L'envelliment avui, una aproximació des del transhumanisme i la Roma clàssica.

1. **Autor:** Roger Palau-Ribes Terés
2. **Tutor:** Bernat Torres Morales
3. **Grau:** Filosofia
4. **Facultat**: Filosofia i lletres
5. **Curs:** 2025-2026

UAB
Universitat Autònoma de Barcelona

UAB Universitat Autònoma de Barcelona
Facultat de Filosofia i Lletres

Grau: Filosofia

Curs acadèmic: 2025-2026

L'estudiant Roger Palau-Ribes Terés **amb NIF** 43222036E

Lliura el seu TFG: L'envelliment avui, una aproximació des del Transhumanisme i la Roma clàssica

Declaro que el Treball de Fi de Grau que presento és fruit de la meva feina personal, que no copio ni faig servir idees, formulacions, cites integrals o il·lustracions diverses, extretes de cap obra, article, memòria, etc. (en versió impresa o electrònica), sense esmentar-ne de forma clara i estricta l'origen, tant en el cos del treball com a la bibliografia.

Soc plenament conscient que el fet de no respectar aquests termes implica sancions universitàries i/o d'un altre ordre legal.

SIGNATURA

ROGER PALAU-RIBES TERES - DNI 43222036E

Digitally signed by ROGER PALAU-RIBES TERES - DNI 43222036E
Date: 2026.06.08 20:09:14 +02'00'

Bellaterra, 8 de Juny de 2026.

Índex:

1. **Introducció:**

2. **El lloc de la vellesa en la filosofia.**
   - **2.1.** La vellesa com un dels motors de la filosofia
   - **2.2.** Els problemes de la vellesa i filosofia com a solució.

3. **Concepte de vellesa en Ciceró i Sèneca**
   - **3.1.** Visions generals de Ciceró i Sèneca sobre la vellesa i la persona vella
   - **3.2.** Qüestions pràctiques de la vellesa
     - **3.2.1.** Els negocis i la vellesa
       - **3.2.1.1.** La agricultura a la tercera edat
     - **3.2.2.** Salut i vellesa
       - **3.2.2.1.** La salut del cos a la senectut
       - **3.2.2.2.** La salut de la ment en la vellesa
     - **3.2.3.** Els plaers respecte la vellesa
       - **3.2.3.1.** Els plaers corporals i els ancians
       - **3.2.3.2.** Els plaers de l'ànima en la vellesa
       - **3.2.3.3.** La vellesa de la virtut
     - **3.2.4.** La proximitat a la mort respecte la vellesa
       - **3.2.4.1.** Com superar-la
       - **3.2.4.2.** Fins a quin punt val la pena viure

4. **El concepte de la vellesa en la modernitat, la posició de Luc Ferry.**

   - **4.1.** Un canvi de paradigma
     - **4.1.1.** Perquè l'angoixa metafísica no és una malaltia
     - **4.1.2.** El retorn a les savieses clàssiques
     - **4.1.3.** És possible allargar més encara la vida

   - **4.2.** Crítica a les filosofies clàssiques
     - **4.2.1.** Crítica a la resignació
     - **4.2.2.** Desdeïficació de la naturalesa
     - **4.2.3.** Transhumanisme, no posthumanisme

   - **4.3.** El futur del concepte de vellesa

5. **Conclusions:**
   - **5.1.** Quina evolució podem extreure del concepte de vellesa?
   - **5.2.** Cap a on es dirigeix?
   - **5.3.** Quin paper ha d'adoptar la filosofia?

Resum:

Aquest treball és un intent d'esbrinar, des de la filosofia, quin és l'estat present i la direcció en què es dirigeix tant la vellesa conceptual, com la pràctica. Es desenvoluparan els factors socioeconòmics, culturals i espirituals degut als quals la nostra relació amb la vellesa ha canviat sense precedents durant aquest últim segle. Es reflexionarà sobre per què és beneficiós per la vellesa recuperar certs aspectes de les filosofies antigues i com la longevitat, de la mà de la biotecnologia i del transhumanisme, poden ser els complements necessaris dels ideals humanistes moderns en un futur pròxim.

Paraules clau:

- Vellesa
- Longevitat
- Virtut
- Transhumanisme
- Dignitat

Abstract:

This work is an attempt to find out, from philosophycal perspective, what is the current state and the direction in which both conceptual and practical old age is headed. We will also discuss about the socioeconomic, cultural and spiritual factors due to which our relationship with ageing has changed without precedent during this last century. It will reflect on why it is beneficial for old age to recover certain aspects of ancient philosophies and how longevity, in the hands of biotechnology and Transhumanism, can be the necessary complements of modern humanist ideals in the near future.

Keywords:

- Old age

- Longevity

- Virtue

- Transhumanism

- Dignity

1. Introducció

L'objectiu últim d'aquest escrit és ressaltar la importància de l'estudi de la vellesa en el marc de la filosofia acadèmica, intentant caracteritzar-la com a part essencial de la naturalesa humana. La vellesa definida com a procés relativament previsible, de caràcter inevitable que degrada progressivament les capacitats físiques i cognitives dels individus i que en una bona part dels casos també és l'última etapa de la vida humana. La vellesa tal com la coneixem pot estar a punt de quedar obsoleta davant les possibilitats que se'ns obren amb els nous avenços tecnològics en bioenginyeria, modificació genètica i rejoveniment cel·lular. Aquests descobriments científics, que cal remarcar, ja estan curant malalties considerades intractables, alterant processos biològics en petits mamífers i fins i tot en òrgans humans, inevitablement i a més en un període relativament breu de temps, dirigeixin recursos, personal i coneixement tècnic al camp de la vellesa i causin en aquest àmbit una ruptura sense precedents.

Per un altre costat també és la meva intenció apropar aquests mateixos estudis, pensaments i reflexions a tot aquell que consideri la vellesa com a quelcom familiar però encara distant, allò sobre el qual encara no li toca pensar-hi gaire perquè no va amb nosaltres, els joves. També trobo que serà útil a qui no hi ha pensat mai o no sòl pensar en el fer-se vell i en quines implicacions físiques, psicològiques i socials té. Es dirigeix d'igual manera a qui pateix d'angoixa observant el pas del temps en si mateix i li guarden temor, als que ja viuen la vellesa i amb més o menys esforç i joia pateixen o gaudeixen dels seus efectes. Finalment, també a tu, estimat lector, que si no t'has sentit identificat amb cap de les descripcions anteriors estic convençut de que li sabràs trobar una perspectiva que et serà beneficiosa. Ja que qui reflexioni activament sobre la vellesa i la seva arribada a un mateix, tant com quan encara la trobem distant així com quan ja és imminent, estarà més preparat i així mateix podrà gaudir més de les seves virtuts i patir menys. O com a mínim sobre portar millor les seves desgràcies quan aquestes facin acte de presència, ja que la serenitat i el benestar personal a la vellesa requereix preparació prèvia i l'estat en que es trobi el caràcter individual és de gran influència a l'hora d'enfrontar aquesta tercera edat;

> *Sin embargo los ancianos negligentes, según dicen algunos, están angustiados, son iracundos y difíciles, incluso, si hurgamos, algunos son hasta avaros. Estos son vicios del carácter, no de la vejez.* **(Marc Tuli Ciceró. 2005. *Sobre la Vejez*. Traduït per Rosario Delicado Méndez. Editorial Tal-Vez.)**[1]

Amb aquests objectius en ment, he estructurat aquest escrit de manera que analitzaré en primer lloc els estudis que van realitzar Ciceró i Sèneca a través de "*De Senectute*" i la recopilació "*Epístoles a Lucili*", obres respectives dels autors anomenats, on tracten el concepte de vellesa i reflexionen sobre les seves característiques en els essers humans, en com aquesta era aquesta concebuda socialment, sobre quines eren les seves virtuts i les seves desgràcies i de quina manera podíem aprofitar més les primeres i evitar el màxim temps possible les últimes.

En primer lloc, tractaré a Ciceró (106-43 aC) degut a que la seva obra *De Senectute* ens proporciona un diàleg entre Cató el Vell i els joves Escipió i Cai Laeli. Aquests últims expressen admiració sobre com Cató viu la vellesa de forma tant digna, es dialoga sobre les virtuts i els vicis d'ambdues joventut i vellesa. Aquest diàleg ens proporciona una visió clara sobre com es percebia la vellesa a la societat romana de finals de la República, és a dir el segle I aC. Per un costat, escoltem les preocupacions dels joves que observen neguitosament com el temps els va privant de força i capacitats. Per altre costat, Cató el vell, que manté una postura defensiva de la vellesa denotant avantatges com la claredat de la ment degut a un altre aspecte positiu com és una disminució de necessitats corporals. També fa menció del valor de l'experiència i els

[1] Per a futures citacions d'aquesta edició faré servir el format següent: (Ciceró, De Sen, pàgina)

coneixements acumulats durant la vida, que aporten saviesa, temprança i tranquil·litat davant l'aproximació d'un final inevitable que cada cop es percep més proper.

En segon lloc a les *Epístoles a Lucili*, Sèneca dedica diverses cartes a la senectut en algunes de les quals l'objecte d'estudi són els efectes que aquesta produeix en el mateix autor, que reconeix pertànyer a la tercera edat mentre les escriu. De les cartes de l'estoic podem extreure, com a l'obra de Ciceró, una ètica de la vellesa, aquest cop amb una clara tendència estoica típica de l'època. Aquesta està enfocada a assolir o mantenir la felicitat a través del desenvolupament de la virtut, de l'activitat cognitiva e inclús física en una sèrie d'instruccions que caldria recordar avui. Ja que a mesura que ens apropem a la modernitat la vellesa i la vida en general han tendit a ser cada cop més sedentàries, amb les conseqüències per a la salut que això implica. Sèneca també ens incita a ser agraïts amb el temps que se'ns ha cedit, a no témer a la mort, concepte que tracta de desvincular de la vellesa i també reflexiona sobre fins quin punt val la pena viure i el donar-se la mort a un mateix. D'aquesta manera assenta un concepte de vellesa molt interessant i marcant precedents amb conceptes molt rellevants en el marc filosòfic actual en aspectes com l'eutanàsia.

En contrapart a Ciceró i Sèneca, tenim a Luc Ferry, filòsof, assagista i polític francès que porta a la filosofia el debat sobre un possible allargament sense precedents de la longevitat humana, basat amb estudis biomèdics. Els conceptes de joventut i vellesa i les discussions filosòfiques al voltant d'aquests termes han estat sotmeses a molts canvis des de que eren pensades per els autors clàssics que tractem. Majoritàriament aquests canvis s'han donat degut a alteracions en aspectes socials i econòmics, es clar dins un marc científic i mèdic que també ha permès un allargament significatiu de l'esperança de vida, parlo per exemple de la jubilació a gran escala o de la prohibició del treball infantil als països occidentals, que sens dubte han transformat el significat dels termes mencionats anteriorment. L'autor ens proposa estudiar les possibilitats que ens ofereixen els nous descobriments en camps com l'edició genètica, la clonació o el rejoveniment cel·lular que prometen allargar l'esperança de vida i la llargària de la joventut alterant així la pròpia concepció filosòfica de la vellesa.

Finalment i com a material complementari comptarem amb la publicació *"La filosofia de l'envellir"* de Jean Lombard, filòsof i hel·lenista. En aquesta obra l'autor estudia les diferents concepcions de la vellesa que van proposar diferents autors i escoles al llarg de la Grècia i Roma com Plató i Aristòtil o Epicur. D'igual manera tracta la defensa de la vellesa per part de l'estoïcisme romà i Ciceró A més Lombard aporta un punt de vista antropològic que permet complementar les tesis estudiades amb aportacions culturals i socials rellevants per acabar de comprendre no només les obres dels autors romans que estudiem sinó el transfons que els hi va donar la forma que tenen.

