

## Filosofia de l'envelliment: Envellir bé no potser el mateix que mantenir-se jove\*

Jan Bars

Estadísticament els éssers humans viuen més temps que mai abans: l'esperança de vida en néixer pràcticament s'ha duplicat en els països més desenvolupats en els últims 150 anys. Sembla, però, que alguna cosa falta. Hi ha hagut crides repetides, especialment de l'Organització Mundial de la Salut, per afegir "vida" als anys després d'afegir anys a la vida. La cultura, que és un instrument per fer la vida més llarga, a través de coses com ara la millora de la higiene i l'atenció mèdica, no es planteja les qüestions que sorgeixen quan s'intenta facilitar i inspirar vides més significatives durant l'envelliment. Això es pot veure en molts models de "envelliment reeixit" que tendeixen a destacar l'absència de malalties

Cal assenyalar que l'envelliment està intrínsecament connectat a un augment dels riscos de patir malalties o discapacitats i que implica una reducció gradual de les capacitats funcionals de les diferents parts i òrgans del cos humà. Això vol dir que els nostres conceptes de "envellir bé" han d'incloure bones maneres de tractar malalties cròniques i discapacitats que poden acompanyar l'envelliment. Però



aquestes maneres han de formar part d'una cultura inspiradora de l'envelliment, en què les persones d'edat avançada puguin seguir exercint un paper.

En parlar "d'envelliment", és important procedir amb cautela, ja que el terme "envelliment" es refereix a un procés general que només pot ser observat en persones específiques. En l'àmbit públic podem trobar moltes imatges concretes de gent gran, però que han estat creades pels agents que tenen grans interessos en la defensa d'aquestes imatges. Podem trobar exemples interessants d'aquests interessos en la indústria antienvelliment, que generalment tracta de promoure una imatge de l'envelliment que és la conseqüència d'un bon o mal manteniment o d'una inversió bona o dolenta. Altres institucions poden tendir a identificar l'envelliment amb una càrrega per atendre les persones grans que ha de ser utilitzada d'acord amb els seus models organitzatius específics i interessos.

\* Traducció de Jordi Corominas. Font: Baars, J. (2013). "A Deepening Involvement in Life with Others. Towards a Philosophy of Aging." *Research on Ageing and Social Policy*, 1(1), 6-26. doi: 10.4471/rasp.2013.01 <http://dx.doi.org/10.4471/rasp.2013.01>

Aquests estereotips no encaixen bé amb la informació real disponible sobre la gent gran en les societats occidentals que mostren una impressionant varietat en les trajectòries socials i experiències individuals d'envelliment. No obstant això, aquesta varietat no vol dir que tot és possible. Encara que certament no hi ha raó per pintar una imatge negativa de l'envelliment, és una realitat antropològica que la vulnerabilitat s'acumula en les edats més avançades. L'envelliment és un procés en el qual la vulnerabilitat, que és un component essencial de la vida humana finita, es va fent valdre gradualment.

### **L'envelliment com finitització**

Com a resultat de la fascinació per la mort, la finitud en general s'ha entès en relació a la mortalitat, que no és pas poc important; cal, però, estendre aquesta finitud als diferents temps en què vivim, a les diferents edats. Transformant la consciència que les nostres vides són finites en una perspectiva inspiradora per a l'envelliment, no tinc la intenció de reduir la importància de la mort com últim horitzó d'aquesta vida que vivim. Intento, però, capgirar aquesta perspectiva i incorporar la finitud a la vida en el seu conjunt.

En lloc de disminuir la importància de la vida mortal, ja que, d'aquí a un temps estarem tots morts, o en lloc d'identificar la vida amb la joventut i l'edat adulta "normal", i posicionar la "vellesa" a l'ombra de la mort, m'agradaria emfatitzar que cada moment pot tenir una profunditat especial

i cada vida una qualitat única perquè la vida com a tal és finita. Emfatitzar la finitud de la vida també pot augmentar la intensitat amb la que vivim; també, o sobretot, a mesura que envellim.

