Edición de
José Ramón Ayllón
y María Muñoz

555 JOYAS DE LA SABIDURÍA

La felicidad según los clásicos

mr

Índice

PORTADA
DEDICATORIA
PRIMERA PARTE. EL SECRETO DE LOS CLÁSICOS
1. ESTE LIBRO
2. ¿QUIÉNES SON LOS CLÁSICOS?
3. ¿QUÉ NOS APORTAN LOS CLÁSICOS?
4. ¿QUÉ LIBROS HAN ESCRITO LOS CLÁSICOS?
5. ¿A QUÉ LECTORES SE DIRIGEN LOS CLÁSICOS?
6. ¿POR QUÉ CONFUCIO?
7. ¿POR QUÉ ARISTÓTELES?
8. ¿POR QUÉ SÉNECA?
9. ¿POR QUÉ MARCO AURELIO?
SEGUNDA PARTE. 555 JOYAS DE LA SABIDURÍA
EL ARTE DE VIVIR
LA AMISTAD
PENSAR EN LOS DEMÁS
CLAVES DE LA CONDUCTA
EL ESFUERZO NECESARIO
PROTAGONISMO DEL PLACER
LA LIBERTAD
EL EQUILIBRIO INTERIOR
LA SABIDURÍA
LA EXCELENCIA
IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN
LOS AUTORES
CRÉDITOS

A Paulina y Miguel,
almas blancas

PRIMERA PARTE

El secreto de los clásicos

Si la lectura es oxígeno para la inteligencia, lo mejor que podemos hacer –en tiempos de crisis y en toda circunstancia– es descansar a la sombra de los mejores libros, buscar la amistad de sus autores, zambullirnos en su sabiduría generosa. Así de refrescante es la tesis de este libro, desarrollada en sus primeras páginas. Después, como demostración práctica, textos escogidos de Confucio, Aristóteles, Séneca y Marco Aurelio: cuatro grandes entre los grandes, que nos permiten crecer –como todos los clásicos– subiéndonos a hombros de gigantes.

1. ESTE LIBRO

Este libro trata sobre el difícil arte de vivir. En sus páginas, Confucio, Aristóteles, Séneca y Marco Aurelio abordan ese reto permanente en sus aspectos esenciales:

- El sentido de la vida y de la muerte.
- La elección del bien.
- El equilibrio personal.
- Las claves de la felicidad.

Todos ellos coinciden en identificar la plenitud humana con cualidades que realizan perfectamente los cuatro modos generales de nuestro obrar:

- La determinación práctica del bien (prudencia).
- Su realización en sociedad (justicia y benevolencia).
- La firmeza para defenderlo o conquistarlo (fortaleza).
- La moderación para no confundirlo con el placer (templanza).

Confucio y Aristóteles comparten el honor de ser los sabios que más han configurado sus respectivas culturas: la oriental y la occidental. Séneca y Marco Aurelio, romanos ilustres, son representantes cualificados de la tradición ética grecolatina, siempre viva.

A partir de las mejores traducciones al castellano, esta edición constituye una atractiva versión adaptada, al alcance de cualquier lector.

2. ¿QUIÉNES SON LOS CLÁSICOS?

Con frecuencia elegimos mal, muy mal. Hemos sido capaces de inventar la música de cámara y la cámara de gas. Tenemos claro, por tanto, que estamos obligados a elegir, pero no estamos seguros de acertar. De ahí que sea necesaria una brújula para orientarnos en el confuso y agitado mar de la vida, una sabiduría que nos enseñe a superar la ley de la selva, a no ser lobo para el hombre, a hacer el bien y evitar el mal, a sostener un esfuerzo inteligente al servicio del equilibrio personal y social. En este preciso sentido, clásicos son quienes más y mejor han entendido y transmitido esa decisiva sabiduría moral.

Estamos pensando, por supuesto, en Homero y Shakespeare, en Virgilio y Dante, en Cervantes y Borges, en Quevedo, Séneca, Goethe, Confucio, san Agustín, Pascal… Estamos pensando en esas referencias imprescindibles a la hora de responder a nuestras últimas preguntas: qué está bien y qué está mal, quiénes somos, qué hacemos aquí, cómo hemos de vivir, qué podemos esperar…

Un escritor clásico es, en primer lugar, un virtuoso de la técnica: un artista que maneja las palabras como Zidane manejó el balón de fútbol, o Michael Jordan el de baloncesto, o Sampras la raqueta, o Cyrano la espada. Pero el estilo no es suficiente, porque se puede ser brillante y superficial, tener tanta técnica como verborrea, ser un consumado charlatán. Para ser clásico no basta el dominio perfecto del lenguaje, pues la misión de la palabra –muy por encima de la brillantez, del colorido, del mero sonar bien– es comunicar, transmitir, desentrañar la realidad.

Platón nos dice que vivimos entre sombras, en una caverna donde reina la penumbra, y que vivir de forma inteligente significa abrir bien los ojos para captar lo que nos rodea, para entender nuestra misión en la caverna e interpretar con solvencia nuestro papel. Algo muy similar leemos en *La vida es sueño* y en *El gran teatro del mundo*. Clásico, por tanto, es quien pone el dominio del lenguaje –como Calderón de la Barca o Platón– al servicio de una interpretación inteligente y profunda de la condición humana. Si todo

escritor debe iluminar la caverna en la que vivimos, clásico es el escritor que más luz emite, el que logra ayudarnos a entender cuestiones tan importantes y misteriosas como el amor, el sufrimiento, la libertad, la muerte y lo único más importante que la vida: el sentido de la vida.

Buceamos en el sentido y sinsentido de la vida, por ejemplo, leyendo a Shakespeare y escuchando al rey Lear. Cuando es encarcelado con Cordelia, el viejo monarca anima a su hija con razones que resumen de forma perfecta el estoicismo, esa filosofía que tiene la penúltima palabra sobre el significado de la existencia en el mundo antiguo.

> ¡A la prisión, ven, vamos! Allí nos pondremos a cantar como pájaros enjaulados. Sí, viviremos cantando. Y también rezaremos. Y contaremos viejos cuentos. Y nos reiremos de las mariposas de colores. Oiremos a los infelices referir las novedades de la corte, y comentaremos con ellos quién pierde y quién gana, quién asciende o quién cae. Y poseeremos el misterio de las cosas, como si fuésemos espías de los dioses. Y sobreviviremos, entre los muros de nuestra prisión, a las sectas y a los poderosos, que a merced de la luna surgen y sucumben.

3. ¿QUÉ NOS APORTAN LOS CLÁSICOS?

Cuando Sócrates adoptó como lema de su filosofar la leyenda grabada en el frontón del templo de Delfos –«Conócete a ti mismo»–, nacieron la antropología y la psicología filosóficas. Pero esa indagación no es exclusiva de los filósofos. En realidad, corresponde a cada ser humano, en la medida en que quiera humanizarse. A nadie se le oculta que el conocimiento más difícil es el de uno mismo, pues supone abrirse paso e intentar ver claro entre «los mil naturales conflictos que constituyen la herencia de la carne». En nuestra ayuda, por fortuna, vienen los clásicos, que lo son por su excelente vista y su testimonio escrito. Stefan Zweig lo expresa de forma insuperable:

> Leo a Montaigne y tengo la impresión de que, en sus páginas, está mejor pensado y expresado, con más claridad y nitidez, lo que constituye la preocupación más profunda de mi alma. Hay en esas páginas un «tú» en el que se refleja mi «yo». No tengo delante un libro, una literatura, una filosofía, sino a un hombre del que soy hermano: un hombre que me aconseja, que me consuela y traba amistad conmigo. El papel impreso desaparece en la penumbra de la habitación, porque un extraño ha entrado en mi casa. Pero ya no es un extraño, sino alguien a quien siento como amigo. Cuatrocientos años se han disipado como el humo.

Ernst Gombrich ha escrito que «la vida es a menudo triste, y es una crueldad bárbara privar a nuestros jóvenes de la energía y de la inspiración que pueden encontrar, durante toda su vida, en el contacto vivificante con las obras maestras del arte, de la literatura, de la filosofía y de la música». A esa «crueldad bárbara» se refiere el rector Alejandro Llano cuando advierte que, en la informática y los idiomas, se agota con frecuencia el horizonte cultural de jóvenes inteligentes, que pronto tomarán el relevo en la dirección de la sociedad española. Y lamenta que el producto de esa educación serán personas de las que se podrá decir, con Unamuno, que no están educadas pero «saben decir tonterías en cinco idiomas».

Los clásicos contribuyen a esclarecer el laberinto de un mundo con sobredosis de información y de mensajes contradictorios, donde a menudo «lo bello es feo y lo feo es bello», como cantaban las brujas que engañaron a Macbeth. Con frecuencia –afirmaba Tagore– leemos el mundo al revés y luego nos extrañamos de no entender nada. Incluso está de moda interpretar el mundo en clave equivocada: en la clave amoral del «todo

vale»; en el hedonismo que identifica el bien con el placer; en el simplismo subjetivo de «la verdad es lo que yo pienso»; en la comodidad del ateísmo práctico; en el nihilismo del «nada vale la pena».

Por suerte, los clásicos nos ayudan a rectificar esos puntos de vista. Frente a la manga ancha del «todo vale», nos enseñan que hay conductas dignas e indignas, lógicas y patológicas. Frente a la arbitrariedad subjetiva, les basta con mostrar el peso de la realidad, tan patente en don Quijote o en Raskolnikov. Frente al ateísmo, reconocen que Dios no habla, pero sospechan que todo nos habla de Él.

Para andar por la vida necesitamos saber dos cosas: qué es la vida y quiénes somos nosotros. Pero esa sabiduría se nos escapa a menudo, pues el ser humano es mucho más grande por dentro que por fuera, mucho más complicado que la maquinaria más compleja. Pascal nos dice que apenas sabemos lo que es un cuerpo; menos aún lo que es un espíritu; y no tenemos ni idea de cómo un cuerpo puede estar unido a un espíritu, aunque eso somos cada uno de nosotros. De ahí nuestro respeto a los grandes libros, en consonancia con nuestro afán por conocernos a nosotros mismos. Por eso entendemos a Maquiavelo cuando escribe aquella espléndida carta a Vetturi, donde se pinta a sí mismo en el trance de la lectura. «Venuta la sera, mi ritorno in casa, et entro nel mio scrittorio...»

> Cuando cae la tarde, regreso a casa y entro en mi escritorio. Pero antes me quito el vestido diario y me pongo el traje con que he visitado a los reyes y a la curia. Con esa elegancia entro en la corte de los hombres antiguos y soy recibido por ellos con afecto. Allí me alimento de aquella comida que es solo para mí, pues yo para ella nací. Y no me avergüenzo en hablar con ellos: les pregunto la razón de sus acciones y ellos, por su humanidad, me responden. Y durante cuatro horas no siento tedio, olvido todo afán, no temo a la pobreza, no me aterra la muerte: todo yo me convierto en ellos.

La inagotable aportación de los clásicos la resume Francisco de Quevedo en los primeros versos de un soneto célebre. Ocho endecasílabos le bastan para reconocer una gran deuda y condensar la intensa relación intelectual y emocional que le une a grandes escritores del pasado:

> Retirado en la paz de estos desiertos,
> con pocos, pero doctos, libros juntos,
> vivo en conversación con los difuntos,
> y escucho con mis ojos a los muertos.
>
> Si no siempre entendidos, siempre abiertos,
> o enmiendan, o fecundan mis asuntos;
> y en músicos callados contrapuntos

al sueño de la vida hablan despiertos.

4. ¿QUÉ LIBROS HAN ESCRITO LOS CLÁSICOS?

Los coeditores de este libro somos profesores de Literatura y Filosofía. Si tuviéramos que recomendar diez clásicos para todo tipo de lectores, propondríamos –entre muchas posibles– una selección que creemos cumple un triple efecto benéfico: clarificar las ideas, fortalecer los motivos y educar la sensibilidad.

1. Homero: *Odisea*
2. Platón: *Apología de Sócrates*
3. Marco Aurelio: *Meditaciones*
4. San Agustín: *Confesiones*
5. Shakespeare: *Macbeth*
6. Dostoievski: *Crimen y castigo*
7. Orwell: *Rebelión en la granja*
8. Golding: *El Señor de las Moscas*
9. Viktor Frankl: *El hombre en busca de sentido*
10. Cervantes: *Don Quijote de la Mancha*

Proponemos la *Odisea* porque es un canto a la amistad, al valor, a la hospitalidad, a la prudencia, a la fidelidad a los dioses y a los hombres. Homero, padre de la cultura occidental, nos seduce con ese canto épico porque retrata la excelencia humana en sus múltiples facetas.

En la *Apología de Sócrates* recibimos la herencia heroica de un hombre condenado injustamente a muerte, que respetará las leyes y permanecerá fiel a su conciencia hasta el final. Se ha dicho que Europa nace en la cárcel donde Sócrates apura su copa de cicuta.

Las *Meditaciones* son un conjunto de pensamientos sobre la condición humana y el sentido de la vida desde la posición estoica de Marco Aurelio, el emperador filósofo. El libro es breve y tan interesante como ameno.

En las *Confesiones* conocemos la primera mitad de la vida de Agustín de Hipona. Son años de lucha dramática entre el deseo de placer y el ansia de una verdad definitiva. El relato de esta zozobra interior –que une a la finura psicológica una sugestiva calidad literaria– da origen a la autobiografía más leída de la Historia.

La llamada estridente de la ambición quiso imponerse en la vida de Macbeth. Y reinó la violencia. Hasta que el remordimiento se alzó y se convirtió en potro de tortura insoportable. Macbeth empezó a desear no haber nacido, y que la máquina del Universo estallara para siempre en mil pedazos. Como en muchas de sus tragedias, Shakespeare ha conseguido esculpir con matices insuperables la interioridad humana y su dimensión necesariamente moral.

En *Crimen y castigo* conocemos a Rodian Raskolnikov, un joven estudiante de Derecho, obsesionado por demostrarse a sí mismo que pertenece a una clase de hombres superiores: los que están por encima del bien y del mal. Para ello, el nietzscheano Raskolnikov escoge una prueba que le parece definitiva: cometer fríamente un asesinato y conceder a esa acción la misma relevancia que se otorga a un estornudo o a un paseo. En realidad, no quiere destruir un ser humano sino un principio: la conciencia moral.

Para implantar la justicia, los cerdos de la Granja Animal diseñan un Estado policíaco en el que «todo lo que no es obligatorio está prohibido». En la nueva sociedad los animales son iguales, «pero algunos son más iguales que otros». La fábula de Orwell simboliza la historia del comunismo, desde sus orígenes, quizá idealistas, hasta la implantación de «la mayor empresa carcelaria de la humanidad».

Un avión cae sobre una isla desierta, que resulta poblada desde ese momento por los supervivientes: una treintena de niños de seis a doce años. Parece la repetición de un argumento tópico, pero, cuando William Golding lo adopta en *El Señor de las Moscas*, escribe una obra maestra, con una reflexión implícita y constante sobre las deficiencias y posibilidades de la condición humana: el nacimiento de la sociedad en equilibrio inestable entre la solidaridad y el egoísmo, el sentido de la vida, la felicidad, las raíces de la violencia, el más allá, la irracionalidad…

El hombre en busca de sentido es el relato más leído –y probablemente el más enriquecedor– de un judío que sobrevive al Holocausto. Entre sus recuerdos del campo de exterminio nazi, Viktor Frankl destaca a los «hombres que iban de barracón en barracón consolando a los demás, dándoles el último trozo de pan que les quedaba. Puede que fueran pocos, pero ofrecían pruebas suficientes de que al hombre se le puede arrebatar todo salvo la última libertad: la elección de su propio camino».

La mejor novela del mundo es tal vez el más largo y sabroso diálogo del mundo: las razones y sinrazones que intercambian un pobre loco y un amigo que le estima y le sirve. Sin Sancho Panza, don Quijote es un hazmerreír, un majadero a quien se engaña y apedrea. Gracias a su escudero, don Quijote –que se sabe escuchado y estimado por Sancho– nos muestra la riqueza insospechada de su alma y alcanza a nuestros ojos una enorme estatura humana. Frente al caballero intoxicado por los libros, desacomodado con su ambiente y con su tiempo, el escudero tiene los pies en el suelo y representa la realidad tangible, el puro pragmatismo. Y algo mucho más importante. Por encima de la lectura evidente de la realidad –que le lleva a reconocer los molinos o las ovejas como tales–, Sancho Panza es la viva encarnación de la gran verdad que nos hace personas: la relación cordial con nuestros semejantes.

5. ¿A QUÉ LECTORES SE DIRIGEN LOS CLÁSICOS?

En uno de los primeros párrafos de *La historia interminable,* Michael Ende se compadece del joven que nunca ha pasado tardes enteras delante de un libro, con las orejas ardiendo y el pelo alborotado sobre la cara, leyendo y leyendo, olvidado del mundo, sin darse cuenta de que tiene hambre o se está quedando helado. Ende siente pena del niño que nunca ha leído alumbrado por una linterna, bajo la manta, porque sus padres han apagado la luz; de quien nunca ha derramado lágrimas amargas al terminar una historia maravillosa y ha de decir adiós a personajes admirados y queridos, por los que ha temido y rezado, sin cuya compañía la vida parece vacía y sin sentido.

Michael Ende alude al influjo benéfico de los libros sobre la sensibilidad de los lectores jóvenes. Pero, además de educar la sensibilidad, a favor de la lectura hay otros argumentos de peso. Hoy, por ejemplo, la marea audiovisual que nos inunda tiene varios efectos secundarios. Entre otros, una auténtica mutación cultural: está transformando al *Homo sapiens,* producto de una milenaria cultura escrita, en *Homo videns,* infraeducado por la imagen. Esta situación es alarmante y, de rebote, hace que los autores clásicos y sus libros sean más importantes que nunca.

No es atrevido afirmar que el mundo necesita buenos lectores. Mucha gente joven reconoce que apenas lee y que, cuando lo hace, es por obligación, con una inmensa desgana: «Ayer estaba tan aburrido –decía un alumno– que me puse a leer un libro». Ese muchacho no sabía que el libro es el instrumento de humanización que nos saca del estado de *Homo neanderthalensis* en que todos nacemos. Tampoco sabía que un buen libro es la plenitud de esa humanización, y que lo necesitamos para pensar y sentir, para clarificar la realidad abigarrada del mundo.

