

# El envejecimiento y la unidad de la persona

Alfredo Marcos  
amarcos@fyl.uva.es

## INTRODUCCIÓN: VEJEZ Y ENVEJECIMIENTO

Una cosa es conocer la vejez, como un estado, y otra muy distinta conocer el envejecimiento de cada persona, como un proceso. Tenemos desde niños experiencia de la vejez ajena, somos testigos de esta, pero no del envejecimiento. En cuanto uno abre al mundo de la vida los ojos de la conciencia se topa con la vejez. Para muchos niños forma parte de su experiencia cotidiana. Los (bis)abuelos son viejos, adultos los padres y jóvenes o niños, como uno mismo, los hermanos y amigos. Esta experiencia lo es de la vejez de otros, que son vistos por el niño como viejos, como constitutivamente –casi oficial o profesionalmente– viejos. En cambio, el proceso de envejecimiento no se experimenta en la infancia, ni en la juventud. Y lo que vemos en los demás no es un proceso, sino más bien un estado.

Es cierto que el niño puede ver fotos de sus abuelos cuando eran jóvenes, incluso filmaciones. Con todo, esto no le acerca realmente, vívidamente, al proceso de envejecimiento de sus mayores, del cual contempla solo el resultado. Además, produce cierta impresión reparar en que, hasta hace no mucho, los niños no tenían acceso a la imagen juvenil de sus mayores, no existían apenas representaciones fidedignas antes de la invención de la fotografía. El acceso a la niñez o juventud de los ancestros se producía solamente a través de los relatos familiares, quizá de algunos documentos o cartas. Es decir, desde muy temprano tenemos experiencia de la vejez ajena, pero no del proceso de envejecimiento, que solo conocemos de oídas, esquemáticamente, como a retales, a través de relatos, pinturas, fotos o vídeos. El conocimiento de este proceso nos llega sobre todo por vía teórica..., hasta que lo experimentamos en propia carne y a través de nuestros coetáneos.

Un joven conoce solo la *teoría* del envejecimiento, un niño raramente podría imaginar siquiera el trayecto que llevó a su bisabuela desde la cuna y la escuela hasta su actual porte. Ambos, en el fondo, ven al viejo como viejo, no como una *persona* envejecida. No hace falta decir que hablamos en términos generales, que siempre se podrá señalar este o aquel caso concreto en el cual una persona joven

empatiza con el envejecimiento de sus mayores, quizás a causa de algún padecimiento limitante propio. Pero, dicho en términos generales, hay dos formas de conocer el envejecimiento, la experiencial, a la cual solo dan acceso los muchos años, y la teórica, que está al alcance de todos a cualquier edad. La primera forma de conocer el envejecimiento enfatiza la unidad de la persona a lo largo de toda su trayectoria vital, es diacrónica; la segunda es sincrónica, disgrega al ser humano en edades, que contemplamos simultáneamente en diversas personas y que nos llevan a teorizar un cierto periplo vital.

De estas dos perspectivas –experiencial y teórica– suele prevalecer socialmente la segunda, que nos llega antes y se comunica con más facilidad. Por ello, sobre el envejecimiento, suele predominar un conocimiento basado en teorías. La sabiduría experiencial del envejecimiento propio y de los coetáneos llega tarde en la vida y se transmite a otros con dificultad.

## EL ENVEJECIMIENTO EN PERSPECTIVA TEÓRICA. LA SABIDURÍA TRADICIONAL

Tenemos noticia de muy diversas teorías sobre las edades del hombre. Para empezar, las de carácter mitológico. En realidad, los dioses del Olimpo representan cada cual una edad humana detenida en el tiempo. Así, por ejemplo, Zeus/Júpiter estará por siempre en pleno vigor tonante, mientras que Cronos/Saturno será perennemente viejo, un viejo sin envejecimiento. La secuencia continua del envejecimiento de una persona concreta queda, así, desmembrada y como congelada en distintos fotogramas.