En aquest cas, degut a la naturalesa d'aquest text, la metodologia que s'ha fet servir és simple: En una primera fase es va portar a terme la lectura i hermenèutica de texts d'autors romans tardans i contemporanis, tots relatius a la concepció filosòfica, social i antropològica de la vellesa. Un cop completada la lectura i extracció dels conceptes i idees considerats interessants procediré amb la comparació i síntesi de postures, intercalant en aquesta els diversos autors treballats per tal d'obtenir un major grau d'enteniment respecte l'evolució i situació actual del concepte de vellesa, com ha canviat el seu significat així com la evolució de la percepció social sobre aquesta, quins són els seus beneficis i perjudicis i cap a on es dirigeix el procés de envellir.

2. El lloc de la vellesa en la filosofia

Les reflexions sobre l'envelliment i la vellesa no ocupen un espai central en la filosofia actual, altres qüestions com el futur de la Intel·ligència Artificial, l'impacte que té el llenguatge que usem en el coneixement o la bioètica en el marc de la medicina per exemple. Com a mesura representativa d'això que dic, podem prendre els programes d'estudis del grau de filosofia a la UB o la pròpia UAB o per sortir fora de Catalunya també de la UIB o de la Complutense de Madrid. En totes elles hi ha assignatures dedicades als temes mencionats anteriorment, tot i això, les discussions sobre la vellesa rarament es donen, i si de cas s'estudien molt indirectament. Ens serveixen d'exemple les deliberacions que sorgeixen a través de la mateixa Bioètica, quan parlem d'Eutanàsia o a través d'assignatures com Filosofia Antiga o Metafísica. Per contrari a la Grècia i Roma de l'Edat Antiga la qüestió de la vellesa era central, autors com els mateixos Ciceró i Sèneca en dediquen part de la seva obra o el propi Plató, qui posa a la tercera edat al centre del poder en el seu sistema polític, és a dir, desenvolupa una gerontocràcia.

> *Y una vez llegados a los cincuenta de edad, hay que conducir hasta el final a los que hayan salido airosos de las pruebas y se hayan acreditado como los mejores en todo sentido, tanto en los hechos como en las disciplinas científicas, y se les debe forzar a elevar el ojo del alma para mirar hacia lo que proporciona luz a todas las cosas; y, tras ver el Bien en sí, sirviéndose de éste como paradigma, organizar durante el resto de sus vidas, cada uno a su turno, el Estado, los particulares y a sí mismos (...)* **(Plató, *República*, trad. Conrado Eggers Lan (Madrid: Gredos, 1988), 540 a-b).**

La falta de representació de la vellesa als plans d'estudi universitaris és un problema, ja que significa ignorar una de les etapes més importants de la nostra vida, durant la qual varen ser redactades moltes de les obres que estudiem. D'altre banda entendre la vellesa avui dia és comprendre la direcció cap a la que es mou el món, ja que si fem una ullada a les piràmides demogràfiques d'Europa, alguns països d'Amèrica e inclús Corea o Japó, ens adonarem que la població global cada cop està més envellida. Hi ha preguntes com; Com evolucionarà la vellesa amb el sorgiment de nou hàbits derivats de la digitalització? Com afectarà aquesta mateixa digitalització a la salut i felicitat dels nostres vells? Quina posició ha de prendre la filosofia davant la possibilitat cada cop més real de que sorgeixin tractaments de rejoveniment que amenacin la vellesa com la coneixem? Que necessiten ser respostes. Ja que sobre l'estudi de la vellesa, no només recauen totes aquestes qüestions de les que faig menció, si no, que segons Luc Ferry, un dels autors que tracto, la vellesa, entesa com a etapa de la vida en la que se'ns fa més evident la finitud humana, és un dels motors d'estudi de la filosofia.

2.1. Per què la vellesa és un dels motors d'estudi de la filosofia?

Com veurem després, la vellesa és l'etapa on la proximitat a la mort i la fragilitat del cos i ment s'accentuen més. Amb aquest punt de partida, Ferry reafirma l'argument de Schopenhauer i afirma que precisament aquesta vulnerabilitat i aquesta finitud, que és la que motiva de forma natural sentiments com l'angoixa, el nerviosisme o a vegades el ressentiment. Aquests sentiments, segons Ferry, són l'origen de totes les religions i a conseqüència, també de totes les corrents filosòfiques, ja que l'objectiu últim d'aquestes seria la superació d'aquests, així com d'enfrontar aquesta limitació temporal imposada per la naturalesa. Amb creences com la reencarnació o la d'una vida després de la mort com en el cas de les religions monoteistes o de la pròpia immortalitat de l'ànima decaient i sorgint a les ensenyances estoiques que recomanen aprendre a acceptar amb serenitat allò que no podem canviar i ser feliços amb el que tenim.

> *Es indiscutible que, a partir de las observaciones expuestas por Schopenhauer, las de la brevedad de la vida y de la irreversibilidad de la muerte, se desarrolla su busqueda metafísica, impulsada como lo està por un deseo insaciable de prolongar la existència humana, que es, en su opinión,*

> *demasiado fragil y breve.* **(Luc Ferry. 2024. *La vida feliz*, traduït per Miriam Herrera Jiménez. Editorial Funambulista, 17.)**[2]

2.2. Problemes de la vellesa i filosofia com a solució

Així doncs la filosofia, especialment la ètica i la metafísica es dediquen a la vellesa, i ja veiem que alguns autors inclús en posen l'origen en aquesta disciplina. Des d'un altre punt de vista i especialment centrant-nos en l'ètica, la filosofia també pot servir com a recolzament a l'hora de experimentar e inclús endarrerir el minvament de les capacitats físiques i cognitives que es deu al procés d'envelliment. No diguem ja, quan aquestes es manifesten en la seva màxima expressió en malalties com l'Alzheimer o la demència, o en condicions com l'artrosi o la pèrdua de massa muscular que sovint impliquen pèrdua d'independència. Aquests fets a més se'ls hi poden sumar l'aïllament social produït per la jubilació o inclús per l'internament a una residència d'ancians que comporta l'allunyament del nucli familiar entre altres casos. En conclusió la filosofia juntament amb l'espiritualisme, ja des de les primeres civilitzacions, com es pot veure amb la faula de Guilgameix, i fins a dia d'avui, s'ha dedicat a trobar solució o en cas de no ser possible, pal·liar els efectes físics, psicològics i socials que es donen a la vellesa o durant l'envelliment. Un exemple són les recomanacions de Cató, el protagonista del diàleg de Ciceró, que ens permetran aproximar-nos a una vellesa digna, o com el que Ferry tracta de donar una resposta laica al que ell anomena l'angoixa metafísica, la qual sorgeix degut a la proximitat a la mort.

[2] Per a futures citacions d'aquesta edició faré servir el format següent: (Ferry, pàgina)

3. El concepte de vellesa en Ciceró i Sèneca

La concepció de la vellesa a la Roma clàssica va estar fortament influenciada per l'escola estoica, la qual amb autors com Marc Aureli, Epictet o Sèneca escrivint amplament sobre aquesta etapa de la vida i és a través d'ells que ens ha arribat una bona part del significat que tenia la vellesa a l'època. Una de les definicions que pot tenir la vellesa és espiritual, i és situa com la principal diferència entre els humans i els Déus dels mites pagans. Mentre que uns es mantenen joves, forts, poderosos i a temporals, els altres, els humans mortals, declinen inexorablement i experimenten en el seu propi cos la decadència tant física com psíquica que desemboca en l'inevitable desenllaç que tots coneixem. Un altre camp d'estudi de la vellesa era el mèdic, punt de vista del qual tenim els escrits de Galè com a principal font tardana, Galè va viure entre el 129 i el 216 dC i fou metge de cort durant el regnat de Marc Aureli. El metge tenia una visió concordant amb el consens filosòfic de l'època, considerava la vellesa com a malaltia intrínseca, però no contrària a la naturalesa humana, la definia com a inevitable i incurable en el que només es podien aplicar cures pal·liatives. *"Explica meticulosament la vellesa a través del qual el cos es va eixugant, cosa que provoca tota mena de disfuncions corporals que es tradueixen finalment en "l'innat destí de destrucció de tota criatura mortal"* **(Jean Lombard. 2017. *La filosofia de l´envellir. Resistència i temporalitat en el pensament antic.* Traduit per Ramón Alcoberro. Edicions Enoanda)[3].** Galè compartia doncs certs trets amb l'escola romana tardana en quant a la descripció de la vellesa, la qual descrivia com a *"la constitució seca i freda del cos resultat d'una vida llarga"* **(Lombard, 98)** entenent llavors la vida com el calor i la matèria com a freda, la vellesa seria el refredament del cos que es prepara per abandonar la vida i retornar a la matèria.

> Es un hecho que todas las cosas capaces de nutrición y crecimiento contienen dentro de sí calor vital, sin el cual no podrian alimentarse ni crecer, Pues todo lo que es cálido e igneo se excita y desenvielve por porpia moción **(Long, Anthony. 1977. La filosofía Helenísitca. Revista de Occidente. 150)**

A part de les concepcions mèdiques o espirituals dels autors, que estudiarem més tard, aprenem que hi ha una gran varietat de percepcions de la vellesa especialment quan parlem de les representacions d'aquestes en la vida social i econòmica. Aquestes percepcions estan ja formades per casos particulars i es diferencien a través de les característiques dels vells que participen del concepte de vellesa. Aquestes característiques a la vegada es desglossen en l'actitud davant la senectut, la conservació del cos i ànima, aquesta última entesa com a una combinació de capacitat cognitiva i virtut de caràcter, l'estatus social de l'individu i la professió que desenvolupi. Per exemple, una tipus de vells ben respectats a la societat era la classe política romana i és que es ben coneguda la demografia dels dirigents romans, Sèneca mateix ho fou fins els últims moments de la seva vida.

> *La condició dels ancians està fonament vinculada a la seva situació social: són respectats en tant que propietaris, i esdevenen senadors si tenen terres, però el seu poder es va erosionant amb l'edat i progressivament l'autoritat judicial deixa pas a l'autoritat moral* **(Lombard, 95-96).**

3.1. Visions generals de Ciceró i Sèneca de la vellesa i les persones velles.

Ciceró entén la vellesa com a quelcom que provoca patiment i requereix de consol per a qui la pateix, ja que provoca neguit. Tot i aquesta concepció negativa, afirma que aquesta s'ha de valorar objectivament, que no és quelcom dolent en si mateix ja que pot ser tant desitjable com una càrrega. Ciceró defensa que la vellesa és una transformació i a la vegada un retorn a un mateix, ja que exposa, diu, la versió més pura del caràcter humà, totes les virtuts o els vicis cultivats durant les etapes prèvies esdevenen en la seva màxima representació. La vellesa en si no comporta cap mal de caràcter, però com ja hem dit, és la perpetuació dels vicis desenvolupats durant la joventut

[3] Per a Per a futures citacions d'aquesta edició faré servir el format següent: (Lombard, pàgina)

com la mandra, la indolència o la falta de treball cognitiu que agreugen la situació del vell *"No obstante debéis recordar que en toda mi disertación he defendido una buena ancianidad, basada en unos buenos cimientos de la adolescencia."* **(Ciceró, De Sen, 27).** Així doncs es combina amb el fet de que és l'última etapa de la vida i per tant no hi ha oportunitat de redempció amb la debilitat del cos i de la ment per constituir-se també com a una espècie de judici final de totes les virtuts i trets de caràcter desenvolupats en vida. Respecte l'individu, segons l'autor, si a aquest li són propis virtuts i un bon caràcter i està protegit per els fruits de les seva carrera professional i social probablement viurà una vellesa honorable i digna i podrà ser feliç durant l'última etapa de la vida. De la seva personalitat depèn de com enfronti aquest els problemes de la vellesa, La moderació ajuda a portar una millor senectut, aquells que han desenvolupat la virtut no tenen res a objectar sobre la vellesa. A l'hora l'ancià ha de ser una persona capaç i ha d'haver desenvolupat diferents habilitats que el permetin defensar-se a si mateix tant davant l'exclusió de les feines dels joves com de la demència, senilitat i altres efectes de la vellesa que venen no per la vellesa en si, si no per una actitud mandrosa durant aquesta.