Quan ens adonem que els temps de les nostres vides són limitats, ens adonem que hem de viure aquestes curtes vides fent front als desafiaments i oportunitats que són més essencials per a nosaltres. Un altre canvi de perspectiva en comparació de la tradició principal del pensament occidental sobre la mort, des dels antics grecs i romans fins als moderns filòsofs com Wittgenstein i Heidegger, és que els problemes de la finitud i la mort inclouen la importància constitutiva de les altres persones en lloc de ser només un repte personal.

L'extensió de la finitud als diferents temps en què vivim i a l'edat és l'essència de la perspectiva de finitització: la idea subjacent és que la inevitabilitat del canvi ens pot inspirar per apreciar la singularitat de les persones i situacions tal i com van sorgint, canviant i desapareixent amb el temps. Aquesta perspectiva de finitització, de viure una vida finita en totes les situacions i fases, també s'entén com una afirmació de la vida, no només en els seus moments de glòria, sinó també quan la vida és difícil.

Hi ha una connexió profunda entre la finitud i la singularitat individual. El fet que les persones i les situacions no seran els mateixos posa en relleu les qualitats

i limitacions particulars dels individus en moments particulars, les seves relacions amb altres persones en situacions específiques, i la singularitat de tot això. Per descomptat, tot és temporal, però això és precisament el que fa de la vida quelcom tan important.

La fàcil associació entre l'envelliment i la finitud en el sentit limitat de la mortalitat tendeix a amagar la finitud que impregna la vida humana tal com la vivim. Ser jove no ofereix garanties: les estadístiques sobre l'esperança de vida són només generalitzacions a llarg termini. El desig de fer cas omís de la finitud no només durant la joventut sinó també durant l'edat adulta "normal", condueix a una imatge abstracta d'un món normalitzat que exclou les persones "anormals" que no encaixen en aquestes imatges.

L'aventura de la vida no només es desplega en la joventut i l'edat adulta "normal", sinó també en la seva vida posterior. L'envelliment humà es pot veure com:

- A. una intensificació gradual d'una vulnerabilitat que és inherent a la vida humana.
- B. un procés de creixent complexitat, ric amb experiència i diversitat.

En la seva interacció els dos processos ofereixen una perspectiva sobre els significats de l'envelliment humà. Les possibilitats de comprendre aquestes dues dimensions de la vida en l'envelliment són molt més altes que durant la vida plena-

ment activa, ocupada. Les qualitats de la vida finita, que es poden revelar més fàcilment -encara que no exclusivament- en l'envelliment, poden ser un factor d'enriquiment de la vida en totes les seves fases. Per tant, el significat de l'envelliment pot ser vist com un aprofundiment de la comprensió de la vida en totes les fases.

### **L'envelliment com reconeixement de la vulnerabilitat**

Una incertesa fonamental és part integrant de la condició d'éssers humans i s'aplica a la nostra existència en la seva totalitat. La vida humana no és accidentalment sinó essencialment vulnerable: això és la manifestació més directa de la seva finitud:

- La vida humana conté la mort.
- La llibertat humana conté la possibilitat del mal.
- La felicitat intensa conté un patiment igualment intens.

La intensitat i les formes en què participem en la vida tenen a veure amb la consciència de la seva vulnerabilitat. La inevitabilitat de la nostra pròpia mort i la dels altres ens pot conduir a una experiència més plena del valor d'una relació. Però hi ha molts exemples no tan dramàtics d'aquesta incertesa fonamental i de la vulnerabilitat de tot el que és realment preciós.

Som, per exemple, incapaços de controlar els altres malgrat que siguin molt importants per nosaltres. Paradoxalment, això constitueix el possible valor d'una trobada o una conversa. Quin seria el sentit d'aquestes trobades si fóssim capaços de predir el que en sortirà? En aquest cas, una trobada perdria gran part de la seva possible importància i es convertiria en una mera confirmació del que ja ha estat acordat.

