. Muchas gracias. Nos vemos mañana.

Al mediodía siguiente, tal como me lo había prometido, mi amigo se apareció con los anteojos. Nos sentamos; yo tomé el menú y me puse los lentes.

— ¡Maldición! —exclamé—. Ahora veo perfectamente. Estaba furioso.

Y todavía sigo furioso. Razón por la cual ahora veo bien, pero todo se me presenta con un matiz rojo-furia.

En la madurez, una imagen no vale más que mil palabras: apenas ochocientas.

Después de la caída

El pelo, aunque se lo use poco, es un elemento que parece poseer un gran valor. Todos deseamos tenerlo.

Sin embargo, en la madurez la mayoría de los hombres padece el proceso de retirada o pérdida capilar, o directamente calvicie. A lo cual respondemos modelando, tiñendo, engominando, ondulando, alisando, entretejiendo, trasplantando, implantando y comprando cabello... Actos propios del lunatismo de la madurez. Pero hay ciertas cosas vulgares y degradantes que hay que descartar de entrada:

1. Dejarse crecer un mechón de pelo (de un solo costado de la cabeza) hasta que alcance medio metro de largo y después enrollarlo alrededor y por encima del cráneo calvo.



2. Teñirse el pelo con esas tinturas espantosas que, según la luz, proporcionan reflejos verdosos; o de color negro azabache dejando un mechón canoso en cada patilla.



3. Peinarse los pocos pelos que quedan en la nuca hacia arriba y adelante, cubriendo la cabeza, como si uno se hubiera pasado la vida de espaldas a un viento arrasador.



4. Usar un postizo de color diferente del cabello de uno, y no cuidar el detalle de cubrir por completo el pelo propio.



Por supuesto, siempre hay opciones. Se puede vivir con lo que le tocó en suerte, o bien, en caso de que a uno le resulte absolutamente imposible tolerar la propia calvicie, convertirse al judaísmo ortodoxo y usar sombrero el resto de la vida. Yo opté por lo primero.

Hubo un momento en que parecía que iba a ocurrir un milagro: salió una nueva droga de la que se afirmaba que había hecho crecer pelo en el treinta por ciento de las cabezas en las que se había probado. Pero el remedio tenía un inconveniente: venía en forma de líquido y había que aplicarlo con masajes manuales, de modo que

no se lo lanzó a la venta ante la duda de que hiciera crecer pelo también en las manos.

Hace poco, mi esposa y yo asistimos a la boda de unos amigos, en Florida. Fue una



ceremonia magnífica pensada hasta el último detalle, y desde luego que había un fotógrafo profesional que filmó en video a los invitados durante toda la fiesta. Más o menos un mes después vimos las películas. En un momento la cámara (provista de luces muy potentes) enfocaba la espalda de un hombre alto con un buen redondel pelado en la parte de atrás de la cabeza. Uno de los que miraba los videos junto con nosotros dijo:

— ¡Miren, ahí está Fred!

— ¡Qué voy a ser yo! —repliqué—. Yo no estoy tan calvo...

Se produjo un silencio y todos me

miraron incrédulos.

—Vamos —dije—, me están cargando...

Me levanté de un salto, corrí al baño y me miré al espejo con la ayuda de un espejito de mano. Ahí descubrí la horrible y desnuda verdad.

Enfrenté la realidad. Yo sé muy bien cómo manejar este tipo de golpes. Puedo sobrellevarlo. No hay problema. No un amargo. ¿Para qué hacerse mala sangre? Después de todo, es pelo, y no sangre.

...Y al final no quedó ninguno

Cuando uno llega a cierta edad y tiene cierto dinero, empieza a sufrir de una cosa que se llama enfermedad periodontal. Es como una piorrea, producida por el exceso de sarro, que va corroyendo los dientes y estropeando las encías. De pronto uno se encuentra con que los dientes empiezan a aflojarse, caerse y cosas aún peores. Y,

aunque se someta a la cirugía periodontal, no hay ninguna seguridad de que los dientes vayan a permanecer en su lugar.

Ahora estoy padeciendo ese tratamiento.

¿Si duele? Bueno, sí, ¿pero cómo se hace para medir el dolor? Un amigo de Texas viajó a Nueva York para operarse de hemorroides. Durante su convalecencia, le pregunté si dolor del posoperatorio era tan fuerte como me habían comentado. Me contestó:

Mira, te voy a contestar con un ejemplo bien claro: la primera vez que fui al baño después de la operación, el dolor era tan intenso que me agarré del toallero. Y lo arranqué de la pared.

Después de sufrir la cirugía periodontal comprendí mucho mejor.



La madurez es una muestra del sentido del humor de la naturaleza

Las apariencias matadoras

Después de treinta y cinco años de matrimonio, la esposa de Sam murió. Sam se miró al espejo y se dijo: "La vida no ha terminado. Todavía puedo salir y divertirme un poco y, a lo mejor, encontrar una mujer linda y joven y... ¿quién sabe?" Durante un año y medio, Sam se dedicó a ponerse en forma. Hizo gimnasia, rebajó unos cuantos kilos, se compró un postizo, se hizo la cirugía estética en la nariz y el mentón, se dejó crecer el bigote, se compró lentes de contacto y un guardarropa nuevo, moderno y juvenil. Al fin llegó el día de probar los resultados. Se miró al espejo y quedó encantado con su aspecto. Desgraciadamente, esa misma noche Sam murió y fue al cielo, donde se encontró con Dios. —Dios mío —le dijo Sam—. Fui un marido atento y afectuoso, un padre y un abuelo maravillosos, una persona

considerada, un hombre honesto y trabajador. Estaba a punto de empezar una nueva vida. ¿Por qué me has hecho esto?

—Te diré la verdad, Sam —le respondió Dios—; no te reconocí.

Proceso de eliminación

Hace treinta años, en París, yo siempre iba al baño con un diario viejo, porque casi



nunca encontraba papel higiénico. En la actualidad, el hombre maduro moderno es incapaz de atender a esas necesidades sin el empleo de la literatura, y no me refiero a los diarios viejos.

Con frecuencia esto tiene un efecto pavloviano. Hace veinticinco años que, todas las

mañanas, leo el *Wall Street Journal* en el baño. Y ahora, cuando alguien me muestra un ejemplar de ese diario en algún otro momento del día, resulta que empiezo a sentir una extraña sensación en los intestinos.

Inquietudes nocturnas

Uno se despierta a las cuatro de la mañana, porque ha interceptado unas señales de la vejiga al cerebro. La vejiga aguarda instrucciones. El cerebro aguanta un minuto para darnos la oportunidad de decidir dónde queremos estar cuando se envíe la orden de descarga. Uno abre apenas los ojos para inspeccionar los alrededores. Nada resulta familiar. Oh, por Dios. Nos concentramos un instante. Ah, ya sabemos: estamos en la habitación de un hotel. ¿En qué ciudad? ¿Y eso qué importa? La señal se vuelve más fuerte. No queremos levantarnos en una habitación extraña si no recordamos en qué ciudad estamos. ¿Estamos locos? Se trate de San Francisco o Los Ángeles, hay que levantarse; la cosa se pone urgente.

Hacemos un esfuerzo para incorporarnos; la incomodidad aumenta. Ahora ya estamos de pie y avanzamos lentamente hacia la oscura apertura en la pared. El

impacto nos dice que era un espejo...qué imbécil. Volvemos a intentarlo, y esta vez los mosaicos fríos nos anuncian que nos hallamos en el lugar correcto. No enciendas la luz; te va a despertar. ¿Qué quieres decir con eso de no encender la luz? ¿Y cómo vas a hacer para encontrar lo que buscas? ¿Con un radar? No discutas; ya no se puede aguantar un segundo más...has entrado en la zona de peligro. Levantamos la tapa en el preciso instante en que el cerebro libra la orden de descarga, y nos invade esa conocida sensación de alivio, mientras el dolor desaparece. De pie en una habitación extraña, en una ciudad extraña, en la oscuridad, descalzos sobre un piso frío, tenemos la sensación de que falta algo. Nada alarmante, sólo la sensación de que falta un detalle. Con una cálida sonrisa de felicidad al pensar que ya volvemos a la cama, estiramos la mano para apretar el botón, y entonces nos damos cuenta instantáneamente de qué es lo que falta. No hay botón. No hay agua. La tapa que levantamos era de un cesto.

Ya que estamos en el tema, mencionemos que uno ya no lo hace como antes. La cosa viene con menos fuerza. Cuesta empezar y, lo que es peor, a veces parece que no va a luminar nunca. Muy decepcionante.

Otras veces, nos acomete con una urgencia impostergable. Si nos apuramos...Pero sólo se trata de una simple función del cuerpo, amigos. No se preocupen demasiado.

Viajes de ensueño

Una de las extrañas contradicciones de la madurez es que, supuestamente, a esa edad necesitamos dormir menos pero nos cansamos con más facilidad.

Un viernes al anochecer hace un par de inviernos, iba manejando por la ruta y de pronto me di cuenta de que mis ojos estaban mucho más sensibles que antes al reflejo de los faroles de los autos que venían de frente. Al cabo de más o menos una hora viaje también comencé a sentirme me algo soñoliento. Encendí la radio. Unos minutos después la somnolencia había empeorado. Incluso noté que cada tanto, me quedaba como dormido unos segundos. Me asusté. Cambié de posición, pero no sirvió de nada. Baje la ventanilla para que el viento helado invadiera el coche. El lado izquierdo de la cara se me paralizó, el pelo me azotaba los ojos, la radio

vociferaba con toda su furia estereofónica, y yo iba apretujado contra el volante, en una posición grotesca y antinatural, sumamente peligrosa para manejar.

