

## VALOR PSICOLÓGICO DEL TIEMPO\*

*María Eugenia Dengo Obregón*

Para reflexionar sobre la significación del tiempo, se pueden adoptar diferentes enfoques. Desde el simplemente meteorológico, que del todo no corresponde en esta oportunidad, hasta el filosófico o el histórico, que analiza el tiempo, considerado como el curso de la historia humana, o inclusive se puede adoptar el enfoque geológico, el de la historia de las edades de la tierra, y aun el universo.

Sabemos que todo lo que se refiere al ser humano y a la historia implica tiempo. Por eso, algunos filósofos sostienen que el hombre es un ser histórico: crea su propia historia y vive en la historia. El tiempo está en todo, aunque hay quienes sostienen que es una ilusión. Pero no nos vamos a complicar tanto... En esta ocasión, pretendo que valoremos la significación del tiempo para la subjetividad de las personas, así como el que se refiere a las distintas edades por las que pasamos en la vida y que, finalmente, nos detengamos en lo que corresponde al tiempo en su relación con la educación.

### UN TIEMPO PARA CADA AFÁN

Para empezar, recordemos (y recordar ya es traer el tiempo pasado al presente)

\* Lección inaugural del año académico 2003, Maestría Interdisciplinaria en Gerontología, impartida en el Auditorio de la Facultad de Educación, 9 de abril del 2003.

la enseñanza, muy conocida, que nos proporciona el Eclesiastés, en el sentido de que cada acción en la vida, e incluso cada acontecer, cada sentimiento y emoción, tienen reservado su tiempo indicado; todos conocemos este pasaje, que dice así:

“Tiempo y sazón –por “sazón” comprendemos su logro, su sentido completo–:

Todo tiene su tiempo y sazón, todas las tareas bajo el sol:

tiempo de nacer, tiempo de morir;

tiempo de plantar, tiempo de cosechar;

tiempo de matar (lo que nos parece ignominioso, pero sabemos que sucede)

tiempo de curar;

tiempo de derruir, tiempo de construir;

tiempo de llorar, tiempo de reír; tiempo

de hacer duelo, tiempo de bailar;

tiempo de callar, tiempo de hablar;

tiempo de amar, tiempo de aborrecer;

tiempo de guerra, tiempo de paz”.

Para nuestro objetivo, debemos agregar: tiempo de enseñar, tiempo de aprender; tiempo de recordar, tiempo de olvidar. Tiempo de soñar, tiempo de proyectar.

Y es que, en realidad, a cada uno de esos afanes, de estos aconteceres y de estos sentimientos o afecciones, hay que darles el tiempo que requieren, hay que vivir ese tiempo particular con plenitud, lograrle, según el texto bíblico, su “sazón”. Esto, así

podemos entenderlo, implica situarnos en cada momento, con toda conciencia, en el presente y vivirlo plenamente: vivir cada tiempo con toda la intensidad que este puede proporcionar.

¿SON VALIOSOS EL PASADO Y EL FUTURO?

El profesor Mariano Coronado, en su obra *El conocimiento propio y la salud mental*, analiza con gran propiedad –más bien sabiduría– aquellos aspectos relativos al tiempo que ayudan a procurar un estado de salud favorable, dependiendo de nuestras actitudes, de nuestros hábitos, de nuestras maneras, a veces negativas, de situarnos en relación con el pasado y el futuro. Él valora muchísimo el hecho de vivir en el presente o, como decía Krishnamurti, “vivir de instante en instante”, y no retrotrayendo continuamente el pasado. Así, manifiesta don Mariano: “En vez de fijar la atención en el presente, en el cual se da la realidad y con ella todas las posibilidades de bienestar, desarrollo y renovación de la personalidad, la mente escapa del campo de la experiencia actual. Una de esas fugas estériles, y aún perjudiciales, es hacia el pasado, no ya para buscar en el archivo de la memoria datos o informaciones útiles, sino para otras actividades innecesarias o malsanas” (p. 73).

