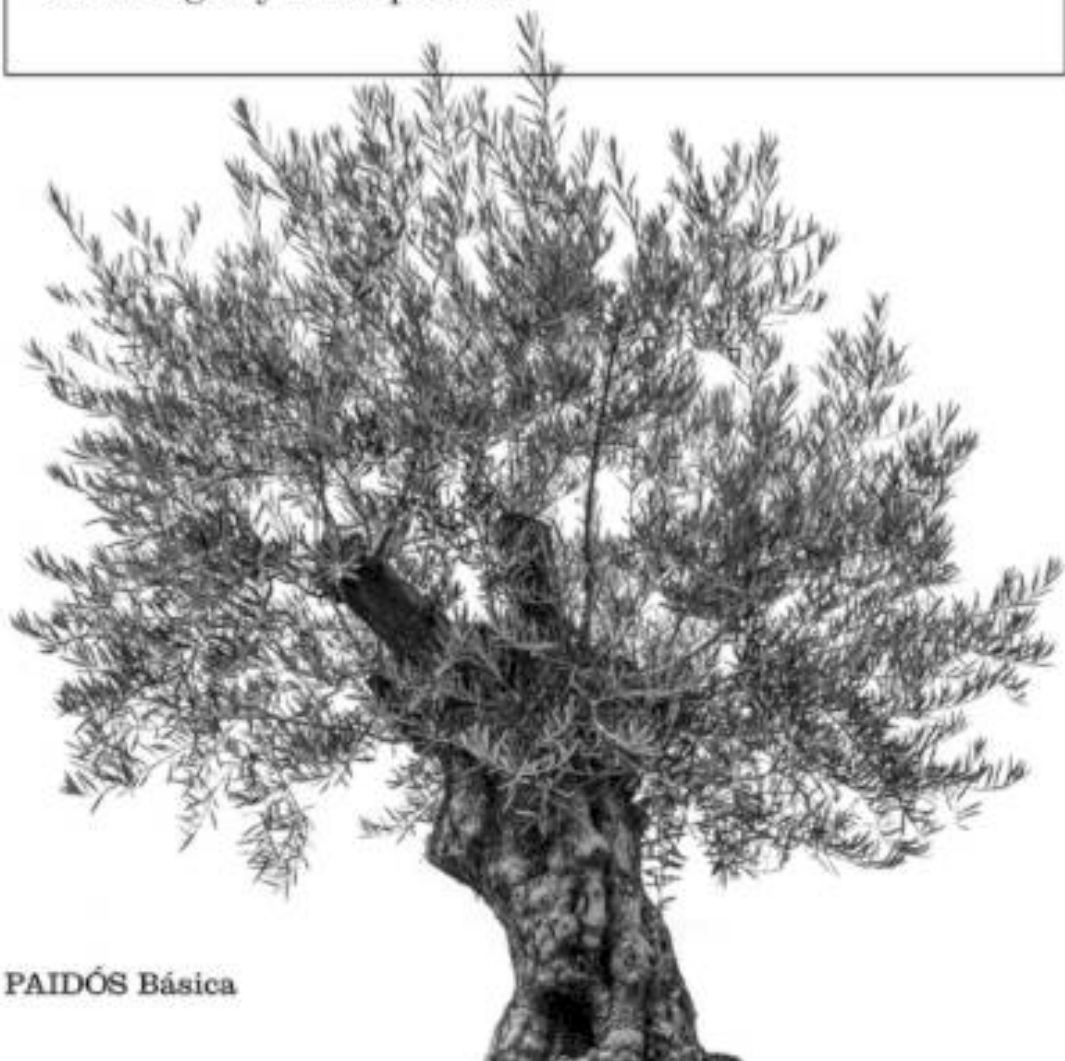


Martha C. Nussbaum  
Saul Levmore

## Envejecer con sentido

Conversaciones sobre el amor,  
las arrugas y otros pesares



# ÍNDICE

PORTADA

SINOPSIS

PORTADILLA

DEDICATORIA

INTRODUCCIÓN

Capítulo 1. APRENDIENDO DEL REY LEAR  
VEJEZ Y CONTROL EN EL REY LEAR, Y EL PELIGRO DE  
LA GENERALIZACIÓN  
DISTRIBUIR, DESHEREDAR Y PAGAR POR LA ASISTEN-  
CIA DESDE EL REY LEAR