¿Más razones? Si las grandes ideas que configuran el presente están en el ambiente de forma profusa, difusa y confusa, también están expresadas, de forma clara y sencilla, en buenos libros. Además, necesitamos buenos libros –como sugiere un premio Cervantes–

para vivir la verdadera vida, que está por encima de la ficción política; para vivir libres de la preocupación por nosotros mismos; para arrojar luz y placer en las mañanas del mundo que nos son concedidas.

Es necesario que lean los jóvenes y es importante que lean los adultos. Los padres de Mafalda no necesitaron leer mucho para educar a una niña que lo quería saber todo. Vivían en un mundo sencillo de entender y de explicar, integrado por dos grandes bloques que ofrecían dos concepciones globales de la política, de la economía, del hombre y de la vida. Hoy, los padres y los profesores de Mafalda hubieran tenido que leer mucho –y hubieran tenido que recomendar a la niña algunos libros– para entender una enzarzada realidad multicultural.

Nos estamos refiriendo a lecturas selectas, pues es evidente –como lamentaba Borges– que cada vez se publican más tonterías. Y estamos pensando, como es lógico, en esos escritores que tienen un puesto entre los mejores, ganado por mayoría absoluta en la más democrática de las votaciones: la de todos los lectores de todos los siglos. Italo Calvino dice que un libro es clásico cuando lo estamos leyendo y –durante días o semanas– notamos que el mundo que nos rodea queda reducido a ruido de fondo. ¿No nos ha pasado eso con Ulises y Penélope, o con Rodian Raskolnikov y Sonia, o con Gandalf y Frodo, con Platero, con Atticus Finch, con el rey Lear, con Calixto y Melibea, con Segismundo y don Quijote?

6. ¿POR QUÉ CONFUCIO?

La irradiación de un sabio –más allá de su tribu y de los clanes cercanos– no fue realidad hasta que se inventó la escritura, pues solo con ella se hizo posible universalizar el legado de los grandes pioneros de la sabiduría. Occidente empezó a cultivar su espíritu cuando Platón inmortalizó en sus *Diálogos* la vida y la muerte de Sócrates, el mejor de los atenienses. Por la misma época, Oriente acrisoló su sabiduría cuando los discípulos de Confucio recogieron sus palabras en *Los cuatro libros,* canon de la filosofía confuciana.

Si Occidente nace de la triple herencia griega, romana y cristiana, la cultura oriental hunde sus raíces en tres fuentes principales: Confucio, Buda y Lao-Tse. Si de China, en concreto, quitásemos el confucianismo, su historia y su cultura se harían tan incomprensibles como las de una Europa sin la filosofía griega y el cristianismo.

Las ideas –como las personas y las instituciones– envejecen, pasan de moda, son cubiertas por el polvo de la historia y quedan sepultadas en el olvido. Solo los clásicos sobreviven y –como el vino– mejoran con el tiempo. Porque solo ellos han tratado las grandes cuestiones humanas antes, más y mejor que los demás. Los textos de Confucio son una prueba irrefutable. Como afirma Joaquín Pérez Arroyo en su magnífica edición de *Los cuatro libros* (Paidós, 2002), ellos han configurado las formas de organización social de China durante más de dos milenios; han sido el catecismo de las clases cultas; han determinado la forma de pensar de todos y cada uno de los hombres que han vivido en el inmenso espacio geográfico por el que se extiende la cultura china.

El gran maestro Kung –latinizado como Confucio– fue un noble del estado chino de Lu que vivió entre 551 y 479 a. C. Con gran formación humanista, sirvió como consejero a su príncipe y fundó su propia Escuela de letrados en la última etapa de su vida. Frente a la educación individualista del taoísmo, Confucio pone el énfasis en la dimensión social de la persona, cuya conducta va a ser determinada por el deber, la posición y la función, tanto en la vida pública como en la familia.

La familia china ha sido, casi hasta nuestros días, muy extensa. No era nuclear y reducida, sino un verdadero clan que reconocía a un antepasado común y conservaba vínculos por encima de las distancias y las generaciones. Para Confucio, ese modelo de familia es una prefiguración del Estado, un pequeño reino al que son aplicables la jerarquía y el protocolo de la vida política. Por su parte, el Estado es visto como una gran familia en la que deben darse –igual que en la pequeña– relaciones afectuosas y obligaciones morales.

El hombre ha de perfeccionarse por medio de la introspección y el estudio. Así llegará al verdadero conocimiento: el de sí mismo y el de los deseos del Cielo. Ese conocimiento le hará benevolente con todos, especialmente con los miembros de su propia familia. La práctica de la benevolencia estará asociada a la lealtad y el perdón. Al practicar esas virtudes, el hombre se convertirá en un «hombre superior», expresión que solo indica excelencia moral, no superioridad intelectual, social o económica. El hombre superior será educado y justo, y permanecerá siempre en el justo medio. Esa posición, especialmente necesaria en los letrados, se puede traducir por equilibrio y moderación en todo. Por eso nos recuerda tanto a Aristóteles.

El hombre superior conoce y respeta los mandatos del Cielo, y es consciente de lo que el Cielo espera de él. Por eso tendrá la misión de ocupar cargos públicos para llevar su excelencia a toda la sociedad. En la cúspide social, el gobernante debe ser irreprochable y diligente, respetuoso con su pueblo, económico en el gasto, reflexivo y magnánimo. De lo contrario, irá contra el orden natural y violará el mandato del Cielo, y así perderá su legitimidad y podrá ser depuesto.

Como en la Academia platónica y en el Liceo de Aristóteles, de la Escuela de letrados, fundada por Confucio, han de salir los funcionarios y gobernantes capaces de conducir a su pueblo hasta altas cotas de organización y moralidad. Mientras el taoísmo fomenta un individualismo que tiende a cierta anarquía, Confucio solo entiende al hombre como un ser bien integrado en una sociedad jerárquica y estamental, muy parecida a la posterior sociedad feudal europea.

Para los confucianos, el hombre y la sociedad son una parte del cosmos, una pieza de esa armoniosa máquina que regula los ciclos de las estaciones, el manto vegetal, la diversidad animal y la vida humana. En esta visión del hombre hay un fatalismo que en el taoísmo lleva al abandono en la inactividad, mientras en Confucio se hace compatible con la acción guiada por fuertes criterios morales. Igual que los antiguos chinos, Confucio no fue monoteísta. Daban culto a los antepasados y a diferentes poderes poco antropomorfizados, entre los que destacaban el Cielo y el Señor de lo Alto. El culto a los antepasados implica una creencia en la supervivencia de las almas después de la muerte,

capaces de castigar y proteger a sus descendientes. El Cielo aparece en los textos de Confucio como un poder superior, no personalizado ni claramente separado del mundo. De él vienen acciones y mandatos, pero en ningún momento se parece al Dios judeocristiano, con su carácter único, creador del mundo y providente.

7. ¿POR QUÉ ARISTÓTELES?

Clásico entre los clásicos, Aristóteles constituye la cima de la cultura griega: ese milagro intelectual, político y estético que da lugar a Europa. Preceptor de Alejandro Magno, heredero intelectual de Platón y fundador del Liceo, Aristóteles (384-322 a. C.) representa la plenitud de la filosofía helénica. Con sus escritos sobre lógica y psicología, sobre física y metafísica, sobre ética y política, sobre biología y teoría literaria, ha determinado –en mayor medida que ningún otro pensador– los caminos que después habría de recorrer el pensamiento humano. Por eso, no es casualidad que quienes renacen en el Renacimiento sean Platón y el mejor de sus discípulos: las dos figuras que llenan con su sabiduría el filosófico fresco de Rafael en las estancias vaticanas.

Los hombres –nos dice– son arqueros que buscan el blanco de sus vidas, apuntan libremente y equivocan el tiro con frecuencia. Por eso, la libertad necesita un minucioso ejercicio intelectual de puntería. Nuestro filósofo emprende esa tarea y la culmina con éxito en una *Ética a Nicómaco* que constituye una reflexión excepcional sobre la conducta humana y sus motivos.

En sus primeras páginas nos brinda un insuperable análisis de la felicidad, en su necesaria conexión con la virtud. A continuación nos dirá –como Confucio– que «el exceso y el defecto destruyen la virtud, y el término medio la conserva», aunque la expresión «in medio virtus» ha rebajado a mediocridad lo que en Aristóteles significa excelencia. ¿Cómo se forjan las virtudes? «Por los hábitos. Y los hábitos no son innatos sino que se adquieren por repetición de actos.» De hecho, «nadie tiene la menor probabilidad de llegar a ser bueno si no realiza muchos actos buenos». En consecuencia, «adquirir desde jóvenes tales o cuales hábitos no tiene poca o mucha importancia: tiene una importancia absoluta».

Después, en línea directa que desciende de Sócrates y Platón, Aristóteles diseña la conducta humana con las cuatro virtudes que –como ya hemos señalado– realizan perfectamente los cuatro modos generales del obrar humano. La prudencia, madre de las demás, es el arte de acertar en cada acción concreta. Se trata de una virtud fundamental,

especialmente necesaria en el arte de gobierno, por ser empresa de la que dependen muchas vidas: «Por eso pensamos que esta virtud es propia de los administradores y de los políticos».

La justicia sustituye la ley de la selva por la ley humana, y nos permite vivir en sociedad. Con un ejemplo excelente, Aristóteles nos explica la existencia de una ley natural, en la que debe apoyarse todo legislador: «Es justo lo que manda la ley, pero también lo que establece la naturaleza. Con la diferencia de que lo justo por naturaleza es universal e inmutable, lo mismo que el fuego quema tanto aquí como en Persia. En cambio, la justicia meramente legal, fundada en la utilidad y en el acuerdo, es variable como las medidas de vino y trigo, que no son iguales en todas partes».

¿Cómo gestionar el deseo insaciable de placer? Aristóteles constata que es muy diferente vivir de acuerdo con la razón o con los deseos. Por ello, de cara a los hábitos, considera importantísimo acostumbrarse a disfrutar con los placeres convenientes y rechazar los inconvenientes. De muchas maneras repite que el estatuto del placer es radicalmente natural, hasta el punto de que «todos lo incluyen en la trama de la felicidad», pero también está claro que, en muchos casos, los placeres «hacen al hombre brutal o vicioso».

El aspecto ético del deseo, su regulación razonable, es considerado de capital importancia por Aristóteles. Y ello porque se trata de un dinamismo natural cuyo descontrol provoca el fracaso existencial del ser humano. Saber cómo evitar ese descontrol es lo que más importa al hombre en relación con el deseo orgánico. Ese saber, y más propiamente la actividad práctica por él regulada, lo llama Aristóteles *sofrosyne,* «templanza», dentro de la más pura tradición socrática.

¿Cómo valorar en su justa medida a Aristóteles? Tal vez reconociendo que Europa recibió su ética junto a los relieves de Fidias, las tragedias de Sófocles, los diálogos de Platón, la historia de Tucídides y la *Odisea.* Era la herencia incalculable de unos hombres que se tomaron muy en serio la tarea de perseguir a fondo la verdad, el bien y la belleza.

8. ¿POR QUÉ SÉNECA?

La escuela estoica tiene una larga vida de cinco siglos: desde el III a. C. hasta el II d. C. Hacia el año 300 a. C., Zenón de Citium, un chipriota de origen fenicio, naufraga y llega arruinado a Atenas. Allí establece una escuela de filosofía en el Pórtico *(Stoa)*, decorado con pinturas de Polignoto. Los estoicos romanos, ya en los siglos I y II, están representados por tres personajes muy diferentes: el esclavo Epicteto, el filósofo y político Séneca y el emperador Marco Aurelio. En ellos predomina la ética sobre la física y la lógica; cultivan la epístola y escriben en forma de pensamientos, sentencias, máximas y consejos; acentúan el espiritualismo en la concepción del hombre y de Dios, cuya providencia personal suelen subrayar frente a la necesidad del estoicismo antiguo.

Lucio Anneo Séneca (4 a. C.-65 d. C.) nació en Córdoba y se trasladó muy pequeño a Roma, donde recibió una esmerada educación y ejerció como abogado. Agripina le encomendó la educación de su hijo Nerón, de quien llegó a ser ministro entre el 54 y el 61. Con el asesinato de Agripina por su propio hijo, en el 59, la influencia política de Séneca comienza a decrecer. En el 65, sospechoso de participar en una conjuración, el emperador le ordenó abrirse las venas. El relato de su muerte nos lo han transmitido Tácito y Dión Casio. Escribió obras de teatro y ensayos morales sobre la providencia, la constancia, la clemencia, el ocio, la tranquilidad del alma, la vida feliz, la brevedad de la vida. Tienen especial interés las *Epístolas morales a Lucilio*.

Por su erudición y su magnífico estilo, Séneca es el estoico que más influjo ha tenido en la posteridad. Su pensamiento está firmemente orientado hacia la exhortación a la virtud, por lo que su producción literaria y filosófica posee un valor altamente educativo. Para él –más que para otros estoicos–, la filosofía es un saber ordenado a vivir rectamente, haciendo honor al espíritu divino que alienta en el hombre. Séneca y Marco Aurelio, como todos los romanos cultos, son griegos por educación y fascinación. Además, su pensamiento estoico deriva directamente de Sócrates y durante cinco siglos hace extraordinariamente fecunda la ya de por sí extraordinaria herencia del filósofo que bebió la cicuta.

La filosofía estoica, esencialmente práctica, aspira a una felicidad entendida como libertad, independencia y armonía. Una libertad que consiste en identificar nuestra razón con la divinidad que gobierna el mundo. Por eso pudo decir Séneca que «obedecer a Dios es libertad». Y por eso el precepto central de la moral estoica es vivir conforme a la naturaleza: en eso estriba la virtud, bien supremo para el hombre y único camino hacia la felicidad.

Para los estoicos, solo la vida razonable conduce a la felicidad, y por eso las pasiones son perniciosas. En el vértigo pasional, el hombre es juguete de fuerzas oscuras y caóticas. La ética estoica recomienda librarse de las pasiones y de los temores, ser indiferente al dolor y al placer, alcanzar la serenidad de ánimo, ser imperturbable. Y ello se consigue por el camino expresado magistralmente en la fórmula *sustine et abstine*, «aguanta y renuncia». Con cierta radicalidad, Séneca y los estoicos proclaman que la felicidad se encuentra en la liberación de las pasiones. Para evitar desengaños, cultivan la indiferencia hacia los bienes que la fortuna puede dar o quitar. El estoico quiere ser autosuficiente, bastarse a sí mismo. Se diría que pretende ser feliz con independencia de la misma felicidad, sustituyendo la felicidad por el sosiego. «Jamás consideres feliz a nadie que dependa de la felicidad», dice Séneca, porque «el gozo que ha entrado volverá a salir».

Aunque se considera a Séneca contrario a Epicuro, con él tiene en común el aprecio por la vida sobria, privada e independiente; la búsqueda de un maestro de virtud; la guía de la razón, conforme a la naturaleza; la limitación de los deseos y la consideración no temerosa de la muerte. También es cierto que, a diferencia de Epicuro, Séneca piensa que la pobreza debe ser voluntaria, no impuesta por la necesidad; que no se puede afirmar que la muerte sea total, pues puede ser «o un final, o un tránsito», quizá «el nacimiento para la eternidad»; que la amistad no puede ser egoísta; que el ocio epicúreo es diferente del estoico, pues este no supone inhibición de cargos públicos; que la felicidad no está en el placer, sino en la virtud; que la justicia es tal por naturaleza, no porque nos amenacen las leyes.

Estoicos y epicúreos miran con recelo al placer porque aspiran a la tranquilidad, al privilegio de ser dueños de sí. «El que persigue el placer pospone a él todas las cosas, y lo primero que pierde es su libertad», escribió Séneca. Se trata de una propuesta minoritaria, al alcance de los pocos que de verdad pueden llamarse sabios. Cuando uno de ellos perdió mujer, hijos y patria en un devastador incendio, dicen que comentó: «Nada he perdido, porque todos mis bienes están conmigo». No consideraba como un bien nada que pudiera serle arrebatado. Se contentaba consigo mismo, y a ese límite circunscribía su felicidad. En una de sus últimas cartas, Séneca da este consejo a Lucilio:

«Considérate feliz cuando todo nazca para ti de tu interior, cuando al contemplar las cosas que los hombres arrebatan, codician y guardan con ahínco, no encuentres nada que desees conseguir».

9. ¿POR QUÉ MARCO AURELIO?

Emperador y filósofo, Marco Aurelio reflexiona y escribe al final de su vida, en los descansos que le permiten los asuntos de Estado y las guerras constantes. Así demuestra –una vez más– que la espada no es enemiga de las letras, mientras rinde homenaje a Grecia redactando en griego, no en latín. Nació el año 121, en Roma. Gobernó el Imperio desde 161, interviniendo personalmente en numerosas y prolongadas guerras. Con su muerte, en marzo de 180, finaliza la etapa de mayor prosperidad del Imperio romano. Fue educado por el orador Cornelio Frontón y por el estoico Junio Rústico.

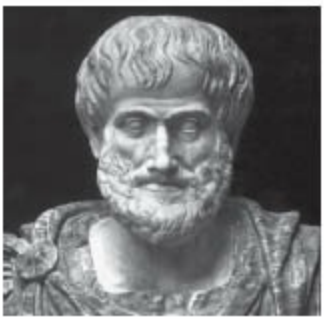
En las *Meditaciones,* redactadas en segunda persona y publicadas después de su muerte, Marco Aurelio reflexiona sobre las relaciones personales, los sucesos inevitables, la búsqueda de la virtud, la fugacidad de la vida, la cercanía de la muerte y la presencia de ese dios socrático que habita en nosotros. Se trata de un pequeño libro, compuesto por doce capítulos breves y párrafos desconectados entre sí, sin un plan organizativo claro. Suponemos que, de haber tenido tiempo e intención de publicar esa especie de Diario intelectual, el emperador lo habría pulido y estructurado. Como estadista, a Marco Aurelio le interesan las grandes virtudes sociales, las que hacen referencia a la justicia y al bien común: la benevolencia, la colaboración desinteresada, la tolerancia, la clemencia… Por encima de todo, el emperador quiere ser útil a Roma.