Y continúa su tesis: “Mientras esas excursiones hacia el pasado no alcanzan una frecuencia muy grande o su intensidad no constituye motivo de perturbación, las gentes no se dan cuenta de cuánto tiempo y energías, que debieran emplearse en afrontar los problemas del diario vivir, se malgastan de esa manera”. (Estos viajes al pasado –podemos comentar– implican tiempo desperdiciado, malgastan nuestro tiempo). Y agrega, don Mariano, que “seguramente la mayoría de las personas

habrán sentido muchas veces el deseo de poder librarse de recuerdos mortificantes y aún obsesivos, cargados de penosos contenidos emocionales”. Entre estos contenidos que producen insatisfacción se encuentran, por ejemplo, los resentimientos hacia otras personas, los rencores, malquerencias y aún los arrepentimientos por actos que hemos hecho en el pasado, pero el problema es que son sentimientos relativos a sucesos que ya no pueden repararse, es decir, nada se gana retrotrayendo esos recuerdos: son tiempo inútil y que desfavorece nuestra salud mental.

Entonces, enfatizamos que, para efectos de la salud mental, algunos psicólogos aconsejan no recurrir a sacar de la memoria recuerdos inútiles. Don Mariano Coronado, entre ellos, en el capítulo sobre el tiempo, del mencionado libro, advierte que ese volver atrás mediante el recuerdo puede ser perjudicial para la estabilidad psíquica. Se refiere a aquellas personas que, con una especie de evasión hacia el presente, toman una actitud negativa hacia la realidad actual, con el sentimiento nostálgico de que “todo pasado fue mejor”. Similar situación sucede si los recuerdos son placenteros, pues hay quienes se refugian en los recuerdos porque, dice, “carecen de intereses activos y creativos que le den un sentido a su vida actual, adoptan lo que nuestro autor denomina “una rumia psicológica”, y así encuentran compensación a sus situaciones “viviendo de los recuerdos”, lo que les proporciona placer (p. 75).

Aunque acepta que muchas personas se sentirán atacadas y molestas con estas afirmaciones, don Mariano es más bien contundente a este respecto, diciendo que “no debemos permitir que la mano muerta del pasado proyecte su sombra sobre el instante actual, único punto de contacto entre el hombre y la realidad”. Agrega con énfasis:

“de lo expuesto se desprende lógicamente que la buena salud psíquica demanda dos cosas: la liberación del pasado y el cesar de acumular nuevos resultados de experiencias vividas solo parcialmente”. Sobre este punto, cita él mismo una expresión del poeta alemán Goethe: “Ningún pasado hay que debamos soñar. Solo existe lo eternamente nuevo, que surge de los elementos ensanchados del pasado. (...) Toda la mirada hacia el futuro ha de ser siempre productiva, para crear algo nuevo y mejor”.

El futuro es valioso si, respondiendo a nuestro presente actual, lo empleamos para proyectar nuestra acción con realismo, para planificar qué es lo que vamos a hacer con base en lo que estamos haciendo, para fermentar con perspectiva nuestra creatividad. Pero es también inútil si lo empleamos para dejar vagar sin sentido la imaginación, para soñar despiertos y construir “castillos en el aire”. En este caso, la divagación mental no se proyecta hacia un tiempo futuro realista y es, dice nuevamente don Mariano, “una forma de estupefaciente psicológico que adormece, en la persona, su capacidad de adaptación”, es otra forma de evasión de la realidad.

Repito que las anteriores conceptualizaciones, por valiosas que sean, lo que procuran es privilegiar la conservación de la salud mental. Como es comprensible, existen otras maneras de concebir el asunto del tiempo.

#### ETAPAS EN EL CURSO DE LA VIDA

Decía el filósofo Kierkegaard que cada persona, en el curso de su existencia, pasa por tres estadios perfectamente diferenciados en la evolución de su interioridad y, por lo tanto, de su producción intelectual: la etapa estética, la ética y la religiosa. En su filosofía, precursora del existencialismo,

Kierkegaard desarrolla el valor de la subjetividad, lo que cada uno es en su vida interior y, posiblemente, presenta lo que él mismo experimentó en el camino de su propia vida, que fue pasar de un periodo de producción estética, especialmente literaria y de amor por la belleza, a otro en que maduró hacia las concepciones éticas y morales para desembocar, finalmente, en el pensamiento religioso que lo caracteriza, de acentuado cristianismo.