Capítulo 2. POLÍTICA DE JUBILACIÓN  
¿DEBEMOS JUBILARNOS?  
NO HAY FINAL A LA VISTA

Capítulo 3. ENVEJECER CON AMIGOS  
DEL ENVEJECIMIENTO, DE LA AMISTAD

## ¿PARA QUÉ ESTÁN LOS AMIGOS?

### Capítulo 4. CUERPOS QUE ENVEJECEN

¿PUEDEN SER GLAMUROSAS LAS ARRUGAS?  
NUESTROS CUERPOS, NUESTRAS VIDAS

### Capítulo 5. MIRANDO ATRÁS

VIVIR EL REGRESO AL PASADO  
SIN REMORDIMIENTOS, Y UNA OVACIÓN A LAS CO-  
MUNIDADES DE JUBILADOS

### Capítulo 6. AMOR Y SEXO MÁS ALLÁ DE LA MEDIANA EDAD

MENTIRAS DE RICHARD STRAUSS, VERDADES DE  
SHAKESPEARE  
LAS AVENTURAS DE BEN FRANKLIN, IVANA TRUMP Y  
LOS AMANTES RECHAZADOS DE TODAS LAS EDA-  
DES

### Capítulo 7. DESIGUALDAD Y ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN

DESIGUALDAD Y ANCIANOS POBRES  
VEJEZ Y CAPACIDADES HUMANAS

### Capítulo 8. EL ACTO DE DAR

PARADOJAS DE LA DONACIÓN (SOLUCIONES IN-  
CLUIDAS)  
VEJEZ Y ALTRUISMO

AGRADECIMIENTOS

NOTAS

CRÉDITOS

Gracias por adquirir este eBook

Visita [Planetadelibros.com](https://planetadelibros.com) y descubre una nueva forma de disfrutar de la lectura

---

**¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!**

Primeros capítulos  
Fragmentos de próximas publicaciones  
Clubs de lectura con los autores  
Concursos, sorteos y promociones  
Participa en presentaciones de libros

---

Comparte tu opinión en la ficha del libro  
y en nuestras redes sociales:



Explora

Descubre

Comparte

## SINOPSIS

No todos envejecemos igual, pero podemos aprender de experiencias compartidas y diferentes puntos de vista. Este libro combina cuidadosamente el enfoque de una pensadora con el de un abogado-economista para abrir un espacio de reflexión sobre una de las etapas vitales que merece mayor atención. Un libro lleno de reflexiones agudas, interesantes, y a menudo llenas de humor, que muestran que la discusión sobre cómo envejecer puede resultar valiosa y que este periodo de la vida puede enfocarse también con entusiasmo y amistad.

Martha C. Nussbaum Saul Levmore

# Envejecer con sentido

Conversaciones sobre el amor, las arrugas y otros pesares

Traducción de Antonio Francisco Rodríguez Esteban



*Para Rachel, Nathaniel y Eliot*



## INTRODUCCIÓN

Este libro tiene que ver con vivir a conciencia, y desde luego no con morir, ya sea en estado de gracia o de otro modo. La vejez es experimentar, adquirir sabiduría, amar y perder, y estar más cómodos en la propia piel, por mucho que se torne ajada. La vejez es muchas otras cosas. Para muchas personas tendrá que ver con los remordimientos, la preocupación, la acumulación de objetos y la necesidad. También puede tener que ver con el voluntariado, la comprensión, la guía, el redescubrimiento, el perdón y, cada vez con más frecuencia, el olvido. Para los económicamente afortunados, tiene que ver con la jubilación y el legado y, a cambio, con el ahorro y el gasto en los años anteriores. Muchas de estas tendencias también conciernen a personas que no se consideran mayores. Sin embargo, estos jóvenes amigos, parientes y compañeros a menudo consideran a sus mayores como receptáculos de sabiduría, así como consejeros andantes. Esta búsqueda del bien, o quizá incluso

de la sabiduría, en las arrugas es al menos tan vieja como Cicerón, cuyo trabajo es tan relevante en nuestro mundo en cambio permanente como lo era hace dos mil años.

Si, a diferencia de otras especies, aprendemos, recordamos y comunicamos nuestros éxitos y errores, y así hemos ampliado las fronteras de la experiencia humana y mejorado la vida de generaciones sucesivas, quizá también podamos esperar progresar en el ámbito personal. Hemos avanzado en agricultura, elaboración de manufacturas y aviación. No está tan claro que lo hayamos logrado en cooperación, educación de los hijos y elección de líderes políticos, y tal vez esto se explica porque los problemas relativos a estos ámbitos constituyen objetivos en movimiento que no pueden conquistarse con el tiempo y a través del aumento del progreso científico. La vejez se sitúa entre los desafíos científicos e interpersonales. En promedio vivimos más tiempo y mejor que nuestros predecesores. Tenemos más opciones, y este libro se ocupa de esas opciones.