Sèneca considera la vellesa com quelcom amb el que cal estar agraït, que té els seus encants i que cal viure-la amb plenitud com si cada dia fos el darrer. Tot i això ens adverteix de que cal mantenir-se neutral respecte aquesta etapa i que no s'ha de desitjar ni rebutjar, ja que si se la desitja estarem menyspreant el temps del que disposem previ a la vellesa i si se la rebutja, de nou s'està deixant de banda una part natural e intrínseca de la vida. D'altre banda, l'autor defineix la vellesa com l'edat pròpia de l'ànima, encoratjant al lector a impulsar el pensament i reflexions durant la tercera edat. Tot i això adverteix que si no s'ha adquirit saviesa prèviament a la vellesa, difícilment es podrà gosar d'*ataràxia* durant aquesta. En part això es deu a la proximitat de la mort, és en aquest apartat en que Sèneca i Ciceró concorden en que la vellesa provoca patiment i angoixa. També concorden en la visió de la mort com a judici final de les accions desenvolupades durant altres etapes de la vida. Finalment l'autor destaca per una noció un tant cínica ja que defensa que hi ha cert punt en la vellesa en que la vida ja no val la pena, normalment referint-se a casos on ja no es pot mantenir la independència o les condicions del cos o la ment s'han deteriorat molt, i és preferible practicar-se a un mateix l'eutanàsia.

3.2. Qüestions pràctiques de la vellesa

Amb les idees generals sobre la vellesa ja definida cal veure com els autors es desenvolupaven en la pràctica d'aquesta. Ja que ambdós van arribar a passar els 60 anys d'edat, van poder experimentar en la seva mesura com a mínim els primers símptomes d'aquesta. Així doncs Ciceró expressa admiració per aquells que, com ja hem dit, vivien la vellesa dignament, tot acceptant les seves desgràcies i sabent agrair-li tot el que ens oferir i per contrari critica a qui la rebutja i en renega. Per donar respostes a aquestes visions crítiques amb la vellesa, l'àugur romà recopila els arguments i els ordena en quatre apartats. Tots ells s'enfoquen a les àrees de la vida que més afectades queden per l'avenç de la senectut i que, segons Ciceró, depenen del caràcter individual i no dels efectes de la vellesa o les capacitats econòmiques.*"Ni siquiera el sabio puede afrontar la vejez de manera llevadera en medio de la más profunda indigencia, pero para el necio, aún en la suma abundancia, no deja de ser gravosa.*" **(Ciceró, De Sen, 8)**. Aquests apartats són el dedicat a negocis i professions, a salut, a els plaers i a la proximitat a la mort. Per a facilitar l'eloqüència de l'anàlisi, el mateix esquema serà aplicat tant a les epístoles de Sèneca com al diàleg de Ciceró, del qual és originari.

3.2.1. Els negocis i la vellesa

La continuïtat a la professió o la regència dels negocis ja avançada la vellesa és cosa estranya avui dia. Els casos més sonats provenen de l'apartat dels negocis, on magnats com Warren Buffet, qui s'ha retirat als 95 anys de la direcció de Berkshire Hathaway o el de la difunta Liliane Bettencourt, qui als 89 anys va deixar el consell d'administració de L'Oreal 1 any després de que la justícia

francesa la declarés incapaç degut a l'Alzheimer que patia. Els professionals que segueixen exercint tot i la seva edat avançada no són tant mediàtics com aquells que venen del sector dels negocis. Tot i això trobo adient fer menció a aquells qui, tot i després de complir amb els anys de cotització necessaris per poder obtenir la jubilació segueixen exercint la seva professió per amor a ella. D'entre aquests individus tinc la sort de poder comptar amb el meu avi, el Dr. Josep Terés, qui es va retirar de les seves tasques com a membre del Comitè de Deontologia del Col·legi de Metges de Barcelona el 2024 amb 87 anys.

Aquests exemples, potser aparentment inconnexos amb el tema a tractar, són la viva prova de que l'argument respecte l'important posició dels oficis en una vellesa virtuosa que ambdós filòsofs romans defensaven era cert. I és que els oficis no tenen perquè ser abandonats amb raó de l'arribada de la vellesa. Ja als temps de la República Romana la administració d'aquesta estava en bona part participada per els individus de més edat. Els mateixos Sèneca i Ciceró foren senadors fins a les acaballes de les seves pròpies vides, ja passats els 60 anys en ambdós casos.

> *Con toda seguridad, ahora, no deseo tener las mismas fuerzas de la juventud. Éste es otro de los tópicos de los achaques de la vejez. Esto es lo que hay: actuar según las fuerzas del momento y servirse de ellas, hagas lo que hagas*. **(Ciceró, De Sen, 14).**

En aquest cas Ciceró ens exigeix que no ens resignem indiferents a la pèrdua de forces físiques i deixa entreveure que la vellesa posseeix recursos suficients per fer-se valdre per si mateixa. Recursos com les habilitats cognitives, l'experiència i sobretot la saviesa eren trets molt valorats a la societat romana i qui més que ningú podia posseir tots aquests sinó els vells?

> *Reflexionemos, si os parece bien, sobre cada una de estas causas y cuán injusta es cada una. La vejez aparta de la gestión de todos los negocios. ¿De cuáles? ¿De aquellos que se realizaron con el vigor y las fuerzas de la juventud? ¿Acaso no son también obras seniles las que se realizan con la fortaleza de la mente pero con el cuerpo enfermo? (...) El resto de los ancianos, los Fabricios, los Curios, los Coruncanios, ¿no hacían nada cuando defendían el estado con su autoridad y consejo?* **(Ciceró, De Sen, 10)**

Com hem vist, l'argument de que la vellesa ens extreu les forces i ens aparta de la carrera professional és un dels principals mitjans a través dels quals els principals detractors de la tercera edat exercien la seva crítica. Com veurem més endavant, ambdós autors exposen que les causes de debilitat s'originen en el caràcter poc virtuós de l'individu que exposa l'argument i no és un mal atribuïble a la pròpia vellesa. Ja hem vist alguns casos contemporanis, però qui foren aquells que feren pròpia la virtut a l'Edat Antiga i seguiren exercint de filòsofs, polítics, dramaturgs i poetes un cop ja present la vellesa?

> *¿Acaso la vejez obligó a enmudecer en sus discursos a éste, o a Homero, Hesíodo, Simónides, Estesícoro, o a Isócrates, Gorgias a quienes anteriormente cité; o a los príncipes de los filósofos, Pitágoras, Demócrito, o a Platón, Jenócrates, o, posteriormente, a Zenón Cleanto, o Diógenes Estoico, a quien vosotros mismos conocisteis en Roma? ¿Acaso, no fue en todos ellos tan duradera la ilusión por los estudios como su vida?* **(Ciceró, De Sen, 13)**

Ciceró reconeix en la vellesa l'edat ideal per a el desenvolupament de tasques que requereixin de seny, responsabilitat i paciència, trets poc comuns en els fogosos joves, que segons l'autor, es deixen emportar per les emocions i els plaers dels seus cossos forts i ànimes inexpertes. Tot i que puguin ser menyspreats o criticats per no formar part de l'economia tradicional, els vells poden oferir un coneixement i experiència extensos que li permetin assumir posicions, tot i que potser no productives, de gran influència a l'àmbit social, educatiu i polític.

3.2.1.1. La Agricultura a la tercera edat

Tot i que les professions ideals per a desenvolupar durant la vellesa siguin aquelles on la responsabilitat o la experiència siguin més requerides, Ciceró i Sèneca fan menció a la el manteniment de les terres, el tenir cura dels cultius, la jardinera o dels animals entre altres tasques com a una bona activitat a desenvolupar a la vellesa. Tot i això el mateix Ciceró reconeix que no són de tal prestigi com les mencionades a l'apartat anterior ja que no estan dedicades al públic o a l'ànima si no que els fruits d'aquestes són dedicats a un mateix o a la seva família així com, segons les seves paraules, ningú pot considerar-se tant vell com per no viure un any més **(Ciceró, De Sen, 13)**.

I què és que produeixen l'agricultura, ramaderia? I la cura de les plantes en els ancians? Que els hauria de motivar a fer aquestes labors? La resposta per als romans la podem trobar en la ètica. Tant en la virtut de procurar per als altres el que t'ha estat procurat a tu com en la pròpia recerca de la felicitat, la agricultura permet la autorealització d'ambdós objectius. Per al primer el vell continua un cicle de prosperitat i s'assegura el benestar dels seus éssers estimats, els quals podran proveir-se dels fruits del treball del seu *Pater familias* tot i quan aquest ja no hi sigui. "

> *En efecto, un agricultor, aunque sea anciano, jamás duda en responder al que le pregunta para quién siembra: "Para los dioses inmortales, quienes no sólo desean que yo reciba estos bienes de mis mayores, sino que también los trasmita a las generaciones posteriores"* **(Ciceró, De Sen, 13)**

En aquest últim, és evident la satisfacció que produeix ser autosuficient i capaç de preveure's a un mateix de l'aliment que consumeix, la qual es veu maximitzada a la tercera edat, una en les que s'és més dependent. A l'hora tenir cura d'animals i plantes i veure realitzat l'esforç en resultats a llarg termini és també una important font de felicitat. I a raó de provar el que dic, em sembla molt adequat acabar amb la següent cita.

> *Podría seguir contando las numerosas satisfacciones que proporcionan las labores del campo pero reconozco que lo expuesto, ya fue extenso. Os pido perdón por ello. Me he dejado arrastrar por el gran placer que supone trabajar el campo.* **(Ciceró, De Sen, 24)**

3.2.2. Salut i vellesa

Mantenir la ment activa, especialment durant la vellesa, pot ser un factor decisiu en el manteniment de les capacitats cognitives i amb el cos es pot dir el mateix. Tant el cos com la ment es debiliten amb el pas del temps i al igual que les diferents funcions cognitives s'atrofien si no se les exercita, amb el cos passa el de manera similar. Ciceró i Sèneca ho sabien i per això predicaven l'exercici regular d'ambdós, per així poder viure plenament tota la vida, però especialment la vellesa. Afirmen doncs que és durant la senectut on és més visible si la virtut de l'exercici ha estat persistent durant la vida, ja que, si ha estat així, la degradació de les facultats pròpies de la joventut és més lenta i dolça, fet que permet viure una vellesa digna i virtuosa.

> *Asi, pues, cultiva principalmente esta salud* (la de l'ànima)*, y en segundo lugar la del cuerpo, que no te costara gran esfuerzo si deseas encontrarte bien.* **(Sèneca, *Epístolas morales a Lucilio*, trad. Ismael Roca Melià (Madrid: Gredos, 1986), 15.2, 155.).**[4]

3.2.2.1. La salut del cos a la senectut

Prèviament hem vist com mantenir actiu el cos amb les feines del camp pot ser moralment correcte e inclús plaent. Però hi ha un tercer benefici no menys important derivat de mantenir el cos actiu, el qual és una millor salut d'aquest al llarg de la vida i especialment durant la vellesa. A l'edat Antiga, molt lluny encara dels fitness coach, les classes d'aiguagim, zumba o pilates que tant de moda estan entre la nostra tercera edat, l'exercici del cos durant la vellesa (i en qualsevol edat) ja

[4] Per a futures citacions d'aquesta edició faré servir el format següent: (Sèneca, Epist, epístola)

era considerat com una pràctica virtuosa i de gran benefici per al cos. És per això, que especialment Ciceró, no perd oportunitat en desfer-se en lloances cap a figures històriques o contemporanis seus que conserven igual de bé tant l'hàbit de l'esport com els seus propis cossos davant l'avenç de l'edat. Inclús sense els coneixements tècnics que posseïm avui dia de nutrició o de rutines d'exercici, ja es recomanava la virtut Aristotèlica de la moderació tant en els aliments i begudes que es consumien com en la pròpia pràctica de l'exercici i es relacionaven ambdues pràctiques directament amb la lluita contra la vellesa.