La misma perspectiva teórica late en las diversas aproximaciones numerológicas a las edades humanas. Tal vez sean dos, un camino de ascenso y otro de bajada. Una edad para crecer y otra para menguar. Esta última sería la vejez. Pensemos que la propia imagen de Cronos, que simboliza la vejez, sirve también como icono del tiempo. El tiempo crea y destruye, hace nacer y morir. Épocas ha habido en las que se ha enfatizado el papel creador del tiempo, mientras que otras han hecho hincapié en su función destructora. Estas últimas han preferido representar el tiempo con la misma figura con la que compadece el dios Saturno, la de un viejo que devora a sus propias criaturas. «Es característico del arte clásico –afirma Erwin Panofsky (1979: 117)– representar el Tiempo como la Oportunidad fugaz (“Kairos”) o la Eternidad creadora (“Aion”), y es característico del arte del Renacimiento haber producido una imagen del Tiempo Destructor mezclando una personificación de “Temps” con la horrible figura de Saturno». Indudablemente, si la figura de un viejo puede ser usada para simbolizar la destrucción, es porque previamente la vejez había sido asociada a esta. Así, en esta teoría dual de las edades, la primera construye al ser humano, mientras que la segunda lo destruye. Dicho de otro modo, empezamos a perder la condición

humana en el preciso momento en que esta se manifiesta plenamente en nosotros. En el centro y vértice de la vida humana se halla lo propiamente humano, el resto es todavía promesa o decadencia ya.

Está también la teoría –más amable, hay que decirlo– del tres. Encontramos ecos de ella, por ejemplo, en los escritos de Séneca y en el *Corpus hippocraticum*. Esta teoría aplana el filo del vértice hasta convertirlo en una meseta donde puede morar lo humano en su sazón durante un tiempo neutro (ni constructor, ni destructor), un lapso que llamamos madurez. Según Aristóteles, «cuanto de provecho se distribuye entre la juventud y la vejez, la edad madura lo posee reunido; y cuanto aquellas tienen de exceso o de carencia, lo tiene esta en la justa medida» (*Retórica*, 1390b 5-10). Esta división tripartita, además de traernos todas las connotaciones simbólicas del número tres, puede ser proyectada con facilidad sobre la biología de la reproducción, de modo que la primera edad sería prerreproductiva, la segunda sería la edad fértil y la tercera la posreproductiva. Desde el punto de vista de la unidad familiar, hablaríamos de hijos, padres y abuelos. También ha conectado tradicionalmente esta teoría con los estudios sociales, los cuales distinguen en la población tres segmentos, que vagamente podríamos denominar prelaboral, laboral y poslaboral. Todavía hoy nos referimos a la vejez con la expresión «tercera edad», que, obviamente, deriva de este esquema teórico. El mismo que sugiere metáforas vinculadas al viaje diario del sol sobre el horizonte, con su amanecer, su mediodía y su momento de ocaso. Como la esperanza de vida ha ido creciendo notablemente en las últimas décadas, nos hemos visto en la necesidad de añadir, como un estrambote de la teoría de las tres edades, una cuarta, la vejez extrema.

Pero también nos constan teorías basadas ya de entrada en el número cuatro, que conectan las edades humanas con las estaciones del año que se dan en latitudes medias del planeta. Esta distribución de los años de vida es la que adopta, por ejemplo, Dante en su *Convivio*, y es la misma que aparece en el tratado hipocrático sobre *La dieta*. La vejez se contempla, ahora, a través de todo un juego de metáforas otoñales e invernales, que incluyen el tópico de las canas vistas como nieve. También emerge una conexión con los cuatro elementos y, sobre todo, con los cuatro humores de la antigua medicina, que reserva el melancólico para los viejos. Si le damos veinte años a cada edad, tendríamos el inicio de la vejez en torno a los sesenta años. Edad que, con toda naturalidad, relacionamos aun con la jubilación. Pero si aceptamos que, gracias a los avances de la biomedicina, será frecuente en un futuro próximo pasar del centenar de años y alcanzar incluso los ciento veinte, entonces tendríamos que redistribuir los años ganados entre las cuatro edades, o bien aceptar que la vejez puede durar tanto como las tres anteriores juntas. Cada una de estas dos opciones conlleva consecuencias sociales, antropológicas, económicas, ecológicas... muy diversas.

La división en cinco edades se aplica más bien a la humanidad en su conjunto, como sucede en *Los trabajos y los días*, de Hesiodo, y no tanto a la vida de cada

individuo. Pero sí hay autores, como San Agustín, en *Cuestiones Diversas* que trocean esta en seis partes, desdoblado, así, el más habitual esquema tripartito. De gran arraigo y difusión es también la teoría de las siete edades. Su éxito se basa en el peculiar atractivo del número siete, tan simbólico en muchas tradiciones, y en su fácil conexión con la astrología y con la alquimia a través del número de los planetas, de los días de la semana, de los metales... *Las etimologías* de San Isidoro de Sevilla recogen esta tradición. Y para nuestros actuales intereses, conviene destacar que la vejez queda aquí asociada al plomo, por su pesadez, y al planeta Saturno, por su lentitud. Con ello cerramos el círculo que nos devuelve a la crónica vejez del dios Saturno.