En este momento no me estoy refiriendo (aunque lo haré más adelante a efecto de mi exposición) a lo que todos sabemos en relación con las etapas de la vida, es decir, a las edades que toda persona pasa como proceso del crecimiento y del avance de los años, sino a las que se operan en muchos individuos y que marcan un sello distintivo en la evolución de su pensamiento. Estas son etapas o periodos que se diferencian entre sí y se presentan en la vida de algunas personas en particular.

Este fenómeno es bastante conocido cuando se estudia la vida de un filósofo, de un escritor o de algún personaje relevante. Pongo por ejemplo el caso de nuestro humanista y educador Roberto Brenes Mesén, quien, en su primera época de poeta y escritor fue un defensor del positivismo, correspondiendo a la corriente cultural de la época y a la influencia intelectual que había experimentado en su formación en Chile; en el curso del tiempo, su pensamiento evolucionó hacia el espiritualismo para, ya en la madurez de su obra, dar muestra de un acendrado misticismo. Pienso que en el caso de Brenes Mesén se cumplen hasta cierto punto, los estadios de los que hablaba Kierkegaard. Un cambio de posición ideológica, muy relevante, fue el experimentado por el poeta y ensayista mexicano Octavio Paz, también premio Nobel. Otros casos que conocemos

por tratarse de contemporáneos, son de aquellos intelectuales que, habiendo sido izquierdistas definidos, con el cambio de ideologías en una nueva etapa se han encaminado por el neoliberalismo, de acuerdo con las circunstancias culturales y políticas de su madurez y de la época. Lo curioso, tanto en el caso que trata Kierkegaard, como en estos otros a los que me refiero, es que esas etapas o periodos se ligan uno con el otro formando una especie de “continuo temporal” en el acontecer interno del individuo. Es decir, es interesante advertir cómo en el curso de la vida las personas no solo pasamos por las edades que los años y el proceso vital nos hacen pasar, sino que, además, experimentamos modificaciones del pensamiento y de la acción que constituyen verdaderas etapas de la existencia. Estas, aunque puedan diferenciarse entre sí, a veces hasta diametralmente, no solo corresponden al mismo ser humano, sino que van constituyendo la transformación de su pensar y, con ello, su propia evolución. ¿Configura esto una persona diferente, o al menos cambiante? Pienso que esto puede explicarse por vías de la filosofía existencialista, pues el existir del sujeto permanece aunque tenga cambios radicales, que son propios por su misma naturaleza. También puede explicarse por las modificaciones que la psique va experimentando en el tiempo y que van enriqueciendo, no haciendo diferente, la personalidad. Son fenómenos que acontecen en el orden psicológico e intelectual de las gentes, sin que sean insólitos, pues es natural que las ideas evolucionen; cambios que se manifiestan en lo concreto, es decir, en la acción, especialmente, en la producción, si se trata de un escritor, de un filósofo o, particularmente, de un político. Lo importante, a efecto de mi exposición, es que estos fenómenos se dan o suceden en el tiempo, y de los cuales cada uno de

nosotros puede ser el sujeto, con un matiz o con otro, con una intensidad o con otra. Con el transcurrir del tiempo, todos experimentamos cambios, que más bien podemos llamar evoluciones, en el pensar, en el sentir... hasta los gustos se modifican...