> *Con el mismo ahínco que se lucha contra la enfermedad, se debe luchar contra la vejez. Se ha de cuidar la salud, se debe hacer ejercicio moderadamente, se debe tomar alimentos y beber cuanto se necesite para tomar fuerzas, pero no tanto como para quedar fatigados.* **(Ciceró, De Sen, 17)**.

Mentre no es troben referències en les obres dels autors respecte les costums, rutines d'exercici o el grau en les que les aplicaven, si que fan menció sobre alguns costums en que sí que era important mantenir la constància. Aquests costums estarien molt allunyats del que per desgràcia veiem en alguns membres de la tercera edat avui dia. No parlo de el consum excessiu de begudes alcohòliques o de menjar, dels quals els romans no són precisament coneguts per ser moderats, ni tant sols de la mandra en la pràctica d'exercici, de la qual també en podríem trobar exemples. Parlo de costums associades a la tecnologia com agafar el cotxe per trajectes curts que es podrien fer a peu, romandre allargat al sofà durant hores mirant la televisió o abusar de les compres amb entrega a domicili, per no parlar ja del consum de tabac, que fa autèntiques destrosses a cos i societat a parts iguals. Aquestes pràctiques o costums que no són comparables a l'època romana castiguen a llarg termini la nostra salut corporal, especialment amb les cada cop més comuns professions en que ens passem 8 hores diàries assegut a una oficina, i les conseqüències d'això es fan més presents i insuportables durant la vellesa. Vet aquí una de les costums més ancestrals, més importants i en certa manera més aplicables avui dia que mantenien en forma els cossos d'alguns romans fins la senectut:

> *Pienso que habrás oído contar, Escipión, lo que hizo Masinisa, invitado de tu abuelo. Con sus noventa años va a pie a todas partes, jamás va a caballo. Y si monta a caballo nunca se apea de él aunque llueva o hiele. (...) Puede ser que el ejercicio y la templanza le ayuden a conservar parte del vigor de la juventud en su ancianidad.* **(Ciceró, De Sen, 16)**

Imaginem-nos el desastre i el disgust que passaria Ciceró si fes el viatge de retorn de l'Hades i descobrís que els cavalls de llavors, avui s'han convertit en cotxes, cadires de rodes, patinets elèctrics i altres vehicles de mobilitat personal. Tot i això l'autor no es dedicaria a criticar tothom que fes ús de tals dispositius, ja que entenia com de durs podien ser els efectes de l'edat en algunes persones, que podien quedar incapacitades i per tant, se les havia d'eximir de responsabilitats o crítiques, ara si, no feia recaure la responsabilitat només a la vellesa, si no que la repartia a parts iguals amb la salut. **(Ciceró, 17).** La salut cal aclarir, al segle primer era tractada com un conjunt, avui dia els efectes incapacitants dels quals parlàvem es dividirien en impossibles d'evitar, com serien condicions genètiques, de naixement o derivades d'accidents i aquelles que ens incapaciten degut a contínua pràctica de males costums com les que han estat mencionades anteriorment. Finalment es recorda al lector que tot i ser la salut del cos important per al benestar durant la vellesa, no és l'únic aspecte a desenvolupar i protegir, en cas de ser excessiu amb les cures del cos i l'exercici físic durant la joventut, ens podria passar el mateix que Miló el Crotoni, qui a part de queixar-se injustificadament per l'inevitable deteriorament del cos durant la vellesa, va patir un mal pitjor, ser criticat per Ciceró.

> *¿Puede haber queja más despreciable que la que formuló Milón el Crotonio? Se dice que siendo ya anciano vio a los atletas que se preparaban para las carreras. Se miró los brazos y con lágrimas en los ojos exclamó: "¡Verdaderamente, éstos ya están muertos!" ¡No son ellos los que están muertos, necio, sino tú, porque tú no te ennobleciste por ti mismo sino por tu espalda y tus brazos!* **(Ciceró, De Sen, 14)**

3.2.2.2. La salut de la ment en la vellesa

Tot i que ja haguem aclarit que són virtuosos aquells qui continuen exercint professions de caràcter cognitiu durant la vellesa, dedicaré aquesta breu secció a altres aspectes de la salut de la ment com la cura de la memòria o la prevenció de la demència. I és que de nou degut a les costums sedentàries pròpies de la tecnologia o altres de factor social com el sedentarisme durant la jubilació, hem acostumat a les nostres ments a romandre en blanc o a fer poc o nul esforç ja des de la joventut, si la televisió ja ha fet destrosses, ara amb l'arribada de l'entreteniment brossa que podem trobar a les xarxes socials com Instagram, Youtube o Tiktok on ens passem hores passant d'un vídeo a un altre per al cap de 5 minuts no recordar ni la meitat del contingut que hem vist, les conseqüències poden ser devastadores. A l'antiga Roma ja existien tècniques, jocs o de nou costums que eren beneficioses per al manteniment d'una bona memòria.

> *Se me argüirá que la memoria se pierde. Creo que así es si no se ejercita o si estuviera enferma. Temístocles se había aprendido de memoria todos los nombres de sus conciudadanos. ¿Pensáis acaso que confundía a Lisímaco con Arístides cuando, de viejo, mantenía la costumbre saludar a todos?* (**Ciceró, De Sen, 12)**

Aquestes tècniques ancestrals, majoritàriament de caràcter social es tornen cada dia més difícils de posar en pràctica amb la digitalització i la impersonalitat que adopten les grans ciutats modernes, en canvi estem veient una transformació d'aquestes costums per mantenir la ment activa, ja són clàssics les taules de dominó o de jocs de taula com la botifarra, o jocs individuals com els mots encreuats dels que, ara si, gràcies a la digitalització, podem disposar en qualsevol moment. A part com veurem en un moment, exercitar la memòria i prevenir la demència no només són beneficioses per si mateixes, si no que redueixen la dependència social i ajuden a mantenir també el patrimoni econòmic davant acusacions d'incapacitat. El cas que ens exposa Ciceró ens recorda al judici de 2011 en que Lilianne Betencourt va ser declarada incapaç de gestionar la seva fortuna, en aquest cas però, l'acusat va guanyar.

> *Sófocles escribió una tragedia en su ancianidad. Precisamente por ese interés de estudio parecía que se despreocupaba de su patrimonio familiar, y fue demandado judicialmente por sus hijos. Los jueces decidieron quitarle la gestión del patrimonio familiar como si fuera un loco, igual que acostumbramos a imposibilitar a los cabeza de familia que no gestionan bien sus bienes. Se dice que, para defenderse, el anciano recitó de memoria la obra que en ese momento tenía entre manos, la recientemente escrita, ¡nada menos que "Edipo en Colono"! ¡Y se atrevió a preguntar a los jueces, si eso era propio de un anciano demente! Fue absuelto por los mismos jueces, una vez recitada la tragedia.* **(Ciceró, De Sen, 12-13)**

3.2.3. Els plaers respecte la vellesa

El tercer dels arguments mencionats a *De Senectute* contra la vellesa feia referència a la falta de plaers que és típica d'aquesta. Els plaers a l'Edat Antiga i amb Plató com un dels principals crítics d'aquests eren vistos des de la filosofia com a corruptors de l'ànima, actituds que allunyaven de la virtut i del bé, conceptes que era necessari adoptar per tenir una bona vida. És degut a això que tant Ciceró com Sèneca rebutgen aquest argument en contra de la vellesa i el tornen a llençar cap a aquells que l'argüien com un argument a favor de la senectut.

> *Es gratisima la edad que ya declina, però aun no se desploma, y pienso que aquella que se mantiene aferrada a la ultima teja tiene tambien su encanto; o mejor dicho, esto mismo es lo que ocupa el lugar de los placeres: no tener necesidad de ninguno. !Que dulce resulta tenir agotadas las pasiones y dejadas a un lado!* **(Séneca, Epist, 12.5)**

Així doncs cal incidir en que provoquen en si mateixos aquests plaers en el cos i l'ànima, ja que dir que la corrompen o que ens allunyen del bé és quelcom abstracte. A l'època es tenia una concepció del plaer associada a la de la irracionalitat en que la pràctica del primer desviava

l'ànima de la claredat mental, impedia el pensament racional i ens allunyava de les virtuoses costums que hem vist abans com l'exercici o la temprança en el consum de begudes i aliments. Aquests plaers que critiquen, ja que després veurem alguns altres que són acceptats, com podem intuir estan molt relacionats amb les necessitats corporals, com la gana, la set, la són o la necessitat de sexe. I es que satisfent aquests plaers no és difícil i requereix de força de voluntat no caure en excessos que acabin provocant danys i és degut a això que eren vists com a irracionals i pejoratius. Hem refereixo a danys com engreixar o patir un mal de panxa després d'haver menjat massa o masses dolços, o el malestar que es pateix després de beure més alcohol del que la moderació recomana entre molts altres.

> *En efecto, donde domine el deseo y la lujuria, no hay lugar para la templanza. De ninguna manera la virtud puede permanecer firme y segura en el reino del deleite corporal.* **(Ciceró, De Sen, 19)**

I com exactament passa aquest argument d'anar en contra de la vellesa a treballar a favor d'aquesta? Si no som hedonistes ho entendrem fàcilment. Els nostres autors ja ens han descrit la vellesa com l'etapa de la vida on la saviesa, la experiència i la temprança floreixen més i són més valorades a la societat, si això és així, diuen, és gràcies a que amb l'arribada de la senectut els plaers es van apagant a mesura que el cos va perdent força i això deixa a l'ànima més espai per a la racionalitat i els valorats trets de la vellesa que he mencionat abans. Avui dia caldria incloure en aquests plaers nocius per a l'ànima aquells relacionats amb les xarxes socials i jo, dono gràcies a la vellesa per haver mantingut els meus essers estimats lluny d'aquests vicis.

> *¿Por qué cuento esto? Para que comprendáis que si no podemos rechazar la lujuria, ni con la razón, ni con la sabiduría, se ha de estar inmensamente agradecidos a la vejez que se encarga de que no gocemos de lo que no nos conviene. En efecto, el placer impide la reflexión, es enemigo de la razón, de la mente. Ofusca, por así decirlo, los ojos del alma, y no tiene ninguna relación con la virtud.* **(Ciceró, De Sen, 19)**

3.2.3.1. Els plaers corporals i els ancians

Ja hem parlat dels plaers corporals més clàssics, els que en excés són perjudicials per l'ànima. Tot i això vull incloure la postura que va expressar Ciceró a través de Cató referent a que els plaers, si són realitzats amb moderació poden resultar agradables i poc perjudicials, a l'hora que també n'hi ha altres plaers del cos que no només són agradables, o perjudiquin poc al cos si no que el beneficien i són virtuosos. I es que Ciceró no era dogmàtic contra el plaer, sinó que en els seu diàleg denota certa acceptació cap aquest, a més deixa entreveure la possibilitat de que aquests siguin naturals i per tant necessaris per viure una vida plena i feliç, sempre com ja hem dit, amb moderació.