Si aceptamos que la vejez es una época de la vida, de ahí se deriva que es una realidad que todos tenemos en común. Cada cual envejece a su manera, pero podemos aprender de la experiencia ajena. Cuando la gente envejece, sus intereses, comportamientos y preferencias pueden variar, a veces de una forma que confirma la experiencia compartida. Al envejecer, ¿somos más o menos competitivos? ¿Espirituales? ¿Frugales? ¿Dependientes? ¿Envidiosos? ¿Tolerantes? ¿Generosos? Tal vez necesitemos amigos que nos ayuden a reconocer esos cambios y a pensar en su atractivo. Cuando un individuo aislado observa y contempla, es difícil discernir si uno se ha vuelto más ensimismado, más tolerante a las críticas, si siente más miedo a los demás, o es más inoportuno a la hora de pedir cosas a la familia. Por lo tanto, el autoconocimiento puede exigir una

buena dosis de amistad y de conversación, y en este libro esperamos dar ejemplo en este sentido.

Ofrecemos diferentes perspectivas de temas relacionados con la vejez, con el objetivo de continuar la conversación entre nosotros y con nuestros lectores. Algunos de nuestros capítulos han sido concebidos para contribuir a que las familias mantengan conversaciones significativas sobre cuestiones que tendrían que abordar antes de que intervengan la muerte o la invalidez. Alentamos a la reflexión y la comunicación de temas a menudo considerados íntimos o incómodos. Poca gente habla con extraños de los problemas que afrontan al legar la herencia a sus hijos, especialmente si las circunstancias económicas de estos hijos son desiguales, si han sido problemáticos o pertenecen a familias fracturadas. De modo similar, pocos abordan seriamente cuestiones filosóficas, como la naturaleza del anhelo de una influencia perpetua. Por último, la mayoría de las personas son muy conscientes de los cambios físicos que se producen al envejecer, y sin embargo se sienten incómodos al hablar de sus cuerpos. Esto quizá tenga algo que ver con la naturaleza del amor reavivado y las nuevas relaciones en parejas maduras. Abordaremos estas cuestiones en los capítulos correspondientes. Uno de los dos lo hará como filósofo y el otro como abogado y economista inclinado a pensar en términos de incentivos, pero compartimos la convicción de que la perspectiva académica sobre estos temas no deja de brindar sus frutos.

Otros temas son fáciles de abordar, y en estos casos procuramos ofrecer una perspectiva amplia, filosófica y política. Hablamos del habitual problema de pretender controlar las cosas que escapan por completo a nuestro control, como las otras personas. Concebimos la vejez como una época de la vida, como la infancia, la juventud y la mediana edad. Tiene sus propios misterios, y estos exigen re-

flexión. Tiene placeres y alegrías únicas, y también dolores. Sin embargo, quizá porque la gente es reacia a considerar la vejez como una oportunidad, pocos trabajos reflexivos abordan los misterios propios de esta etapa de la vida. Nuestro objetivo es investigar algunas de las cuestiones complejas y fascinantes que surgen en esta etapa vital; estas cuestiones tienen más que ver con la vida que con la muerte.

La forma de nuestro libro se inspira en *De senectute* (*Del envejecimiento*), de Cicerón. Escrito en el 45 a. C., la obra se presenta como una conversación con Ático, el mejor amigo de Cicerón, a quien dirige miles de cartas que han llegado a nuestros días. Los dos pasaban de los sesenta, y Cicerón, al dedicar la obra a Ático en un prefacio, dice que aunque aún no son viejos (los romanos eran muy robustos), deberían pensar en lo que la vida les reserva. La obra se propone como una distracción, dice Cicerón, porque ambos están ocupados por la política y los asuntos familiares.

Cicerón inventa un pequeño diálogo en el que un hombre muy anciano, Catón, de ochenta y tres años de edad en la época del diálogo, saludable, activo, aún un líder político, célebre anfitrión y amigo, y un apasionado granjero, conversa con dos hombres de treinta años que le piden información sobre esa etapa de la vida. Como han oído todo tipo de declaraciones negativas sobre la vejez, quieren saber cómo replicaría él a algunas de las acusaciones habitualmente formuladas contra esa fase vital: que le falta creatividad, que el cuerpo es inútil, que no hay placer, que la muerte es una presencia constante y aterradora. Aunque jóvenes, afirman, son conscientes de que se dirigen a donde Catón se encuentra —si tienen la suerte de llegar hasta allí— y le preguntan por su conocimiento de ese destino común. Catón acepta alegremente, porque uno de los ma-

yores placeres de la vejez, asegura, es la conversación con personas más jóvenes. A través de su *Catón*, Cicerón tiene su mirada puesta en un público más amplio: una conversación sobre muchos temas con lectores de diferentes edades y, como así ha ocurrido, en diversas épocas y lugares.