Llevado por las conquistas de Alejandro Magno, el pensamiento estoico domina el mundo antiguo, desde Macedonia hasta Siria y Egipto, durante los siglos que se extienden entre la muerte de Aristóteles y el inicio de la Edad Media. El estoicismo propone un elevado sentido moral como remedio a la crisis de identidad del mundo antiguo. Se ha dicho que es una doctrina para tiempos duros, una moral de aguante para soportar la decadencia griega y la descomposición del Imperio romano, una reflexión que quiere apuntalar unas convicciones religiosas y morales en descrédito, una especie

de religiosidad de circunstancia donde el desorientado hombre de la calle encuentre –como ha escrito Julián Marías– «una moral mínima para tiempos duros, una moral de resistencia, hasta que la situación sea radicalmente superada por el cristianismo».

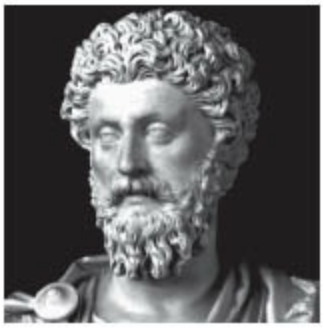
SEGUNDA PARTE

CONFUCIO
551-479 a. C.



ARISTÓTELES
384-322 a. C.

SÉNECA
4 a. C.- 65 d. C.



MARCO AURELIO
121-180

EL ARTE DE VIVIR

Parece que la historia se obstina en demostrar que el hombre es lobo para el hombre. Pero también es cierto que tenemos labios y voz para besar y para cantar, cabeza para pensar y tiempo para rectificar. El arte de vivir, de navegar entre el nacimiento y la muerte, es necesario precisamente porque nuestra vida atraviesa un mar agitado por grandes problemas e incógnitas. Con la libertad podemos construir nuestra propia vida. Pero antes debemos plantearnos preguntas fundamentales: ¿qué quiero hacer?, ¿qué puedo hacer?, ¿qué debo hacer?, ¿qué voy a hacer? En resumen: ¿qué es lo mejor? Si estas preguntas han dejado, en cierto modo, de ser acuciantes, es porque yan han sido contestadas admirablemente por quienes nos han precedido. En concreto, en este libro vienen en nuestra ayuda Confucio y Séneca, Marco Aurelio y Aristóteles.

Cuando Occidente estrenó la libertad, los ciudadanos de las primeras polis necesitaban saber cómo se construye y cómo funciona una sociedad de hombres libres, cuál es la mejor de las formas posibles de gobierno. Y, en el plano personal, con diferentes formulaciones, había otro problema candente: qué significa ser hombre, cómo usar la libertad, qué hacer con la propia vida, cuál es la mejor de las conductas posibles. Platón fue el primero en responder cabalmente a estas cuestiones. En uno de sus mitos más célebres, compara al hombre con un carro tirado por dos corceles que simbolizan el antagonismo entre los altos ideales y las bajas pasiones. El arte del auriga consistirá en aprovechar la fuerza del caballo noble y someter al que puede desbocarse. El filósofo propone así cuatro cualidades fundamentales de la conducta humana: la prudencia, la justicia, la fortaleza y la templanza.

El arte de vivir es, sobre todo, el arte de acertar en nuestras constantes elecciones. Si un marino es bueno cuando domina el arte de gobernar su barco, del hombre también se podrá decir que es bueno cuando domina el arte de gobernar su propia vida. El marino necesita conocer la nave y conocer la mar, y también saber adónde quiere llegar y por qué rutas. Paralelamente, si el hombre quiere sacar el máximo partido de su libertad, debe conocerse y conocer la realidad, saber qué es lo mejor que puede hacer y elegir los medios oportunos.

Es propio de la libertad tender puentes hacia el futuro. Puentes desde lo que soy hacia lo que quiero ser. Pero lo que quiero ser, todavía no es. ¿Cómo puedo, entonces, dirigirme hacia lo que todavía no es? El verbo prever es la respuesta. Prever significa ver lejos *(procul videre)*, anticipar el porvenir *(pro videntia)*. Y de esas raíces latinas surge la palabra prudencia: el arte de dar los pasos oportunos para conseguir lo que todavía no tengo.

Un poema de Anacreonte dice que los dioses repartieron diversas cualidades entre los animales: fuerza, veneno, astucia, dientes, velocidad. Y al hombre le cayó en suerte algo muy diferente: la prudencia. Pero es un regalo que exige ser conquistado. Un obsequio difícil de poseer, porque el gobierno más difícil es el gobierno de uno mismo. Supone colocar y mantener a la razón en el vértice de una pirámide donde se amontonan las libertades, los deberes, las responsabilidades, los sentimientos, los gustos, las afinidades, las manías, las rarezas, las aficiones: toda una fauna difícil de gobernar.

La caprichosa evolución del lenguaje ha hecho que la prudencia pueda ser identificada con dos de sus corrupciones: el apocamiento y la astucia ruin. Pero, en su origen, prudencia designaba la cualidad máxima de la inteligencia, el arte de elegir bien en cada caso concreto, una vista excelente para ver bien en las situaciones más diversas, una difícil puntería capaz de apuntar en movimiento y acertar sobre un blanco también móvil: la vida misma.

Aristóteles explica esa dificultad por la estrecha relación entre prudencia y circunstancias. Lo que conviene a la boda de un siervo –dice– no es lo mismo que lo que conviene a la boda de un hijo. Luego añade que lo bueno en sentido absoluto no siempre coincide con lo bueno para una persona. Así, al cuerpo sano no le conviene que le amputen una pierna; en cambio, amputar puede salvar la vida a un herido. También señala, a riesgo de ser impopular, que los jóvenes pueden ser muy inteligentes, pero no prudentes, porque la prudencia es el dominio de lo particular, al que solo se llega por la experiencia. Y el joven no tiene experiencia, porque esta se adquiere con la edad.

La prudencia es cualidad teórica y práctica a la vez. Conocimiento directivo que requiere estudio, mucha experiencia, petición de consejo y reflexión ponderada. El hombre prudente es reflexivo, pues aunque el no y el sí son breves de decir, a veces se deben pensar mucho. Así sentencia Marco Aurelio: «Prudencia quiere decir atención a cada cosa y ningún tipo de descuido».

Pedir consejo es propio del que aspira a conducirse con prudencia. Confucio lo recomienda vivamente: «¿Cómo puede haber hombres que obren sin saber lo que hacen? Yo no querría comportarme de ese modo. Es preciso escuchar las opiniones de muchas personas, elegir lo que ellas tienen de bueno y seguirlas; ver mucho y reflexionar con madurez sobre lo que se ha visto». La lectura de este libro supondrá, sobre todo, dejarse contagiar por esta admirable actitud de Confucio.

SÉNECA

1 Vivir es aprender a vivir.

2 Hay que quitar importancia a las cosas y llevarlas con ánimo alegre. Es más humano reírse de la vida que llorarla.

3 Vivir no es un camino de rosas, sino una larga marcha donde vas a resbalar, tropezar, caer y fatigarte.

4 Dice Epicuro que «todos salen de la vida del mismo modo que nacieron». Pero no es así: morimos peores de como nacemos, porque la naturaleza nos engendró sin pasiones, sin temores, sin superstición, sin perfidia y sin los restantes vicios.

5 Yo no he nacido para vivir en un rincón, porque mi patria es el mundo.

6 El arte de vivir se ha de aprender durante toda la vida. Y durante toda la vida se ha de aprender a morir.

7 Si quieres someter a ti todas las cosas, sométete tú mismo a la razón. A muchos gobernarás si la razón te gobierna a ti. Aprenderás de ella qué proyectos debes acometer y de qué manera; no te pillarán por sorpresa los acontecimientos.

8 Dice un viejo aforismo que el gladiador toma la decisión en la arena. Es verdad: el rostro del adversario, los movimientos de sus manos, la propia inflexión del cuerpo dan algún indicio al contendiente que le observa. Así, sobre el cuándo y cómo debe

uno actuar, nadie desde lejos dará un consejo, puesto que hay que decidir partiendo de la misma realidad.

9 Aunque el miedo pese más, inclínate al lado contrario, deja de angustiarte y recuerda constantemente que la mayor parte de los humanos se exasperan e inquietan aunque no sufran mal alguno.

10 Si te sientes infeliz, eres esclavo de los hombres, de las cosas y de la vida.

11 La vida no es un bien ni es un mal, sino la ocasión de hacer el bien y el mal.

12 Cada uno de tus días es una vida.

13 La muerte, que tanto tememos y evitamos, interrumpe la vida, pero no la quita. Lo que parece morir no hace sino mudar.

14 Nuestro cuerpo no es nuestra casa, sino una posada que debe abandonarse.

15 Preparemos el alma como si hubiera llegado la hora de la muerte. Ajustemos cuentas cada día con la vida.

16 No hay vida tranquila para nadie que piense demasiado en prolongarla, que estime como un gran beneficio durar muchos consulados. Piensa en esto cada día, Lucilio, para que puedas abandonar con espíritu sereno la vida a la que algunos se aferran desesperadamente.

17 Moriré: es decir, abandonaré el riesgo de la enfermedad, el riesgo de la prisión, el riesgo de la muerte.

18 La muerte o nos destruye o nos libera. Si nos libera nos queda el componente más noble, una vez desembarazados de la carga; si nos destruye, nada nos queda, al sernos arrebatados por igual los bienes y los males.

19 Es incierto el lugar en que te aguarda la muerte, por tanto aguárdala tú a ella en todo lugar.

20 Vive entre la gente como si Dios te viera.

21 Nadie puede ser bueno sin la ayuda de Dios.

22 En cada alma virtuosa habita Dios.

23 Cualquier cosa que le suceda a un hombre bueno la soportará con serenidad, pues sabrá que eso le ha sucedido por voluntad de Dios.

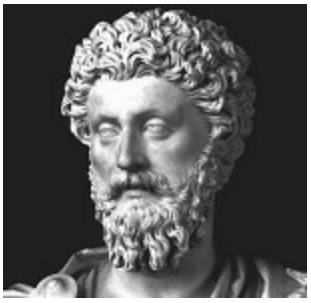
24 Lo mejor que podemos hacer es soportar lo inevitable y seguir a Dios sin murmurar.

25 Ese día que temes y esperas por ser el último, es tu nacimiento a la eternidad.

26 Alma pequeña y degenerada es aquella que pone resistencia y prefiere enmendar a los dioses antes que enmendarse a sí misma.

27 Es grande quien sabe utilizar la vajilla de loza como si fuese de plata, pero no es menos grande quien usa la vajilla de plata como si fuese de arcilla.

28 Conocemos a una persona observando su forma de alabar y de ser alabada.



MARCO AURELIO

29 Quien no sabe para qué vive no sabe quién es.

30 El arte de vivir se parece más a la lucha que a la danza.

31 Si cambias de opinión, que sea por alguna convicción justa.

32 Olvida el pasado y pon en manos de la providencia el futuro, encaminando el presente hacia la virtud y la justicia.

33 ¿Hacia dónde has de dirigir todo tu empeño? Hacia la reflexión justa, el servicio a los demás y la conformidad con lo necesario y familiar.

34 Has de ser imperturbable ante lo que sucede por una causa externa, y ser justo en todo lo que depende de ti.

35 Cada cosa ha nacido para algo, también el Sol. ¿Te sorprendes? ¿Para qué has nacido tú? ¿Para complacerte en todo? Mira si esa conclusión se sostiene.

36 A nadie le sucede algo que no sea capaz de soportar.

37 No has de obrar contra tu voluntad, ni contra tu razón, ni contra los demás.

38 Para saber vivir has de tener claro que el deber más importante es el bien común; el segundo es no ceder ante las pasiones corporales; y el tercero es no precipitarse ni dejarse engañar.

39 Has de contemplar las cosas desnudas de su corteza, para averiguar el verdadero significado de las acciones, del sufrimiento, del placer, de la muerte, de la fama, de tu desorden...

40 Piensa, cuando te irritas, adónde te conduce el mal humor, y considera también que la condescendencia y la mansedumbre son más humanas y exigen fuerza y valentía, a diferencia del que se indigna y se disgusta.

41 ¿Me despreciará alguien? Allá él. Yo, por mi parte, me empeñaré en no hacer ni decir nada que merezca desprecio.

42 No seas irreflexivo. Que toda tu conducta se conforme al arte de vivir.

43 Pasa la vida de la mejor forma posible. Esa posibilidad reside en tu alma, y la alcanzarás si ella no se inquieta con cosas que no son motivo de inquietud.

44 Cuando quieras estar animado, piensa en las mejores cualidades de los que te rodean. Nada te reconfortará tanto como las virtudes de los tuyos.

45 No dejes sin tiempo libre tu vida.

46 Deja de lado los sueños vanos y ayúdate a ti mismo, si es que te importas.

47 Recorre lo que te reste de vida depositando tu alma y todo lo tuyo en manos de los dioses, sin ser ni tirano ni esclavo de ningún hombre.

48 Conténtate con lo que te sucede.

49 Si no supones que es malo lo ocurrido, no te sentirás perjudicado. Y tienes la posibilidad de no suponerlo.

50 Acomódate a aquello a donde la vida te haya podido llevar.

51 Tanto la tristeza como la cólera son signos de debilidad. Los que sufren estos sentimientos tienen una herida y hacen una cesión.

52 Que el futuro no te inquiete. Llegarás a él con la misma razón que ahora usas para el presente.

53 Deja de ser tu propio rival.

54 La perfección del carácter supone que afrontemos cada día como si fuera el último, sin nervios, sin obsesiones ni gestos teatrales.

55 Ama de verdad a las personas con quien te ha tocado vivir.

56 Hay que realizar cada acción, decir cada palabra y escoger cada pensamiento como si fuese inminente abandonar esta vida.

57 Nada debe hacerse porque sí.

58 No obres sin motivo, no hagas cosas inútiles, y mucho menos has de entrometerte o hacer daño.

59 Si conoces tu deber, cúmplelo; si no lo conoces, busca buenos consejeros. Si surgen problemas en tu camino, sigue adelante con sentido común, sin alejarte de lo que parezca justo.

60 En cada instante, preocúpate por realizar a conciencia lo que esté en tus manos, con seriedad, sin fingimiento, con afecto, libertad y justicia. Lo conseguirás si ejecutas cada acción como si fuera la última de tu vida.

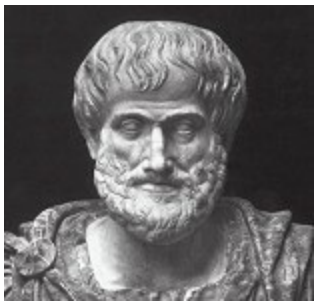
61 No seas hiperactivo ni demasiado hablador.

62 Si tu forma de pensar y de obrar son conforme a la naturaleza, no te importe la crítica de algunos. Si lo que haces y dices está bien hecho y bien dicho, no te preocupes.

63 Que no determinen tu conducta ni la maldad ajena ni su palabra.

64 No busques la admiración ni la compasión.

65 Que no te avergüence ser ayudado en la tarea que te corresponde.



ARISTÓTELES

66 Toda acción humana busca siempre algún bien: el médico busca el bien de la salud; el soldado busca la victoria; el marino, la buena navegación; el comerciante, la riqueza...

67 En realidad vivir como hombre significa elegir un blanco –honor, gloria, riqueza, cultura– y apuntar hacia él con toda la conducta, pues no ordenar la vida a un fin es señal de gran necedad.

68 Casi todo el mundo llama felicidad al máximo bien que se puede conseguir, pero nadie sabe exactamente en qué consiste ese máximo bien.

69 Unos creen que la felicidad es el placer, o la riqueza, o los honores. Otros piensan que es otra cosa. A menudo, la misma persona cambia de opinión y, cuando está enferma, piensa que la felicidad es la salud; si es pobre, la riqueza; si es inculta, la cultura.

70 Las tres opiniones más cualificadas son las que hacen consistir la felicidad en la prudencia, la virtud y el placer. También se admite que pueda ser consecuencia de las tres cosas, o de dos de ellas.

71 Lo que está claro es que la felicidad no está en la pura diversión, y que solo hay felicidad donde hay virtud y esfuerzo serio, pues la vida no es un juego.

72 Nuestra naturaleza también necesita salud, alimento y otros cuidados, pero el que quiera ser feliz no necesitará esos bienes exteriores en gran número y calidad, pues con recursos moderados se puede practicar la virtud.

73 Solón describía al hombre feliz provisto de recursos suficientes, viviendo con templanza y realizando las acciones más nobles. También Anaxágoras pensaba que el hombre feliz no necesitaba ser rico y poderoso.

74 Personalmente estoy de acuerdo con quienes piensan que la felicidad consiste en la virtud, sin olvidar que necesitamos bienes materiales, pues es muy difícil hacer algo cuando se carece de recursos. Y entre esos recursos, los amigos y las riquezas.

75 Como esto no depende totalmente de nosotros, está claro que la felicidad requiere cierta buena suerte. Y, en este sentido, si algo es un don divino, más debe serlo la felicidad, puesto que es la mejor de las cosas humanas.

76 Pero no debemos dejar la felicidad en manos de la buena o mala fortuna, porque entonces no tendría fundamento sólido, y el hombre sería como un camaleón. Debe asentarse en una vida guiada por la virtud, capaz de crecerse en la adversidad, del mismo modo que el buen general es capaz de lograr la victoria en circunstancias muy adversas.

77 Parece propio del hombre prudente discurrir bien sobre lo que le es bueno y conveniente. El prudente es hombre reflexivo. Pero nadie reflexiona sobre lo que no puede ser de otra manera, ni sobre lo que no puede hacer. Por tanto, la prudencia no es ciencia ni arte, sino una disposición racional, verdadera y práctica, sobre lo que es bueno para el hombre.

78 Por eso pensamos que Pericles y los que son como él son prudentes, porque pueden ver lo que es bueno para ellos y para los demás; y pensamos que esta cualidad es propia de los administradores y de los políticos.

79 Ser inteligente no es lo mismo que ser prudente. La inteligencia se aplica, igual que la prudencia, a problemas que exigen deliberación, y llega a proponer soluciones. Pero la prudencia va más allá: es normativa, es decir, ordena hacer o no hacer algo.

80 La verdad no necesita cambiar, pero la prudencia cambia constantemente, pues se refiere a lo conveniente en cada caso y para cada uno.

81 Así, lo que conviene a la boda de un siervo no es lo mismo que lo que conviene a la boda de un hijo. Además, lo bueno en sentido absoluto no siempre coincide con lo bueno para una persona. Por ejemplo, al cuerpo sano no le conviene que le amputen un miembro; en cambio, amputar puede salvar la vida a un enfermo.