Desde otro punto de vista, no es necesario que seamos filósofos, como Kierkegaard ni escritores como Brenes Mesén, Octavio Paz u otros intelectuales, para que hayamos tenido nuestras etapas en el curso de la vida: en verdad, todos, mujeres y hombres, las pasamos: la vida se compone de edades, cada una con su respectiva duración. Estas, en la manera usual de tratarlas, son cuatro y corresponden al desarrollo biológico y psíquico de la persona. Aunque estamos hablando del tiempo, no voy a señalar años de duración, porque esto es totalmente relativo: hay quien a los 18 años ya es como un adulto, responsable en todo sentido, hay quien todavía a los 40 no ha logrado madurar. Además de las crisis que experimentan, tanto hombres como mujeres, en ciertas edades y que nos hacen asumir comportamientos que ya no corresponden a la edad real que tenemos. Porque el tiempo, precisamente, tiene la cualidad de ser subjetivo. El filósofo Kierkegaard, un angustiado por naturaleza que murió apenas de 42 años, se lamentaba diciendo: “¡Ay, nunca fui joven; adolescente tenía ya mil años más que un anciano!”

Las dos primeras edades, infancia y juventud, pueden aún subdividirse pero sabemos, en general, que en ellas se opera el crecimiento físico, mental y emocional, mejor dicho, integral, del ser humano y por ello requieren un tratamiento especial mediante la educación escolar (sin que queramos decir, en absoluto, que la educación termina ahí: de esto trataremos más adelante).

La del adulto, en condiciones normales, es la etapa más prolongada de la vida humana, en la que lo aprendido se proyecta en formas de trabajo, de producción, de formar una familia y, en general, de lograr las principales realizaciones de la vida. ¿A qué edad o a cuántos años comienza la ancianidad? Eso es todavía más relativo porque, más que de los años, depende de las actitudes que asumamos y, en gran medida, de la calidad y de la intensidad que les hemos otorgado a las etapas anteriores. Algunos dicen, con mucha razón, que el espíritu no envejece.

Deepak Chopra, por su parte, nos dice que, siendo la mente y el cuerpo una unidad inseparable, la bioquímica del cuerpo es un producto de la conciencia y que, así, con un manejo adecuado y perseverante de la concentración y de la meditación, nuestra mente puede contribuir, de manera hasta milagrosa, en el rejuvenecimiento de nuestras células, en particular de las cerebrales. De otra manera: de nosotros mismos depende conservar nuestra vitalidad joven.

Personalmente, considero que lo necesario para mantener una “tercera edad”, vejez o ancianidad positiva es encontrar actividades y mantener intereses variados y externos a nosotros mismos; no estar, por ejemplo, pensando en qué tengo, qué me duele, a cuál médico voy, sino volcar mi pensamiento y mi acción hacia los otros, sea familia, sean amigos, sea la comunidad que necesita de nuestra contribución. Vuelvo a recordar al profesor Mariano Coronado: decía él que para tener una ancianidad útil y placentera se deben cultivar intereses desde la juventud. Ustedes, como estudiantes de gerontología, deben saber bien que con el aumento extraordinario en el promedio de vida (lo que se da en Costa Rica particularmente) se ha producido una prolongación de los años de vejez y, por lo

tanto, un aumento de la población en esta edad, lo cual extiende el periodo de vida en que la persona está exenta de quehaceres remunerados.

Pero, entonces, se debe procurar, por parte de esas mismas personas, así como de las organizaciones indicadas, implementar actividades, uso del tiempo en recreación, en trabajo para la comunidad, etc. De ahí que resulte muy necesario haber cultivado intereses, emplear con fruto el tiempo libre, aprender a gustar de la música, participar en coros, realizar excursiones, participar en convivios, escribir experiencias vividas o cuentos de la propia inventiva y, de manera especial, emprender el aprendizaje de asuntos que no pudieron cultivar antes. Hay múltiples maneras de –aun aceptando las limitaciones a las que la edad nos somete– encontrar de manera positiva y útil la compensación a lo que ya es difícil de ejecutar.

Conocemos que existen muchas valiosas actividades que, inclusive, resultan de gran provecho comunitario. Todos sabemos el tipo de labores que realiza AGECO, aun más, las facilidades que la Universidad de Costa Rica ha abierto, desde hace varios años, para personas de la tercera edad que deseen cultivarse en campos en los que antes no pudieron, con la ventaja, en este caso, de que participan en conjunto con estudiantes regulares, es decir, con jóvenes.