Nuestro libro, como el de Cicerón, ha sido impulsado por una serie de conversaciones entre amigos que han superado los sesenta años acerca de una parte del ciclo vital que están empezando a conocer. También hemos descubierto que hablar de la vejez es agradable y útil, y que el tema se abre a la reflexión filosófica, jurídica y económica. Presentamos parejas de artículos sobre diferentes aspectos de esta etapa, demostrando cómo el análisis y la discusión pueden resultar instructivos y brindarnos conocimiento. Tenemos la suerte de disponer de una correspondencia doble, con planteamientos disciplinares y personalidades diversas. Cada capítulo consta de dos artículos; o bien uno replica al otro u ofrece un enfoque diferente sobre un aspecto específico. Como Cicerón, nuestra intención es involucrar a lectores de varias edades en una conversación plural.

Nuestros artículos de apertura tienen su motivación en el acto I de *El rey Lear*, de Shakespeare, en el que el viejo rey adopta una serie de malas decisiones en cuanto al retiro, la herencia y las relaciones con la familia. Es una obra que ninguna discusión sobre la vejez puede eludir fácilmente. Algunos montajes recientes tienden a subrayar el tema de la vejez, y en reacción a uno de esos montajes Martha argumenta que es un error considerar la obra como un comentario sobre la demencia o cualquier otro aspecto universal, y negador de la individualidad, de la vejez. Por el contrario, se trata de la vejez de un tipo muy particular de

persona, acostumbrada a dominar y a disfrutar del control. La vejez desorienta fácilmente a estos individuos, a menos que la hayan planificado con antelación y se hayan sometido a un ejercicio de introspección. En el artículo que lo acompaña, Saul aborda el tema del control y explora el modo en que la gente usa su vejez para dominar a los demás, para alentar o medir el amor y los cuidados, con la promesa de distribuir su propiedad.

El capítulo 2 se centra en el aspecto más mundano de la jubilación. Estados Unidos roza la excepcionalidad al convertir la jubilación obligatoria y la discriminación por edad en algo ilegal. Saul defiende el retorno a la libertad de contrato al elaborar argumentos contrarios al punto de vista estadounidense dominante. El debate nos lleva a través de la historia de los planes de pensiones y la historia de la caída, y ahora el aumento, de la edad media de jubilación. El artículo explica por qué es probable que las fuerzas políticas eviten cambios deseables, tal vez con la excepción de una carga impositiva extra a los trabajadores pudientes y de más edad. Martha tiene grandes dudas al respecto. Ella defiende que el sistema actual ofrece una mayor dignidad a las personas mayores. También logra que tanto los más jóvenes como los mayores esperen una mayor productividad y compromiso de la gente a medida que envejecen, y estos hábitos y expectativas tienen un efecto positivo en el bienestar mental de los ancianos y en las relaciones intergeneracionales.

Hemos dicho que nuestro modelo literario es Cicerón, y en el capítulo 3 volvemos a sus dos ensayos, *Del envejecimiento* y *De la amistad*. A Martha le parecen perspicaces en el tratamiento de ambas cuestiones, así como en su intersección, pero descubre una hondura mayor en las cartas que Cicerón intercambia con su mejor amigo, Ático, porque contienen la textura diaria de una amistad verdadera.

Como respuesta, Saul se centra en la importancia que Cicerón atribuye a la amistad como impulso que contribuye a mejorar la vida a diferentes edades, y ofrece su propia evaluación de algunas de las difíciles preguntas que se plantean. ¿Cuándo un amigo debería hacer algo éticamente dudoso o personalmente arriesgado en nombre de la amistad? ¿Y cuándo alguien debe decirle a un amigo que ha llegado la hora de retirarse de la vida profesional activa?

El cuerpo que envejece es estigmatizado, y es frecuente que las propias personas de más edad se avergüencen de él. Una vez, observa Martha en el capítulo 4, la generación del *baby boom* se alzó valientemente contra el asco y la vergüenza hacia el cuerpo. El manual clásico *Nuestros cuerpos, nuestras vidas*\* urgió a las mujeres a no esconderse de sus cuerpos, sino a conocerlos sin avergonzarse e incluso, tal vez, amarlos. ¿Adónde ha ido a parar ese audaz desafío a las convenciones? ¿Y no tiene sentido perseguir el mismo proyecto radical contra la vergüenza una vez más, en un contexto diferente? Saul está de acuerdo, por una vez, y sugiere que las arrugas y la calvicie pueden incluso resultar glamurosas. Explora la cirugía estética, la popularidad de diversos procedimientos antienvjecimiento y la probabilidad de que la tasa de intervenciones quirúrgicas dependa de las comunidades en las que vivimos mientras envejecemos.

La vejez es, de forma natural, una etapa retrospectiva, una época en la que examinamos y reevaluamos la vida pasada para nuestros propios propósitos y porque los más jóvenes creen que tenemos alguna sabiduría que ofrecer. A veces, esta mirada al pasado trae consigo remordimientos. En el capítulo 5, Martha aborda el tema de las emociones ancladas en el pasado, y la relación entre el remordimiento y sus parientes, el dolor y la ira. En general, estas emociones parecen fútiles, ya que no podemos cambiar el pasado.