¿Qué hemos aprendido en este viaje? Sabemos ahora de nuestra, al parecer, irrefrenable tendencia a desmenuzar la vida humana en fragmentos alineados. De entre ellos, llamamos vejez al que ocupa la posición postrera, marcada por la proximidad a la muerte, la lentitud y pesadez en el hacer y en el hablar, la melancólica tristeza, la disolución de la identidad, la carestía progresiva de tiempo y de espacio, el desmoronamiento entrópico del organismo, la pérdida abrupta o progresiva de fertilidad, de vigor, de poder y de cometido social. Podemos expresarlo en jerga ya algo manida, pero todavía útil: la vejez se caracteriza habitualmente por la pérdida de autonomía y por el aumento de la vulnerabilidad y de la dependencia.

## EL ENVEJECIMIENTO EN PERSPECTIVA TEÓRICA. LAS CIENCIAS BIOMÉDICAS

La ciencia actual mantiene también una perspectiva teórica respecto del envejecimiento. Desde el punto de vista físico –pues materia somos– apela a la entropía, cuyo crecimiento es irreversible en términos globales. Solo provisional y localmente podemos combatirlo. El tiempo físico marcha en un solo sentido, es tiempo destructor, como el que halló su icono en Saturno. Podría decirse que esto en poco nos incumbe, pues lo provisional y local puede resultar más que suficiente para nosotros, es decir, para las dimensiones temporales y espaciales en las que se desenvuelve nuestro mundo de la vida. Cierto que no viviremos por siempre, pero ¿quién aspira al millón de años?, que son, sin embargo, para el universo un fugaz suspiro. Dicho de otro modo, la termodinámica nos niega la inmortalidad, pero no la posibilidad de prolongar en poco o en mucho nuestro tiempo de vida. Luego, la entropía, aunque reconozcamos que está inexorablemente en la base física de todos los procesos biológicos, afecta solo de refilón a nuestro tema. Centrémonos, pues, en lo propiamente biológico, cuyas dimensiones nos resultan más familiares. Las ciencias biomédicas nos ofrecen varias teorías del envejecimiento. Siguiendo a Fernando Bandrés (2015: 87-96), podemos distinguir cinco.

En primer lugar, está la teoría del estrés oxidante, de los radicales libres o de la peroxidación. Según esta, y dicho de modo muy simplificado, la acumulación paulatina de las sustancias químicas llamadas radicales libres acaba dañando las macromoléculas de nuestras células. El propio oxígeno, que resulta imprescindible para nuestra vida, acaba produciendo radicales libres que perturban el funcionamiento molecular. Algo análogo sucede con el nitrógeno. Es cierto que nuestras células pueden combatir los daños, pero los mecanismos de defensa, sometidos al estrés oxidativo, acaban siendo desbordados. ¿Podría retrasarse el envejecimiento mediante el control de los radicales libre?, ¿durante cuánto tiempo? Y, aunque lográsemos avances en esta línea, ¿no habrá otras causas del envejecimiento?

Como alternativa a la anterior, o tal vez como complemento de ella, aparece la teoría de las alteraciones hormonales, también llamada de la velocidad de la vida. Tiene que ver con la tasa metabólica, que es muy alta en los mamíferos pequeños de corta vida y más moderada en los de mayor tamaño, que resultan tener una vida más larga. El ritmo metabólico estaría relacionado con el de producción de hormonas, y este proceso hormonal vendría a constituir una especie de reloj biológico. En forma idealizada, diríamos que los mamíferos tenemos las horas contadas, unos las consumen a mayor velocidad metabólica en menos tiempo y otros a la inversa. Quizá se pueda actuar sobre estos procesos mediante la dieta y la pauta en los ritmos de vida, aunque el respaldo científico de estas estrategias resulte todavía precario. Pero, aun así, parece haber otras causas de envejecimiento.