Cabe destacar, por otra parte, el estudio académico y de investigación sobre los asuntos relativos al adulto mayor que se ofrece, como una especialidad importante, con la Maestría en Gerontología, tanto académica como profesional, y que en esta oportunidad está iniciando su quinta promoción. Los profesionales que de esta forma egresan vienen a prestar un aporte valioso al país.

## TEMPORALIDAD EN LA EDUCACIÓN

A este respecto, podemos mencionar la importancia que se ha dado modernamente a lo que se denomina “educación a lo largo de la vida”, o que anteriormente se llamaba “educación permanente”: ambos conceptos involucran educación en el tiempo. Lo que la UNESCO denomina “educación a lo largo de la vida” tiene dos vertientes: la primera se refiere a profesionales o trabajadores en general que aún están en su edad productiva, pero cuya preparación ya no responde a la rápida evolución del mundo en su respectivo campo y, por ello, deben actualizar y renovar sus conocimientos permanentemente. La segunda vertiente es la que se refiere a personas que, después de jubilarse por su edad, aumentan la disponibilidad de tiempo para otras actividades, entre las cuales están los estudios; para ello existen hoy numerosas opciones: educación continua, lecciones convencionales, aprendizaje virtual, etc. No es infrecuente –incluso aquí mismo entre nosotros– que personas obtengan una segunda carrera después de haberse jubilado de la primera. Tal como se expresa en el informe Delors a la UNESCO (“La educación encierra un tesoro”): “Es indispensable reflexionar nuevamente acerca de la distinción tradicional entre educación básica y educación permanente. Para adaptarse realmente a las necesidades de las sociedades modernas, la educación permanente no puede ya definirse por referencia a un periodo particular de la vida –por ejemplo, la educación de adultos, por contraposición a la educación de los jóvenes– o una finalidad demasiado circunscrita cuando se distingue, verbigracia, la formación profesional de la formación general. En lo sucesivo, el periodo de aprendizaje cubre toda la

vida, y cada tipo de conocimiento invade el ámbito de los demás y los enriquece. En el siglo XXI la educación, debido a la misión que se le ha asignado y a las múltiples formas que puede adoptar, abarca, desde la infancia hasta el final de la vida, todos los medios que permitan a una persona adquirir un conocimiento dinámico del mundo, de los demás y de sí misma” (pp. 111-112).

Decía Omar Dengo que los maestros debemos ser conscientes “del privilegio de saber que somos artífices de la evolución del mundo en el taller de nuestras almas”. Valoraba, él, muchísimo, en sus exhortaciones a los jóvenes que se preparaban para ser maestros, el sentido de que ellos mismos y naturalmente los niños que tendrían bajo su influjo formativo, eran el porvenir. Así decía: “¡Hay que soñar el porvenir, desearlo, amarlo, crearlo! Hay que sacarlo del alma de las actuales generaciones con todo el oro que allí acumuló el pasado, con toda la vehemente ansiedad de creación de las grandes obras del hombre y pueblos!” Evolución y porvenir, proceso el uno, futuro el otro, que implican el que la educación lleva en su entraña la temporalidad, la educación escolar se desarrolla en el tiempo y ahí se gesta, el sentido mismo del futuro de la sociedad, el germen de la evolución social.

El desarrollo integral del ser humano implica el decurso temporal. Y ese desarrollo no se concluye sino con la cesación de la vida pues, si bien en lo biológico la persona deja de crecer para más bien decaer, en lo espiritual el crecimiento no se detiene: la conciencia no tiene edad. La temporalidad es una categoría consubstancial a la condición humana. ¿Qué nos enseña la vida? La vida no solo transcurre en el tiempo sino que, más

bien, la vida es tiempo, tiempo vivido y tiempo que vivo y que viviré, no sé hasta cuándo. Lo que importa es hacerlo valer, vivificar el tiempo en que estoy, crearlo en cada momento porque el momento, como

fracción del tiempo mismo, es oro: para la comprensión, para el aprendizaje, para el amor, para enriquecer la relación humana, para proyectarlo al momento que sigue y no lamentar que haya pasado.