No sólo estaba horriblemente incómodo, sino que me iba quedando dormido sobreseí volante. Aminoré un poco la marcha. No podía seguir así. Recordé que más adelante había una estación servicio con bar, y resolví tratar llegar allí. Lo único que me mantuvo en marcha esa noche fue la mirada de horror de los conductores de los autos que pasaban a mi lado. Cuando al fin entré, tiritando en el bar, se me acercó un hombre que observaba con ojos sagaces mi pelo desgreñado, mi cara helada y mis párpados pesados.

—Me pasó algo ralísimo —intenté explicarle.- Algo que nunca me había ocurrido antes. Iba manejando...:

—Sí, ya sé —me interrumpió. Tomó su café de un trago avanzó tambaleante hacia un convertible con la capota baja.

No se haga la idea de que todo es negativo, aquí tiene una lista de las cosas buenas de la madurez, No es contagiosa

Merodeador Nocturno

Tengo los ojos abiertos. Está oscuro. Son las tres y veinte de la mañana. Lo único que logro ver es el reloj. Tengo los ojos abiertos desde hace cuarenta minutos y creo que eso es una evidencia irrefutable de que no puedo dormir. No estoy ansioso, no me siento mal, no estoy ni demasiado cansado ni demasiado descansado. El problema es claro: no puedo dormir.

No estoy pensando ni en los chicos ni en la oficina. Pero si uno dice que no está pensando en ellos es obvio que sí está pensando en ellos, o de lo contrario no los mencionaría. Cuando llego a este tipo de reflexiones es que debo levantarme.

No me gusta tomar remedios, así que voy a la cocina y caliento un poco de leche (todo el mundo dice que esto ayuda a dormir). Mientras tomo la leche me pongo a leer, esperando el sueño. A las cuatro y diez sigo despierto. Ya es hora de tomar una pastilla. Voy al botiquín y trato, mediante un proceso de eliminación y lógica, de identificar las pastillas para dormir entre un enorme surtido de remedios de nombres maravillosamente

clínicos. Descarto todos los que indican que deben ingerirse con las comidas o más de una vez al día, y me concentro en los frascos que dicen: "ingerir cuando sea necesario". Por fin me decido: o bien es la pastilla adecuada o bien es la posibilidad contraria, lo cual significa pasarme el resto de la noche en el baño. Son las cuatro y veinticinco y empiezo a entrar en pánico. Dentro de dos horas y media deberé levantarme. Corro el riesgo trago la pastilla.



Me dirijo al living y me pongo a mirar el programa de trasnoche en televisión, mientras espero que el remedio me haga efecto.

Son las cinco y media. Mis ojos siguen abiertos. Ahora pasan un programa de yoga. No soy feliz.

¡Ya sé! Hay algo que siempre me da sueño: las palabras cruzadas del *Times* del domingo. Me arrastro hasta una pila de diarios en un rincón y...

Despiértate, querido...son las siete. ¿Qué haces durmiendo sobre los diarios?

Mientras me lavo las marcas de tinta que me quedaron en la cara, me pregunto qué harán mis pobres amigos que sufren de insomnio, y agradezco al cielo que yo no padezca ese mal.

Un hombre que vivió hasta los cien años declaró una semana antes de su muerte: "Si hubiera sabido que iba a vivir tanto me habría cuidado más".

Capítulo 3

El ejercicio y el hombre maduro: Una pérdida de tiempo

Prueba de estrés

El pensamiento médico actual recomienda con énfasis la "prueba del estrés" a aquellos de nosotros que nos encontramos en la categoría "veteranos" o que somos considerados maduros por nuestros médicos. Es una prueba que mide la extensión del daño causado en nuestras personas por las tensiones y estreses de la vida.

Si usted nunca se sometió a este *test*, sepa que es más o menos, así: Uno se aparece una mañana en un consultorio un tiene un montón de aparatos electrónicos, un médico superserio y una enfermera considerablemente más fuerte que uno. Le recomiendo que, para pasar por esto, no coma demasiado antes de la prueba y se vaya con zapatillas, pantalones cortos (no es necesario ponerse camiseta ni camisa) y una toalla.

Antes que nada, a uno le dicen un discurso y le hacen firmar un documento en el que declara tener plena conciencia de que este *test* (que supuestamente le va a salvar la vida) podría resultar mortal.

Ahora le voy a dar un dato muy útil en el caso de que usted tenga pelo en el pecho: no pida hora para hacerse esta prueba en verano o a fines de la primavera, porque lo que ocurre a continuación es que la enfermera le afeita el pecho. Pero la humillación no se limita a esto: no le afeita todo el pecho, sino unos cuantos "parches" en los que adherirán los electrodos de los aparatos a su carne. El resultado de este procedimiento es que, durante cinco o seis semanas, usted andará por ahí como si se hubiera pescado una sarna. Además, le aclaro que no espere muestras de comprensión cuando, caminando por la playa en ese estado, tenga que detenerse a explicar que se debe a la "prueba del estrés" a cada curioso que lo mire raro: todos pensarán que se trata de una enfermedad contagiosa.

Bueno, después de que le pegan todos esos hierros al cuerpo, le piden que respire muy rápido (hiperventilación), para ver lo que sucede con todos los diales, botones, osciloscopios y electrodos que le han conectado. Este es el momento en que uno comienza a sentirse verdaderamente disgustado con el asunto. Uno se pone a escrutar el consultorio y descubre que está lleno de equipos de resucitación y

armarios con grandes cruces rojas. Uno no puede dejar de pensar que está a punto de ocurrir una emergencia muy grave, y que probablemente el protagonista sea uno.

A continuación hay que ponerse a hacer ejercicio. Esto quiere decir que esta prueba en verdad no funciona si uno no se agota, es decir, si uno no se estresa. El ejercicio consiste en caminar sobre una cinta sinfín, al principio a paso lento y luego corriendo como si fuera la última vez. Según el estado de su físico, entre los diez y los veinte minutos después de la largada uno se encuentra empapado en transpiración, luchando con un enjambre de cables que le azotan el cuerpo y el brazo derecho exprimido por la fuerza con que le han ajustado el esfigmomanómetro (un aparato para medir la presión). Las piernas se van poniendo pesadísimas y uno comienza a experimentar una sensación de mareo debido a la falla de oxígeno. Cuando ya se está a un milímetro del abismo del daño cerebral permanente, el médico dice algo así: "¿Y? ¿Cómo le está yendo? ¿Puede seguir un poco más o prefiere parar ya?" Invariablemente, la respuesta de uno es una expresión de maravillosa coherencia, como por ejemplo: "Yaaaarrrgg...Yo...sí...ahora...parar...sed...", pronunciada con voz ronca y jadeante. En ese momento la enfermera detiene la máquina, lo lleva a uno hasta una mesa y uno se queda inmóvil mientras todos esperan que el pulso regrese a su estado normal (lo cual, de eso puede estar seguro, llevará la mayor parte de la semana). Sin embargo, a la media hora uno ya está de vuelta a casa, aunque —admitámoslo— un poco grogui. Unos días después, el médico ya tendrá los resultados de las pruebas y evaluaciones, y nos comunicará su informe. Esto puede originar un nivel elevadísimo de estrés, sobre todo cuando unos la cuenta (ya se sabe que las cuentas han llegado a lucir niveles de estrés de proporciones históricas).

Hace años que mi socio me dice:

¿Por qué me voy a hacer una prueba de estrés si se supone que yo evito el estrés?

Ninguna de mis respuestas ha logrado que se decida a someterse a este examen.

Uno de los dos está equivocado.

Vocabulario del hombre maduro

Algunas de las palabras empleadas exclusivamente (o más frecuentes) en la madurez:

- *Próstata*
- *Librium*
- *¿Qué?*
- *¡Ay!*
- *Vitamina E*
- *Análisis*
- *Colesterol*
- *Estrés*
- *Dieta*
- *Macho*
- *Anteojos*
- *Depresión*



Sea como sea, todos sabemos muy bien que el vigor físico y el ejercicio son muy importantes. El óxido nunca duerme. Cuando llegamos a la madurez, tomamos conciencia de que existen ciertas fuerzas negativas que se encuentran siempre en acción, sin tomarse jamás un descanso ni siquiera de cinco minutos en toda la vida: por ejemplo, la gravedad y la entropía (esa maldita ley de la degradación de la energía).

En una oscura película, protagonizada por Carol Burnett y Elizabeth Taylor, sobre una divorciada y una viuda que trataban de seguir adelante con sus vidas, una le dice a la otra: "Cuando empiezo a componerme la cabeza se me desploma el culo".

La mayoría de los hombres maduros que huyen de su hogar y su familia para encontrarse a sí mismos van a California porque allá hay más luz.

Todo sea por la salud

Hoy en día las dos palabras claves para la salud son "dieta" y "ejercicio". Es mucho más fácil decirlo que hacerlo. Cuando uno ya ha descartado de la dieta todos los carcinógenos hasta reducir las comidas a puro pasto, es hora de ponerse a practicar algún ejercicio. Mediante un proceso de selección, uno opta por correr: no se necesita equipo, se puede hacer en cualquier lugar y a cualquier hora.



Una mañana se levanta temprano y se decide: hoy será el primer día de su nueva vida, de la recuperación física, con un cuerpo saludable, esbelto, deseable, bien de macho. Muy bien, se pone las zapatillas, los soquetes, los pantalones cortos, una remera con una frase graciosa, un reloj digital negro y una vincha (las rodilleras y los Walkman surgen más adelante). Entonces se comete el error común y a menudo paralizante de mirarse al espejo.