Tenemos la teoría de las defensas deficientes, también llamada del vínculo débil. Aquí pasa a primer plano el sistema inmunológico. Estaría programado, según esta visión, para declinar con el tiempo, haciéndonos así más vulnerables a cualquier patógeno. Es posible, además, que tanto el sistema inmunitario como el neuroendocrino vayan decayendo a medida que acumulan sustancias de desecho. Quizás esta teoría explique algunas facetas del envejecimiento, pero tal vez necesitemos aún otras teorías que cubran aspectos biológicos diferentes.

Es el caso de la teoría genética, o bien, por otro nombre, de la teoría de la catástrofe de errores. Esta supone que tras unos años de vida comienzan a expresarse ciertos genes que favorecen el envejecimiento. Habría, así, una suerte de predestinación genética en los procesos de envejecimiento y muerte, una especie de obsolescencia programada. Aunque esta teoría sigue teniendo cierta vigencia en lo que se refiere a las células, individualmente consideradas, para las cuales se puede postular la apoptosis genéticamente programada, parece más bien desacreditada cuando se aplica al organismo como un todo, que puede seguir vivo y funcional a pesar de que sus células vayan muriendo. O, más bien, gracias a ello. Según el consenso actual, la vejez del organismo se debe sobre todo a la claudicación de los sistemas de reparación, los cuales escaparían, en principio, al control de la selección natural una vez llegada la edad posreproductiva.

Ahora bien, ha de tenerse en cuenta que la selección natural favorece la longevidad, más allá de la edad reproductiva, en las especies en las que se da transmisión de información por vía cultural, y no solo genética. El hecho de que los cuidados paternos favorezcan la supervivencia de los descendientes hace que la evolución favorezca a su vez la prolongación de la vida de los padres, al menos hasta que hayan concluido con las tareas de cuidado de su prole. El cuidado de los demás tiene como efecto evolutivo la prolongación del tiempo de vida más allá del momento mismo de la reproducción. Aún más, en las especies con un mayor componente de transmisión cultural, como es la humana, la prolongación de la vida por efecto de la selección natural alcanza a la vejez. Es lógico que así sea, pues la sabiduría y la experiencia acumulada por los mayores, así como el aporte que hacen al cuidado de los nietos, favorece obviamente la supervivencia de aquellos que portan sus mismos genes. Dicho de otro modo, es el hecho de que nos dispensemos cuidados mutuos y de que aprendamos incluso de los viejos lo que hace que la evolución favorezca la longevidad. La vejez no es, ni siquiera desde el punto de vista biológico evolutivo, un subproducto, sino una fase de la vida humana indispensable para su pleno florecimiento.

Por último, vamos a considerar una de las teorías biológicas del envejecimiento más en boga, la que pone el foco en los telómeros cromosómicos. También instaaura, a su modo, una especie de reloj biológico. Los telómeros de los cromosomas se van acortando con cada proceso de división celular, hasta que llega el punto en que cesa su funcionalidad y las células pierden su capacidad de regeneración. El combate contra el envejecimiento, siguiendo la sugerencia de esta teoría, se realizaría mediante la reconstrucción de los telómeros, gracias al manejo de la enzima telomerasa.

Tras este recorrido, uno podría pensar en retrasar la vejez mediante la acción combinada sobre todas las causas de envejecimiento que hemos detectado. Pero, por un lado, podrían aparecer nuevas causas biológicas de envejecimiento, y no solo en niveles moleculares, genéticos y celulares, sino quizá también en otros, como el tisular. Y, por otro lado, recordemos que el ser humano no vive solo en lo biológico, de modo que también la situación social y la espiritual pueden perfilarse de tal modo que fuercen el envejecimiento. La pérdida de personas queridas, o de la comunicación con estas, así como la ausencia de sentido y de proyectos vitales, actúan sobre el proceso de envejecimiento. Cualquier teoría unificada de este –si es que tal cosa fuese posible– habría de considerar estos aspectos, así como la compleja red de relaciones de retroalimentación que se da entre el plano biológico, el social y el espiritual.