> *De ningún modo se debe considerar que he declarado la guerra al placer, el cual, tal vez, sea una característica natural. A mí en verdad me agrada presidir el banquete, costumbre instituida por nuestros mayores. También me agrada el brindis, que, según los antepasados, lo pronuncia el "princeps" con la copa en la mano. (...) Estos placeres suelo disfrutarlos en mis posesiones de Sabina, conversando todo cuanto podemos, hasta altes horas de la noche y los completo cada día en reunión con mis vecinos.* **(Ciceró, De Sen, 21)**

A part dels plaers clàssics dels que ja hem parlat, a la cita anterior ens deixa interpretar quina orientació hem de donar a les festes, banquets i altres reunions socials, i es que aquests en comptes d'estar orientades a l'excés o al beure, s'han de dirigir cap a un plaer com el de la conversa que resulta molt més profitós amb el menjar i el beure raonablement satisfets. I respecte el més beneficiós dels plaers del cos, n'hi ha un que ja hem mencionat i que al contrari del que defensen els detractors de la vellesa, no és estrany a aquesta, si no que n'és ben propi, i són aquells relacionats amb la pagesia que si recordem les citacions corresponents proveïen de gran plaer a aquells que la practicaven. Finalment Sèneca defensava que gràcies a la vellesa i a un

manteniment moderat dels vicis i plaers l'ànima es manté jove i forta tot i que el cos ja hagi envellit.

> *Con todo, me congratulo conmigo en tu presencia: no siento en mi alma el rigor de los años, aunque lo sienta en el cuerpo. Solamente los vicios y los soportes de los vicios han envejecido en mi. El alma esta vigorosa y se alegra de no tener mucha comunicacion con el cuerpo.* **(Sèneca, Epist, 26.2, 207)**

3.2.3.2. Els plaers de l'ànima en la vellesa

Ja que hem acabat amb menció a la salut de l'ànima crec adient fer menció a aquells plaers que corresponen a l'ànima i que són descrits com a jeràrquicament superiors per autors des de l'antiga Grècia fins a passat l'Edicte de Milà. Els més reconeguts plaers cognitius dels que es té constància són el plaer d'estudi, que a part de plaent manté a la tercera edat activa un cop es retiren dels treballs físics, i el de la conversa. L'estudi pot venir en formes variades al igual que les arts i objectes als quals es dedica la recerca. Ja sigui a les matemàtiques, la medicina, l'art dramàtic, el dret o la pròpia filosofia tots ells proporcionen al vell un immens sentiment d'autorealització. *Pero, para la ancianidad nada hay más placentero que la vida intelectual, si se siente una chispa de aliciente por el estudio y las normas.* **(Ciceró, De Sen, 22).** Respecte la conversa, no trobo millor mostra de lo plaents i productives que puguin arribar a ser que el fet que les obres platòniques i la pròpia *De Senectute* siguin diàlegs. I es que al ser considerats els homes com a *Zoon Politikon* que podem gaudir més que allò que ens permet expressar la nostra naturalesa social.

> *Tengo que estar agradecido a la vejez que ha acrecentado en mí el interés por la conversación y ha dejado en segundo puesto el beber y el comer. Por lo tanto no comprendo por qué la vejez ha de ser insensible ante esos placeres, si esto también deleita a otros.* **(Ciceró, De Sen, 21)**

3.2.3.3. La vellesa de la virtut

Repassats ja tots els aspectes relatius a les costums i el caràcter que poden provocar una vellesa virtuosa i digne o per contrari desagradable i degradant, és important obtenir una visió sobre quin seria el resultat final que Sèneca i Ciceró ens han proposat, a nosaltres i a Lucili, si seguim totes les instruccions que ens han estat proveïdes. El resultat sempre que la salut acompanyi seria una vellesa activa, poc dependent, involucrada en els afers de la societat i autosuficient. Aquests beneficis però no són quelcom que es pugui obtenir d'un dia per l'altre i menys en períodes com la vellesa, on com ja hem vist abans representa un judici de la resta d'etapes de la vida. Queda llavors en evidència la necessitat de començar a practicar la virtut ja des de l'adolescència. *"Debido a los vicios esta misma falta de fuerzas se produce con más frecuencia en la juventud que en la vejez. La juventud es libidinosa y malcriada y suele llegar a la vejez con el cuerpo ya agotado."* **(Ciceró, De Sen, 15).** Si cal representar les conseqüències positives també cal fer-ho amb les que no ho són tant, però és important no adscriure aquestes característiques d'alguns vells a la vellesa. També trobem joves despreocupats, sense aparent sentit comú o incapaços de fer servir la memòria per recordar les seves responsabilitats. Són aquests els que posteriorment si no s'aplica cap correcció seguiran repetint aquestes actituds durant tota la vida fins a que el judici de la vellesa porti a la seva màxima expressió els vicis adoptats durant la joventut.

> *Cecilio llama "ancianos cómicos necios", a los que son crédulos, olvidadizos, apáticos, porque no son vicios propios de la vejez, sino de una vejez perezosa, indolente y amodorrada. La petulancia, la libido, que son más propias de los jóvenes que de los ancianos, no se dan en todos los jóvenes, sino en los réprobos, esa necedad senil, que suele llamarse chocheo, es propia de los ancianos frívolos, pero no de todos los ancianos.* **(Ciceró, De Sen, 17)**

Segons Ciceró i Sèneca, virtuts com la curiositat, la constància, la temprança, la amabilitat o la fortalesa apreses durant la joventut es veuen reflexades a la vellesa en la continuïtat a les

professions, la adquisició de noves habilitats i el mantenir la ment i cos raonablement saludables. Porta doncs a molts joves a viure una vellesa digne, inclús potser a viure una vellesa que, segons l'atzar, no els tocava. "*Con todo, la sobriedad, la moderacion de cuanto provoca el apetito y un escrupuloso cuidado de si mismo le condujeron hasta la vejez, a pesar de las numerosas causas que obraban en contra."* **(Sèneca, Epist, 58.30)**

3.2.4. La proximitat a la mort respecte la vellesa.

L'últim argument esmentat per Ciceró en contra la vellesa és la proximitat de la vellesa al fi de la vida respecte les demès edats, dit d'un altre manera, la proximitat a la mort. Durant els primers anys de la nostra existència, especialment durant aquells que més es desenvolupen el cos i la ment, tendim a adquirir certa estima per nosaltres mateixos. És per això que ja des de la joventut, però especialment durant l'edat adulta i la vellesa que és quan cos i ment ja declinen en capacitats que ens n'adonem de la nostra finitud, de la pèrdua de força física i de la claredat mental entre altres.

> *Morimos cada dia; cada dia, en efecto, se nos arrebata una parte de la vida y aun en su mismo periodo de crecimiento decrece la vida. Perdimos la infancia, luego la puericia, despues la adolescencia. Todo el tiempo que ha transcurrido hasta ayer, se nos fue; este mismo dia, en que vivimos, lo repartimos con la muerte.* **(Sèneca, Epist, 24.20)**

És degut a aquestes realitzacions que poden sorgir sentiments d'incertesa o d'angoixa cap a la mort i en conseqüència a l'envelliment, que és el procés que ens porta inevitablement a la fi dels nostres dies. Imaginem el pas del temps com una cinta transportadora a la qual estem lligats i tampoc tenim la possibilitat d'aturar o alentir, i que a mesura que avancem per ella varies màquines ens degraden poc a poc el cos i la ment. A més sabem que una d'aquestes màquines representarà la fi de la vida, però no sabem ben bé quina, ni quan arribarà. Tot i això tenim la certesa que quan més avancem més a prop som de la nostra fi i això pensat així és certament angoixant. Tant Ciceró com Sèneca aborden aquests sentiments i ens ensenyaran que aquesta que he exposat, no és la única manera d'enfrontar la realitat que suposa envellir.

> *≪Es penoso≫, objetas, ≪tener la muerte a la vista≫. En primer termino, ella debe estar en la consideracion tanto del viejo como del joven, pues no somos convocados a ella segun el censo; ademas, nadie hay tan anciano como para no aguardar razonablemente un dia mas.* **(Sèneca, Epist, 12.6, 138)**

3.2.4.1. Com superar la mort

És tasca de la filosofia superar la por a la mort i és tasca de cada un aplicar aquests coneixements en un mateix per a aquest fi. Ambdós romans fan referència a que aquest procés individual ha de començar ja a la joventut, quan comença a ser possible la aparició de la tanatofòbia. En primer lloc ens exhorten a no veure el pas per les etapes de la vida com una cinta transportadora, si no com a etapes separades i pròpies, cada una amb les seves inquietuds i proves que cal superar. Aquestes etapes juntament amb el pas entre elles és natural, per tant s'ha d'acceptar i no ser impacients davant el pas del temps, ja que aquest és un regal i s'ha d'estar content per el simple fet de tenir-lo **(Ciceró, 16).** En segon lloc presenten la reflexió en la mort com quelcom necessari per viure amb tranquil·litat i exhorten al jovent cap a l'estudi d'aquesta.

> *El miedo a la muerte puede existir para alguien en algun momento de su vida, pero por breve tiempo, (...). No obstante debe ser objeto de reflexión para la adolescencia, de tal manera que no nos olvidemos de la muerte, sin cuya reflexión nadie puede sentirse tranquilo de espíritu.* **(Ciceró, De Sen, 31)**

Aquesta pressió a la joventut ve donada per el seu desavantatge intrínsec en favor de la vellesa, i es que com argumenta Ciceró, el jove sent angoixa degut a que el final del seus dies li és incert, hi han moltíssims factors que poden entrar en joc des de que l'individu és jove fins que arriba a la senectut que li poden portar la mort, llavors sent angoixa perquè la majoria de la seva vida li és incerta. "*Es incierto el lugar en que te aguarda la muerte, por ello aguardala tu a ella en todo lugar."* **(Sèneca, Epsit, 26.7)**. Per això situen a la vellesa com a jeràrquicament superior a la joventut, ja que el vell d'altre banda no té res a témer **(Ciceró, De Sen, 30)**, ja que entre la situació en la que es troba i la mort poques coses poden alterar el camí natural cap a aquesta i l'únic del que s'ha de preocupar és de la imminència d'aquesta, situació per a la que ambdós autors no escatimaran en proveir-nos de més que suficients recursos per afrontar-la.

> *¡Desgraciado el anciano que no considere que la muerte debe de ser despreciada después de una vida tan larga! Si la mente está ausente, la muerte se ignora totalmente, si la muerte le conduce a una situación terminal debe ser incluso deseada. No puede hablarse de una tercera disyuntiva.* **(Ciceró, De Sen, 29)**

La citació anterior a part de servir-nos com a cloenda dels paràgrafs dedicats a la joventut ens introdueix alguns conceptes nous. El primer de tots és que la mort per senectut ha de ser menyspreada i de seguida se'ns explica el perquè. Ciceró defensa que les actituds amb les que enfrontem la mort són molt importants per a viure amb tranquil·litat, més importants i tot que la pròpia mort. La disposició que tenim cap aquesta ha de variar segons la forma en que ens trobem en l'última etapa de la vida, com ja hem vist, si la ment no compta amb salut, la mort s'ignora en la seva totalitat, si és el cos que està malalt i provoca patiment, inclús s'ha de desitjar i més important, si cap de les dos condicions anteriors es compleix, aquesta ha de ser menyspreada, menyspreada en quant a la importància que se li ha d'atribuir, crec que de res serviria insultar a Tanatos.

Queda doncs esbrinar com podem arribar a menysprear la mort per vellesa i quins beneficis esperen a aquells que ho aconsegueixin. En primer lloc ambdós filòsofs argumentaven que aquesta, la mort per senectut, a part de ser natural i per tant intrínsecament acceptable, és la millor de les morts respecte la resta de les possibles i fan varies comparacions, com la d'una fruita madura que es desprèn de l'arbre per si mateixa, per demostrar la placidesa i la dolçor que s'experimenta en aquesta respecte la violència i patiment que provenen de la mort violenta o per malaltia.