Allí, frente a uno, hay un retrato del "antes" que nunca llegará a ser un respetable "después". Un

cuerpo envejecido y gris con unas piernitas esqueléticas y blancuzcas que salen de unos shorts que se esfuerzan por contener un abdomen con aspecto de flan. "No puedo. No puedo hacer esto. No puedo salir así por las calles de la ciudad donde vivo y trabajo y tengo a mi familia..." A esta altura uno comienza a negociar consigo mismo: "A lo mejor lo que tendría que hacer es salir más temprano, o cuando oscurezca. ¿Y si empiezo mañana? Tal vez el fin de semana". Al cabo de diez minutos uno termina haciendo concesiones. Se pone unos anteojos de sol y una gorra e, ignorando la sonrisita burlona del encargado, baja, sale y se une a las filas de los resoplantes y sofocados adictos al jogging que corren por todas partes.

No hay como las vitaminas

Hace poco, un amigo mío fue a un negocio macrobiótico para comprar enzimas de hígado de buey, algas marinas del Pacífico en gránulos y ácido pantoténico (Si mal no recuerdo, creo que iba a dar una fiesta). Mientras se aprestaba a pagar esas deliciosas mercancías, el cajero lo miró y le dijo, guiñándole un ojo:

¿Sabe lo que le hace falta a usted? ¡Zinc!

Así que ya saben: hoy, la clave es el Zinc...Zinc, metal. Para la potencia.

Yo no creo en las vitaminas. Lo que yo creo es que, si uno se alimenta de la manera correcta, puede obtener todas las vitaminas necesarias a través de la comida. De todos modos, por



las dudas todas las mañanas me tomo 1000 mg de vitamina C... y 100 mg de E, que se supone es buena para la memoria y... Además, tomo también un complejo multivitamínico, porque traen minerales y con eso nunca se sabe... Ah, y además...

Comer es humano; digerir es divino

Anónimo

Estómagos eran los de antes

Aunque ahora sabemos que comer es peligroso para la salud, en la madurez solemos sentir una nostalgia por las comidas de "la vieja", para volver a ser niños, supongo, o para volver a experimentar aquella sensación de protección familiar. Y aunque la comida de la vieja fuera una franca violación a la Convención de Ginebra, era lo único que nosotros conocíamos y comíamos. Un conocido mío contaba que durante toda su infancia y su adolescencia sufría de taquicardia, y recién supo las causas cuando entró en el servicio militar. Allí, lejos de los cuidados y las comidas de su madre, la taquicardia desapareció y él pensó que estaba muriendo.

Mi madre, hija de la Revolución Rusa, se recibió en la escuela de "comer significa salud, y alimentar significa amor". A ella le encantaba alimentarme y a mí me encantaba comer: un dúo inigualable. Si nos hubieran dejado, nos habríamos pasado así el resto de la vida. Era un círculo vicioso. La educación obligatoria me salvó de explotar a la edad de dieciséis años. Con todas sus mejores intenciones, mi madre me alimentaba amorosamente con la gran dieta étnica de su herencia cultural. Hoy se ha comprobado que, si se alimenta regularmente a ratas con esa dieta, a las cuarenta y ocho horas se les para el corazón. Un jolgorio de colesterol. En una sola comida ingeríamos más aceite que para alimentar las vueltas de toda una carrera en Indianápolis. Para no hablar de la sal, el azúcar, la grasa... Vaya a saber qué porquerías habremos comido en esa época...



Un buen día de mi madurez fui a hacerme un examen de presión sanguínea y un análisis completo de sangre. La mía parecía el aceite quemado de una parrilla. El médico se puso histérico porque le obstruyó el tubo de extracción, y me dijo que si no hacía algo de inmediato tendría que integrarme a la OPEC. Asumí la situación y decidí someterme a un régimen sin grasas, sin sal, sin azúcar...y con náuseas.

De vez en cuando mi madre todavía me prepara alguna comida, pero no logro imaginarme cómo se las arregla para cocinar toda esa inmundicia con que me alimento ahora sin ponerle ninguno de los lubricantes tradicionales.

El gran misterio es que hace ochenta años que ella come los mismos preparados aceitosos y bloqueadores de arterias, Y no da la impresión de encontrarse afectada. Tal vez Mel Brooks tenga razón en cuanto a la indestructibilidad de las viejitas judías.

Capítulo 4

El sexo en la madurez: Donde hubo fuego...queda puro humo

La madurez es la única época de la vida en que no nos molesta formar parte de la solución, porque no hay ninguna.

Cuanto más viejo más grandioso se es, más grandioso se fue.

Privación mamaria

Definiéndola a la ligera, la privación mamaria es el acto de voluntad que impide que los hombres maduros miremos llamativamente los pechos de las mujeres si nos parece que nos están observando. Allá hay dos de nuestros objetos preferidos, y



nosotros estamos acá, haciendo de cuenta que no los notamos. Más aún: en la mayoría de los contextos dichos objetos se hallan recubiertos o semirecubiertos o destacados o realzados de algún modo para llamar la atención, y sin embargo nosotros nos hacemos los indiferentes.

Un conflicto muy extraño. Los únicos que viven libres de este problema son las personas de

otras culturas y los obreros de la construcción.

Las babas al sol

Una señal segura de que ya llegamos a la madurez es el momento en que uno se da cuenta de que, aunque le encanta ver una chica "10" en la playa, en realidad preferiría encontrarse con dos "5".

No hay duda alguna de que, a medida que vamos envejeciendo, nos volvemos menos exigentes. Para compensar esta condición está el consuelo de pensar que, si ahora tuviéramos la edad que teníamos cuando las mujeres iban a la playa razonablemente vestidas, no nos alcanzaría la vida para "aprovechar" a todas esas beldades que ahora se pasan casi sin nada encima.

Pero, pese al transcurso del tiempo, los hombres no han cambiado nada.



Cuando deciden atacar, algunos maduros prefieren a las mujeres de cierta edad, basándose en que tienen más experiencia y son mejores compañeras. Pero si la experiencia y el compañerismo fueran tan deseables, todos andaríamos detrás de las viejitas.

Todo es una cuestión de perspectiva. Cuando mi hija no era todavía una adolescente, le compramos una billetera de playa que venía con una tarjeta de identificación. Cuando se la

dimos, inmediatamente sacó la tarjeta y se puso a llenarla. En la línea que decía "Sexo" escribió: "Todavía no".

Zonas erráticas

Este es un verdadero melodrama; el psicodrama entre uno y su miembro. Uno se encuentra con una mujer en una circunstancia equis (sin importancia) y, presa del pánico, de pronto se da cuenta de que su miembro tiene decisión propia. Piensa y decide solo, o, lo que es peor, ya no quiere escucharlo a uno. Uno lo lleva a la habitación de al lado y le da unas palmadas para que recupere la primacía. Nada. Muerto. Fofó. A esa altura uno suda. Y hace la retirada con alguna frase bien de macho: "Hoy me extralimité con el squash" o "Debe de ser la malaria que contraje

en Asia". ! Después viene el delirio: uno se pone a hablar con su miembro. "¿Qué cuernos te pasa, me quieres decir? Hace dos días andabas bien...Siempre pensé que éramos una sola persona. ¿Dónde estabas cuando te necesitaba, traidor?"

Sí, algo muy peligroso, eso de hablarle al miembro...y mucho peor si uno empieza a hablarle en voz alta.

Al día siguiente todo anda como siempre, pero...sucedio. Ahora formará para siempre parte de sus recuerdos y jamás volverá a confiar en él. Ahora vive bajo la amenaza de la ruleta carnal: cada tanto saldrá el cero. ¡Qué condena! Pero, por desgracia, no hay mucho que uno pueda hacer porque en realidad (¡qué palabra hiriente!) lo que uno no puede controlar es su



propia mente. ¿Se acuerda de los buenos tiempos, cuando la cosa era justamente al revés?... De todos modos, el deseo no se pierde y uno sigue probando y, en el promedio, el puntaje no es tan malo. Si empeora, consulte a un médico. Si empeora más, llame a una enfermera.

La otra cara de las cosas

Supuestamente, hace unos años hubo una revolución sexual. ¿De qué lado estaba usted? Yo todavía estoy en la estación, esperando que pase el tren. Tal vez no estábamos destinados a participar en esa revolución. Yo prácticamente ni me había enterado hasta que un día la revista *Time* sacó una nota de tapa titulada "El sexo al estilo de los '80", que explicaba que habíamos vivido una revolución sexual que acaba de terminar. Por lo que parece, yo no soy el único descolgado. Miren estas dos cartas que llegaron a *Time* a raíz de esa nota:

Yo les puedo decir cuándo empezó la revolución sexual: el 29 de octubre de 1969 a las cuatro y veinte: ¡veinte minutos después de mi casamiento!

J. Greene Whitestone, N.Y.

Acabo de enterarme con horror que la revolución terminó. Como me la perdí, les agradecería muchísimo que me avisen cuando se prepare la próxima.

Bruce R. Vogel San Mateo, Calif.

Y bueno, si de verdad hubo tal revolución, sus funcionarios aún están en el poder.

Control de emisiones

Después de los primeros dos mil orgasmos de la vida, parece que el asunto va perdiendo parte de la urgencia que comprendía en años anteriores. Uno ya no anhela arriesgar la vida con tal de obtener ese momento de gloria: la consumación a cualquier precio.