## CONSOLACIONES FILOSÓFICAS

La biomedicina, antes incluso de teorizar sobre las causas del envejecimiento, se había ocupado de presentar sus consecuencias, es decir, de describir el estado biológico de vejez. Se caracteriza este por una larguísima serie de rasgos cargados de connotaciones negativas: baja o nula fertilidad, disminución de la velocidad nerviosa, de la plasticidad neuronal, del peso cerebral, del tamaño de los riñones, de la estatura, pérdida de masa muscular, atrofia de la dermis, aparición de presbicia y presbiacusia, disminución de la sensibilidad táctil, aumento de la duración de la sístole y disminución correlativa de la diástole, dilatación y rigidez de los vasos sanguíneos, pérdida de piezas dentales, de salivación, de motilidad en el esófago, atrofia de las papilas gustativas, pérdida de flexibilidad de la vejiga, aumento de la autoinmunidad, menor calidad del sueño... Hoy conocemos todo esto de manera más precisa y científica que nunca (Bandrés, 2015: 106-109). Pero la vejez, como decíamos, está al alcance de nuestra experiencia cotidiana. Por lo tanto, los humanos han sido siempre conscientes de los perniciosos rasgos de esta. Aristóteles, con talento de biólogo, va señalando también los rasgos decadentes de la vejez. Es más, en su conjunto, es la vejez precisamente esto, la fase decadente de la vida. Utiliza aquí la metáfora del fuego, el cual puede extinguirse violentamente, ahogado en agua, por ejemplo, o bien por simple consunción. Del mismo modo, la muerte de un viviente puede llegar en cualquier edad por causas más o menos accidentales y externas, o bien por simple consunción a lo largo de la vejez (*Parva Naturalia*, 479a 30-479b 5). Mirando a la vejez cara a cara, Aristóteles solo ve decadencia y aislamiento social: «ni los viejos –escribe– ni las personas de carácter agrio parecen dispuestas a ser amigos» (*Ética Nicomáquea*, 1157b 15).

Ante esta realidad, se han levantado desde antiguo diversos textos filosóficos para aportar, si no remedio, al menos consuelo. El propio Aristóteles hubo de reconocer que con la edad se gana una cierta sabiduría de lo concreto, cuya adquisición exige tiempo y experiencia, un modo de saber que denomina *phrónesis*, prudencia: «los jóvenes pueden ser geómetras y matemáticos, y sabios, en tales campos, pero, en cambio, no parecen poder ser prudentes» (*Ética Nicomáquea*, 1142a10-15). Pero los ejercicios filosóficos de consolación suelen encontrarse más bien en las tradiciones platónica y estoica. No en vano, para los platónicos el ser humano es principalmente su alma, y solo circunstancialmente su cuerpo. Lo auténticamente humano queda, pues, a salvo del envejecimiento. En puro platonismo, la muerte no es sino liberación. Así, la vejez sería, en realidad, un momento de aproximación a la libertad del alma. Durante esta edad, el ser humano se va librando progresivamente de las pasiones corporales que le esclavizaban en la juventud. Es verdad, el envoltorio decae, como capullo de crisálida, pero va surgiendo del mismo lo más excelso del ser humano, su alma en libertad. En esta línea del dualismo platónico escriben los clásicos, Cicerón en *Sobre la vejez*, así

como Séneca en sus *Cartas a Lucilio*. Las pasiones del cuerpo decaen, y con ellas los excesos y vanidades, lo cual va dejando lugar para otros más altos y genuinos disfrutes, tales como la lectura, la contemplación, la conversación sosegada, el paseo, la meditación y una leve horticultura que nos vaya habituando al definitivo cultivo de las malvas. Podría decirse que incluso la melancolía tiene también su parte apacible y agradable. Estas ideas todavía resuenan en algún clásico contemporáneo, como en Herman Hess, con su *Elogio de la vejez*.

Frente al ejercicio de la consolación, que siempre entraña un fondo de dualismo, por tenue que sea, un fondo de negación y huida de lo biológico, nos previene el filósofo Joaquín Esteban. Desde una perspectiva deliberadamente trágica, él esboza la figura del superhombre anciano, quien al mismo tiempo conoce toda la crudeza de la vejez y se rebela contra ella, aun a sabiendas de que su rebelión está condenada al fracaso. «El anciano sobrehumano –escribe Esteban (2021: 99)– no puede fiarse mucho de toda esa tradición literaria que ensalza idealmente las virtudes inmateriales de la senilidad». Corre el riesgo de ser relegado a la «adocenante y resignada felicidad de la sabiduría de los viejos como una de las modalidades del autoengaño. La otra es la huida: hacia el patetismo del imposible rejuvenecimiento» (p. 103).