82 El objeto de la voluntad debe ser el bien, pero cada uno toma como bien lo que le aparece como tal: el hombre bueno toma como bien lo que de verdad lo es, y el hombre malo toma como bien cualquier cosa.

83 Para cada hombre hay bellezas y placeres diferentes, y seguramente en lo que más se distingue el hombre bueno es en juzgar correctamente todas las cosas, siendo así como el canon y la medida de ellas.

84 El error de la mayoría suele obedecer al placer, pues sin ser un bien lo parece, y por eso eligen el placer como si fuera un bien y rehúyen el dolor como un mal.

85 El placer y el dolor no influyen sobre conocimientos teóricos, del estilo «los ángulos del triángulo suman dos rectos». En cambio pueden destruir el juicio práctico. En efecto, el hombre corrompido por el placer o el dolor pierde la percepción clara del sentido de su conducta, y no ve la necesidad de elegir y obrar según otros criterios, pues el vicio anula los demás criterios. Por eso damos a la templanza el nombre de *sofrosyne*, que significa «salvaguarda de la prudencia», de la *fronesis*.

86 La sabiduría es la ciencia superior de lo que hay en el mundo. En cambio, la prudencia tiene por objeto lo que es humano y opinable.

87 Prudente es el que delibera bien y busca el mayor bien práctico. No delibera solo sobre lo general sino también sobre lo particular, porque la acción es siempre particular. Por eso, el que no es sabio puede ser más prudente que los sabios, sobre todo si posee mucha experiencia.

88 No es fácil la prudencia. De hecho, los jóvenes pueden ser sabios, pero no prudentes, porque la prudencia es el dominio de lo particular, al que solo se llega por la experiencia. Y el joven no tiene experiencia, porque esta se adquiere con la edad.

89 Por esa razón, las opiniones de los expertos, de los ancianos y de los prudentes no valen menos que las demostraciones, pues la experiencia les ha dado vista, y por eso juzgan rectamente.

90 La deliberación prudente ha de ser recta. Los malvados, para lograr lo que se proponen, razonan correctamente, pero por hacerlo al servicio del mal no decimos que su deliberación sea recta. Tampoco es recta la deliberación que nos lleva a un fin bueno por un camino malo.

91 Si lo propio del hombre es obrar voluntariamente después de deliberar, es claro que tanto la virtud como el vicio van a depender de nosotros. En efecto, siempre que está en nuestro poder el hacer, lo está también el no hacer, y siempre que está en nuestro poder el no, lo está el sí. Por tanto, la posibilidad de hacer lo bueno y lo malo nos da también la posibilidad de ser virtuosos o viciosos.

LA AMISTAD

La primera literatura griega ya elogia esa relación que presta al encuentro entre las personas un colorido especial. Ni los héroes homéricos pasean en solitario por los escenarios de sus hazañas, ni las relaciones humanas pueden quedar encerradas en el estrecho clan familiar. La *Ilíada* y la *Odisea*, esos prodigios escritos hace casi tres mil años, al reflejar la condición humana en todos sus matices, son un emocionante canto a la amistad.

Con una cronología similar a la homérica, la Biblia nos relata varias historias de amistades entrañables. A la que existe entre Rut y Noemí debemos estas extraordinarias palabras de Rut: «No insistas más en que te deje, alejándome de ti. Donde tú vayas, iré yo. Donde tú habites, habitaré yo. Tu pueblo será mi pueblo, y tu Dios será mi Dios. Donde tú mueras, moriré yo también, y allí seré enterrada. Y que Dios me castigue si algo que no sea la muerte me separa de ti».

Después de Homero y la Biblia, entre los clásicos que mejor han escrito sobre la amistad me parece que destacan Platón, Aristóteles, Cicerón, Séneca y san Agustín. Platón nos cuenta que la amistad era el centro de la vida de Sócrates: «Yo disfruto sobre todo con mis buenos amigos. Y si encuentro algo interesante lo comparto con ellos. Y los presento unos a otros para que mutuamente salgan enriquecidos. Además, con ellos saboreo los tesoros que los sabios del pasado han dejado por escrito». En torno a Sócrates siempre encontramos amigos verdaderos. Y nosotros atesoramos esa amigable forma de vivir, esa charlatanería exquisita sobre el gusto compartido por la excelencia. De Sócrates hemos aprendido que la amistad alimentada por la cultura común proporciona experiencias inolvidables. Nos viene a decir que el placer de contemplar a fondo los hombres y las cosas está cercano a la felicidad, y que el arte de vivir consiste en descubrir a las personas –siempre pocas– que pueden compartir ese placer.

Un siglo más tarde nos encontramos con el análisis aristotélico de la amistad. Todo lector de su *Ética a Nicómaco* se siente sorprendido y cautivado por la atención y la elegancia con que el autor describe ese sentimiento. Después de él, casi todo lo que se ha dicho sobre la amistad parece que llega tarde, pues ha sido analizado a fondo en esas páginas esenciales de la cultura griega. Entre las notas distintivas de la amistad, Aristóteles señala el ser una relación entrañable y libre, recíproca y exigente, desinteresada y benéfica, que nace de inclinación natural y se alimenta del convivir compartiendo.

La amistad parece, en primer lugar, una relación entrañable. Aristóteles dirá que se trata de un afecto necesario y hermoso. Cicerón lo estimará porque quita rigidez a la convivencia y la hace indulgente, libre, amena e inclinada al buen humor. Para Séneca, el primer beneficio de la amistad es el propio placer que proporciona, pues sin compañía no es grata la posesión de bien alguno. Y ese placer lo causa no solo el cultivo de una vieja amistad sino también el inicio de una nueva: incluso puede ser más grato granjearse una amistad que retenerla, al igual que es más grato al artista estar pintando que haber pintado.

La amistad es libre, recíproca y exigente. «Algunos creen que para ser amigos basta con querer, como si para estar sano bastara desear la salud», anota Aristóteles, y añade que «solo hay amistad cuando la benevolencia es recíproca». Esa reciprocidad requiere cierta igualdad, y se ve amenazada «cuando se produce entre los amigos una gran diferencia en virtud, vicio, prosperidad o cualquier otra cosa: entonces dejan de ser amigos, y ni siquiera aspiran a serlo». Si los vicios de una persona manchan a sus amigos, Cicerón recomienda aflojar esa amistad poco a poco: no rasgarla sino descoserla; a menos que se haya cometido algo intolerable que exija romper sin contemplaciones. En cualquier caso, una amistad rota no debe dar paso a la enemistad, pues es indigno hacer la guerra contra un antiguo amigo.

La amistad es exigente. «El hombre íntegro hace muchas cosas en favor de sus amigos y de su patria, hasta dar la vida si es preciso». Aristóteles no es un ingenuo, pues reconoce que «estas amistades son raras, porque los hombres no suelen ser así». La amistad también exige confianza mutua, y no hay confianza sin tiempo. Como «la intimidad requiere tiempo y es difícil, no es posible ser amigo de muchos con amistad perfecta. En cambio, por interés o por pasarlo bien es posible tener bastantes amigos, pues ambas condiciones las reúnen muchos y no requieren demasiado tiempo».

Que lo que se pide a los amigos sea honroso: ahí pone Cicerón la primera exigencia de la amistad. También Aristóteles dirá que los buenos amigos no hacen peticiones torpes ni se prestan servicios de esa clase. Más bien impiden la torpeza, pues es propio de los buenos no apartarse del bien, y no permitir que se aparten sus amigos.

La amistad es desinteresada y enriquecedora. Quien comienza a ser amigo por interés, por interés dejará de serlo, y despoja a la amistad de su grandeza. Así escribe Séneca a Lucilio: «La amistad por interés no busca el bien del amigo, sino cierto beneficio. Estas amistades no son auténticas, y son fáciles de disolver cuando el amigo deja de ser útil o agradable». Aristóteles explica que la amistad desinteresada es posible, aunque costosa: «Preferimos ser queridos, pero la amistad consiste más en querer. Como las madres, que se complacen en querer sin pretender que su cariño sea correspondido. Por eso, los

amigos que saben querer son seguros». El filósofo propone también un breve programa: con desinterés ayudaremos de buena gana a nuestros amigos antes de que nos llamen; participaremos con gusto en sus alegrías; y seremos lentos en aceptar favores, porque no es noble estar ansioso de beneficios.

Ese querer desinteresado es el primer beneficio de la amistad, todo un privilegio. Recordando sus años universitarios, C. S. Lewis comenta que, en un grupo de íntimos, esa apreciación es a veces tan grande que cada uno se siente poca cosa ante los demás. Y se pregunta qué pinta él allí, entre los mejores. Tiene la gran suerte de disfrutar de esa compañía y de tomar lo mejor, lo más inteligente o lo más divertido que hay en ellos.

La amistad nace de una inclinación natural. Séneca explica a Lucilio que nos sentimos empujados a la amistad por un impulso natural, por un instintivo placer: así como existe aversión natural a la soledad y propensión a la vida en sociedad, así también existe un estímulo que nos hace desear la amistad. Estas son las razones de Aristóteles: la amistad parece darse de modo natural entre padres e hijos, y en general entre los hombres; por eso alabamos a los que aman a sus semejantes. Además, consideramos que el amigo es uno de los mayores bienes, y la carencia de amigos y la soledad es lo más terrible, porque toda la vida y el trato voluntario se desarrolla entre amigos: pasamos la mayor parte del tiempo con nuestros familiares y amigos, o con los hijos, padres y esposa.

Dice Eurípides que, cuando Dios da bienes, no hay necesidad de amigos. Pero nadie querría poseer todas las cosas y estar solo, pues el hombre es animal social, y por naturaleza necesita convivir. Para Cicerón, esto es fácil de ver si uno se imagina, por hipótesis, en un desierto, en medio de la abundancia y de la satisfacción, pero privado en absoluto de compañía humana. Incluso la persona más intratable necesita algún amigo sobre el que vomitar el veneno de su aspereza. Lewis precisa que la necesidad de la amistad no es biológica, pues no tiene valor de supervivencia; más bien es una de esas cosas que le dan valor a la supervivencia.

La amistad es fruto del convivir compartiendo. Los amigos comparten cosas, gustos, puntos de vista, proyectos. De hecho, la amistad suele nacer cuando dos o más compañeros descubren que tienen algo en común, desde la afición por un deporte a la coincidencia en los estudios. Solo los que no tienen nada no pueden compartir nada. Solo los que no van a ninguna parte no pueden tener compañeros de ruta. Aristóteles plasma esta idea en una inesperada descripción costumbrista: «Amistad es, en efecto, convivir, y desear para el amigo lo mismo que para sí. Y aquello en lo que ponemos el atractivo de la vida es lo que deseamos compartir. Por eso, unos beben juntos, otros disfrutan con el mismo juego, o practican el mismo deporte, o salen de caza, o charlan sobre filosofía».

SÉNECA

92 Las palabras de un amigo aligeran tus preocupaciones, su consejo aclara tus dudas, su alegría disuelve tu tristeza, y su sola presencia te hace sentir feliz.

93 No soy amigo tuyo si cualquiera de tus asuntos no lo hago también mío. La amistad hace que todo entre dos sea común. Al ser amigos, vivimos la misma vida.

94 Te agradezco que me escribas con frecuencia, Lucilio. Si los retratos de los amigos ausentes nos resultan gratos porque renuevan su recuerdo y aligeran la nostalgia, mucho más las epístolas, que nos procuran las huellas del amigo ausente, sus auténticos rasgos.

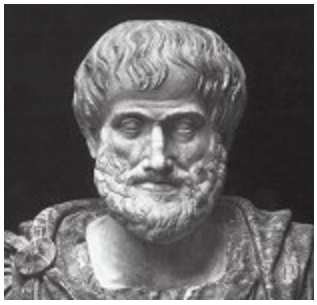
95 Cuida las amistades antiguas y procura ganar otras nuevas.

96 Aquellos que se pasan la vida corriendo por el mundo encuentran muchas posadas, pero pocas amistades.

97 Está escrito en nuestro propio corazón: hay que alegrarse de los éxitos de los amigos como si fueran nuestros.

98 En las amistades que la gente llama oportunistas, quien ha sido escogido por razones de utilidad agradará mientras resulte útil. Por este motivo, a los ricos les acosa una multitud de amigos, mientras que a los arruinados les acompaña la soledad, pues los amigos interesados escapan de la situación que les pone a prueba.

99 ¿Para qué sirve un amigo? Yo diría que para tener a alguien por quien morir, para tener a quien acompañar al destierro, oponiéndome a su suerte y sacrificándome por él. Y también diría que despoja a la amistad de su grandeza quien la reserva para las situaciones favorables.



ARISTÓTELES

100 La amistad es una virtud, va acompañada de virtud y es lo más necesario en la vida.

101 Además de necesaria, la amistad es también algo hermoso.

102 Sin amigos nadie querría vivir, aunque tuviera todo tipo de bienes.

103 En la pobreza y en las demás desgracias se considera a los amigos como el único refugio.

104 La amistad parece darse de modo natural entre padres e hijos, y en general entre las personas. Los legisladores aspiran sobre todo a la concordia, una especie de amistad que mantiene unida la ciudad, y lo que más procuran expulsar es la discordia.

105 Cuando los hombres son amigos, ninguna necesidad hay de justicia; en cambio, si son justos, también necesitan de la amistad.

106 La amistad por interés no busca el bien del amigo, sino el propio beneficio. Tampoco los frívolos son desinteresados, pues buscan su propio agrado. Estas amistades no son auténticas, y son fáciles de disolver cuando el amigo deja de ser útil o agradable.

107 Los amigos interesados no suelen convivir mucho, pues solo se estiman el uno al otro en la medida en que tienen esperanzas de beneficio.

108 La amistad entre los jóvenes suele tener por causa el sentimiento de agrado y las ganas de pasarlo bien. Eso es lo propio de la juventud, y por eso los jóvenes son amigos y dejan de serlo con facilidad, pues el sentimiento cambia fácilmente.

109 La amistad perfecta se da entre quienes son buenos e iguales en virtud, porque quieren el uno para el otro lo auténticamente bueno. Como la virtud es estable, estas amistades también lo son, además de útiles y agradables. Es natural, sin embargo, que tales amistades sean raras, porque los hombres no suelen ser así. Además, requieren tiempo y trato, pues no es posible conocerse en poco tiempo, ni tampoco aceptarse mutuamente como amigos hasta que cada uno se ha mostrado al otro como digno de afecto y confianza.

110 Los que se apresuran a intercambiar pruebas de amistad quieren, sin duda, ser amigos, pero no lo son aún, porque el deseo de amistad surge rápidamente, pero no la amistad.

111 Solamente la amistad entre los buenos está fuera del alcance de la calumnia, porque no es fácil creer lo que nadie diga sobre un amigo a quien uno mismo ha puesto a prueba durante mucho tiempo. Además, en los buenos se da la confianza mutua, y la imposibilidad de agraviarse, y todas las demás cosas que se consideran requisitos de la verdadera amistad. En cambio, en las otras amistades nada impide que surjan estos males.

112 La buena persona, al hacerse amiga de alguien, se convierte en un bien para su amigo.

113 La distancia no impide la amistad, sino su ejercicio. Pero si la ausencia se prolonga, también la amistad parece caer en olvido, y por eso se dice que la falta de trato deshace muchas amistades.

114 Es claro que ni los viejos ni las personas de carácter agrio se prestan a la amistad, porque es poco el agrado que puede encontrarse en ellos, y nadie puede pasar mucho tiempo con una persona molesta o desagradable, pues la naturaleza aspira a lo agradable.

115 Por eso los jóvenes se hacen pronto amigos, y los viejos no, y tampoco los de mal carácter. Pueden tener buenos sentimientos y ayudarse mutuamente, pero no serán del todo amigos, porque no les resulta agradable la mutua compañía y no conviven mucho.

116 No es posible ser amigo de muchos con amistad perfecta, pues la intimidad requiere tiempo y es difícil. En cambio, por interés o por pasarlo bien es posible tener bastantes amigos, pues ambas condiciones las reúnen muchos y no requieren mucho tiempo.

117 Los poderosos suelen buscar amigos útiles y frívolos: útiles para hacer con habilidad lo que se les manda; frívolos para el placer. El hombre bueno no suele hacerse amigo del poderoso, a menos que el poderoso le aventaje también en virtud, y esto no es nada frecuente.

118 Las amistades mencionadas se apoyan en la igualdad: los amigos obtienen lo mismo el uno del otro, y quieren lo mismo el uno para el otro. Pero también hay amistades fundadas en la desigualdad, como la del padre hacia el hijo, la del mayor hacia el más joven, y la del gobernante hacia el gobernado. En estos casos no obtienen lo mismo el uno del otro, ni deben pretenderlo, pues en las amistades fundadas en la superioridad el afecto debe ser también proporcional. La proporción consiste en que el mejor recibe más afecto que profesa, porque cuando el afecto es proporcionado al mérito se establece en cierto modo una igualdad, característica necesaria de la amistad.

119 La importancia de la igualdad se pone de manifiesto cuando se produce entre los amigos una gran diferencia en virtud, vicio, prosperidad o cualquier otra cosa: entonces dejan de ser amigos, y ni siquiera aspiran a serlo. Por eso es tan difícil que un hombre normal sea amigo de un rey o de un sabio.

120 Preferimos ser queridos, pero la amistad consiste más en querer. Como las madres, que se complacen en querer sin pretender que su cariño sea correspondido. Por eso, los amigos que saben querer son seguros.

121 Los buenos amigos no hacen peticiones torpes ni se prestan servicios de esa clase. Más bien impiden la torpeza, pues es propio de los buenos no apartarse del bien, y no permitir que se aparten sus amigos.

122 El hombre íntegro hace muchas cosas en favor de sus amigos y de su patria, hasta dar la vida si es preciso. Estará dispuesto a renunciar a las riquezas, a los honores y a cualquier ambición, si fueran incompatibles con una conducta noble. Preferirá poco tiempo de felicidad antes que toda una vida gris, y una sola acción hermosa y grande antes que muchas insignificantes. Si da su vida, gana un gran honor. Si da su dinero, consigue que su amigo tenga dinero, y alcanza la propia gloria. Puede llegar a no actuar para que actúe y se luzca su amigo. A un hombre así, es lógico que se le considere bueno, pues elige y antepone siempre lo más noble.

123 Dice Eurípides que, cuando Dios da bienes, no hay necesidad de amigos. Pero es absurdo atribuir al hombre feliz todos los bienes y no darle amigos, pues ellos constituyen el mayor de los bienes exteriores. Además, nadie querría poseer todas las cosas y estar solo, pues el hombre es animal social, y por naturaleza necesita convivir.