Un amigo médico con el que corro de tanto en tanto está convencido de que Dios nos ha dado a cada uno una cantidad de orgasmos determinada. Una sola carga, sin posibilidad de renovación. Lo que le preocupa es el dilema de usarlos todos lo antes posible y quedarse sin nada para los últimos años, o no llegar a usarlos todos y morir con un montón de reserva, como balas sin disparar. Personalmente, yo opto por el riesgo de quedarme sin munición. Tal vez para la época en que se me agote el stock la medicina ya habrá perfeccionado los transplantes de partes pudendas y lo único que uno tendrá



que hacer será encontrar algún tipo que siempre haya pensado que el sexo es sucio, peligroso y molesto...todo lo cual es cierto, pero alguien tiene que hacerlo.

Debo suponer que la teoría de la carga única incluye al autoplacer. Después de todo, un orgasmo es un orgasmo, no importa cómo se lo obtenga. (Salvo en el caso de las mujeres, que desde hace largo tiempo discuten dónde ocurre realmente o cuál es mejor que cuál y cosas por el estilo. Es posible que *Cosmopolitan* ya haya dilucidado la cuestión, justo en algún número que me perdí.) De todos modos, el autoplacer es una de las mayores glorias del Homo Sapiens, más grande que la inteligencia superior, más grande que el aire acondicionado. Es la única ventaja real del hombre sobre otras formas de vida.

Prueba de calidad

Elija la respuesta que más se parezca a la que daría usted.

Cuando se le presenta la posibilidad de una aventura, lo primero que usted piensa es:

- A. ¿Tendré la energía suficiente?
- B. Últimamente hay muchas enfermedades que se contagian por el sexo.
- C. Esta mina me va a matar.

Cuando su esposa tiene dolor de cabeza, usted sugiere:

- A. dos aspirinas.
- B. doscientas aspirinas.

Si su mujer sale sin usted y se lleva el diafragma, usted siente:

- A. que ella no confía en usted.
- B. que lo hizo por la fuerza de la costumbre.
- C. que hay algo que usted no sabe.

Si el contacto sexual con su esposa ha quedado reducido a una vez por mes o menos, usted experimenta:

- A. indiferencia.
- B. alivio.

C. agotamiento.

Usted se siente incómodo cuando escucha frases como estas:

- A. punto G.
- B. Tengo muchas ganas.
- C. Hazme unos mimitos.
- D. todas las anteriores.
- E. todo este libro.

Cuando se despierta con una erección, usted:

- A. Chilla: "¡Ahora no, idiota!"
- B. Sacude la cabeza y se vuelve a dormir.
- C. Lamenta no tener una Polaroid a mano para sacarse una foto.

Si su respuesta a cualquiera de estas situaciones es A, B, C, D o E, ninguna medida que tome para corregir o remediar su estado surtirá efecto alguno.

La madurez es como recibir una invitación a una gran fiesta y después descubrir que la fiesta fue ayer.

Aterrizaje forzado

— ¡Hola! ¿Estás trabajando o simplemente aprovechas el viaje?

—No, estoy trabajando. Pero tengo que quedarme sentada acá hasta que el avión cobre altura de crucero. Ahora, será mejor que te abroches el cinturón.

— ¿Vives en Nueva York o en Los Ángeles?

—En Los Ángeles.

—Claro, debí darme cuenta por el bronceado. La verdad es que, a mí, lo único que me gusta de Los Ángeles es el clima. De vez en cuando tengo que ir por cuestiones de negocios.

—Mira, yo creo que Los Ángeles te gusta o no según lo que hagas y con quién lo hagas. Si las cosas te van bien, cualquier ciudad te gusta, ¿entiendes?

—Sí, tienes razón. Pero en Los Ángeles yo solamente conozco gente con la que tengo relaciones comerciales.

-Qué aburrido. Tienes que cambiar esa situación. Pero en el lugar donde yo vivo hay gente más divertida...

— ¿Ah, sí? ¿Y dónde vives?

-En Malibú; comparto un departamento con otras tres chicas. Es agotador: fiestas, fiestas, fiestas...Pero la pasamos muy bien. Mira, estoy rogando que el vuelo llegue en hora, porque justo esta noche tenemos una fiesta abierta. Va a venir el que tenga ganas. ¡Imagínate los tipos que pueden llegar a aparecer!

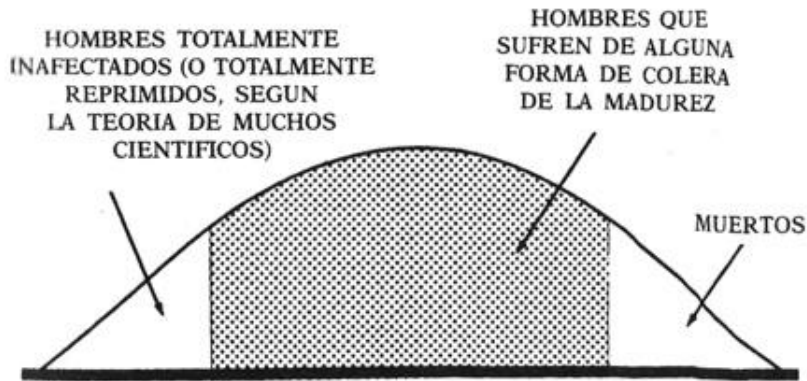
Qué bárbaro. Pero... eh.... ¿no te preocupa un poco que pueda aparecer gente... eh... rara? Me refiero a la seguridad y esas cosas...

-¡No! Es muy divertido. ¡Eres igual que mi papá!

*A esta edad ya somos lo bastante sabios para saber que la sabiduría no
viene con la edad*

Capítulo 5

La psiquis del hombre maduro



*Demografía de la población madura según su estado mental
(Estadística realizada con el fin de descomponer los factores de la hipocondría de otros orígenes)*

Errores de Omisión

Por lo general, cuando decimos que no recordamos algo significa que no podemos



evocarlo. Hay cosas que olvidamos realmente: no las tenemos registradas en nuestra mente, y no acudirán a nuestra memoria por más esfuerzos que hagamos. Pero la mayoría de las veces, cuando decimos que nos olvidamos de hacer algo, se trata de una condición temporaria y pronto recordamos lo que nos olvidamos y por lo tanto sabemos que lo olvidamos. "Maldición, me olvidé de tomar la pastilla". "Me olvidé de comprar el diario". "Me olvidé de

llamar a ese tipo", y así sucesivamente. Cosas simples, pero fastidiosas y a menudo asustadoras.

Para darles un ejemplo ilustrativo de esta clase de lapsus de la memoria, mencionaré ese caso tan común que, con toda seguridad, nos ha ocurrido a todos: cuando, hablando con alguien, de pronto se nos escapa el nombre de una persona, una película, un libro, y, desesperados, gesticulantes, jadeantes, decimos: "Espera, no me lo acuerdo pero estoy seguro de saberlo... ¿Cómo era?... Maldita sea, lo tengo en la punta de la lengua...Eh... ¡Ya me va a salir, espera un segundo!" En un caso semejante, sabemos que no hemos olvidado la información; sólo se trata de traerla a la memoria. Y la información vendrá a nosotros, aunque, seguramente, en un momento en que ya no la necesitamos.

Mucho más grave es el segundo tipo de lapsus de memoria, que consiste en no recordar absolutamente nada, nunca, pase lo que pase. Pese a las evidencias más irrefutables, uno se encuentra respondiendo tontamente con frases como éstas: "¿Yo dije eso?", "Esa ni siquiera parece mi letra", "¿Que tú y yo hicimos qué? ¿Dónde? ¿Y quién es Silvia?". Desconcertante, para usar una palabra suave.

El tercer tipo de lapsus de memoria consiste en olvidarse de recordar y después recordar lo que se olvidó. Ya que es imposible que recordemos todo constantemente, a lo largo del día vamos desechando una cantidad de hechos, imágenes e información visual. Lo difícil es entender cómo, después de los procedimientos deliberados de subir al coche, manejar en alguna dirección, estacionar, cerrar las puertas y caminar rumbo a nuestro destino, podemos



olvidarnos de dónde dejamos el auto (a veces con las llaves adentro... y las luces encendidas).

Hay un cuarto tipo de pérdida de memoria. Pero en este momento no logro recordarlo.

Lapsus telefónico

Uno disca un número de teléfono y, cuando atienden, uno ya se olvidó a quién estaba llamando. Se trata de una broma que nos juega la mente, el lapsus telefónico.

Al principio uno se siente un tarado, pero todavía no incómodo. El fastidio llega cuando uno no reconoce la voz que atiende: ninguna pista nos ayuda a recordar el nombre de la persona a la que llamamos ni el motivo del llamado.

Uno queda reducido a unas pocas opciones: podemos colgar evitando el riesgo de meter la pata pero dando pleno lugar a la cobardía; podemos intentar descifrar el enigma con alguna mentira, como preguntar: "¿Biblioteca Pública"? y la esperanza de que la persona del otro lado de la línea se identifique.

A veces yo me limito a hacer llamear la bandera de la derrota diciendo: "Hola, habla Fred Shoenberg. Tengo la memoria temporariamente averiada. ¿Podría decirme quién es usted y para qué lo estoy llamando?"

Por alguna extraña razón, la gente, al oír semejantes palabras compadece y suaviza su reacción.

Disfunción aural espontánea, de activación conyugal

Esta es una enfermedad recurrente de la madurez: uno no logra oír a su esposa. Uno está ahí; ella se pone a hablar y uno, guiado por un reflejo condicionado incorporado, responde: "Sí", "Bueno" o "Ya me ocuparé de eso". Pero uno no recuerda que ella haya hablado. De modo que vamos de compras y, por supuesto, nos olvidamos lo más importante de la lista. No sabemos que nuestra esposa chocó el auto, no sabemos que nuestro hijo se gastó una millonada en un repuesto para la moto. Y así por el estilo.