Recapitulemos. Conocemos por experiencia la vejez, con toda su crudeza; también sabemos de las distintas teorías del envejecimiento. Las de carácter sapiencial disgregan la vida humana en edades y nos pasean a través de estas; las de tipo científico conjeturan las causas biológicas del envejecimiento. Las primeras nos invitan a buscar algún consuelo filosófico ante la vejez, las segundas a perseguir su evitación mediante la aplicación de la biomedicina. En sus versiones más extremas, los sensatos ejercicios de consuelo filosófico degeneran en apologías inanes de la vejez para uso y consumo de una sociedad anestesiada, mientras que la legítima investigación biomédica se transforma, distorsionada, en ideología transhumanista. Ambas derivas pueden ser entendidas por un pensador de espíritu trágico como modalidades de la huida. Pero la exhortación trágica a ponerse frente a la vejez, cara a cara, y contemplarla sin ambages para escupirle a un tiempo nuestra rebelión imposible tampoco parece llevarnos muy lejos. De hecho, ni siquiera pretende llevarnos a ningún sitio. Carece de intención práctica. Se queda en mera actitud inoperante. Además, corremos el riesgo de que la actitud trágica se deslice hacia posiciones nihilistas. Estas sí aportan indicaciones prácticas. Su flecha apunta hacia la evitación de la vejez por medios expeditivos que adelantan la muerte. El paradigma de esta trayectoria podemos encontrarlo en la obra y muerte de un autor como Jean Améry, en el tramo que va desde su libro de tenor trágico acerca del envejecer, *Revuelta y resignación* (2001; publicado originalmente en alemán en 1968), hasta su volumen sobre el suicidio, *Levantarse la mano sobre uno mismo* (1998; publicado originalmente en alemán en 1976), seguido este por su efectivo suicidio en 1978.

Falta, no obstante, por explorar una vía. ¿Hasta dónde podría llevarnos el conocimiento experiencial del envejecimiento?, ¿cómo aparece este proceso en el mundo de la vida?

## ENVEJECIMIENTO Y PERSONA

Para transmitir la idea clave que buscamos, tomaré prestadas estas líneas de José Ortega y Gasset: «Un hecho humano no es, pues, nunca un puro pasar y acontecer [...] En rigor, al hombre lo único que le pasa es vivir; todo lo demás es interior a su vida, provoca en ella reacciones, tiene en ella un valor y un significado. La realidad, pues, del hecho no está en él, sino en la unidad indivisa de cada vida» (1965: 19-20).

Todo intento de desmenuzar la vida humana en fases, en edades, en roles, en cuerpo por acá y mente por allá, en moléculas, genes o células, es un mero ejercicio de abstracción, útil a veces, cegador otras. Lo que ha de contar es la vida en su conjunto, como una unidad. Aquí, el texto de Ortega nos recuerda inexorablemente un fragmento de Platón, al comienzo de *República* (328b-331a): «Por cierto, Céfalo, que me es grato dialogar con los más ancianos –dice Sócrates–, pues me parece necesario enterarme por ellos, como gente que ya ha avanzado por un camino que también nosotros tal vez debamos recorrer, si es un camino escabroso y difícil, o bien fácil y transitado. Y en particular me agradecería conocer qué te parece a ti –dado que te hayas en tal edad– lo que los poetas llaman “umbral de la vejez”: si lo declaras como la parte penosa de la vida, o de qué otro modo». Obsérvese que un Sócrates maduro pregunta por la vejez como una edad de la vida, mientras que Céfalo, ya viejo, responde poniendo por delante el carácter de cada cual a lo largo de toda una vida: de las dificultades que solemos achacar a la vejez «hay una sola causa, Sócrates, y que no es la vejez sino el carácter de los hombres. En efecto, si son moderados y tolerantes, también la vejez es una molestia mesurada; en caso contrario, Sócrates, tanto la vejez como la juventud resultarán difíciles a quien así sea».

«La unidad indivisa de cada vida». Bien, esta expresión nos hace avanzar un buen trecho. Pero el propio Ortega se queda a medio camino, pues cada uno de nosotros no es simplemente «una vida», por muy indivisa que se precie. Cada cual se experimenta no como una vida, sino como una persona que vive, como una sola persona y la misma desde el inicio hasta el fin de su vida. Desde mi perspectiva vital, me veo, me experimento, como la persona que soy. Como niño, joven, adulto, viejo o hiperviejo, soy siempre una y la misma persona. Desde dentro no me veo como *un viejo*, sino como una persona, la persona que soy, en un cierto momento de su vida. Mi identidad personal prevalece sobre cualesquiera circunstancias temporales, porque la persona es vista como una unidad en el tiempo, como el conjunto de su vida.