124 ¿Debemos buscar el mayor número posible de amigos, o un término medio entre demasiados y ninguno? Desde el punto de vista de la utilidad, lo mejor es un término medio, porque corresponder a los servicios de muchos es trabajoso y quizá imposible. También para pasarlo bien son suficientes unos pocos, como un poco de condimento en la comida. Si tenemos más amigos de los que necesitamos, resultarán molestos y embarazosos.

125 Por tanto, el número de amigos debe ser limitado y relativo: el mayor número con el que podamos convivir, ya que la convivencia parece condición necesaria de la amistad.

126 Está claro que no es posible dedicar tiempo a muchos. Tampoco es fácil identificarse con las alegrías y las penas de muchos, pues a veces hay que alegrarse con unos y entristecerse al mismo tiempo con otros.

127 Como no somos capaces de amar a muchas personas, no parece posible ser muy amigo de muchos. De hecho, una gran amistad solo es posible con pocos. Y los que tienen muchos amigos y los tratan familiarmente, dan la impresión de no ser amigos de nadie, y de obrar así por buena educación. Por cortesía y buen carácter se puede llegar a tener muchos amigos, pero no muchos íntimos. Contar con amigos íntimos es, además, una suerte que no todos tienen.

128 ¿Necesitamos más a los amigos en la prosperidad o en la desgracia? En ambas situaciones los buscamos: para pedir ayuda o para compartir la alegría. Pero es más necesaria la amistad en el infortunio, y más noble en la prosperidad. Y la presencia

de los amigos es grata tanto en los buenos momentos como en los malos. El amigo consuela con la presencia, y también con la palabra oportuna.

129 Nadie desea entristecer a los amigos con las propias desgracias. Por eso los fuertes procuran evitar que sus amigos tomen parte en sus penas, y no admiten compañeros de duelo.

130 La presencia de los amigos en los momentos buenos supone disfrutar juntos y tener conciencia de que ellos se alegran con nuestra alegría. Por eso parece que deberíamos invitarlos en esas ocasiones, y evitar en lo posible que participen en nuestras desgracias, porque los males se deben compartir lo menos posible. Sí debemos acudir a ellos cuando, a costa de una pequeña molestia suya, pueden hacernos un gran favor.

131 Por nuestra parte, deberemos acudir en su ayuda de buena gana, antes de que nos llamen. Eso será grato para ambos y más noble. Participaremos con gusto en las alegrías, pues también en ellas se necesita a los amigos. Y seremos lentos en aceptar favores, porque no es noble estar ansioso de beneficios. Cuidaremos, sin embargo, no caer en el extremo de rechazarlos con displicencia y por sistema, como algunas veces ocurre.

132 Igual que los que se aman desean, por encima de todo, verse, lo que más buscan los amigos es la convivencia. Amistad es, en efecto, convivir, y desear para el amigo lo mismo que para sí. Igual que nos resulta agradable la sensación de vivir, nos resulta grata la vida de nuestros amigos, y por eso buscamos su compañía. Y aquello en lo que ponemos el atractivo de la vida es lo que deseamos compartir con ellos. Por eso, unos beben juntos, otros disfrutan con el mismo juego, o practican el mismo deporte, o salen de caza, o charlan sobre filosofía. Y todos ellos pasan el tiempo juntos en aquello que más les gusta de la vida. Porque para convivir hay que buscar lo que favorezca la convivencia.

133 Por eso es peligrosa la amistad entre hombres de mala condición, pues se asocian para cosas bajas, y se vuelven malvados al hacerse semejantes unos a otros. En cambio, es buena la amistad entre los buenos, y los hace mejores conforme aumenta el trato, pues mutuamente se toman como modelo y se corrigen.

PENSAR EN LOS DEMÁS

Una de las formas más dignas de vivir consiste en despreocuparse de uno mismo y preocuparse por quienes tenemos alrededor. En este punto, Confucio no se anda por las ramas: «Solo hay dos caminos: la benevolencia y el egoísmo». Séneca extiende la benevolencia a los esclavos, pues son seres humanos como sus amos, que respiran y hablan igual que ellos, que gozan y sufren de igual manera. A Marco Aurelio, gobernante atento, no se le escapa que «hemos nacido para una tarea común, como los pies, como las manos, como los párpados, como las hileras de dientes superiores e inferiores. De modo que enemistarse y obrar unos contra otros va contra la naturaleza». Con su habitual perspicacia, Aristóteles extrae de esta evidencia una conclusión de máxima importancia: «Dado que las leyes buscan el bien común, la justicia parece la más perfecta de las virtudes, porque se ejerce a favor de los demás».

Se podría pensar que el bien común se opone al bien particular, pero no es así, pues es lo que beneficia a todos. En este sentido se puede entender como bien común lo que permite que cada ciudadano pueda poseer personalmente un cierto bien privado. Además, la dignidad de cada persona queda realzada en el deber de colaborar al bien común. A diferencia del animal, el hombre posee la capacidad de abrirse a lo común. Por eso, cuando antepone constantemente el bien privado, se asemeja al animal y traiciona su condición de persona. Pensar lo contrario es tanto como pensar que el desarrollo humano debe apoyarse en el egoísmo. Edith Stein cuenta en sus memorias cómo se puso al servicio de la Cruz Roja cuando la Primera Guerra Mundial interrumpió sus estudios universitarios: «Ahora mi vida no me pertenece, me dije a mí misma. Todas mis energías están al servicio del gran acontecimiento. Cuando termine la guerra, si es que vivo todavía, podré pensar de nuevo en mis asuntos personales».

Las responsabilidades frente al bien común no son iguales en todos los ciudadanos. Es mala la borrachera de un muchacho que viaja en un autobús, pero no tiene la misma trascendencia que la borrachera del conductor. De forma parecida, los hombres más conocidos de un país –políticos, artistas, intelectuales, deportistas de élite, etcétera– han de procurar ser íntegros, pues constituyen una minoría de prestigio cuya conducta tiende a ser imitada. El ejemplo de esas minorías tiene un poderoso efecto multiplicador, que ya era conocido mucho antes de la existencia de los grandes medios de difusión. Así lo advertía Cicerón: «Lo peor de las personas importantes no es su mala conducta –aunque sea un mal serio–, sino que tengan tantos imitadores. Pues basta con recorrer la Historia para ver que tal como fueron los principales ciudadanos de una república, así fue esa república, y los cambios que los grandes introdujeron en sus costumbres no tardaron en

ser adoptados por el pueblo. Por eso los grandes, cuando tienen vicios, resultan particularmente perniciosos para el Estado, pues además de estar corrompidos, corrompen a los demás».

La responsabilidad de los ciudadanos respecto al bien común tiene dos vertientes. Por una parte, es un deber primordial intervenir, según las propias posibilidades, en las distintas esferas de la vida pública. Cuando se olvida este deber surgen el desinterés hacia lo que es de todos, el abstencionismo electoral, el fraude fiscal, la crítica estéril de la autoridad y la defensa egoísta de los privilegios a costa del interés general. Es Cicerón quien denuncia a quienes, «por dedicarse solo a sus negocios o por ser insociables, se aíslan alegando que no hacen mal a nadie. No se dan cuenta de la injusticia que cometen al desentenderse de la sociedad y no emplear en su servicio ni su atención, ni su trabajo, ni sus cualidades».

La actitud contraria aparece en estas palabras de Edith Stein: «Todas las pequeñas bonificaciones que nos proporcionaba nuestro carné de estudiantes –rebajas para el teatro, conciertos y cosas semejantes– las veía yo como un cuidado amoroso del Estado para con sus hijos predilectos, y despertaban en mí el deseo de corresponder más tarde con agradecimiento al pueblo y al Estado, mediante el ejercicio de mi profesión. Yo me indignaba por la indiferencia con que la mayoría de mis compañeros reaccionaban ante las cuestiones sociales. Parte de ellos no hacían otra cosa en los primeros semestres que ir tras los placeres. A otros solo les preocupaba lo que necesitaban para pasar el examen y más tarde asegurarse el pesebre».

Naciones Unidas, en su célebre Declaración Universal de Derechos Humanos, nos recuerda que los ciudadanos, en la medida de sus facultades, han de dar a sus bienes y actividades un sentido social: «Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad puesto que solo en ella puede desarrollar libre y plenamente su personalidad». Se abre así el gran campo de las actividades culturales, benéficas, científicas, asistenciales, deportivas, etcétera, con sentido social, y promovidas por la iniciativa de los ciudadanos. El hombre no podría vivir fuera de la sociedad, y por ello es una obligación de justicia colaborar en la configuración social, aportando para ello las propias capacidades personales, que solo dentro de la sociedad hemos podido adquirir y desarrollar.

Por último, no hay que olvidar la función social de la propiedad, que nos debe llevar a destinar los propios bienes –en cuanto sobrepasan a nuestra digna sustentación– en favor de los demás. De lo contrario, es fácil caer en el uso injusto de las riquezas.

CONFUCIO

134 Solo hay dos caminos: la benevolencia y el egoísmo.

135 ¿Me pides un consejo para toda la vida? Perdonar a los demás y no hacer a nadie lo que no quieras que te hagan a ti.

136 La benevolencia consiste en que, cuando salgas de tu casa, te comportes con todos como si fueran personajes importantes; en no hacer a otros lo que no quieras que te hagan a ti; y en no dar lugar a ninguna murmuración contra ti, ni entre tu familia ni en el país.

137 El amor a los padres y entre los hermanos es la fuente de todas las acciones benevolentes. Implica respeto a sus situaciones, aumento de sus rentas y participación en sus alegrías y sinsabores.

138 Un joven debe amar a sus padres cuando está en su casa, y ser fraternal con todo el mundo, además de diligente y sincero. Si después de practicar esto le quedan fuerzas, las empleará en el estudio de los libros sagrados.

139 Cuando un grupo de personas conversa durante un día entero sin hablar en ningún momento de la justicia, estamos ante un grupo de personas de difícil corrección.

140 Lo bello de una comunidad es su grado de generosidad para con el prójimo.

141 Para que haya buen gobierno debe haber abundancia de comida, un ejército suficiente y confianza de los súbditos en el gobernante.

142 El gobernante debe poner su ejemplo ante todos y ser diligente.

143 El que gobierna con la virtud es comparable a la estrella Polar, que permanece en su lugar mientras el resto de los cuerpos celestes se vuelve a saludarla.

144 Para gobernar un país hay que respetar sus intereses, tener confianza en la gente, ser económico en el gasto, amar a las personas y no hacer levas más que en los tiempos apropiados.

145 ¿Es necesaria la pena de muerte para gobernar? Si el soberano desea lo bueno, el pueblo será bueno. Porque el soberano y su pueblo son como el viento y la hierba: cuando el viento sopla, la hierba se inclina en su dirección.

146 Cuando un gobernante es recto, se pondrán las cosas en práctica aunque no dé órdenes; si no es recto, aunque dé órdenes nadie le obedecerá.

147 Si deseas gobernar bien, no quieras que las cosas se hagan deprisa y no te fijes en los pequeños beneficios. Si las cosas se hacen deprisa no se acabarán bien, y si te fijas en las pequeñas ventajas, no llevarás a cabo los asuntos importantes.

148 Los gobernantes antiguos que querían mejorar el mundo ponían antes orden en su reino; para poner orden en su reino ponían antes orden en su casa; antes de poner orden en su casa se perfeccionaban ellos mismos; y para perfeccionarse a sí mismos rectificaban su corazón.

SÉNECA

149 ¿Una receta infalible? Si quieres ser amado, ama.

150 ¿De qué me sirve saber dividir en partes un campo, si no sé compartirlo con mi hermano?

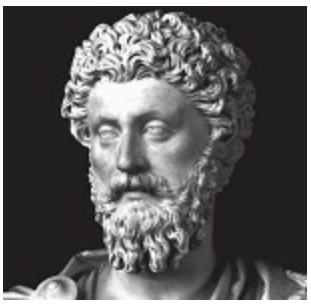
151 Alégrate con las alegrías de los demás, conmuévete con sus desgracias y no olvides lo que debes hacer y evitar.

152 Piensa que este a quien llamas esclavo ha nacido de la misma semilla que tú, goza del mismo cielo, respira de la misma forma, vive y muere como tú. Tú puedes verlo a él libre como él puede verte a ti esclavo.

153 Son esclavos, pero también son hombres. Son esclavos, pero comparten tu casa. Son esclavos, pero también humildes amigos. Son esclavos, pero también compañeros de esclavitud si consideras que la fortuna tiene los mismos derechos sobre ellos que sobre nosotros.

154 No quiero entrar en tema tan vasto y discutir sobre el trato a los esclavos, con quienes nos portamos de forma tan egoísta, cruel e injusta. Sin embargo, esta es mi norma: vive con el inferior del modo como quieres que el superior viva contigo.

155 Acoge a tu esclavo con bondad, incluso con afabilidad. Admítelo a tu conversación, a tu consejo, a tu intimidad.



MARCO AURELIO

156 Hemos nacido para una tarea común, como los pies, como las manos, como los párpados, como las hileras de dientes superiores e inferiores. De modo que enfadarse y obrar unos contra otros va contra la naturaleza.

157 Nuestro objetivo ha de ser siempre el bien común y hacer todo teniendo como referencia el mayor bienestar de los demás.

158 Igual que están los miembros del cuerpo en los individuos, así los seres racionales, aunque en cuerpos separados, están constituidos para una misma colaboración.

159 Todo lo que no hagas en favor de los demás desgarra tu vida, la disgrega y la hace conflictiva. Si eres parte del conjunto social, procura que todas tus acciones sirvan a la sociedad.

160 No malgastaré lo que me resta de vida sin dedicarla a ayudar a los demás.

161 Soportarse unos a otros es parte de la justicia, ya que los hombres yerran sin querer. Por eso, si alguien fracasa, instrúyelo con amabilidad y muéstrale lo que ha descuidado.

162 Acomódate a las cosas que te han cabido en suerte. Y a los hombres con los que te ha tocado vivir, ámalos, pero de verdad.

163 No hagas manifestación de tu cólera ni de ninguna otra pasión, sino de ser impasible y afectuoso.

164 Si puedes, corrígele con tu enseñanza; si no, recuerda que para ello se te ha dado la benevolencia. También los dioses son benevolentes con él.

165 Las bromas que gastes, que tengan buena intención.

166 Cuando alguien se confunda contra ti, piensa en tus errores y le comprenderás, y no te sorprenderás ni te encolerizarás.

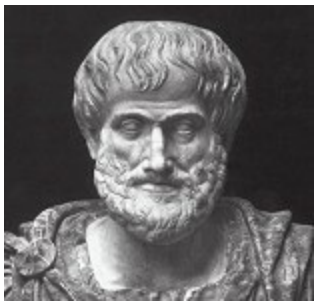
167 Cuando otro te critique o te odie, acércate a su pequeña alma y recorre su interior para mirar cómo es en realidad, pensando siempre bien de él.

168 ¿Me odiará alguien? Allá él. Yo seré amable y benévolo con cualquiera, y con esa persona estaré dispuesto a mostrarle su desconsideración sin reproche, sin ostentación de mi tolerancia, con sencillez y bondad.

169 Para juzgar los comportamientos ajenos con verdadera comprensión, hay que informarse mucho antes.

170 No hay que censurar a nadie.

171 No puedo encolerizarme con quien es de mi familia, ni odiarlo.



ARISTÓTELES

172 Es justo el que cumple las leyes. Y como las leyes buscan el bien común, la justicia parece la más perfecta de las virtudes, porque se ejerce en favor de los demás. «Ni el atardecer ni la aurora son tan maravillosos como ella», escribió Eurípides.

173 Reina la justicia donde reina la ley. Gracias a la ley no nos gobierna un ser humano sino la razón, pues un gobernante sin leyes gobernaría en su propio interés y se convertiría en tirano.

174 La justicia puede ser natural y legal. La natural es inmutable, porque lo que es por naturaleza no cambia y tiene en todas partes la misma fuerza, lo mismo que el fuego quema tanto aquí como en Persia. En cambio, la justicia legal es variable, porque se funda en la utilidad y en el acuerdo, parecida a las medidas de vino y trigo, que no son iguales en todas partes.

175 Tanto los actos justos como los injustos se definen por su carácter voluntario. Llamo voluntario a lo que uno hace estando en su poder hacerlo o no, sin ignorar a quién, con qué y para qué lo hace.

176 De las acciones involuntarias, unas son perdonables y otras no. Todos los errores que se cometen no solo con ignorancia sino por ignorancia son perdonables.

177 Los hombres piensan que para conocer lo que es justo y lo que es injusto no se requiere sabiduría, porque ya lo dicen las leyes. Pero las leyes son generales, mientras que las acciones son concretas. Todo el mundo sabe lo que es amputar, pero realizar esa operación para curar a un enfermo es tan difícil como ser médico.

178 Toda ley es universal, pero la variedad de acciones humanas es tan grande que algunas quedan fuera de la formulación general. En esos casos hay que obrar como lo hubiera establecido el legislador si hubiera conocido esa casuística. El que obra así, sin exigir una justicia minuciosa, es equitativo, y su disposición se llama equidad, una especie de rectificación de la justicia legal. Por tanto, ser equitativo es mejor que ser simplemente justo.

179 Es malo sufrir la injusticia, pero es peor cometerla. Ser injusto es un vicio censurable, pero padecer la injusticia no significa ser injusto ni vicioso.

180 Lo propio del generoso no es tomar sino dar, pues es más propio de la virtud hacer el bien que ser objeto de él. Por eso la gratitud se tributa al que da, no al que toma.

181 Es más fácil no tomar que dar, porque a los hombres les cuesta más desprenderse de lo suyo que no recibir lo ajeno. De hecho, el nombre de generoso se reserva para los que dan, porque los que no toman no son llamados generosos sino justos.

182 Los generosos son quizá los hombres más amados entre los que lo son por su virtud, porque la virtud de dar también les hace útiles.

183 El que da a quien no debe o lo hace por interés no es generoso. Tampoco el que da con dolor, pues prefiere su dinero a la acción hermosa. El generoso no da a cualquiera, sino a quien debe y cuando debe. También es propio del generoso excederse en dar, hasta dejar poco para sí mismo, pues el generoso se olvida de sí.

184 La generosidad no consiste en la cantidad de lo que se da, sino en la disposición del que da. Nada impide, por tanto, que sea más generoso el que da menos, si su fortuna es menor.