Después, cuando nos enteramos de esas calamidades devastadoras por "primera vez", nuestra esposa nos dice: "Te lo dije ayer" o hace una acusación aún más

desconcertante: "Jamás escuchas una sola palabra de lo que te digo". Entonces sí que la oímos.

Teleineria

La teleineria es un estado que se presenta cuando se dan simultáneamente las siguientes condiciones:

1. el final de un largo y arduo día de trabajo;
2. disponibilidad de un sillón cómodo;
3. el noticiero de la televisión. Los síntomas son: ojos cerrados, mentón apoyado en el pecho, respiración profunda y sonidos ininteligibles que emanan de los labios, que con frecuencia se agitan.

Para el lego esta condición suele ofrecer el aspecto del sueño. La duración promedio es de unos quince minutos, si no hay interrupciones por parte de algún pariente cercano presa de la preocupación. Habría que educar a los miembros de la familia acerca de esta afección y advertirlos de los peligros de quebrar su continuidad.



El arte del disimulo

En el caso de que usted se descubra haciendo algo tontamente o con la mente ausente, podrá evitar situaciones considerablemente vergonzosas actuando como si se hubiera propuesto hacer las cosas de ese modo, por razones que sólo usted conoce. De ese modo parecerá excéntrico pero no esclerótico.

Puede aprender esta técnica observando a los gatos. Cuando un gato hace algo realmente idiota, hace de cuenta que eso era justamente lo que se proponía desde el principio, y se detiene, se sacude o se limpia alguna parte del cuerpo y se hace el distraído unos minutos. No le sugiero que adopte exactamente la misma conducta, pues entonces, además de excéntrico, parecerá rematadamente loco.

Tenga en cuenta que esta técnica no funciona en todos los casos, por ejemplo, si baja de un avión con los auriculares aún en las orejas. Ejemplo extremo: Un hombre va al baño, se desabrocha el chaleco, se saca la corbata y se orina en los pantalones.

En la madurez, la droga preferida es la adulación

La generación de la dispepsia

Estoy sentado en casa, tranquilo, tomando cerveza y mirando televisión. Estoy relajado, hasta contento, con la guardia baja. En eso, aparece en la televisión un aviso de la misma cerveza que estoy tomando. Muestra a un grupo de jóvenes muy atractivos que se divierten de lo lindo en una piscina, mientras una voz canta que los fines de semana se inventaron para tomar esta cerveza. No me disgusta, pero tomo nota mental de que esa publicidad no representa a la gente de mi edad.

A continuación viene un aviso en el que solamente aparecen personas de mi edad. Es de un remedio para el hígado. "Un momento, ¿qué pasa acá?", me digo de pronto, ya menos satisfecho de la vida, y me pongo a prestarle más atención a la publicidad. ¿Se tratará de una bajeza subliminal de las tantas que hay que soportar? Me pongo a anotar.

Mis hallazgos de esa tarde, resumidos, resultaron en que la gente de mi edad sólo aparece en avisos que emplean palabras desagradables como éstas:

- regularidad intestinal
- hipertensión
- deficiencia
- insomnio
- dentadura
- artritis

- indigestión
- intestinos

y se encuentran ausentes en avisos de:

- jeans de estilo
- chicles
- coches deportivos
- clubes de recreación
- bebidas suaves
- esquí
- trajes de baño
- cualquier cosa relacionada con sol o sexo

El tiempo vuela

— ¿Estás loca? ¡Decoramos todo el living hace apenas un par de años!

—No, querido. Fue en 1968.

— ¿Así que tu eres la hija de John? ¿Pero no tenías doce años?

—El mes que viene tu hermano cumple cincuenta años. — ¿Qué estás diciendo?
¿Cómo va a cumplir él cincuenta años si yo tengo solamente...? Bué, no importa.

Laguna repentina

Siguiendo con el tema de los lapsus de memoria, creo que vale la pena señalar que el problema también puede ocurrir en contextos comerciales o laborales.

La gente más joven con la que uno trabaja no comprende el fenómeno de la obstrucción mental de la madurez. Ellos piensan que tiene que ver directamente con la amnesia o la esclerosis. Aunque el problema es muy ocasional (tres o cuatro veces por hora) y benigno (sólo produce una histeria leve), puede resultar desconcertante en un medio laboral.

A esta condición yo la llamo "laguna repentina" y he experimentado varios remedios o curaciones que excluyen cualquier tipo de droga. Lo que mejor parece funcionar sobre el síntoma (el síndrome no tiene cura) es la Maniobra Lacustre, que consiste en lo siguiente: en el momento en que algo que estoy tratando de recordar se me

bloquea en la mente, un socio o una secretaria alerta viene corriendo hacia mí, me agarra la cabeza y me la aprieta hasta que el recuerdo rebelde se resigna a aparecer.

El peligro de esta maniobra consiste en que existe la posibilidad de que uno libere un recuerdo que había quedado bloqueado el día anterior sin que uno lo desbloqueara. Entonces puede ocurrir que uno se encuentre en una discusión política, no pueda recordar el nombre de Margaret Thatcher, aplique la Maniobra Lacustre y salga a relucir: "Dom Perignon, cosecha 1963".

Sin embargo, la mayoría de las veces surte efecto...siempre y cuando nuestros compañeros de trabajo logren convivir con semejantes conductas delirantes de nuestra parte.

Capítulo 6

La salud

En la farmacia

¿Se acuerdan de lo que nos costaba, cuando éramos muy jóvenes, entrar en una farmacia, acercarnos al mostrador y pedir en un murmullo "un par de profilácticos, por favor"? Imaginábamos que todos los ojos se iban a volver sobre nosotros. Esa gente sabía los pecados que estábamos a punto de cometer, o que se imaginaba que estábamos a punto de cometer... o esperaba que estuviéramos a punto de cometer.



Hoy no nos preocupa en lo más mínimo entrar en la farmacia con nuestra lista de remedios

para el hígado, la digestión, los nervios, la vejiga, el insomnio, los intestinos, los callos, el reuma, los dientes, el pelo, el estómago, los huesos, los músculos...

Mi farmacéutico está tan preocupado por mi salud que me ha abierto una cuenta corriente. Al observar las recetas que le llevo todas las semanas, sabe que no me queda mucho.

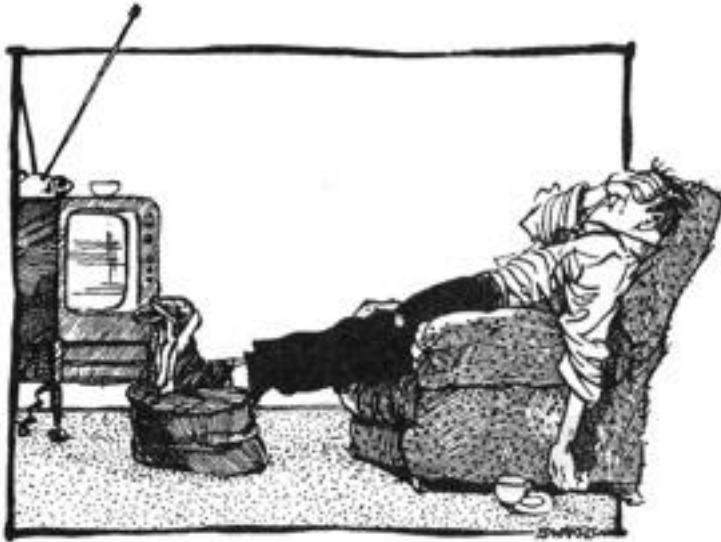
A esta altura uno debe asumir que la madurez, si no se la trata adecuadamente puede llegar a matarnos

La trama se espesa

La hipocondría, aunque algo molesta, tiene sus recompensas. Pese a que uno vive permanentemente contrayendo nuevas dolencias, descubre, después de todo, que ya está curado de cualquier cosa que haya padecido la semana anterior.

Es más o menos así: A la mañana usted se levanta y descubre que tiene un punto en la cara, la espalda o la mano, un punto sospechoso que nunca había visto antes y que bien podría ser cáncer. Su vista ha empeorado en los últimos tiempos: tumor en el cerebro. Dolor en el brazo izquierdo: ataque al corazón. Muy pronto usted va descubriendo síntomas de todas las enfermedades que vio en la televisión la noche anterior. A esto yo lo llamo: “la enfermedad nuestra de cada día”.

Para exacerbar todo esto está el agravante principal, aún sin diagnosticar: la cólera de la madurez.



Un rayo de esperanza: es estadísticamente imposible sufrir una forma diferente de cáncer todas las mañanas.

Hace muchos años, mi querido amigo Harvey y yo, junto con un grupo de personas, nos fuimos a pasar un fin de semana largo en Connecticut, en la casa de otro amigo. A la segunda mañana,

noté que Harvey estaba algo apagado y no quiso ir a nadar al lago, como acostumbraba. Además, le salía un pedacito de algodón del oído derecho. Como no quería preguntarle a él directamente, me dirigí a su esposa para ver cuál era el problema.

—Esta mañana, cuando se levantó, Harvey descubrió que no oía muy bien del lado derecho y espera que se deba a que ayer nadó mucho y le entró agua en el oído o algo así. Pero en realidad está convencido de que tiene un tumor cerebral.

— ¿Y esas cosas se presentan tan súbitamente? —le pregunté.