Ahora bien, en palabras de Joaquín Esteban (2021, pp. 102-103), «Améry reconoce que nuestra suerte como individuos no puede desligarse de la mirada de los demás y que, por tanto, el problema de la única identidad del anciano, es decir, de su ser social, tiene que ver exclusivamente con la edad social y sus consecuencias [...] El ser social termina convirtiéndose en nada al viejo». La revuelta que tanto Améry como Esteban prescriben para el viejo debería consistir no en una mera actitud trágica, y menos aún en la anticipación de la muerte, ya sea mediante el suicidio, el suicidio asistido o la eutanasia. La revuelta justa –la primera fase de esta– consiste en la mostración de la unidad indisociable de la persona a lo largo de una vida; quien ya tiene la experiencia del envejecimiento, del suyo y del de sus coetáneos, puede mostrar, enseñar, transmitir mejor que nadie este tipo de conocimiento experiencial socialmente imprescindible. No es fácil, hacerlo, por eso hablamos de lucha, de revuelta, pero es factible, como muestra Céfalo. Este empeño de comunicación no está tristemente sellado por un destino trágico. A dicho empeño ha de seguir la vehemente exigencia de un esfuerzo de empatía por parte de todos. Ojalá, como el Sócrates del diálogo, muchos mostrasen su interés por conocer la vejez desde el punto de vista de quien ha vivido el envejecimiento. Es decir, procede la reivindicación de una mirada social acorde con la genuina ontología de la persona, la que uno mismo experimenta, más allá de todo conocimiento teórico, a lo largo de su vida.

Un viejo no es un *rol*, una máscara hueca, un personaje del teatrillo del mundo, no es una función social, no es la encarnación de una edad, no es simplemente un puñado de telómeros menguantes, no es solo un montón de moléculas sumisas a la entropía. De hecho, ni siquiera deberíamos hablar así: «Un viejo...». Seamos justos con la antropología sentida, con la ontología experimentada por cada cual a lo largo de su vida. Usemos el término *persona*. Este recoge una noción que desconocían los antiguos, y que poco a poco fue diluyéndose en el vacío concepto de individuo que la modernidad impuso.

Hay personas, cada ser humano es una persona. La primera parte de esta afirmación es ontológica, la segunda antropológica. Sin este tipo de ontología y de antropología, difícilmente podremos entender lo que es la vejez, que lo será siempre de una persona, y difícilmente podremos organizar una sociedad en la que sea posible envejecer (y morir) con dignidad.

## CONCLUSIÓN

La perspectiva teórica, de raíz principalmente dualista, tiende a disgregar al ser humano en edades y componentes. La perspectiva experiencial, por el contrario, lo unifica, pone en primer plano la unidad de la vida, o dicho con más propiedad, la unidad de la persona. Con todo, el punto de vista teórico resulta legítimo y útil siempre que se mantenga en mente su carácter abstracto e idealizado. De

hecho, no hubiera sido dañino si no se hubiese cruzado durante la modernidad con una sobrevaloración de la autonomía individual. Esta sobrevaloración nos ha llevado a aceptar que el ser humano es propiamente tal solo en la medida en que sea un individuo autónomo. Lo cual, combinado con la idea de que la autonomía se concentra en la madurez, mientras que la vejez se caracteriza tópicamente por la vulnerabilidad y la dependencia, produce inmediatamente la teorización del proceso de envejecimiento como un proceso de deshumanización. De ahí no pueden seguirse sino consecuencias insanas para las personas y para las sociedades. Somos testigos ya de algunas de ellas.

En cambio, la perspectiva que aquí se propone localiza la autonomía, tanto como la dependencia y la vulnerabilidad, en la unidad indivisa de cada vida, en la persona como entidad única que es. Cada persona, tomada como un todo, es en cierto grado vulnerable, dependiente y autónoma. Es así porque cada persona participa de la común naturaleza humana, con sus aspectos animales, sociales y espirituales (Marcos y Pérez 2018). Reparemos, además, en que la gradación de la que hablamos varía no solo de una edad a otra, sino también de una persona a otra, y en cada una se ajusta incluso a ritmos circadianos (de ahí que los humanos velen los unos el sueño de los otros), al ir y venir de las estaciones y las lunas, de los agentes infecciosos, a las veleidades de la lluvia, del volcán o de la plaga al reparto de la riqueza, al momento de la historia o a la elección de la dieta, al mero azar y al accidente...