185 La mayoría de los pródigos derrochan pronto sus recursos y se ven forzados a recuperarlos donde no deben. También dan a quien no lo merece, y no dan a quien lo merece. Dan, por ejemplo, a quienes les adulan o les consiguen placeres. Por esta

razón suelen ser depravados, pues derrochan para sus vicios. Y esta falta de rectitud es la que corrompe lo que podían tener de generosos.

186 El pródigo puede ser encauzado hacia la generosidad, en cambio la avaricia parece incurable, y crece con la vejez. También es más connatural a la condición humana, pues los hombres suelen ser más amantes del dinero que dadivosos.

187 Hay muchas clases de avaricia. Llamamos tacaño, cicatero o mezquino a todo el que se queda corto en dar. También son avaros los que intentan sacar provecho de todas partes y no les importa dedicarse a negocios sucios como la prostitución o la usura. También lo son el jugador, el ladrón y el bandido. Unos y otros soportan la mala fama por afán de lucro.

188 Otra virtud relativa a las riquezas es la magnificencia. A diferencia de la generosidad, no se extiende a todas las acciones que tratan de dinero, sino únicamente a las grandes sumas. Por eso, el espléndido es generoso, pero el generoso no por ello es espléndido. Tampoco un pobre puede ser espléndido, y si lo intenta es un insensato, pues carece de recursos.

189 Los gastos del espléndido son elevados y oportunos, siempre por motivos dignos, con gusto y desprendimiento. Motivos dignos son todos los relacionados con el culto a los dioses, y también la solidaridad. El espléndido no gasta para sí mismo sino para los demás.

190 El defecto de esta virtud se llama mezquindad, y el exceso ostentación y mal gusto. La ostentación consiste en gastar mucho por motivos ridículos, con un brillo fuera de tono: por ejemplo, invitando a los amigos como si se tratara de una boda. El ostentoso no se excede por nobleza sino para exhibir su riqueza y pensar que por ella consigue la admiración general.

191 El mezquino es el que debe gastar mucho pero se queda corto en todo, y se lamenta y estudia la manera de gastar lo menos posible. Ostentación y mezquindad son vicios que no acarrean deshonra porque no perjudican a los demás ni son vergonzosos.

CLAVES
DE LA CONDUCTA

Junto a su naturaleza biológica, recibida por nacimiento, el hombre es capaz de adquirir una segunda naturaleza: repitiendo acciones libres va tejiendo su propio estilo de conducta, su modo de ser mejor o peor. A través de los actos que repetimos y olvidamos se decanta en nosotros una forma de ser que permanece. Pero la libertad ofrece la posibilidad permanente de lograr tanto una conducta digna del hombre como una conducta indigna. Así, unos se hacen justos y otros injustos, unos trabajadores y otros perezosos, responsables o irresponsables, amables o violentos, veraces o mentirosos, reflexivos o precipitados, constantes o inconstantes.

La libertad nos brinda posibilidades de protagonizar actos buenos y malos. En el primer caso adquirimos virtudes; en el segundo, vicios. Para algunos, la palabra «virtud» está devaluada. Sin embargo, nació en la Roma de los emperadores y las legiones. Y significaba fortaleza, el esfuerzo propio del *vir*, del varón: la virilidad. Así que los romanos, pueblo de conquista, llamaron virtuosa a la conducta propia del hombre, que debe ser esforzada, no perezosa y abandonada.

Aristóteles entiende las virtudes como modos de ser perfectivos, las analiza a fondo y las reconoce como poderes excelentes. Ningún profesional de la enseñanza desconoce la incidencia educativa de esta estrategia de repetición. Al igual que una golondrina no hace verano, un acto aislado no constituye un modo de ser. Sabemos que para consolidar una conducta es imprescindible la repetición de los mismos actos. Por eso se ha dicho que el que siembra actos recoge hábitos, y el que siembra hábitos cosecha su propio carácter. En consecuencia, «adquirir desde jóvenes tales o cuales hábitos no tiene poca o mucha importancia: tiene una importancia absoluta». Es la conclusión de Aristóteles, compartida de forma unánime por todos quienes han tenido y tienen que educar.

Los pedagogos saben que, si los hábitos perfectivos no arraigan pronto, la personalidad del niño queda a merced de sus deseos. Hemos leído que se aficionó Lázaro de Tormes al vino, y el ciego a quien servía sospechó y vigiló el jarro en las comidas. Pero el deseo ya había ganado la batalla a la voluntad del chiquillo: «Yo, como estaba hecho al vino, moría por él». Cuando un hábito peligroso cristaliza, puede resultar imposible erradicarlo. Pero la víctima de un vicio es, en gran medida, responsable de su impotencia, porque «ha llegado a ser injusto o depravado», dirá Aristóteles, «a base de cometer injusticias o de pasarse la vida bebiendo y en cosas semejantes, cuando en su mano estaba no haber llegado a lo que ahora es».

La repetición de un mismo acto cristaliza en un tipo de conducta estable y fácil que llamamos hábito. Gracias a los hábitos, el hombre no está condenado como Sísifo a empezar constantemente de cero. El hábito conserva la posición ganada con el sudor de los actos precedentes, y hace de la ética una descansada tarea de mantenimiento. Experimentamos los hábitos como una conquista fantástica. Sin ellos, la vida sería imposible: gastaríamos nuestros días intentando hablar, leer, andar..., y moriríamos por agotamiento y aburrimiento. Para valorar nuestro hábito de hablar castellano bastaría considerar el esfuerzo que nos supondría aprender ruso ahora, y dominarlo con la misma fluidez.

Todo esto se cumple de manera eminente en la conducta ética, y se conoce desde antiguo. Ya dijo Aristóteles que sería inútil saber lo que está bien y no saber cómo conseguirlo, de la misma manera que no nos conformamos con saber en qué consiste la salud, sino que queremos estar sanos. Y el secreto para afianzar una conducta es la repetición. En la *Ética a Nicómaco* encontramos una respuesta precisa: «Los hábitos no son innatos sino que se adquieren por repetición de actos, cosa que no vemos en los seres inanimados, pues si lanzas hacia arriba una piedra diez mil veces, jamás volverá a subir si no es lanzada de nuevo».

CONFUCIO

192 El hombre ha nacido para ser recto.

193 Las tres virtudes universales son el conocimiento, la benevolencia y la valentía.

194 Haz de la sinceridad y de la lealtad tus fundamentos.

195 La práctica del justo medio es la virtud. Durante largo tiempo, raros han sido los hombres que han alcanzado ese punto.

196 Ten como base la fidelidad y la sinceridad.

197 Cuando te equivoques, no temas corregir tus errores.

198 Los que aman las virtudes humanitarias consideran que están por encima de todas las demás cosas.

199 La virtud no se queda sola. El que la practica tiene necesariamente vecinos.

200 Lo que más me preocupa es el deficiente cultivo de la virtud, que lo estudiado no se someta a crítica, que no seamos capaces de seguir los principios aprendidos, y que lo malo no se pueda cambiar.

201 Orientemos la voluntad hacia el buen camino; agarrémonos a la virtud; armonicémonos con la benevolencia; descansemos en el arte.

202 Me agrada vivir entre cosas sencillas, como son el tener arroz ordinario para comer, agua para beber, y mi brazo doblado como almohada.

203 El general de un gran ejército puede ser vencido y apresado, pero la voluntad del más común de los hombres no puede ser forzada a doblegarse.

204 Detesto las apariencias, detesto que se confunda la cizaña con el grano, detesto que las palabras retorcidas se confundan con la rectitud, detesto que el discurso hábil se confunda con la sinceridad, detesto que se llame honestos a los que no son verdaderamente virtuosos.

205 La sinceridad es la vía del cielo y el camino del hombre.

206 Si no se respeta lo sagrado, no hay nada sobre lo que se pueda edificar una conducta.

207 El que escucha los principios del buen camino por la mañana, puede morir tranquilamente por la tarde.

208 El que ofende al Cielo no tiene a quien rogar.

SÉNECA

209 El único bien es vivir honestamente.

210 El olvido del bien es algo propio de los seres humanos, no de los tiempos.

211 La naturaleza nos ha creado magnánimos y nos ha dado un espíritu glorioso y elevado, que busca vivir con honestidad.

212 Si llegas a distinguir lo malo de lo bueno y no te dejas llevar por lo que haga o diga la mayoría, conseguirás un alma noble.

213 Una acción no será recta si la voluntad no es recta. Pero la voluntad no será recta sin rectitud del alma, pues en ella nace la voluntad.

214 En el fondo, la virtud es lo que pide nuestra naturaleza, porque los vicios nos resultan enemigos y perjudiciales.

215 La virtud tiene dos momentos: la contemplación de la verdad y su puesta en práctica.

216 ¿Me preguntas qué busco en la virtud? A ella misma, pues no tiene nada mejor que ella, y ella misma es su premio.

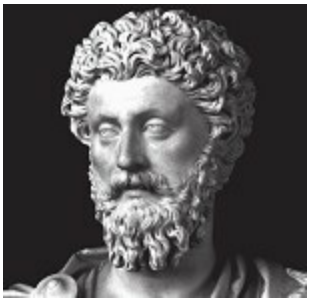
217 Aunque el exceso de placer perjudica, no hay que temer el exceso de virtud, porque en ella misma está la medida.

218 Que te agrade recorrer las virtudes una a una: la fortaleza, la fidelidad, la templanza, la afabilidad, la sencillez, la modestia, la moderación, la frugalidad y la clemencia.

219 El premio de un acto bueno es haberlo realizado.

220 Todo el que quiera llegar a donde se ha propuesto ha de seguir un solo camino, no ir vagando por muchos.

221 Tener principios es poseer una convicción que se extiende a la vida entera.



MARCO AURELIO

222 A todas horas debes pensar, como romano y como hombre, en hacer lo que tienes entre manos con seriedad meticulosa y sincera, con amor, libertad y justicia, y en no perder el tiempo con fantasías inútiles.

223 Si es común la razón que nos hace racionales, también es común la razón que prescribe lo que debemos hacer o evitar. Por tanto, también hay una ley común.

224 Si no está bien, no lo hagas. Si no es verdad, no lo digas.

225 Evitar la propia maldad es posible. Evitar la ajena es imposible.

226 Si en la vida encuentras algo mejor que la justicia, que la verdad, que la prudencia, que la valentía..., entrégate a ello con toda tu alma y disfrútalo. Pero si no aparece nada mejor que la divinidad misma, que tiene su morada en tu interior, no la cambies por nada del mundo.

227 Nada puede impedirte ser justo, tener grandeza de ánimo, obrar con prudencia, pensar antes de obrar, no ser mentiroso, no perder la vergüenza, ser libre.

228 Muchas veces comete injusticia el que no hace nada, no solo el que hace algo.

229 No pienses mal de nadie.

230 ¿Qué puede contra ti la persona más violenta si la tratas con amabilidad?

231 Se perjudica quien persiste en su propio engaño e ignorancia.

232 No has de renunciar a ser libre, honesto, solidario, sobrio y dócil ante Dios.

233 Has de tener un amor verdadero a tus hijos.

234 La persona buena, sencilla y amable lo lleva en sus ojos y no lo puede disimular.

235 ¿Te va a importar que te critique otro en lo que es justo y está bien?

236 Con relación a los dioses no soy supersticioso; con relación a los hombres, no soy demagogo, ni obsequioso, ni busco el favor del pueblo.

237 Prefiero ser sobrio y firme, nunca vulgar ante la belleza ni deslumbrado por la novedad.

238 Es propio de la persona buena desear y conformarse con lo que le ocurre, y estar entrelazado con su destino.

239 Si puedes llamarte a ti mismo bueno, decente, verdadero, prudente, amigo y razonable, pégate a esos adjetivos.

240 Que nadie pueda afirmar que no eres sencillo y buena persona. Eso es algo que está en tu mano. ¿Quién te puede impedir ser así?

241 Señal distintiva del ser humano es amar también a los que tropiezan.

242 La amabilidad lo puede todo si es sincera, si no es fingida.

243 En lugar de discutir sobre las cualidades del hombre bueno, procura serlo tú.

244 Si se pierde la conciencia del mal, ¿qué motivo hay para vivir?

245 El injusto se hace daño a sí mismo.

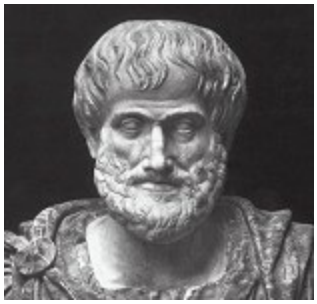
246 Es cruel no dejar a los hombres que persigan aquello que les parece adecuado y conveniente.

247 Que los impulsos te manejen como si fueras una marioneta es propio de fieras, no de hombres.

248 Procura que tu espíritu divino sea más fuerte que los placeres y los sufrimientos, que no haga nada con mentira o fingimiento.

249 Yo cumplo mi propio deber, lo demás no me distrae.

250 No estimes jamás por conveniente lo que alguna vez pueda obligarte a traicionar la lealtad, a abandonar el pudor, a odiar a alguien, a sospechar, a maldecir, a ser hipócrita, a desear algo que necesita paredes y cortinas.



ARISTÓTELES

251 Se puede ser bueno por naturaleza, por hábito y por educación. Pero los buenos por naturaleza se lo deben a los dioses, no a sí mismos.

252 La virtud es el mayor de los bienes humanos.

253 Lo importante no es saber qué es la virtud, sino cómo se conquista. Pues no nos conformamos con saber lo que son el valor y la justicia, sino que queremos ser valientes y justos. De la misma manera, queremos estar sanos más que saber en qué consiste la salud.

254 La conducta humana se consolida gracias a los hábitos. Y los hábitos no son innatos sino que se adquieren por repetición de actos, cosa que no vemos en los seres irracionales, pues si lanzas hacia arriba una piedra diez mil veces, jamás subirá si no es obligada por la fuerza.

255 Toda virtud es un hábito, una costumbre que se adquiere mediante la reiteración de actos semejantes. Es lo que sucede con cualquier aprendizaje: para dominar un instrumento musical hay que practicar, y para ser constructor hay que construir.

256 Del mismo modo, nos hacemos justos practicando la justicia. Y, si nos ejercitamos en la fortaleza y la templanza, seremos templados y fuertes. Prueba de ello es lo que ocurre en la sociedad: los legisladores hacen buenos a los ciudadanos haciéndoles adquirir costumbres, y si no obran así se equivocan, y en eso se distingue un régimen de gobierno bueno, de otro malo.

257 Si la conducta no necesitase de la educación y la costumbre, no habría ninguna necesidad de maestros, pues todos seríamos buenos o malos de nacimiento.

258 Pero lo cierto es que la repetición de los mismos actos es imprescindible para alcanzar la virtud, pues es nuestra actuación habitual en los negocios lo que nos hace justos o injustos, y nuestra actitud ante el peligro lo que nos hace valientes o cobardes.

259 Lo mismo ocurre con los placeres y la forma de ser: unos se vuelven moderados y apacibles, y otros desenfrenados e iracundos, según se hayan comportado de forma habitual.

260 Los hábitos se consiguen por repetición de actos. De ahí la importancia de repetir actos buenos. Por consiguiente, adquirir desde jóvenes tales o cuales hábitos no tiene poca importancia, ni siquiera mucha: tiene una importancia absoluta.

261 Para ser bueno no basta querer. Tampoco basta saber. Si no se realizan muchos actos buenos, nadie tiene la menor probabilidad de llegar a ser bueno.

262 Los que se dedican a teorizar sobre el bien se parecen al enfermo que escucha atentamente al médico y luego no hace nada de lo que le prescribe. Y así, este no curará su cuerpo con la medicina, y aquellos no sanarán su espíritu con la filosofía.

263 De la conducta humana es difícil hablar con precisión. Más que reglas fijas, el que actúa debe considerar lo que es oportuno en cada caso, como ocurre también con el piloto de un barco.

264 Hablando en general se puede afirmar que una conducta es mala tanto por defecto como por exceso, igual que es malo para la salud tanto la falta de ejercicio como su exceso. También si la comida y la bebida son insuficientes o excesivas, arruinan la salud.

265 Lo mismo sucede con las virtudes. El que siempre se acobarda y nunca planta cara se vuelve cobarde. El que no conoce el miedo y afronta cualquier peligro es un temerario. Y el que persigue todos los placeres se convierte en un desenfrenado. Así pues, las virtudes se destruyen por exceso y por defecto, y el término medio las conserva.

266 Para apartarnos de los extremos debemos estar en guardia frente a lo agradable y placentero, porque no lo juzgamos con imparcialidad.

267 Respecto al placer hemos de sentir lo que dijeron de Helena los ancianos troyanos: «Se parece a las diosas, mas por bella que sea debe volver a Grecia, y no quedarse para ruina nuestra y de nuestros hijos».

268 El término medio acierta. Pero no el mismo para todos, sino relativo a cada persona: un deportista no debe comer lo mismo que un recién nacido. Por tanto, cada uno tiene su propio término medio. Por eso se ha dicho que «hay una manera de ser bueno, y muchas de ser malo».

269 Respecto a la ira, por ejemplo, es virtuoso el que se enfada cuando debe, con quien debe y como debe. Sin embargo, no es nada fácil determinar cómo, con quiénes, por qué motivos y por cuánto tiempo debemos enfadarnos, ni hasta dónde es razonable hacerlo.

270 Término medio no significa mediocridad, sino lo contrario: excelencia y superioridad sobre dos vicios extremos.

271 No todas las acciones y pasiones admiten el término medio, pues hay algunas malas de por sí. Por ejemplo, pasiones como el odio o la envidia, y acciones como el adulterio, el robo o el homicidio. Todas ellas son malas en sí mismas, precisamente porque son excesos o defectos, y por ello son siempre equivocadas y nunca buenas.

272 Hallar el término medio no es fácil. Por eso tampoco es fácil ser bueno. Por eso el bien es raro, laudable y hermoso.

EL ESFUERZO NECESARIO

Estación de esquí. Al iniciar el descenso, escoges una pista. Y dentro de esa pista eliges rutas. En tu descenso hay libertad. La vida es también elección libre de caminos, pero no con la facilidad del que se desliza cuesta abajo: no es libertad en lo fácil sino en lo arduo. Marco Aurelio dice que el arte de vivir se parece más a la lucha que a la danza. Lo escribió en campaña, pero su mensaje es necesario para tiempos de paz, porque nuestro cuerpo es vulnerable siempre; porque nadie nacería sin la fortaleza de la mujer en el parto, nadie comería sin el esfuerzo del que trabaja la tierra o del que arriesga su vida en la mar. Así que no es aventurado afirmar que la sociedad siempre ha descansado sobre las espaldas de los fuertes.