L'acceptació de la possibilitat de fer-se mal mutu és una condició imprescindible per a totes les relacions que impliquen la participació personal en una forma o altra. En un nivell fonamental, la vulnerabilitat també implica que no tenim cap mena de garanties que tot allò que desitgem, estimem i contem que passi arribi a passar. Si necessitem els altres és per la seva qualitat de ser espontanis i potencialment impredecibles.

De la mateixa manera, la comunicació ha de provar-se una i altra vegada, amb tots els riscos de no tenir èxit. El malentès potencial no és una pertorbació externa o un trastorn, sinó una conseqüència de la vulnerabilitat dels processos de comunicació i de la naturalesa precària i provisional de la racionalitat i la moralitat.

En les seves diverses formes, la vulnerabilitat té un significat constitutiu perquè és part de la nostra realitat i ens impulsa a desenvolupar respostes humanes: la part genuïnament humana de la història de la vida comença quan ens enfrontem a

aquests esdeveniments i hi responem. La condició humana no només es caracteritza per la negativitat i la manca de sentit, sinó també per les respostes positives.

Col·locar l'envelliment en el context de la vulnerabilitat de la condició humana no té la intenció de restar importància als aspectes més problemàtics de l'envelliment. Al contrari, en el procés d'envelliment la vulnerabilitat de la condició interhumana pot augmentar fàcilment: l'amor pot acabar, els éssers estimats poden morir, el cos pot fallar en diferents formes, i els amics poden deixar-te o decebre't. És important, però, no crear una oposició abstracta entre l'edat adulta normal invulnerable i les persones d'edat vulnerable. Es pot viure amb salut molt temps i es pot caure malalt ben jove.

És important evitar d'enfocar l'envelliment únicament en termes mèdics. La tendència a veure l'envelliment com un procés patològic implica rendir-se a un règim mèdic. Per descomptat, es necessita atenció mèdica quan hi ha problemes de salut -com en totes les fases de la vida-, però l'envelliment no és una malaltia i, en si mateix, no és un procés mèdic sinó socio-existencial. Tan aviat com aquests processos només s'aborden en termes mèdics es col·loca a les persones grans fora de les preocupacions interpersonals.

Inevitablement vam començar les nostres vides en circumstàncies específiques: amb aquest cos, amb aquests pares, en aquest moment de la història, en aquesta

part del món. El fet de néixer en una situació específica, amb determinades característiques corporals, amb punts forts i febles, és una cosa que només podem assumir, encara que tindrà importants conseqüències. Els éssers humans neixen en circumstàncies que suporten, els frustren, els aixafen o els inspiren i això és una condició de vida.

Viure implica una confrontació constant amb situacions que “es presenten”: una bell matí, un missatge, un accident, o una trobada interessant. Entreteixida amb aquesta capa més fluctuant de situacions hi ha les més persistents característiques culturals o estructurals que estan relacionades amb aspectes com ara la ciutadania, l'educació, els ingressos, la salut, l'habitatge, l'ocupació, les pensions o la discriminació per edat.

Tot i que les circumstàncies de la vida i les influències d'altres persones són molt decisives durant els primers anys, les investigacions sobre la vida en la vellesa ens informen que ho continuen sent. Tot i que les situacions de la vida poden arribar a ser més fortament influïdes i modificades per l'adult, es mantenen en un grau important més enllà del control personal.

En aquest entrellaçament permanent de passivitat i activitat, ens enfrontem a la finitud de la vida tots els dies: des que sóc aquí, no puc estar en un altre lloc; si em quedo a l'interior per fer això, no puc sortir i fer alguna cosa més. Només tinc aquest cos, no un altre. Aquesta singularitat de la

vida es fa més notable en el llarg termini ja que unes oportunitats elegides poden crear altres oportunitats, però en descarten moltes altres.