> *El fruto de la senectud, como he dicho anteriormente varias veces, es el recuerdo y acopio de los buenos provechos. (...) Me parece que la muerte de un joven es como sofocar la fuerza de una llama con un chorro de agua. La vejez por el contrario, consumido el fuego, se extingue sin violencia, sin que ellos hagan nada. (...) Como la violència quita la vida a los adolescentes, la madurez quita la vida a los ancianos. Una madurez que a mí me resulta agradable, de tal manera que yo llegaré a la muerte tranquilamente como si después de una larga navegación, al llegar al puerto volviera a ver la tierra.* **(Ciceró, De Sen, 30)**

Els beneficis que s'obtenen un cop s'aconsegueix estar serè davant la mort apliquen tant a la joventut com a la vellesa, naturalment beneficiant molt més a la primera, degut a la major quantitat de temps durant el qual es podran disfrutar aquests. El primer benefici i el més obvi és la desaparició de l'angoixa que anomenàvem al principi de la secció degut a l'establiment d'un diàleg on la mort ha quedat en segona posició respecte la vida. El segon benefici deriva en part del primer i és que al no témer a la mort podem assolir la felicitat inclús en situacions en que aquesta ens és propera. El tercer consisteix en, un cop hem acceptada la possibilitat de que aquesta ens esperi a qualsevol edat guanyem llibertat d'acció *"Creeme, Lucilio, tan poco hemos de temer la muerte que, gracias a ella, nada debemos temer."* **(Sèneca, Epist, 12.11, 199)**. Esdevenim membres més

lliures de la societat degut a que no ens espanta l'amenaça de la mort i podem defensar els nostres interèssos més fermament. Si més no, a la filosofia tenim un exemple majúscul amb Sòcrates, qui tenint la possibilitat, decidí no fugir de la condemna que li pesava per tal de defensar els seus ideals. *"Así, pues, voy a terminar; tú, en cambio, para no temer nunca a la muerte, piensa siempre en ella."* **(Sèneca, Epist, 30.18, 226)**

3.2.4.2. Fins a quin punt val la pena viure

Prèviament en una de les citacions anteriors hem llegit a Ciceró afirmant que hi ha certes situacions en que la mort ha de ser desitjada, es clar amb matisos. I és que un dels arguments a favor de la superació de la Tanatofòbia és que en segons quines situacions la mort és preferible a la vida. Ja a les antigues Grècia i Roma el suïcidi era comú en les obres tràgiques com la de Píram i Tisbe així com també era comú que el perdedor de pugnes polítiques o militars es treguessin la vida per evitar la deshonra o altres conseqüències, exemple que encarnen Cleòpatra i Marc Antoni. On vull arribar és a que el suïcidi era quelcom comú i desitjable davant de certes situacions i especialment Sèneca defensava que una d'aquestes situacions en que depenent de les condicions podria, i faig enfasi en la contingència de l'afirmació, ser legítim sortir voluntàriament de la vida era la vellesa. "*Porque es muy importante saber si es la vida o la muerte lo que uno prolonga."* **(Sèneca, Epist, 58.33, 336)**

Estudiem doncs en quines condicions defensa Sèneca que és legítim i desitjable provocar-se la pròpia mort i com ja hem fet en seccions anteriors, quines aplicacions té en comparació amb el present. Primer de tot l'autor fa un anàlisi de riscs i conclou que són rars aquells casos en que l'envelliment va portar a algú a la mort sense gaire patiment. Per tant proposa no deixar res a l'atzar i recomana, donat el cas, practicar-se l'eutanàsia quan encara es posseeixen les capacitats per realitzar-la i llança la qüestió sobre si és desitjable viure uns dies més i arriscar-se a perdre l'anomenada capacitat o prendre acció i assegurar-se contra un possible patiment en detriment de temps de vida. "*Segun esto, juzgas mucho mas cruel la renuncia a algunos dias de vida que la renuncia al derecho de acabar con ella?"* **(Sèneca, Epist, 58.34, 337)**. D'aquesta primera interpretació es conclou que el fet que el cos però també la ment no sigui capaç de desenvolupar les seves capacitats amb plenitud és motiu per considerar l'eutanàsia. Això és així degut a que el filòsof considera la dependència provocada per el deteriorament per pas del temps com indigne i indesitjable. Sèneca en contra del que pot estar semblant no defensa partir abans de l'arribada de la vellesa, com hem vist prèviament és un ferm defensor d'aquesta i com va demostrar amb la seva pròpia vida, no suïcidant-se per vell si no per condemna de Neró.

> *No rehuire con la muerte la enfermedad en tanto sea curable y no perjudicial para el alma. No me hare violència con las manos a causa del sufrimiento: morir asi supone ser vencido. No obstante, si me doy cuenta de que he de sufrir constantemente el dolor, partire, no por causa de el, sino porque me va a poner obstaculos para todo aquello que motiva la vida. Es debil e indolente quien a causa del sufrimiento decide su muerte, necio quien vive para sufrir.* **(Sèneca, Epist, 58.36, 337)**

En certa manera Sèneca defensava el suïcidi únicament i en cert marge previ de temps a que es patís d'incapacitat mental o física, així com en cas de que malaltia terminal o de gran patiment, en certa manera semblant a com està estipulat a la Llei Organica 3/2021 en que es regula l'eutanàsia a Espanya, concretament a l'article 5 apartat d) on menciona com a requisits per sol·licitar l'ajut ser conscient i cognitivament capaç a la vegada que "*Sufrir una enfermedad grave e incurable o un padecimiento grave, crónico e imposibilitante en los términos establecidos en esta Ley, certificada por el médico responsable.*" **(España, *Ley Orgánica 3/2021, de 24 de marzo, de regulación de la eutanasia*, art. 5.1.b (BOE núm. 72, 25 de març de 2021)).** Observem doncs de nou cert paral·lelisme entre antiguitat i modernitat respecte els valors clàssics dedicats a la vellesa, els quals semblen ressorgir després de més de mil anys reprimits, com a mínim en el cas de l'eutanàsia per la moral cristiana.

Tot i la proximitat entre l'eutanàsia auto practicada i el suïcidi Sèneca deixa molt clar els límits d'allò que és digne i acceptable d'allò que és covard i evitable. Ens alerta que el sentiment d'avorriment respecte la vida no és una raó de pes per abandonar-la, ni tampoc ho és el patiment autoimposat o malalties curables, tant físiques com mentals en els casos d'ansietat o depressió. *"El varon fuerte y sabio no debe huir de la vida, sino salir de ella; y ante todo evitese aquella pasion que se aduena de muchos: el deseo de morir."* **(Sèneca, Epist, 24.25, 203)**. Finalment l'autor, després de reflexionar sobre quina actitud s'ha de tenir cap a la mort, es disposa a esbrinar quina hem de tenir cap a la vida mateixa. En aquest cas reconeix l'existència d'un sentiment natural, d'amor a la vida, que existeix en igualtat de condicions que la por a la mort i per tant se l'ha de tractar d'igual manera que al primer.

> *Una sola es la cadena que nos mantiene sujetos: el amor a la vida; este sentimiento, aunque no lo debamos rechazar, hay que reducirlo de tal manera que, si alguna vez las circunstancias lo exigieren, nada nos detenga ni nos impida que estemos preparados a realizar al instante lo que algun dia es preciso que realicemos.* **(Sèneca, Epsit, 26.10, 210)**

4. El concepte de la vellesa a la modernitat, la posició transhumanista de Luc Ferry.

4.1. Un canvi de paradigma

Per introduir a Ferry i la seva concepció de la vellesa cal entendre que l'autor no respon a una sèrie d'arguments com fa Ciceró ni dona consells a Lucili. La vellesa moderna al contrari de la clàssica prové i encara navega a sobre d'una revolució mèdica sense precedents que ha permès, amb invencions com la penicil·lina o els tractaments contra el càncer, multiplicar per dos l'esperança de vida en poc més de 120 anys. A la vegada, la societat occidental també ha patit profundes transformacions socials, la rapidíssima successió d'innovacions tecnològiques dels últims anys, a la que la nostra tercera edat no s'ha pogut adaptar, ha depreciat en gran mesura el l'inavaluable experiència dels nostres avis que tant apreciada era a l'antiguitat, a la que poc acudim avui dia, deixant-la tercera edat pràcticament obsoleta i mancada de valor social. A més de factors com la jubilació, les pensions o els clubs de la tercera edat que han transformat per complet el concepte de vellesa i la relació que tenim amb aquesta. L'última revolució, la que ha produït el canviat totalment la manera amb la qual hem transformat la nostra relació amb la vellesa, ha estat la ideològica, la secularització de l'estat i l'educació i el subseqüent declivi de les religions orientades a la resurrecció o salvació de l'ànima. L'anomenat declivi de, per exemple, la religió catòlica crea un buit ideològic on els individus al veure's sense posseir cap recurs per fer front a les qüestions metafísiques més existencials busca noves respostes en velles escoles com la estoica, que sembla ressorgir amb força, i ocasionalment, i aquí és on entra Ferry, dona lloc al sorgiment de noves corrents de pensament que donin resposta a el que l'autor anomena angoixa metafísica.

4.1.1. Perquè la Angoixa Metafísica no és una malaltia

Comencem doncs per aquí, ja que és des d'aquest punt d'on parteix la idea de la vellesa de Ferry. El primer que tracta de realitzar l'autor és de recuperar de mans del psicoanàlisi la responsabilitat de tractar amb l'anomenada angoixa metafísica. Freud considera que qualsevol tipus d'angoixa prové de el desequilibri entre les diferents parts de l'ànima, el francès d'altre banda el contradiu assegurant que inclús un individu perfectament equilibrat seguirà patint davant la idea de la finitud o altres tipus de patiments com la defunció d'un familiar. Això, defensa l'autor, és degut a que aquest tipus d'angoixes no provenen de fonts internes, i per tant no són jurisdicció del psicoanàlisi, si no de la filosofia, com ja van mostrar Ciceró i Sèneca, tot i que Ferry proposarà una solució radicalment diferent a la dels dos romans.

> *No obstante, es en esta situación ideal donde se aprecia con claridad la diferencia entre la perspectiva analítica y lo que siempre ha preocupado a la filosofía: el hecho que nuestro individuo «casi curado» continuaría enfrentándose, como ustedes y como yo, ya no a conflictos internos, sino a problemas existenciales muy reales relacionados con la finitud humana, empezando por el hecho de saber que somos mortales.* **(Ferry, 2024, 19)**

Un cop adquirida la responsabilitat sobre la resposta a les preocupacions metafísiques cal veure quina ha estat la principal font de respostes al llarg de la història i quina és la raó per la qual ho ha deixat de ser.

4.1.2. El retorn a les savieses clàssiques

Des de la l'apogeu de les polis gregues fins a dia d'avui, el camp de l'espiritualitat ha estat dominat per una multitud de creences que de manera més o menys elaborada resolien la qüestió de la finitud humana satisfactòriament. Aquestes religions a mesura que passava el temps es van imposar les unes a les altres fins que a dia d'avui, aquelles que durant segles han amassat grans quantitats de població i encara perduren a dia d'avui, es poden comptar amb els dits. Tot i que la dominància sobre el terreny espiritual per part d'aquestes doctrines ha estat quasi total durant

bona part de la història, a dia d'avui, a Europa, es troben en crisi. Una bona mostra d'això, és que només queden 3 països amb religió oficial a la UE, a saber, Grècia, Dinamarca i Malta. I si la principal font històrica d'alleujament d'angoixa metafísica està desapareixent quelcom ha d'estar canviant respecte la nostra relació amb la mort.

> *Está claro que este declive de las estructuras tradicionales como de las religiones de salvación terrenal iba a cambiar nuestra relación con la muerte: cuando las grandes causas superiores al individuo se debilitan, es normal que nuestra existencia terrenal tienda a tomar un valor más importante que el que tenía en el pasado. Para la mayoría de nuestros ciudadanos, el cielo está ahora mismo vacío. Ya no hay cosmos, ni un gran propósito, ni una divinidad que pueda dar un sentido verosímil y reconfortante a la muerte de un ser querido.* **(Ferry, 2024, 26)**

Aquest buit de poder que està apareixent en el camp espiritual dona peu a la aparició de noves ideologies de salvació com el patriotisme o el comunisme, defensa l'autor, que prometen salvar de l'oblit als herois emmarcant-los en plaques commemoratives o noms de places. Però també, com ja hem dit, reapareixen propostes que davant la crisi venen a oferir velles solucions per aquest vell problema com l'estoïcisme, davant el qual Ferry sortirà al pas. Finalment, un altre conseqüència directe del declivi de les religions és l'augment de l'ateisme o l'agnosticisme que, com tractarem de seguida, dota a la vida *pre-mortem* del màxim valor possible.