Es bueno esforzarse por las cosas que merecen ser poseídas y conservadas: la vida, la salud, la buena fama, la amistad, el bienestar, la paz, la justicia... Pero las dificultades pueden convertir su consecución en dura conquista, y su conservación en esforzada defensa. Ser fuerte significa aceptar esas penas por las cosas que merecen la pena. Paul Claudel se lo explicaba a su hijo con estas palabras: «Un joven necesita heroísmo para resistir a las tentaciones que le rodean; para creer él solo en una doctrina despreciada; para hacer frente, sin retroceder una pulgada, a la blasfemia y a la burla que llenan los libros, las calles y los periódicos; para resistir a su familia y a sus amigos; para estar solo contra todos».

Una dimensión de la fortaleza es la coherencia: vivir de acuerdo con lo que se cree, aceptar el riesgo de la incomprensión antes que permitir rupturas entre lo que se piensa y lo que se vive. La falta de coherencia resalta en los personajes públicos –de ahí procede cierta mala fama de los políticos–, pero también en ellos es donde más brilla su cultivo. Para las situaciones difíciles está la salida astuta y cínica del viejo refrán: «Si no puedes vencerlos, únete a ellos», pero muy por encima está la grandeza de la coherencia, como apreciamos en Sócrates: «Los principios que profesé toda mi vida no debo abandonarlos hoy porque mi situación haya cambiado; los sigo mirando con los mismos ojos, les sigo teniendo el mismo respeto y veneración que antes; y si no los hay mejores, ten por seguro que no cederé en lo que me propones, aunque todos intenten asustarme como a un niño, con amenazas más horribles que la confiscación, las cadenas o la muerte».

El acto más propio de la fortaleza, el más cotidiano, el más necesario, y también el más difícil, es la resistencia. Resistir significa no abandonar la tarea, no rendirse, no dejarse arrebatar la serenidad ni la clarividencia. Esa resistencia se llama «paciencia», palabra que ahora mismo puede gozar de cierta mala fama y evocar pusilanimidad, justo lo contrario de lo que en realidad significa. Poco antes de morir, Sócrates escucha estas

palabras de su amigo Critón: «Muchas veces te he admirado por tu carácter, pero mucho más te admiro ahora en medio de tu desgracia, viendo qué fácilmente y con qué ánimo la soportas».

La paciencia preserva al hombre del peligro de ser abrumado por la tristeza, y le mantiene dueño de sí, sin doblegarse ante las conveniencias, pues, como dijo Cicerón, es indigno del hombre rendirse a otro hombre, a los temores o a los vaivenes de la vida. De un hombre que resiste se ha dicho que puede ser destruido, pero no derrotado. ¿Cuál es la fuente de esa valentía? No puede ser otra que la esperanza en la victoria. Antes de una batalla decisiva, cuentan que Alejandro Magno reunió a sus generales y les repartió todos sus bienes. Cuando uno de ellos, extrañado, preguntó cómo es que regalaba todo y se quedaba sin nada, Alejandro respondió: «A mí me queda la esperanza». Por eso, la mayor fortaleza es la que se nutre de la mayor esperanza. Ello explica –dice Pieper– que «quien reduce su visión al ámbito de lo que está del lado de acá de la muerte, no ve sino inutilidad y absurdo».

Los primeros griegos incluyeron entre las conductas esforzadas la grandeza de alma o magnanimidad, que en los hombres de acción consiste en el ánimo para las grandes empresas, y que invita a cierta impasibilidad ante los reveses de la fortuna. Con los estoicos, el temple anímico del entusiasmo será sustituido por la resignación. Para el estoico, certeramente retratado como «hombre a la defensiva», toda la virtud consistirá en aguantar. Y se busca la ataraxia o serenidad sobre todas las cosas. Y se llega a una forma extrema de autarquía –el viejo ideal helénico de independencia personal–, expresada en la famosa fórmula «sustine et abstine», soporta y renuncia. Difícilmente se podría encontrar un binomio más claro de moral mínima para los tiempos inseguros de Nerón. Una moral de aguante, una doctrina para tiempos duros. Pero ¿acaso alguna vez los tiempos no han sido, no son, o no van a ser duros?

Marguerite Yourcenar pone en boca del emperador Adriano esta consideración: «Siempre tendremos, para mantener tensas las virtudes heroicas del hombre, la larga serie de males verdaderos: la muerte, la vejez, las enfermedades incurables, el amor no correspondido, la amistad rechazada o vendida, la mediocridad de una vida menos vasta que nuestros proyectos y más opaca que nuestros ensueños». Además, por una misteriosa incoherencia, ningún hombre es como a él le gustaría ser. Sabemos que los seres humanos traicionan a menudo sus propias convicciones éticas, que no hacen el bien ni evitan el mal que deberían. En esa debilidad constitutiva se manifiesta también la necesidad de la fortaleza. Unas veces, son los bienes primarios quienes ejercen una presión desmedida: la comida, la bebida, el sexo, la comodidad o la salud pueden adquirir un atractivo casi irresistible. En otros casos, el desorden nace del enorme

protagonismo que hemos ido concediendo al dinero, al trabajo, a la posición social. Como toda conducta repetida cristaliza en un hábito, las concesiones a cualquier desorden cristalizan en un hábito desordenado, en un vicio.

En todo caso, los estoicos aconsejan plantar cara al sufrimiento. Séneca tiene en la cabeza el ejemplo de Ulises, que tanto soportó durante tantos años: «Ni siquiera en un año podría yo narrar todas las penalidades que ha soportado mi ánimo por voluntad de los dioses». Borges, ciego y estoico, da las gracias «al divino laberinto de los efectos y de las causas..., por el rostro de Helena y la perseverancia de Ulises». De un Ulises «que en los días y noches del destierro / erraba por el mundo como un perro / y decía que Nadie era su nombre».

El hombre antiguo se prepara para resistir como una roca la tempestad que le rodea. Ahora los consejos vienen del emperador Marco Aurelio: «Sé igual que un islote donde se quiebran las olas sin cesar. Él permanece inconmovible, y a su alrededor se adormece la furia burbujeante del agua». Sabe que los hombres suelen ser derrotados por largos años de monotonía y aburrimiento; por pequeñas adversidades constantes; por la decadencia de los ideales juveniles y la callada desesperación de no superar algunas deficiencias crónicas; por la esterilidad de la tristeza y del resentimiento con que reaccionan. De manera que se propone defender, frente a lo que no está en nuestra mano, la larga serie de posibilidades reales: dominar la cólera, controlar los placeres y los dolores, estar por encima de la vanagloria, no enfurecerse con las personas insensibles y desagradecidas.

El contrapunto de Marco Aurelio lo encontramos hoy en ese culto al sentimiento que inaugura Rousseau, el predicador de la resignación ante las propias contradicciones. «Hay que ser uno mismo», repetía, dar la espalda a la razón y vegetar entre los retazos dispersos del sentimiento. El juicio moral de Rousseau suele ser certero, pero está desactivado por una sorprendente impotencia para gestionar racionalmente la propia vida. Esta flojera crónica explica el abandono de sus cinco hijos, sus crisis pasionales, sus rupturas de amistades y todas las miserias y vergüenzas que él mismo nos confiesa. Si Gandhi puso en práctica la no violencia, Rousseau practicará la no resistencia a los impulsos del sentimiento, condición –según él– para el florecimiento de la bondad primitiva.

Desde Aristóteles somos conscientes del protagonismo y la responsabilidad que tenemos en la forja de nuestro propio carácter, porque «es nuestra actuación habitual en los negocios lo que nos hace justos o injustos, y nuestra actitud ante el peligro lo que nos hace valientes o cobardes. Y lo mismo ocurre con los placeres y la forma de ser: unos se vuelven moderados y apacibles, y otros desenfrenados e iracundos, según se hayan

comportado de forma habitual». Este sencillo párrafo de la *Ética a Nicómaco* recorre la cultura occidental hasta nuestros días, como atestiguan las palabras de Sartre: «El cobarde es responsable de su cobardía. No lo es porque tenga un corazón, un pulmón o un cerebro cobarde; no lo es por su fisiología, sino porque se ha construido como hombre cobarde por sus actos, pues lo que engendra cobardía es el acto de renunciar o de ceder».

SÉNECA

273 Necesitamos la fortaleza para resistir el asedio de la vida.

274 No debemos quejarnos de nada, excepto de nosotros mismos.

275 Es necesario acostumbrarse a la escasez.

276 El principio del camino hacia las virtudes es difícil, pero merece la pena emprenderlo.

277 Si te dejas arrastrar por un breve y efímero impulso, ¿por qué no te dejas arrastrar por la virtud, que te dará una fuerza permanente?

278 Así como el cuerpo ha de contenerse cuesta abajo y ser empujado cuesta arriba, así sucede con las virtudes: unas necesitan de estímulos y otras de freno. Pero no pienses que existe alguna sin trabajo.

279 Para eliminar malos hábitos hay que restregar mucho tiempo las costras del alma, hasta conseguir que desaparezcan.

280 He aquí un don precioso: sonreír ante la muerte y mostrarse animoso aunque el cuerpo desfallezca. Porque el buen navegante es capaz de avanzar con la vela rasgada, y aun desarbolado compone los restos de la nave para seguir la ruta.

281 Lo verdaderamente admirable es que alguien se eleve allí donde todos se deprimen, y que permanezca firme allí donde todos se derrumban.

282 Aprendamos a refrenar la lujuria, a templar la gula, a apaciguar la ira, a mirar con buenos ojos la pobreza y a practicar la frugalidad.

283 Me agrada tanto poner a prueba la firmeza de tu alma que, de acuerdo con el precepto de los sabios, te aconsejo que algunos días te conformes con muy escasa y vulgar alimentación, con un vestido áspero y rugoso, mientras dices para tus adentros: «¿Es esto lo que temíamos?».

284 En medio de la seguridad debe el alma prepararse para las dificultades, y debe afianzarse contra los reveses de la Fortuna en medio de sus favores. El soldado se ejercita en tiempo de paz, levanta empalizadas sin enemigo enfrente y se fatiga en trabajos superfluos para poder bastarse cuando sea necesario. A quien no quieras ver temblando en plena acción, ejercítalo antes de la acción.

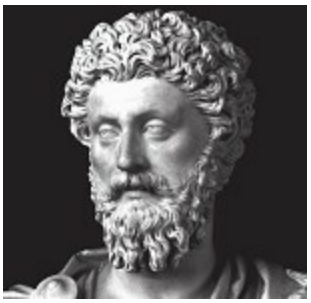
285 Epicuro, el gran maestro del placer, escogía determinados días en los cuales escasamente saciaba su hambre, para comprobar si le faltaba algo de placer pleno y consumado, si era grande la deficiencia, o si valía la pena compensarla con gran esfuerzo. Y, por cierto, se enorgullece de alimentarse con menos de un as; Metrodoro, en cambio, que aún no había progresado tanto, con un as entero.

286 Por tanto, hagamos esgrima contra el maniquí. Y, para que la Fortuna no nos pille desprevenidos, familiaricémonos con la pobreza. Pues seremos ricos con más tranquilidad si sabemos que no es tan grave ser pobres.

287 Una buena persona no se hace de la noche a la mañana.

288 Ninguna virtud aparece por casualidad, sino después de mucha educación y repetición.

289 Con quien más tienes que luchar es contigo mismo: eres tú mismo quien te estorba.



290 Sé igual al islote donde se quiebran las olas sin cesar. Él permanece inconmovible, y a su alrededor se adormece la furia burbujeante del agua. Y recuerda este principio siempre que algo te lleve a la tristeza: esto no es malo, porque llevarlo con dignidad es bueno.

291 Se ultraja a sí misma el alma del hombre cuando se irrita, cuando vuelve las espaldas o es hostil a alguien, cuando es vencida por el placer o el dolor, cuando es hipócrita y hace o dice algo con fingimiento o falsedad, cuando obra sin sentido.

292 Has de ser imperturbable ante lo que sucede por una causa externa, y ser justo en todo lo que depende de ti.

293 El dolor humano no es contrario a la naturaleza humana. Por eso no es un mal.

294 Debes aguantar, necesitar poco, bastarte con tus propias manos, saber estar tranquilo y no hacer caso a la calumnia.

295 Has de ser amigo del esfuerzo y perseverante.

296 Es una pena que en el transcurso de una vida en la que el cuerpo no se rinde, tu alma se rinda la primera.

297 La cólera no es varonil. La indulgencia y la mansedumbre son más humanas, y también más viriles. Pues, en la medida en que somos imperturbables, somos fuertes. La tristeza y la cólera son debilidad, pues los que sufren ambas están heridos y se entregan.

298 Al despuntar el día, cuando te despiertas perezosamente, ten presente esto: «Para obrar como hombre me despierto». ¿Así que vas a estar de mal humor por tener que hacer lo que debes? ¿Crees que has nacido para permanecer calentito bajo las mantas?

299 Cosas que dependen por entero de ti: la sinceridad, la dignidad, la resistencia al dolor, el rechazo de los placeres, la aceptación del destino, la necesidad de poco, la benevolencia, la libertad, la sencillez, la seriedad, la magnanimidad. Observa

cuántas cosas puedes ya conseguir sin pretexto de incapacidad natural o ineptitud, y por desgracia permaneces por debajo de tus posibilidades voluntariamente. ¿Es que te ves obligado a murmurar, a ser avaro, a adular, a culpar a tu cuerpo, a darle gusto, a ser frívolo y a someter a tu alma a tanta agitación, porque estás defectuosamente constituido? ¡No, por los dioses! Hace tiempo que podías haberte apartado de esos defectos.

300 Si el rostro es obediente y se deja modelar y hermosear como manda la razón, es vergonzoso que la razón no se deje modelar ni hermosear por sí misma.

301 En primer lugar, no pierdas la paz. Y, después de analizar un determinado asunto, realízalo de la forma que te parezca más justa, con amabilidad, con decencia y sin fingimiento.

PROTAGONISMO DEL PLACER

El protagonismo del placer en la vida humana es indudable, y su mejor análisis lo realizó Aristóteles hace más de dos mil años, en la *Ética a Nicómaco*. Ahí leemos que se presenta íntimamente asociado a nuestra naturaleza; que la razón y el deseo son los dos caracteres por los que definimos lo que es natural; que todo el mundo persigue el placer y lo incluye dentro de la trama de la felicidad; y que no existen personas que no estimen los placeres, porque tal insensibilidad no es humana.

Varias veces repite el filósofo que el estatuto del placer es radicalmente natural: el hombre está hecho de tal manera que lo agradable le parece bueno, y lo penoso le parece malo. Por eso piensan algunos que el placer es el bien supremo, pues todos los animales aspiran a él, tanto los racionales como los irracionales. Pero no puede ser el bien supremo, pues también se observa que el placer esclaviza a muchos hombres. De ahí concluye Aristóteles que el placer no es malo ni bueno en sí mismo, y que es malo cuando «hace al hombre brutal o vicioso». Después comenta, de pasada, que «este peligro es mayor en la juventud, porque el crecimiento pone en ebullición la sensibilidad, y en algunos casos produce la tortura de los deseos violentos».

Aristóteles no se ahorra razones para guiarnos en el enmarañado bosque de los deseos. Si las acciones humanas pueden ser nobles, vergonzosas o indiferentes, lo mismo ocurrirá con los placeres correspondientes. Es decir, hay placeres que derivan de actividades nobles, y otros de vergonzoso origen. Y no debemos complacernos en lo vergonzoso, como nadie elegiría vivir con la inteligencia de un niño para disfrutar con lo que disfrutan los niños. De hecho, el hombre íntegro se complace en las acciones virtuosas y siente desagrado por las viciosas, lo mismo que el músico disfruta con las buenas melodías y no soporta las malas. Además, muchas de las cosas por las que merece la pena luchar no son placenteras. Por tanto, ni el placer se identifica con el bien, ni todo placer se debe apetecer.

El hedonismo, principal desenfoque del placer, consiste precisamente en identificarlo con el bien. «Placer» se dice en griego *hedoné*, y el primer programa hedonista lo encontramos en tiempos de Platón, en boca del sofista Calicles: «Lo que es por naturaleza hermoso y justo es lo que con toda sinceridad voy a decirte: el que quiera vivir bien debe dejar que sus deseos alcancen la mayor intensidad, y no reprimirlos sino poner todo su valor e inteligencia en satisfacerlos y saciarlos, por grandes que sean».

El tirón del placer plantea siempre un problema de equilibrio. Platón lo explica con belleza y plasticidad en el célebre mito del carro alado. Pero la problemática del placer no se resuelve en un mito. Platón la analiza por extenso en el *Gorgias,* donde dialogan Calicles y Sócrates. Esta es la gran respuesta de Sócrates a la propuesta hedonista de Calicles: «Yo pienso que quien quiera ser feliz habrá de buscar y ejercitar la moderación, y huir con rapidez del desenfreno. Creo que debemos poner nuestros esfuerzos y los del Estado en facilitar la justicia y la moderación a todo el que quiera ser feliz, en poner freno a los deseos y no vivir fuera de la ley por tratar de satisfacerlos. Porque un hombre desenfrenado no puede inspirar afecto ni a otro hombre ni a un dios, es insociable y cierra la puerta a la amistad».

Séneca aconseja vigilar los deseos orgánicos, pues «el cuerpo pide placeres vanos, efímeros y deplorables, que si no se regulan con gran moderación irán a parar a la sensación opuesta». Séneca afirma que el placer sin moderación se inclina hacia el dolor como hacia un precipicio, y toma de la historia un ejemplo famoso: «Un solo invierno debilitó a Aníbal, y a este gran militar que ni las nieves ni los Alpes doblegaron, las delicias de la Campania le dejaron embotado. Venció con las armas, pero los vicios le vencieron».