—A él, sí —me respondió.

Harvey tiene unos doce años más que yo y en esa época yo recién entraba en la madurez.

Ninguno de los que allí estábamos nos tomamos la cosa en serio, y si alguien preguntaba dónde estaba Harvey, otro respondía tranquilamente:

—Ah, tiene un tumor cerebral. Hoy no va a nadar.

Esta indiferencia no ayudaba mucho a Harvey. Al día siguiente su oído había empeorado y él empezaba a entrar en pánico. Por suerte, ya era domingo y nos volvíamos a Nueva York, donde consultaría a un especialista el lunes a la mañana.

El lunes al mediodía me enteré de las novedades. Con enorme esfuerzo, Harvey se había puesto en manos del especialista en oídos más caro de Nueva York, quien, después de sacarle el algodón de la oreja y examinar el canal auditivo, encontró otro pedazo de algodón: la punta de un hisopo que le había quedado trabada y, por supuesto, le dificultaba la audición. Harvey no tenía nada.

Lo único que le dijo el médico fue:

—Espero que no vuelva a hacer esto.

Fue en esa oportunidad que creamos el premio anual para la diagnosis fatal más extraordinaria. Con el correr de los años todos los de nuestro grupo ganamos por lo menos uno. Aquel año, Harvey le ganó por un pelo a otro amigo que insistía en que, a pesar de haber aumentado quince kilos, tenía la misma medida de cuello que a los veinte años. Una noche se despertó convencido de que padecía de asfixia espontánea y escribió como pudo un testamento, nombrándome ejecutor.

Recuerde: cualquiera sea la enfermedad de que se queje, es prematura.

Otra vez el estrés

El estrés es el ejercicio del derecho que tiene la mente a comportarse irracionalmente en su búsqueda de la depresión.

El estrés no es hereditario pero sabrá descubrir todas sus debilidades hasta encontrar algo que lo sea. Esto no significa que usted no morirá de algo personal y maravilloso y solamente suyo: después de todo, la individualidad y el autorrespeto deben ser tomados en cuenta. También hay una cuestión de susceptibilidad. Yo estaba convencido de que había contraído una oscura enfermedad oriental que, según mi médico, se llamaba síndrome de "Taipei". Pero dejando estas exquisiteces de lado, uno puede tener estrés a causa de casi cualquier cosa: una cirugía mayor, el queso roquefort o un mal libro.

En la actualidad, los medios para evitar el estrés son una preocupación mayor y una industria menor. Para muchas personas, el manejo del estrés viene en una pastilla,

en un líquido o en un polvo...y para los adictos a la Coca Cola, en una generación. De más está decir que esta gente se equivoca.

En general, casi todos los estreses pueden aliviarse simplemente no pensando en el trabajo, el dinero, el sexo o los impuestos. Fuera de estos temas, lo que queda es material sin importancia que puede controlarse fácilmente ganando la lotería, saliendo con Raquel Welch o comiendo un buen helado.

Algunas de las frases que mi estrés provocan

1. *"Hola, abuelo."*
2. *"¿Puedo ayudarlo con ese paquete?"*
3. *"Estoy seguro de que a usted y a su hija les gustará la habitación."*
4. *"¿Puedo mostrarle un modelo más...eh...conservador?"*
5. *"Disculpe, señor, pero según el centímetro su talle es más grande."*
6. *"Dale, papá, un esfuerzo más. Tú puedes hacerlo."*
7. *"¿Quiere una comida blandita, así no le hace mal a los dientes?"*
8. *"Lo lamento, señor. Esta receta ya me la presentó veintisiete veces y además era para una dolencia pasajera."*

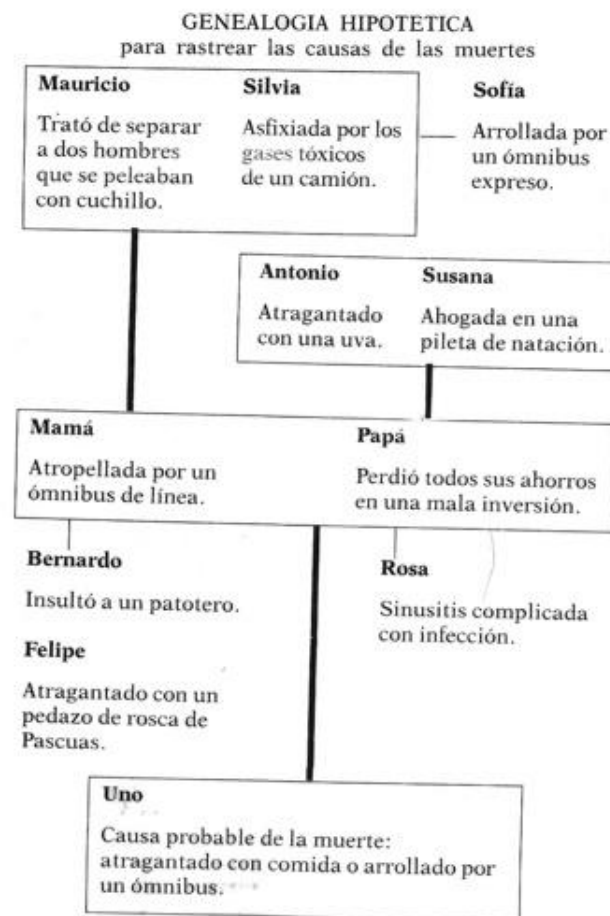
La teoría de la relatividad

La mayoría de nosotros se ha pasado la vida examinando «i quejándose de todo aquello influido por nuestros genes: líelo, ojos, tipo tísico, y otras debilidades. Como, en un luí uro no demasiado distante, nos encontraremos librando una lucha a vida o muerte con nuestros genes, vale la pena o liar una mirada a nuestros antecesores. Observemos a nuestros padres y nuestros abuelos, sus dolencias, debilidades y tendencias, y las causas por las que murieron. Obviamente, no todo es hereditario; cada uno sabe hacerse bastante daño propio. Si usted no está seguro del origen de su enfermedad —hereditario o externo—, decídase por lo último. A esta altura, para tener enfermedades hereditarias ya es un poco tarde.

Al investigar el árbol genealógico de su familia para determinar cuáles son las flaquezas genéticas, recuerde que todos debemos morir de algo; no se muere simplemente de vejez. Si, por ejemplo, la tía Rosa fue atropellada por un ómnibus, no quiere decir mucho. Pero si otro pariente, en otro momento y lugar, también

murió atropellado por un ómnibus, yo me preocuparía un poco. Es evidente que la razón para realizar este trabajo es tratar de refrenar lo inevitable mientras sea posible. Aunque parecería que, hasta cierto punto, aquellos que recuerdan el pasado también están condenados a repetirlo.

El cuadro siguiente le dará una idea de cómo reconstruir el árbol de las muertes de la familia.



Genealogía hipotética, para rastrear las causas de las muertes

Supongo que con esto se darán una idea de cómo es la cosa.

Capítulo 7

Estilos de vida del hombre maduro

Plácido domingo

El domingo es, para el hombre maduro, un día esencial para preservar la salud y controlar el estrés. Las esposas, los hijos y los demás integrantes de la familia deben comprender cuán importante es para él la tranquilidad del domingo. Un buen partido de fútbol, muchos diarios que leer, palabras cruzadas, tal vez un poco de cerveza, lo acercan a Dios y restablecen su salud.

Siempre hay que tener en cuenta que existen ciertos temas que «no» deben discutirse jamás en domingo:

- *Madres*
- *Suegras*
- *Arreglos de la casa*
- *Afeitarse*
- *Hijos*
- *Iglesia*
- *Ejercicio*

Si estas cosas ni siquiera se mencionan ese día, el hombre maduro podrá llegar bastante cerca del verdadero significado de la palabra "paz".

No es mucho pedir, ¿no?

Eh?

A medida que pasan los años cada vez se torna más importante tomarse tiempo para las cosas.

Hay cosas que, en efecto, no pueden acelerarse. Es una pérdida de esfuerzo y energía salir corriendo del edificio donde se vives gritándole al portero:

—Estoy terriblemente apurado. Consígame dos taxis.

La pinta es lo de menos

Un día me levanté con la fijación de que tenía que comprarme un traje de Giorgio Armani, bien cortado, bien terminado, cruzado; un traje que clame a gritos que uno es "chic" y "elegante". No pude esperar un segundo. Con esa ropa iba a ser la sensación de la temporada: distinguido, juvenil, fino. Lamentablemente, me hallaba un poco excedido de peso, pero eso no me detuvo.

Fui directamente a una de las mejores sastrerías y avancé hasta la sección de Giorgio Armani (toda una sala dedicada a la marca que constituiría mi futuro guardarropa). Mientras me encontraba parado en la entrada, tratando de apaciguar mi emoción, el vendedor, un joven delgado, menudo, superbién vestido, me miró de arriba, cerró los ojos y sacudió la cabeza con gesto enfáticamente negativo. Quedé perplejo. Seguramente no se refería a mí. Miré alrededor. Allí no había ningún otro cliente. Levanté las cejas con expresión de irritada pregunta, como increpándolo: "¿No querrá decir que no tiene un traje para mí, verdad?" Una vez más, obtuve la misma respuesta: ojos cerrados, cabeza que se sacudía. Rechazado, demolido, regresé al mundo de los trajes comunes en un silencio total, sin intercambiar una sola palabra con el vendedor. Por un momento pensé en hacerle algo terrible y violento a ese destructor de sueños e imágenes, y si lo hubiera hecho estoy seguro de que lo habría disfrutado. Subí al auto y me dirigí al centro, pensando en la posibilidad de hacerme un tatuaje.