> *(...) cada día son más numerosos los maestros de la felicidad que nos aseguran que debemos volver a las sabidurías del estoicismo, del espinosismo y del budismo si queremos llegar a entender que la vida feliz depende únicamente de nosotros, de un «estado de ser interior», siempre y cuando nos reconciliemos con la realidad tal y como es y la aceptemos sin importar las circunstancias.* **(Ferry, 2024, 49)**

De l'increment de valor que ha reforçat la vida terrenal es segueixen moltes polítiques i nous hàbits socials concentrats en disminuir el dolor en vida, així com experimentar l'existència de la manera més plaent possible com els viatges per turisme o l'auge dels negocis d'oci entre altres. Gràcies a això tendim a desenvolupar cert apreci cap a la vida i degut a aquest desig a viure Ferry es pregunta perquè hauríem de limitar-nos al temps i capacitats que ens dona la naturalesa, com defensaven Ciceró i Sèneca que havíem de fer. Però... és això possible? O és matèria de Hollywood i les pel·lícules de ciència ficció?

> *Entonces la vida terrenal aquí y ahora tiende a adquirir un valor absoluto. Y si tanto la deseamos, ¿Cómo no íbamos a querer prolongarla, ya sea para nosotros mismos o, incluso más, para aquellos a los que amamos y no soportamos ver morir, tanto más cuanto que ya no creemos poder reunirnos con ellos en un más allá lleno de luz?* **(Ferry, 2024, 30)**

4.1.3. És possible allargar més encara la vida

Davant la pregunta sobre si és possible allargar artificialment l'esperança de vida, Ferry ens respondria que si, a més, afegiria que, potser per a sorpresa d'alguns, que ho portem fent des de fa, com a mínim, dècades. L'autor ens torna a recordar que l'esperança de vida a França a principis del segle XX rondava els 40 anys i que en poc més d'un segle la hem duplicat, de nou gràcies a avenços en medicina i a canvis en costums socials. Ferry defensa que l'allargament de la vida a través de la bioenginyeria és només la continuació d'aquesta revolució mèdica que ja va començar fa més d'un segle.

> *Numerosos científicos, y no solamente en los círculos transhumanistas estadounidenses, afirman, poniendo como prueba diferentes hechos y teorías, que esta curva, salvo algún contratiempo, no se estabilizará ni se revertirá en las próximas décadas. Todo lo contrario. Se están realizando enormes progresos en el ámbito de la longevidad, progresos que la filosofía ya no puede ni debe ocultar a la realidad científica por ignorancia o arrogancia.* **(Ferry, 2024, 31)**

Aquesta revolució concretament prové del camp de la enginyeria genètica, on mitjançant eines com CRISPR s'han aconseguit, defensa l'autor, reparar diversos tipus de teixits en petits rosegadors senescents observant millores en la musculatura i altres aspectes afectats per el pas del temps. Ferry cita en la seva obra múltiples estudis de diferents experts en que s'afirma que si les investigacions segueixen avançant correctament, eventualment es podrien arribar a viure més de 150 anys. Naturalment la idea de l'autor és allargar la joventut, no la vellesa, ja que en aquest camp concorda amb Ciceró i Sèneca, que allargar la senectut té poc d'interessant.

> *Conviene decir, para que puedan hacerse una idea desde ahora mismo, que los avances más relevantes fueron realizados en 2007 por el equipo del profesor Yamanaka. De hecho, consiguió demostrar, contra todo pronóstico, que se podían reprogramar células adultas ya diferenciadas para transformarlas en células madre totipotentes capaces, por tanto, de reparar todo tipo de tejidos en los que se insertasen.* **(Ferry, 2024, 33)**

4.2. Crítica a les filosofies clàssiques

El desenvolupament de la filosofia de la longevitat de Ferry no pot ser coherent amb si mateixa, si no és amb una duríssima crítica contra les filosofies de la resignació. Aquestes filosofies consisteixen en acceptar la realitat, i en el cas de Ciceró i Sèneca d'aquella que ens dona la Naturalesa, i tractar d'aprofitar el màxim possible cada moment i característica d'aquesta realitat per poder ser el més feliços possible, i al cap i a la fi, viure una bona vida. I és aquest el primer punt que criticarà l'autor, és acceptable pensar que si seguim una filosofia que ens convidi a buscar la felicitat a la realitat tal com ens ve donada, caiguem en la resignació, és a dir en una espècie d'indiferència respecte al que passa al voltant nostre que ens converteixi en esclaus del nostre entorn. Acceptar la realitat tal com ve és renunciar a l'esperança i a altres sentiments propis dels humans que els resignistes tracten de suprimir.

> *Para emplear el vocabulario de Spinoza, lo que me parece «delirante» es la idea que podamos ser felices cuando una enfermedad, un accidente o un suicidio nos arrebata a uno de nuestros hijos, así como la idea de que podamos encontrar la felicidad en un campo de concentración como decía Lenoir, o en un «potro de tortura» como decían los estoicos.* **(Ferry, 2024, 51)**

Respecte els arguments a favor de la vellesa que especialment Ciceró va deixar a la nostra disposició i que ja hem vist, l'autor no tracta de negar-los, ja que en si mateixos són de gran valor quan l'individu ja es troba a la tercera edat. Tot i això els torna a acusar de resignistes i els acusa d'enaltir en excés la vellesa en front de la joventut per pal·liar els mals que porta la primera. Considera la joventut com l'etapa idònia de la vida on, gràcies a l'accés quasi global a l'educació i a la devaluació de la experiència dels nostres vells res ha d'envejar-li a la tercera edat. Això és degut a que compta amb la màxima capacitat del cos i la ment, pot disfrutar lliurement dels plaers de la joventut i no posseeix casi cap desavantatge respecte la vellesa.

> *Debo confesar que, cuando leo a Cicerón, no puedo evitar pensar en la fábula de La Fontaine La zorra y las uvas, pues, si no podemos apoderarnos de los objetos de deseo, considerémoslos indignos, como la zorra, que, incapaz de hacerse con las deliciosas uvas que codiciaba, declaró: «¡Ni me agradan, están tan verdes!»* **(Ferry, 2024, 57-58)**

Ferry considera que el moment històric per prendre acció contra la realitat que ens ve donada per naturalesa ha arribat, al cap i a la fi, si hem o estem a punt d'aconseguir les capacitats tècniques per transformar la nostra realitat cap a bé, perquè hauríem de mantenir-nos capcots i seguir resignant-nos? L'autor defensa que no tenim raons per romandre tal com estem, per molt feliços que puguem arribar a ser, i afirma que és un acte saviesa i d'alliberament el alçar-se en rebel·lió contra una Naturalesa divina que no és justa i no ens beneficia de cap manera.

> *Creo que la verdadera sabiduría reside a menudo en la valentía de negarse a aceptar la realidad en lugar de aceptarla sin más, en nuestra capacidad de rebelarnos para transformarla cuando es injusta o cruel en lugar de someternos a ella para sufrirla «sin rechistar»* **(Ferry, 2024, 51)**

4.2.1. Desdeïficació de la naturaleza

La argumentació de Ferry contra les filosofies clàssiques continua amb la desconstrucció de la Naturalesa com un tot racional. L'autor comença aquesta crítica afirmant que la societat occidental porta segles lluitant contra la naturalesa i que la Desdeïficació d'aquesta no és quelcom recent. El cristianisme predicava que s'havia d'ajudar als pobres o tenir compassió dels més dèbils o desafortunats, fet que va en contra de la selecció natural darwiniana.

> *Está claro que lo mejor que hemos inventado desde el nacimiento de nuestros estados de bienestar para proteger a los más débiles es radicalmente antinatural: ni los sistemas de pensiones, ni la asistencia sanitaria gratuita, ni la lucha contra la desigualdad, ni la protección de los discapacitados, ni siquiera los progresos de la democracia y la medicina moderna se adecúan a la selección natural.* **(Ferry, 2024, 198-199)**

Tot i això el principal esforç que farà Ferry contra la naturalesa vista com a sàvia i benintencionada, no serà en l'àmbit social, si no de nou en el genètic i evolutiu. Defensa que la evolució no és un pla dissenyat amb precisió mil·limètrica, si no que més bé un procés orientat a la supervivència de la vida a qualsevol cost, sense gaire pretensió de benestar cap als éssers humans ni cap organisme viu. Afirma a través d'una citació que els canvis evolutius semblen més improvisacions o solucions provisionals que el resultat de cap planificació que provoca patiment i dolor continus als organismes als que té a càrrec. "*La naturaleza no es sabia (ni insensata) y la evolución no se parece en modo alguno al trabajo de un Gran Arquitecto, más bien es el de un manitas bastante torpe, ciego y moralmente insensible.* (…)" **(Ferry, 2024, 59)**.

Tot i això no seria correcte descriure Ferry com un neoliberal antiecologista sense escrúpols que recerqui a tota costa, sense preocupar-se per les conseqüències socials i ambientals que pugui tenir, la modificació de la raça humana fins la perfecció absoluta. Trobo que la postura extremista que acabo de descriure no tindria gaire valor estudiar-la, el motiu per el que considero la postura de Ferry és degut a que tot i que el francès és coneixedor de com són els altres autors que tracten el Transhumanisme a les seves obres, s'hi adreça amb un humanisme poc comú entre aquests. Per això cal no confondre la crítica que l'autor fa a la concepció panteista de la Naturalesa amb un atac a la naturalesa com a tal. Si Luc Ferry precisament defensa l'allargament de la vida humana, en part és per poder apreciar i tenir cura de la totalitat de la bellesa natural de la que tenim la sort de comptar en aquest món. A més, seria totalment estúpid atacar la naturalesa ja que, com l'autor reconeix, nosaltres mateixos en formem part.

> *Hay tantas cosas ahí fuera por descubrir y amar que admito que me resulta difícil entender como el hecho de estar sujetos al orden de la naturaleza y, por tanto, limitados a un aspecto infinitesimal de la historia y de la realidad nos garantiza una vida mejor* **(Ferry, 2024, 42-43)**

4.2.2. Transhumanisme, no posthumanisme

La posició de Luc Ferry en l'entorn transhumanista és del tot curiosa, ja que critica durament les posicions maximalistes de superació de l'ésser humà com a espècie mitjançant la tecnologia, a les que anomena "posthumanistes", però a la vegada defensa l'ús de la tecnologia per a la millora de l'espècie humana però sense superar-la, és a dir, mantenint els trets característics d'aquesta, l'essència humana. Partint d'aquí l'autor fa un esforç notable en distingir-se del posthumanisme, els detractors del qual, defensa Ferry, sovint reaccionen durament contra aquest extrem.

> *En cuanto se menciona la palabra «transhumanismo», suele aplicarse de manera casi automática la ley de Godwin. Los bienintencionados, en la izquierda anticapitalista y en la derecha iliberal, gritan eugenesia, por no decir hitlerismo, al imaginar las implicaciones neoliberales o antirreligiosas y, por tanto, digámoslo así «diabolicas» del proyecto de alargar la duración de la vida humana.* **(Ferry, 2024, 189)**

Implicacions com aconseguir la immortalitat biològica, traspassar la consciència a un ordinador o crear copies digitalitzades de persones són algunes fantasies de les que Ferry intenta distanciar-se. Són innovacions que l'exministre francès de Joventut, Educació Nacional i Recerca simplement no considera plausibles ni tant sols desitjables, ja que s'allunyen massa de l'esser humà. Al contrari que l'objectiu que sí que considera plausible i desitjable, el qual situa en el centre del moviment transhumanista, el d'allargar la joventut.