La vulnerabilidad de la persona ha de ser reconocida siempre, en uno u otro grado, en todas las etapas de una vida humana. Es un aspecto de nuestra naturaleza, derivado directamente de nuestra condición de vivientes. Reconocer la vulnerabilidad humana implica mirarla de frente. No cabe disfrazarla para nuestro consuelo, ni emprender utópicas huidas hacia lo posthumano. Sin ocultación ni huida, sin utopía ni tragedia, la rebeldía que sí se nos exige como obligación moral –segunda fase de nuestra justa revuelta– es la de la mitigación. La vulnerabilidad reconocida ha de ser a un tiempo mitigada, paliada mediante el cuidado mutuo. Esto nos lleva al asunto de la dependencia. Pertenece esta a la persona como tal, y no específicamente a una etapa de su vida, pues deriva de nuestra naturaleza social. También el hecho de que dependemos de los demás ha de ser abierta y valientemente reconocido. Como señala Alasdair MacIntyre (2001), el reconocimiento de la dependencia cuenta como una de las virtudes que cada persona ha de educar. Pienso, con MacIntyre, que la vulnerabilidad y la dependencia se dan como parte de la naturaleza humana, no como desviación de esta o de su ideal. En consecuencia, en todas las edades el ser humano es plenamente tal, no solo en la madurez de la vida. La niñez (desde la fase embrionaria) y la vejez (hasta el instante de la muerte) son plenamente humanas. La vida humana ha de ser considerada como un todo, como cabal y completamente humana en todos sus momentos, tanto en los de mayor autonomía como en los de mayor dependencia, desde el inicio hasta el fin. Siempre igualmente digna.

Así pues, no todo ha de estar orientado simplemente hacia el momento de la máxima autonomía individual. La cuestión es más compleja. Por una parte, es obvio que el crecimiento en autonomía debe ser considerado como un fin legítimo y apropiado para cualquier persona. En modo alguno debemos tratar de hacernos dependientes ni de refugiarnos voluntariamente en el cuidado que nos prodigan los demás, sino todo lo contrario. Pero dicha autonomía cobra su auténtico valor y sentido cuando sabemos a qué debe orientarse, a quién debe servir. De modo que la autonomía personal, que es un fin que debe ser buscado, resulta al mismo tiempo un medio para un fin posterior, a saber, el cuidado incondicional de todas las personas en sus fases de mayor vulnerabilidad y dependencia.

## REFERENCIAS

- AMÉRY, J. (2001): *Revolta y resignación*, Valencia, Pre-Textos.
- AMÉRY, J. (1998): *Levantar la mano sobre uno mismo*, Valencia, Pre-Textos.
- ARISTÓTELES (1990): *Retórica*, Madrid, Gredos.
- ARISTÓTELES (1993): *Parva Naturalia*, Madrid, Alianza.
- ARISTÓTELES (1995): *Ética Nicomáquea*, Madrid, Gredos.
- BANDRÉS, F. (2015): *Vejez biológica y vejez biográfica*, Madrid, Fundación Emmanuel Mounier.
- ESTEBAN, J. (2021): *Antropología hermenéutica de la gran salud*, Granada, Comares.
- MACINTYRE, A. (2001): *Animales racionales y dependientes*, Madrid, Siglo XXI.
- MARCOS, A. y M. PÉREZ (2018): *Meditación de la naturaleza humana*, Madrid, BAC.
- ORTEGA Y GASSET, J. (1965): *En torno a Galileo*, Madrid, Espasa-Calpe.
- PANOFSKY, E. (1979): *Estudios sobre iconología*, Madrid, Alianza.
- PLATÓN (1988): *República*, Madrid, Gredos.

.....  
**ALFREDO MARCOS** es catedrático de Filosofía de la Ciencia en la Universidad de Valladolid. Su docencia e investigación se centran en la filosofía de la ciencia, filosofía de la biología, bioética y estudios aristotélicos. Ha pertenecido a diversos comités hospitalarios de bioética. Ha publicado una docena de libros y un centenar de artículos y capítulos. Uno de sus últimos libros lleva por título *Meditación de la naturaleza humana*.