En certs girs típics o transicions en el curs de la vida un ha de triar entre una àmplia gamma de possibilitats, per exemple pel que fa a les trajectòries educatives, la parella, les formes de treball o formes de viure en el retir. Tals situacions s'han tornat més freqüents en la modernitat tardana, on l'educació mai s'acaba, on tenir una mateixa feina tota la vida o fins i tot una mateixa parella tota la vida és menys habitual que abans i la jubilació pot arribar a ser una part important del curs de la vida.

D'altra banda, a la fi de la cultura moderna s'amplien constantment les possibilitats de participar fins i tot en situacions que estan molt lluny en termes geogràfics. Quan estic a Madrid, puc al mateix temps xerrar amb algú a Sao Paulo per skype i estar al telèfon amb un amic a Nova York. No obstant això, segueixo sent finit i no puc estar a Madrid, Sao Paulo i Nova York, al mateix temps. He de triar on sóc. I això vol dir descartar altres possibilitats. Fins i tot si algú pogués decidir no fer res amb la seva vida i arribar a ser tan passiu com fos possible, seria aquesta actitud la que determinaria aquesta vida. La vida no pot ser eludida. No ens en podem escapar. Només pot tenir lloc donant-li una forma finita. En aquest sentit, proposo tornar a interpretar la finitud en un sentit actiu, com un procés de finitització que dura tota la vida.

Com a resultat d'aquesta finitització constant, l'envelliment implica a nivell empíric una singularitat creixent d'experiències que resulten d'una interacció entre, d'una banda, la passivitat de la vida, en la qual ens sotmetem al què ens passa, i d'altra banda, l'activitat formativa de les meves preferències, hàbits, eleccions i decisions. Les vides individuals assumeixen les seves formes temporals úniques a través d'aquestes configuracions dinàmiques de l'activitat i la passivitat.

Quines són les implicacions ètiques o morals d'aquesta perspectiva? En primer lloc, es requereix un pudor per les moltes generalitzacions que es fan sobre "els ancians" que entren en conflicte amb la complexitat única de les seves vides. Cada persona s'ha criat en circumstàncies diferents i té les seves riqueses i cicatrius particulars. A mesura que les persones envelleixen, aquesta complexitat augmenta en lloc de disminuir. Aquesta característica bàsica de la vida desafia totes les generalitzacions sobre "la gent gran".

Per descomptat, segueix sent possible ser indiferent a les qualitats específiques de les persones o situacions i deixar passar la vida. En aquest cas, la indiferència és la forma en què la vida es viu -amb totes les conseqüències-. L'atenció a les vides úniques no aboca al narcisisme, perquè els significats de la vida d'un estan profundament connectats amb la vida d'altres, fins i tot quan aquests altres s'han perdut dolorosament. L'envelliment no és un projecte individualista que roman

aïllat d'altres persones; sempre està situat en un món de la vida i es confronta amb estructures i processos sistèmics. Fins i tot la solitud extrema pressuposa la importància d'altres persones que es troben a faltar dolorosament.

### **L'envelliment com a procés de comprensió del què és ser humà**

La singularitat personal no només té el sentit descriptiu d'una "biografia única", també denota la creativitat i la transcendència de les situacions existents. No hi ha res dolent en els records, però en general se'ls dona molta importància en relació amb l'envelliment i la singularitat personal esdevé una retrospectiva documentada autobiogràfica que cerca l'exhaustivitat descriptiva per explicar la història de la vida d'algú. Això tendeix a deixar de banda que la gent gran continua vivint en el present i es mou cap al futur. Mirar cap enrere en vides úniques és només un aspecte de l'envelliment.

Aquí la singularitat interactua amb l'esperança i la transcendència: seguim sent finits, però no se sap amb antelació quines són les nostres possibilitats i potencialitats. Per a la filòsofa Hannah Arendt, la condició humana es caracteritza per la "natalitat": no estem en el món per morir, sinó per néixer. "Amb cada naixement una cosa única i nova entra al món. . . . Cada nen és un miracle que salva el món". Tots els éssers humans estan dotats de la capacitat per iniciar alguna cosa nova i fer l'inesperat.