Sin duda, en la vida se nos han presentado numerosas oportunidades que prometían grandes incomodidades físicas y mentales. La madurez las cumple.

Contracción textil atmosféricamente generada

Nos referimos a los trajes de verano que, después de permanecer colgados en el placard durante todo el invierno, en la primavera ya no nos quedan bien.

¡No les eche la culpa a los trajes!

Evite, también, la fuerte tendencia a echarle la culpa al tintorero.

La causa más probable de que le vayan chicos es que usted haya aumentado el volumen de su abdomen.

Segunda mano

Fui a un mercado de pulgas ("negocio de antigüedades") con mi hija, para que ella comprara un nuevo saco usado para el invierno, porque ahora está muy de moda andar con ropa vieja. Mientras ella miraba las prendas roídas por las polillas, yo me detuve a curiosear la ropa de hombre. Allí, colgado en pulcras perchas, estaba todo mi guardarropa de los años '50, incluyendo mis corbatas y mi saco de cordero y.



¿No podrán esperar a que uno se muera? ¿Debemos sufrir la humillación de ver ejércitos de jovencitos que andan por ahí con ropa vieja y remendada de otra época...la de nuestra juventud? Mi chaqueta sport, que en otros tiempos era elegantísima, ahora es "divertida". Mirándola ahora, uno podría pensar que en esa época estábamos locos al usar semejantes cosas.

Un consejo: no siga guardando su saco Mao. Esa moda no va a volver. Y si lo hace, usted no querrá usarla.

Mientras pagábamos los despojos que mi hija había elegido, oí el comentario de dos chicas que, entre risitas, se probaban una réplica de mi viejo saco sport:

— ¿Te imaginas que un tipo se haya comprado esto no porque le resultara divertido sino porque de verdad le gustaba? ¡Qué delirante! Y seguro que todavía debe de estar vivo...

Control de aberturas

Un reflejo condicionado típico de la civilización occidental: controlar cada tanto que la bragueta esté cerrada. A medida que nos volvemos viejos, o bien comenzamos a perder confianza en la calidad de la nueva generación de cierres y tememos que se abran espontáneamente, de puro capricho, o bien pensamos que nos hemos olvidado de cerrarlos.

Yo me he sorprendido controlando el correcto cierre de mi bragueta teniendo puesto un saco largo y cruzado. En realidad no habría importado mucho si no tenía los pantalones puestos, pues "esas partes" quedaban totalmente ocultas, pero allí estaba yo, verificando la posición del cierre.

*En la madurez ya no podemos argumentar ignorancia o inocencia.
Ahora uno es estúpido o culpable.*

Cambio de hábitos

Nos educaron para que creyéramos que no se pueden cambiar las reglas en medio del juego. ¡No es justo!

Para mi gran asombro —algo que se presenta en grandes cantidades en la madurez—, eso es exactamente lo que ha ocurrido a lo largo de la vida. Lentamente, sin que lo percibamos de inmediato, las costumbres y los mitos han ido cambiando de manera apabullante.

Por ejemplo: cuando nosotros éramos chicos, ¿quién fumaba? Todos. Roosevelt fumaba, Churchill fumaba, Babe Ruth fumaba, John Wayne fumaba, todos los astros de las películas fumaban (Paul Henreid encendía dos cigarrillos al mismo tiempo y le daba uno a Bette Davis). Era elegante, sofisticado, era lo que debía hacerse. Bueno, si uno sigue fumando hoy en día es un paria, un pobre tipo sin voluntad, un ser egoísta y abyecto sin carácter.



Uno dejó de ser un tipo como todos los demás para convertirse en un descastado. ¿Cómo enfrenta uno ese tipo de transición sin sufrir un verdadero daño cerebral? Es



imposible. Nosotros éramos pasivos, nos ocupábamos de nuestros asuntos, y mientras tanto el dedo acusador de la salud mundial, la decencia y la corrección lentamente se daba vuelta para acusarnos. ¿Y qué pasó con nuestros héroes? Cuando acudimos en busca de su ayuda nos damos cuenta de que han desaparecido. Todos. Hemos quedado solos, hermano. Consolémonos con unas copas. ¿Saben quienes bebían, en nuestros tiempos? Todos. Todo el mundo bebía, cualquier cosa... Pero ahora parece ser un pecado. Y también parece ser un pecado comer bifes, hamburguesas, salchichas, sal, azúcar...Muy desconcertante.

No creo ser víctima de la nostalgia. Más bien es un problema de haber vivido veinte años en el Expreso del Desorientado. Ahora el negro es blanco y todo está patas para arriba. Y se supone que debemos tolerarlo, adaptarnos. No, no es nostalgia...es neuralgia.

Antes existía cierto misterio con respecto al sexo y esas cosas. Ahora, entre los sexólogos y las revistas como *Cosmopolitan*, lo sabemos todo. Sabemos más que todo. Más de lo que es.

Antes había un código para vestirse, parejito, sin grandes discrepancias. Todo estaba clarito, las diferencias estaban bien marcadas. Hoy los muchachos van a la

oficina vestidos como Boy Madonna, y uno se pasa largos ratos preguntándose:

¿Qué? ¿Cómo? ¿Por qué?

¿Dónde quedaron los japoneses malos de las películas?

¿Qué cuernos está pasando?

¿Quién puede aprender todas las reglas nuevas?

¿Quién *quiere* hacerlo?

Mejor que nos aferremos un tiempo más a los buenos valores de nuestra época.

Capítulo 8

El shock del futuro

La madurez es la edad en que uno se da cuenta de pronto de que sus padres están viejos, sus hijos han crecido y uno no ha cambiado

Asesinato juvenil

Por ejemplo, uno siente un deseo casi incontrolable de aniquilar a su hijo cuando, en medio de una cena formal en su casa, aparece vestido como un yeti en ropa de entrecasa, entra diciendo malas palabras y les dice a los invitados que sus valores son una basura.

Cría cuervos...

Un amigo que tiene un negocio textil decidió tomarse unas vacaciones después de treinta años de arduo trabajo para construir su empresa. Un crucero de tres meses alrededor del mundo. Había sufrido un pre infarto y era hora de descansar un poco. Por suerte, pudo irse sin demasiados problemas gracias a que tenía un hijo brillante que se encargaría de sus negocios durante su ausencia. Un chico que se había recibido con medalla de oro en la facultad y que, evidentemente, lo sabía todo. Inmejorable.

Al cabo de cien días de descanso mi amigo volvió a la oficina, totalmente renovado y maravillosamente bronceado.

—Bienvenido, papá.

—Hola, hijo. ¿Cómo anduvieron las cosas?

—Magníficas.

— ¿Por qué pusiste un televisor en mi escritorio? Sabes que la televisión no me gusta. Solamente miro los noticiarios.

—No es un televisor. Es una computadora.

—Está bien. ¿Para qué pusiste una computadora en mi escritorio? No me gustan esos jueguitos electrónicos.

—No está para jugar, papá. Es para manejar el negocio.

— ¿Y cómo va a manejar el negocio? Yo soy el que maneja las cosas acá.

—Quiero decir que la computadora administra el negocio con más eficiencia.

— ¿Por ejemplo?

—Lleva un registro al minuto de todas las facturas, pagos, cobranzas, inventario y personal.

—Benny, el tenedor de libros, hace ese trabajo desde hace treinta años sin ningún problema.

—Pero acabo de jubilar a Benny.

— ¿Qué diablos quieres decir con que lo jubilaste? ¿Cómo pudiste despedir a Benny? Empezó conmigo en esta empresa...

—Ya estaba viejo para este trabajo y cometía un montón de errores... Papá, estoy tratando de explicarte algo y vos no sabes hacer otra cosa que tomar una pastilla tras otra. Por favor, cálmate y presta atención. Descubrí que Benny llevaba muchos de los libros con lápiz. Me parece muy sospechoso...



—Benny es un genio.

—Ahora todo está en la computadora y queda automáticamente registrado; la información se imprime y va directamente a nuestros auditores. Pero esto es apenas el principio. No sabes las maravillas que hace esta maquinita... Ah, además eché al sesenta por ciento de nuestros empleados.

— ¿Cómo *nuestros*?

—Bueno, eh...Yo también trabajo acá, ¿no?

—Trabajabas.

— ¿Qué me quieres decir?

—Que estás despedido.

— ¡No me puedes despedir a mí! ¡Soy tu hijo!

—Sí puedo y no lo eres.

Y uno pensaba que podía ir a bailar sin correr peligro...

Los chicos de hoy bailan con las caras contraídas, se destartalan, revolean las piernas y los brazos, se resquebrajan en movimientos espasmódicos como si fueran descendientes de Frankenstein. Una gran contribución a la cultura. Bueno, tal vez mis palabras sean algo injustas. En nuestras épocas también bailábamos cosas locas como el twist o el rock, y mis padres nos miraban azorados. Pero la primera educación "danzante" que recibimos fue la del "baile social", que requería un/a compañero/a. El conducía, ella seguía. También daba oportunidades para tocarse. Básicamente era un esfuerzo conjunto. Creo que ésta es mi objeción principal al modo actual de bailar. No sólo ya no podemos distinguir los sexos de nuestros jóvenes sino que cada uno baila solo, separado de los demás. Si uno trata de bailar con alguien, la maniobra se vuelve peligrosa.