> *En efecto, el movimiento transhumanista tiene un objetivo fundamental: no el de fabricar un superhombre «mejorado», sino sencillamente el de alargar la duración de la juventud para retrasar tanto como sea posible la muerte natural* **(Ferry, 2024, 194)**

4.3. El futur del concepte de vellesa?

Finalment i després de tant de contexts, crítiques i aclariments ens adrecem a l'elefant a l'habitació... Que té preparat Luc Ferry per la vellesa? I quin serà el futur d'aquesta? Si no ho hem pogut deduir ja, l'autor defensa que el concepte de vellesa tal com l'entenem avui desapareixerà per complet. Això és degut a que mitjançant els ja mencionats avenços en matèria de enginyeria genètica i biotecnologia s'aconseguirà allargar la duració de la vida humana pal·liant o inclús revertint els processos d'envelliment biològic per els que passa el cos. D'aquesta manera no es crearia una població de ancians súper longeus, si no que permetria que la població, a mesura que passés el temps, mantingués els trets típics de la joventut com les capacitats mentals i corporals o la salut durant més temps.

> *Des del punto de vista filosófico, se trataría de conciliar por fin juventud y vejez, de desmentir, como ya dije en la introducción, el famoso refrán: «Ni la juventud sabe lo que puede ni la vejez puede lo que sabe».* **(Ferry, 2024, 195)**

Tot i això, la prolongació de la duració de la joventut, amb les característiques típiques d'aquesta, el poder gaudir més dels nostres essers estimats o de les experiències del món, no són tots els arguments dels que disposa Ferry per exposar els beneficis de allargar la joventut i en conseqüència la vida humana. L'autor fa menció a ideals com la llibertat, la historicitat, la recerca de la perfectibilitat i la educació al llarg de la vida com a característiques intrínseques de l'esperit humà, defensa que la persecució d'aquests ideals es veu terriblement limitada per la vellesa en tant que degradació, eventual mort i pèrdua de coneixement que provoca, i per tant aquesta és concebuda com un obstacle, com un problema que cal curar, en tant que l'autor la considera com a malaltia, i sobrepassar.

> *Nos guste o no, sea agradable decirlo o no, la vejez se presenta desde esta perspectiva como una especie de obstáculo absurdo en el camino hacia la perfectibilidad, como un obstáculo sin sentido en una batalla perdida de antemano, puesto que, como bien sabemos, la vejez nos va quitando poco a poco lo que la vida nos dio cuando pasamos de la infancia a la edad adulta: la fuerza física, la salud e, seamos francos, esta inteligencia que llamamos «pura» (...)* **(Ferry, 2024, 43)**

Seguint la idea de les característiques intrínseques a la humanitat de les que ha fet menció Ferry en el paràgraf anterior, sumades a la superació de l'obstacle que, segons l'autor, suposa la vellesa es dedueix que, al no tenir ja cap limitació, les possibilitats de perseguir els mencionats ideals són infinites. I són infinites no només a nivell individual, això ens faria caure en les excentricitats i Ferry reconeix que crearia desigualtats, si no que també ho serien a nivell social. La concepció

que té Ferry de la perfectibilitat social de la humanitat és de caràcter educatiu i cultural, no biològica o genètica com defensen els posthumanistes. Per tant l'autor defensa que, degut a l'augment del temps de vida i de la proporcionalitat de la joventut en aquest més temps, es transmetria moltíssim més coneixement a les generacions venidores, la pèrdua de coneixement generacional, és a dir la cultura i els aprenentatges dels nostres avis o besavis, no es perdrien, sinó que es transmetrien permetent una revolució a nivell cultural o educatiu. *"Si ampliamos nuestros horizontes, podríamos, al fin, volvernos menos estúpidos, menos incultos, menos encerrados en nosotros mismos y, por que no, más sabios y amables."* **(Ferry, 2024, 42)**. I no parlem ja de cara a la conservació de patrimoni cultural, lingüístic o ecològic. Finalment, Luc Ferry proposa unificar els ideals humanistes del renaixement amb les idees de llibertat modernes i les de perfectibilitat que defensa l'autor per a desenvolupar un segon humanisme, que per l'autor tindrà més sentit encara si s'acaben aplicant els avenços abans esmentats.

> *Si añadimos a las ideas de libertad y perfectibilidad en las que se sustentaba el primer humanismo aquellas otras que surgen de lo que he denominado «segundo humanismo», una nueva visión del mundo asociada sobre todo al nacimiento de la familia moderna y al matrimonio por amor, comprenderemos que la problemática de la lucha contra el envejecimiento y la prolongación de la vida joven adquiere aun mas sentido. Porque no solo se trata de vivir lo suficiente para conseguir toda la educación y cultura posibles para uno mismo, sino que también de la apertura, de compartir con los demás y de transmitir a las generaciones futuras y a aquellos que amamos o podríamos amar.* **(Ferry, 2024, 44)**

5. Conclusió

Trobo adient dotar aquest treball amb una pinzellada de realisme. Per molt prometedors que siguin els avenços dels que fa menció Ferry, no són quelcom real encara, la senectut encara provoca patiment, malalties i angoixes. Tot i això, tampoc podem romandre inactius i pressuposar que seguirà sent així com la coneixem. La humanitat es troba immersa en una revolució tecnològica sense precedents, des de com fem la guerra a els mètodes de comunicació dels que disposem, tot ha canviat radicalment prenent com a punt de referència els primers anys del segle anterior. La vellesa tampoc és una excepció i es troba en una cruïlla on, a la vegada, segueix ancorada a vells vicis com l'alcohol i el tabac i assetjada per unes generacions joves que amenacen amb deixar-la social i tecnològicament obsoleta. Factors com l'alienació social i familiar en residencies de la tercera edat que, a la vegada estan accentuats per una devaluació del valor social de l'experiència, ens prescriuen a tots una vellesa poc digna i, en certa manera, condemnada a la irrellevància.

Per això concloc que cal recuperar per al present les ensenyances que Ciceró i Sèneca, i tants altres, afirmaven necessàries per una vellesa i vida digna. En quant a les professions, independentment de si són productives o no, són de gran benefici per la tercera edat ja que mantenen vives la curiositat, la recerca de coneixement i l'activitat física i mental dels nostres majors. Durant la vellesa, tant els negocis com altres professions com l'agricultura són imprescindibles, no només per pal·liar el declivi de cos i ment, si no també per mantenir el màxim possible la tercera edat involucrada a la vida social. I és en part degut a evitar l'alienació dels cercles familiars i laborals, així com una vida activa en la comunitat, que es pot combatre malalties com la demència o l'Alzheimer, a la vegada que s'obtenen beneficis així com la disminució de la dependència i la preservació de la dignitat.

Respecte la salut física, davant un estil de vida cada cop més sedentari, influenciat per les feines d'oficina i la falta d'esforç requerida per els nous mètodes de mobilitat personal, cal respondre, ja des de la joventut i sempre que sigui possible durant la vellesa, remarcant la importància de l'esport i l'exercitació del cos. Els beneficis de l'activitat física es veuen principalment en l'estat del cos amb l'envelliment, la millora de la coordinació i robustesa d'aquest, fet que evita caigudes i ajuda en la prevenció de lesions que tant nocives són per els nostres essers estimats. A la vegada que serveix, si més no per enaltir també en el procés, la claredat de pensament.

A l'àmbit dels plaers, tot i que cal evitar caure en doctrines excessivament ascètiques, certament hi ha certs plaers que convé evitar si es vol gaudir una vellesa sana i digne. Ja hem mencionat el tabac i l'alcohol, el consum dels quals des de fa segles que plaguen els nostres cossos d'addiccions i càncers a l'hora que acceleren el declivi físic i cognitiu a passos agegantats. D'altre banda sorgeixen nous plaers a les xarxes socials respecte els quals cal estar a l'aguait de possibles addiccions i severs afeccions a les capacitats cognitives. Tot i això de les noves tecnologies també sorgeixen altres serveis que fan més accessible l'accés a l'educació així com a videojocs, ja siguin clàssics com el solitari o més moderns, que poden ser claus en la cura de la ment.

De cara a l'aspecte espiritual, coincideixo amb Ferry amb que considero ja superades, com a mínim als països considerats occidentals, la religió cristiana i altres grans sistemes de consol. També coincideixo en que la vida terrenal, la única que existeix sota els meus ulls, ha d'adquirir una importància capital. No pretenc convèncer a ningú de quin és el millor mètode per superar la angoixa respecte la mort, la finitud humana o el pas del temps. Tot i que Ferry critiqui la solució estoica, reconec que per la situació actual, en la que els avenços promesos encara no s'han materialitzat, l'estoïcisme constitueix, com a mínim en principi, una molt bona base per desenvolupar una filosofia laica que doni resposta a les angoixes metafísiques.

En conclusió, la filosofia te molt que aportar a la vellesa i trobo que també la vellesa pot continuar fent grans aportacions a la filosofia. La tesi transhumanista de Luc Ferry, estiguem o no d'acord,

representa una de les possibilitats, sota el meu punt de vista, més realistes del que ens espera al futur i per tant és essencial estudiar-la i valorar les crítiques a les postures neoliberals i posthumanistes que realitza. A la vegada els valors de llibertat, historicitat i perfectibilitat que desitja el francès en els homes dota la seva tesis d'una humanitat, que ens recorda en certa part a les nostres postures en altres lluites socials. Això ens hauria de fer-nos replantejar si rebutgem la seva tesis perquè hi estem fonamentalment en contra, o perquè tenim por del futur.

Fi.

En primer lloc m'agradaria agrair la seva tasca en l'elaboració d'aquest document a la meva companya María per escoltar les meves deliberacions filosòfiques, així com per regalar-me el llibre de Luc Ferry, sense el qual res del que he escrit a les pàgines anteriors hauria existit mai. Al meu tutor Bernat per oferir-me l'oportunitat de fer el TFG conjuntament i per els consells i la experiència aportades en les reunions, sense les quals la estructura i el contingut d'aquesta tasca no serien tant excel·lents com espero que ho siguin ara. Als meus pares vull agrair l'animar-me a ser curiós, educat i el donar-me sempre un punt de vista neutre respecte els meus pensaments, que em fan tocar de peus a terra i em guien en la construcció d'un esperit crític. A la meva germana per ser un esperit independent que, tot i que a vegades em faci perdre la paciència, és un punt de recolzament al que sé que sempre puc tornar. Als meus professors de filosofia per instruir-me el millor que han sabut en cada una de les seves disciplines, per corregir-me i confiar en mi durant la meva estada a la universitat. I finalment vull agrair als meus avis, ser com són, ja que, conscient o inconscientment han exercit com a model per l'elaboració d'aquest treball, així com per al que entenc com viure una vellesa digne, virtuosa i feliç. Gràcies a tots.

Bibliografia i referències.

Ciceró, Marc Tul·li. *Sobre la vejez*. Traducció de Rosario Delicado Méndez. Madrid: Editorial Tal-Vez, 2005.

España. *Ley Orgánica 3/2021, de 24 de marzo, de regulación de la eutanasia*. BOE núm. 72, 25 de març de 2021.

Long, Anthony. *La filosofía helenística*. Madrid: Revista de Occidente, 1977.

Lombard, Jean. 2017. *La filosofia de l´envellir. Resistència i temporalitat en el pensament antic.* Traduit per Ramón Alcoberro. Edicions Enoanda.

Plató. *República*. Traducció de Conrado Eggers Lan. Madrid: Gredos, 1988.

Sèneca. *Epístolas morales a Lucilio*. Traducció d'Ismael Roca Melià. Madrid: Gredos, 1986.