En aquest sentit cada dia és no només un present únic, sinó també un nou dia que esclata dels cicles reproductius. La natalitat no és només una cosa que passa en néixer, sinó que qualifica la vida humana des del naixement fins a la mort, inspirant la vida amb l'esperança, la creativitat, la crítica, el renaixement i l'aparició de nous horitzons.

Una manera d'abordar l'envelliment seria veure-ho com un procés de comprensió del que és ser humà: haver experimentat el que és ser jove, créixer, travessar diferents situacions o fases i tractar de comprendre quins són els aspectes més importants o vitals. Fins a cert punt, serà inevitable cometre l'error de projectar la pròpia comprensió i experiències sobre situacions d'altres persones que són igualment úniques. Adquirint gradualment consciència dels inevitables prejudicis és l'única manera de desenvolupar una major comprensió d'altres situacions, perquè la meua vida, les meues experiències i el meu enteniment formen els horitzons necessaris des dels quals puc intentar acostar-me a la vida humana en un sentit més general.



En lloc de presumir de començar a un nivell universal, que no seria res més que intentar convertir la meua experiència viscuda en l'únic patró que compta, em quedo atrapat en un procés d'anar i venir entre les experiències i interpretacions específiques, d'una banda, i espurnes d'un patró més general d'una altra. En aquest sentit, les projeccions i l'etnocentrisme són inevitables, però com que en som conscients, mirem de refrenar-los. Cap biografia humana i cap cultura humana pot pretendre representar la humanitat.

El canvi històric cap a una societat que envelleix, amb persones amb més anys d'edat i major esperança de vida, exigeix una societat en què les persones d'edat avançada puguin continuar fent les seves pròpies contribucions. En aquest estat de coses històric, l'envelliment podria obrir nous camins i, paradoxalment, servir a la joventut amb el seu treball pioner. Per tal de fer valer els seus creixents recursos d'experiència en la societat, és desitjable que les persones d'edat parlin per si mateixos i llancin llum sobre tot allò que es pot discutir. Això inclou reflexionar sobre les experiències d'envelliment. Hi ha una necessitat urgent de reflexió, ja que envellir bé no pot ser el mateix que mantenir-se jove.

D'aquesta manera, les persones d'edat podrien assumir la seva posició específica en la dinàmica de l'asimetria i la complementarietat al llarg de la vida en què els nens necessiten els pares, els alumnes necessiten els mestres i viceversa. Això re-

quereix, però, una situació on les edats i les generacions no presentin obstacles per a la trobada mútua i la comunicació. En una cultura que idealitza ser jove i dinàmic, això pot no ser tan fàcil, però es fa molt difícil quan les persones d'edat s'identifiquen més amb els joves que amb aquelles persones que s'enfronten a la culminació de les vulnerabilitats de la vida.

Les persones d'edat poden fer contribucions importants a una cultura inspiradora de l'envelliment, com a part d'una perspectiva inspiradora de la vida humana en el seu conjunt, si es prenen el seu envelliment de debò i exploren les seves noves perspectives i horitzons. La idea d'envelliment que voldria derivar d'això, és el d'una creixent sensibilitat reflexiva; també en el sentit d'una creixent capacitat per explicar la superficialitat i el glamour davant del què és realment important. Això no vol pas dir que “la saviesa ve amb l'edat”, com diu el refrany. La vulnerabilitat de la vida implica que aquest no és el cas; potser no hi ha “cap ximple com un vell ximple” i certament mai s'és massa vell per aprendre.

L'envelliment es pot viure en una perspectiva inspiradora com una possibilitat d'una creixent presa de consciència del valor i la dignitat de la vida humana vulnerable i fugissera. Es pot viure com el creixement continu d'una consciència sensible a la fragilitat i a la particularitat de tots els que apreciem. L'envelliment pot ser una promesa enmig d'una cultura que ofereix una infinitat de substituïts.