Si usted, como yo, fue educado modelo clase media (aunque supongo que mi padre preferirá decir que éramos de clase media alta), habrá aprendido pasos prehistóricos como la rumba, el samba, el foxtrot y el lindy. Esa música ya no se oye más. Y, desde luego, nosotros ya no la bailamos más.

Todos nosotros fuimos parte de los comienzos del rock y contemplamos y escuchamos su evolución. Si hace ya un tiempo que usted no va a una discoteca, permítame asegurarle que sigue siendo una experiencia válida, que tiene solamente tres efectos colaterales:

- 1) Mientras está allí, uno se siente una momia.
- 2) A la mañana siguiente las sensaciones físicas son indistinguibles de las que se experimentan después de una prueba de estrés".
- 3) Durante las veinticuatro horas siguientes se siente un ruido intermitente en los oídos, que puede hacer que uno levante varias veces el teléfono sin que haya sonado.

*Cuando se le pide que haga alguna tarea del hogar, un adolescente
vuela a la velocidad de la luz.*

Sabiduría oriental

Debemos también agradecer a la juventud de hoy el haber enriquecido nuestro vocabulario con palabras como ashram, mantra, nirvana y tandoori...para no mencionar en cuánto ha aumentado nuestra comprensión de las culturas orientales. Hace unos años mi hijo empezó a seguir a un gurú y se mudó a un ashram de Nueva York. Desde entonces ese gurú murió y fue reemplazado por otros dos. Bien, al principio yo pensé que sólo se trataba de la rebelión normal de todo adolescente contra lo establecido, nuestros valores, la cultura occidental, la bomba atómica, la carne, el dinero, el trabajo y los zapatos. Pero como soy un padre moderno, maravillosamente comprensivo, no quise presentarle mis sospechas hasta estar más enterado de lo que él hacía. Comencé a leer algo de su literatura, fui a almorzar al ashram unas cuantas veces y conversé con otros seguidores del mismo gurú. Entonces llegó mi día de suerte. Me invitaron a asistir a una sesión "intensiva". Esta parte es la que resulta difícil para un hombre de mi edad. Me encontré en una habitación oscura en la que había cien personas sentadas en el piso (en una alfombra), sin zapatos, con las piernas cruzadas en la posición yoga, durante tres horas y media. La mayor parte del tiempo entonaban cánticos y recitaban mantras. Después de la primera media hora mi hijo me susurró:

— ¿Sientes algo?

—Sí —respondí—. La espalda me está matando.

Todavía tuve que aguantar unas horas más en esa posición retorcida. No obstante, debo confesar que el atenaceante dolor de mi espalda se evaporó rápidamente cuando comprobé que no podía caminar.

¿Será el karma?

Oído al pasar

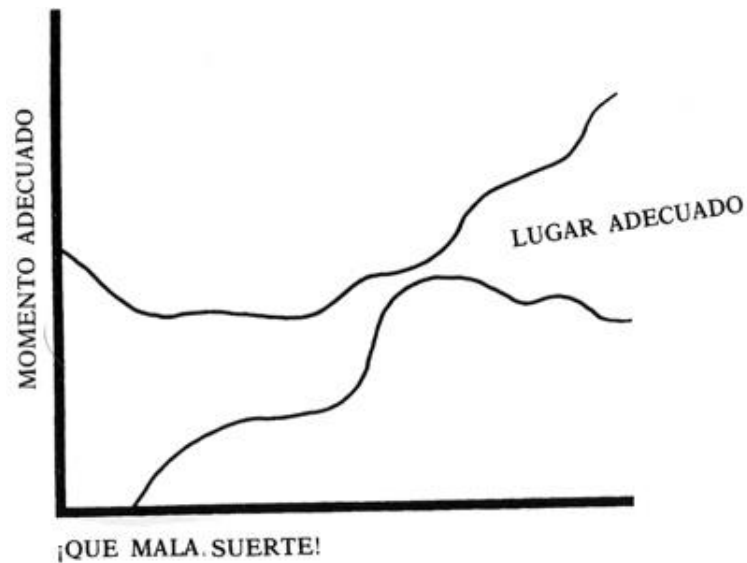
— ¿Qué te parece si almorzamos juntos?

—Gracias, pero tengo que ir a mi clase de squash y después tengo planeado correr cinco kilómetros. Solamente voy a comer una ensalada con jugo de zanahorias antes de volver a la oficina.

—Está bien, no hay problema. Yo hice lo mismo ayer. Nos vemos la semana que viene.

Capítulo 9

Oficina de congojas



¡Qué mala, suerte! Vista retrospectiva del hombre maduro (en forma gráfica) de por qué no obtuvo un mayor éxito en la vida.

Búsqueda ejecutiva

Usted es muy posiblemente un hombre de negocios maduro si:

1. *Anhela los tiempos en que las secretarías preparaban café y lo servían.*
2. *Este año no le pidieron que integrara el equipo de fútbol de la oficina.*
3. *Piensa que "yuppie" es una expresión empleada por Tom Mix.*
4. *Descubre que el directivo que nunca entendía nada y se resistía a las ideas nuevas y los cambios ahora es usted.*
5. *Se descubre contratando empleados de la edad de sus hijos, y preguntándose si tendrán la casa ordenada.*
6. *Queda KO después de tomar una copa con los muchachos.*
7. *Un poco de cerveza le hace experimentar una incontinencia inminente.*
8. *La gente joven de su oficina mira alguna de sus prendas y comenta: Si, a lo mejor esa moda vuelve.*

Capítulo 10

Ya que estamos aquí

Un hecho revulsivo

La adultez es algo para lo cual muy pocos estamos preparados, adaptados o receptivos. Es algo que no hemos pedido ni deseado y sin embargo nos cae encima de todos modos. De pronto nos encontramos elevados automáticamente a un nivel de incompetencia. En otras épocas, la madurez tenía sus compensaciones: significaba responsabilidad, buen juicio, familia, comunidad, sabiduría. Pero de todos modos siento que eso no tiene nada que ver conmigo. Cuelgo los guantes. No me interesa ser maduro.



No hay lugar donde esconderse, compañeros. Entre la adolescencia y la madurez uno puede hacerse el distraído, pues no está aquí ni allí. Pero ahora no hay más remedio que aceptar las cosas como son. Trago amargo. Realmente estamos obligados a comportarnos como adultos,

Y bien acá estamos todos, tratando de parecer serios preguntándonos cómo llegamos a este punto. En uno de esos días llenos de estos amargos pensamientos recibí una invitación para la reunión de los treinta años del egreso de la escuela secundaria. Junto con la carta venía una lista de todos mis ex compañeros, con sus teléfonos y direcciones y sus profesiones. Al mirar la lista me asombró descubrir que

muchos de ellos se las habían ingeniado para llegar a la adultez, incluso, algunos de un manera "seria".

Había uno que; hace treinta y dos años, llamaba a la escuela y decía con voz fingida: "Myron no podrá asistir a la escuela hoy. Habla mi mamá". Y ahora es juez. Había otro que una vez se clavó el saco a la madera del trabajo de carpintería que estábamos practicando. Hoy es un temoso cirujano. Y había montones de tipos ridículos y torpes que hoy también son adultos, y me resulta tan aterrador pensar en eso que creo que no voy a ir a esa reunión.

Ahora estamos todos dirigiendo el mundo...no es de extrañar que nos sintamos tan preocupados.

Cuando era joven, pensaba que la gente que gobernaba realmente entendía qué diablos ocurría...ya fueran cardenales u obispos o generales o políticos o empresarios. Ellos sabían. Bueno, ahora estoy aquí, y ahora sé que ellos no sabían nada.

David Mahoney (ex Director de Norton Simón Inc.)

Trate de recordar que, con excepción de sus padres y sus hijos, la mayoría de la gente lo considerará un adulto.

Reglas para sobrevivir en la madurez:

- 1. Nunca use frases filosóficas cursis como "Todavía tenemos los mejores años por delante" o "Estamos a punto de entrar en la edad de oro".*
- 2. Sea realista. Hay cosas a las que uno no se adapta nunca.*
- 3. Tenga una experiencia sexual al menos dos veces por semana, aunque tenga que ser con algo inanimado (no pregunte), mientras pueda.*
- 4. Recuerde que el dinero y el poder siguen siendo más atractivos que la juventud. Así que...*
- 5. No trate de tener el aspecto de un joven de 25 años.*
- 6. No lo conseguirá.*
- 7. No desacelere adrede. La naturaleza tiene sus propios frenos. Es imposible renunciar a la madurez. (Por las dudas de que se le haya ocurrido.*

8. *La madurez consiste principalmente en efectos secundarios y desviaciones de conducta...Lo peor aún no ha llegado.*

Un par de sugerencias para devolver los golpes

Cuando viaje en colectivo, levántese y ofrézcaselo a alguien de su edad o levemente más joven.



Emplee *jerga deportiva* para hablar. Ejemplos: cuando alguien lo llame el domingo a la mañana temprano, atienda el teléfono jadeante, con la respiración entrecortada, y diga: "Espera un momentito; me voy a sacar las zapatillas de jogging". Pausa. "¿Llamaste más temprano? Ah, porque hace rato que estoy corriendo..." O: "Espera, voy a dejar las pesas en el piso".

Y cosas por el estilo...

Último capítulo Cómo evitar la madurez

Espere un segundo... A ver si se me ocurre...

AGRADECIMIENTOS

Mi cálido agradecimiento a Marilyn Wells, Rick Bell, Kristen Bratberg y Michael Rosen (ninguno de los cuales ha llegado a la madurez), que me ayudaron en algo en lo que no tengo la menor pericia: procesamiento de palabras y pensamientos.

F I N