A pesar de la moderación aconsejada por Sócrates, Platón, Aristóteles y Séneca, la identificación del bien con el placer ha tenido seguidores en todas las épocas. Y el siglo XX ha ido más lejos que nadie en este punto, hasta hacer del placer sexual una revolución cultural. Los griegos contemporáneos de Pericles se hubieran sorprendido de tal pretensión, pues olvida que el deseo de placer convierte el equilibrio humano en algo peligrosamente inestable. Desde Homero, desde Solón y los Siete Sabios, una máxima en forma de advertencia recorre todo el pensamiento ético de los helenos: «Nada en exceso». Y ello porque el hombre es una mezcla inseparable de razón y deseo. Una mezcla explosiva, altamente inestable, cuyo control pertenece, por definición, a la razón, que a lo largo de la historia ha diseñado diversas estrategias de integración. Muy al contrario, de la mano del psiquiatra vienés Sigmund Freud, el siglo XX ha intentado repetidamente la justificación racional del hedonismo.

SÉNECA

302 Se nos aconseja desde antiguo que sigamos la vida mejor, no la más placentera, de modo que el placer no sea nuestro guía, sino el compañero de una voluntad buena y recta, guiada por la naturaleza.

303 Las personas que se lanzan de cabeza a los placeres y los convierten en hábito del que no pueden prescindir son muy desgraciadas, pues han llegado al extremo de convertir lo superfluo en necesario. Se esclavizan a los placeres sin disfrutarlos y consuman su desgracia cuando ya no hay remedio, porque el vicio se ha hecho norma de vida.

304 Cada uno hace lo que puede, querido Lucilio. Tú tienes el Etna, la elevada y célebre montaña de Sicilia. Nosotros, ya que no podemos otra cosa, nos contentamos con Bayas, playa que abandoné al día siguiente de haber llegado y que se debe evitar porque, a pesar de reunir algunas buenas condiciones naturales, la lujuria se la reservó para hacerla famosa.

305 Lo mismo que no me gustaría vivir en un barrio de verdugos o en una zona de tabernas, ¿qué necesidad tengo de ver gente embriagada por la playa, orgías de marineros, orquestas con música que retumba y otros excesos que una lujuria no solo comete sino que pregona?

306 Hemos de vivir lo más lejos posible de los vicios, y endurecer nuestro carácter lejos de los halagos del placer. Un solo invierno debilitó a Aníbal, y a este gran militar que ni las nieves ni los Alpes doblegaron, las delicias de la Campania le dejaron embotado. Venció con las armas, pero los vicios le vencieron.

307 Nada resulta tan perjudicial para las buenas costumbres como la asistencia a ciertos espectáculos, ya que entonces los vicios se insinúan más fácilmente por medio del placer.

308 Cuando los placeres sobrepasan su medida, se vuelven penas.

309 ¿Podrá resistir la embestida del mundo quien ha sido vencido por el placer?

310 Reconozco que es innato en nosotros el amor a nuestro cuerpo; admito que hayamos de ser indulgentes con él; pero niego que tengamos que ser sus esclavos.

311 No debemos comportarnos como si tuviéramos que vivir para el cuerpo, sino como quienes no pueden hacerlo sin él.

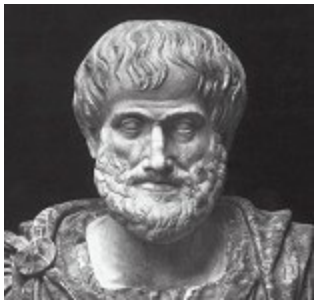
312 Al cuerpo, aunque nada podamos realizar sin su ayuda, considéralo un elemento más necesario que importante: sugiere placeres vanos, efímeros, deplorables, que –si no se regulan con gran moderación– irán a parar a la sensación opuesta. Afirmo que el placer sin moderación se inclina hacia el dolor, como a un precipicio.

313 Los hombres aman y odian a la vez sus vicios.

314 Los vicios derivados del exceso de ocio se disipan con la actividad.

315 Los aspectos del vicio son innumerables, pero una sola es su consecuencia: la frustración.

316 Es vicioso todo lo que es excesivo.



ARISTÓTELES

317 El placer se presenta íntimamente asociado a nuestra naturaleza. Por eso los educadores se sirven del placer y del dolor como de un timón para dirigir a la infancia.

318 Todos reconocen que el dolor es un mal. Y lo que se opone al dolor es el placer. Por eso, aunque puede haber placeres malos, todos incluyen el placer en la trama de la felicidad.

319 La causa de la conducta animal es simple, pero en el hombre es compleja, pues el deseo y la razón no siempre están de acuerdo. Apetito y razón nos acompañan desde el nacimiento, y son los dos caracteres por los que definimos lo que es natural.

320 Es completamente distinto vivir de acuerdo con la razón o con las pasiones. Por eso, de cara a los hábitos, es importante acostumbrarse a disfrutar con los placeres convenientes, y rechazar los inconvenientes. Esto tiene una importancia enorme, ya que todos los hombres persiguen lo agradable y rehúyen lo molesto.

321 Unos dicen que el bien es el placer; otros, por el contrario, lo consideran vil, pues esclaviza a la mayor parte de los hombres.

322 Eudoxo pensaba que el placer es el bien supremo, porque todos los seres aspiran a él, tanto los racionales como los irracionales. Además, no se desea con un fin ulterior: nadie se pregunta con qué fi n goza, y ahí se manifiesta que el placer es elegible por sí mismo.

323 Sin embargo, hay placeres que derivan de actividades nobles, y otros de vergonzoso origen. Y no debemos complacernos en lo vergonzoso, como nadie elegiría vivir con la inteligencia de un niño para disfrutar con lo que disfrutan los niños.

324 Las acciones humanas pueden ser nobles, vergonzosas o indiferentes, y lo mismo ocurre con los placeres correspondientes.

325 Los placeres son malos cuando hacen al hombre brutal o vicioso. Ese peligro es mayor en la juventud, porque el crecimiento pone en ebullición la sensibilidad, y en algunos casos produce la tortura de los deseos violentos.

326 Muchas de las cosas por las que merece la pena luchar no son placenteras. Por tanto, ni el placer se identifica con el bien, ni todo placer se debe apetecer.

327 El placer perfecciona la actividad. Y como la vida es actividad, el deseo universal de placer manifiesta el deseo universal de vivir.

328 Cada actividad es intensificada por el placer correspondiente, y por eso sabe más el que se ejercita en algo con placer. Por ejemplo, son mejores científicos los que disfrutan con la ciencia, y lo mismo ocurre con los artistas, los arquitectos, etcétera.

329 No hay nada que nos resulte siempre agradable, porque nuestra naturaleza no es simple ni perfecta. Si la naturaleza de alguno fuera simple, la actividad más agradable para él sería siempre la misma.

330 Actividades específicamente distintas producen placeres específicamente distintos, que no pueden experimentarse unidos. Así, el aficionado a la literatura es incapaz de prestar atención a una conversación si está leyendo. De hecho, cuando disfrutamos mucho con algo, no hacemos a la vez otra cosa. Por eso, los que comen golosinas en el teatro lo hacen sobre todo cuando los actores son mediocres.

331 Valoramos los mismos placeres de forma muy diferente, pues las cosas que agradan a unos molestan a otros. En tal caso, la valoración correcta ha de ser la del hombre bueno, y si lo que le parece molesto resulta agradable a alguno, ello no es de extrañar, pues en los hombres hay muchas corrupciones y vicios.

332 Los animales no son viciosos ni virtuosos, porque no tienen facultad de elegir ni de razonar. En el animal no se da corrupción de la facultad superior, pues carece de ella.

333 Es menos dañina la maldad del que tiene menos capacidad de obrar. Y como la inteligencia confiere al hombre una enorme capacidad de acción, un hombre malo puede hacer mil veces más mal que un animal.

334 Si los poderosos, por no haber gustado nunca un placer puro y libre, se entregan a los del cuerpo, no se ha de pensar por ello que estos son preferibles: también los niños creen que lo que a ellos les gusta es lo mejor.

335 Si las cosas valiosas no son las mismas para los niños y para los hombres, es lógico que tampoco lo sean para los buenos y para los malos. Pero el juicio recto sobre el bien y el mal ya hemos dicho que corresponde al hombre virtuoso.

336 Llamamos templanza al término medio respecto a los placeres. Pero conviene precisar que se refiere solo a algunos placeres corporales. En concreto, al tacto y al gusto respecto a la comida, la bebida y los placeres sexuales.

337 Se puede considerar el gusto como una forma de tacto, y por eso un glotón pedía a los dioses que su gaznate se volviera más largo que el de una grulla, por atribuir al contacto el placer que experimentaba.

338 Por tanto, el más común de todos los sentidos, el que poseen todos los animales, es el que origina la falta de templanza. Una falta que se censura con razón, porque se da en nosotros no por lo que tenemos de hombres sino de animales.

339 Así pues, complacerse en estas cosas y buscarlas por encima de todo es propio de bestias. Y si alguien viviera solo para los placeres del alimento y del sexo, sería absolutamente servil, pues para él no habría ninguna diferencia entre haber nacido bestia u hombre.

340 La falta de templanza consiste en buscar el placer donde no se debe, o como no se debe. Es evidente que el exceso en los placeres conduce al desenfreno y es censurable.

341 Llamamos incontinente a quien obra de acuerdo con sus apetitos y contrariamente a la razón. Pero en su conducta no desaparece el dolor, pues aunque se alegra de obtener lo que desea, siente el malestar de saber que obra mal.

342 No existen personas que no estimen los placeres, porque tal insensibilidad no es humana. Si para alguien no hubiera nada placentero, o fuera completamente lo mismo una cosa que otra, estaría lejos de ser humano. Y no hay nombre para tal defecto porque no se da casi nunca.

343 La persona moderada se sitúa en el término medio entre ambos extremos, pues no se complace en la depravación sino que le disgusta. La moderación no busca lo que no debe, y no hace nada en exceso.

344 Cuando faltan los placeres, el hombre templado tampoco se aflige demasiado. Desea moderadamente y como es debido lo agradable y lo saludable, y siempre se deja guiar por la recta razón.

345 Muchos consideran involuntarios tanto el amor como algunos deseos e impulsos naturales, porque son poderosos por encima de la naturaleza. Y somos indulgentes con ellos por su capacidad de violentar a la misma naturaleza.

346 Es mucho más fácil acostumbrarse a los placeres que a los dolores, pero el desenfreno parece más voluntario que la cobardía, porque el dolor se rehúye mientras que el placer se elige.

347 El dolor, además, altera y puede destruir la naturaleza del que lo padece, hasta impedir que sea dueño de sí. El placer, en cambio, no hace nada de esto. Es, por tanto, más voluntario, y por eso es también más censurable.

348 La palabra «templanza» es muy apropiada, pues hay que templar o frenar todo lo que aspire a cosas turbias y pueda desarrollarse mucho. Esa tendencia es propia de los apetitos, y también de los niños, porque los niños viven según sus apetitos, y en ellos se da por encima de todo el deseo de lo agradable. Un deseo que si no se encauza y somete a la autoridad, llegará demasiado lejos, pues el deseo de lo placentero es insaciable, y alimentarlo significa reforzar la tendencia congénita hasta arrinconar el raciocinio.

349 Por eso, los apetitos deben ser moderados, pocos, y siempre obedientes a la razón. Eso es lo que significa estar encauzados y refrenados. Y lo mismo que el niño debe vivir de acuerdo con la dirección del preceptor, así los apetitos de acuerdo con la razón.

350 Es completamente distinto vivir de acuerdo con la razón o con las pasiones.

LA LIBERTAD

La oveja siempre temerá al lobo, y la ardilla siempre vivirá en las ramas de los árboles. Solo saben desempeñar, como cualquier otro animal, un papel necesariamente específico, invariablemente repetido por los millones de individuos que componen la especie, quizá durante millones de años. El hombre, por el contrario, elige su propio papel, lo escribe a su medida con los matices más propios y personales, y lo lleva a cabo con la misma libertad con que lo concibió: por eso progresa y tiene historia. Visto un león, decía Gracián, están vistos todos, pero visto un hombre, solo está visto uno, y además mal conocido.

Lo que define la libertad es el poder de dirigir y dominar los propios actos, la capacidad de proponerse una meta y dirigirse hacia ella, el autodominio con el que los hombres gobernamos nuestras acciones. En el acto libre entran en juego las dos facultades superiores del alma: la inteligencia y la voluntad. La voluntad elige lo que previamente ha sido conocido por la inteligencia. Para ello, antes de elegir, delibera: hace circular por la mente las diversas posibilidades, con sus diferentes ventajas e inconvenientes. La decisión es el corte de esa rotación mental de posibilidades. Me decido cuando elijo una de las posibilidades debatidas; pero no es ella misma la que me obliga a tomarla: soy yo quien la hago salir del campo de lo posible.

La libertad no es absoluta porque el hombre tampoco lo es. Su limitación es triple: física, psicológica y moral. Está físicamente limitado porque, entre otras cosas, necesita nutrirse y respirar para conservar la vida. Su limitación psicológica es múltiple y evidente: no puede conocer todo, no puede quererlo todo, los sentimientos le zarandean y condicionan constantemente. La limitación moral aparece desde el momento en que descubre que hay acciones que puede pero no debe realizar: puedes insultar porque tienes voz, pero no debes hacer tal cosa. Esta triple limitación no debe considerarse como algo negativo. Si la libertad humana fuera absoluta, habría que comenzar a temerla como prerrogativa de los demás.

La limitación humana supone que cada elección libre lleva consigo una renuncia: estar leyendo esta página significa no poder, al mismo tiempo, jugar al tenis o nadar. A su vez, nadar supone no poder, al mismo tiempo, andar en bici o pasear. El problema que se plantea debe resolverlo la inteligencia sopesando el valor de lo que escoge y de lo que rechaza. ¿Quién se atreverá a decir que escoge la vagancia o la hipocresía porque valen tanto como sus contrarios? Puestos a renunciar, solo vale la pena preferir lo superior a lo inferior.

A simple vista podría pensarse que las leyes humanas son el principal enemigo de la libertad. Sin embargo, tal oposición solo es aparente, porque la alternativa a la ley humana es la ley de la selva. Tampoco es correcto identificar lo libre con lo espontáneo. La libertad, desde cierto ángulo, es justamente la negación de la espontaneidad: es el dominio de la razón y de la voluntad. Espontáneamente mentiríamos, insultaríamos, rechazaríamos el esfuerzo y el sacrificio, pero solo somos libres cuando entre el estímulo y nuestra respuesta interponemos un juicio de valor y decidimos en consecuencia.

¿Se puede elegir el mal? Sabemos por experiencia que el carácter instrumental de la libertad hace que su uso pueda ser doble y contradictorio, como un arma de dos filos que puede volverse contra uno mismo o contra los demás: esclavitud, asesinato, alcoholismo, drogadicción, y también simple pereza, irresponsabilidad, mal carácter, cinismo, envidia, insolidaridad... ¿Por qué elegimos mal? Nadie tropieza porque ha visto el obstáculo sino por todo lo contrario. Del mismo modo, cuando libremente se opta por algo perjudicial, esa mala elección es una prueba de que ha habido alguna deficiencia: no haber advertido el mal o no haber querido con suficiente fuerza el bien. En ambos casos la libertad se ha ejercido defectuosamente, y el acto resultante es malo.

Conviene recordar que la transgresión moral produce siempre un daño. Cualquier psiquiatra sabe que en la raíz de muchos desequilibrios se esconden acciones a veces inconfesables. Ser libre no significa estar por encima de la ética, y la inmoralidad nunca debe defenderse en nombre de la libertad, pues entonces tampoco podríamos condenar inmoralidades como el asesinato, la mentira o el robo.

Todo acto libre es imputable, atribuible a alguien. Por tanto, el sujeto que lo realiza debe responder de él. Los actos pertenecen al sujeto porque sin su querer no se hubieran producido. Es el agente quien escoge la finalidad de sus actos y, por consiguiente, quien mejor puede dar explicaciones sobre los mismos. Así, del mismo modo que la libertad es el poder de elegir, la responsabilidad es la aptitud para dar cuenta de esas elecciones. «Libre» y «responsable» son dos conceptos paralelos e inseparables, y por eso se ha dicho que a la Estatua de la Libertad le falta, para formar pareja ideal, la Estatua de la Responsabilidad.

¿Ante quién debemos responder? Cada persona es responsable ante los demás y ante la sociedad. Ante los demás, en la medida en que su conducta les afecte: no es lo mismo poner una calificación injusta que condenar a muerte a un inocente, como tampoco es igual la responsabilidad del ciclista y del camionero en el caso de que ambos no respeten un semáforo, ni es igual robar dos euros que dos millones. Las responsabilidades

sociales también dependen mucho de las circunstancias: no es lo mismo ser primer ministro que leñador, ni tampoco el que siembra tomates tiene la misma responsabilidad que quien siembra marihuana.

En la *Ética a Nicómaco* se describe el perfil de la responsabilidad personal en estos términos: no depende de nosotros sentir calor o frío, pero sí dependen nuestros actos libres; cada hombre es responsable de sus acciones voluntarias, y es evidente que la virtud y el vicio están entre las cosas voluntarias, pues no hay ninguna necesidad de cometer acciones malas; por eso, el vicio es censurable, y la virtud elogiable; cualquier persona sabe que la maldad es voluntaria, y los legisladores así lo aceptan cuando penalizan a los que van contra la ley.

Ser responsable significa tener que responder de algo ante alguien. Desde Homero, ese alguien es, en última instancia, Dios: fundamento último de toda responsabilidad. Solo sentirse responsable ante el gran testigo invisible es lo que pone al hombre en la ineludible tesitura de colmar un sentido concreto y personal para su vida, y de ver que su existencia tiene un valor absoluto e incondicionado. Además, como sentencia Séneca, «obedecer a Dios es libertad».

SÉNECA

351 ¿Qué es la libertad? No ser esclavo de nada.

352 Quien persigue el placer vende su libertad.

353 No debemos acercarnos a lugares de donde no se pueda salir libremente.

354 He nacido para cosas más grandes que servir a mi cuerpo, al que considero cadena de mi libertad.

355 Las riquezas son el salario de las esclavitudes.

356 Los muchos bienes son malos, pues nos hacen superficiales.

357 El mal no está en las cosas, sino en nuestra alma. Es indiferente que un alma enferma se encuentre entre la riqueza o en la pobreza: su mal le sigue por todas partes.

358 Solo es digno de Dios quien ha menospreciado las riquezas, quien ha comprendido que también se puede vivir feliz sin ellas.

359 No te prohíbo las riquezas, tan solo quiero que las poseas sin temor; y esto lo conseguirás únicamente si te persuades de que sin ellas puedes vivir feliz, si las contemplas siempre como perecederas.

360 No es pobre quien posee poco, sino quien desea más.

361 ¿Quieres conocer la medida de lo que debes poseer? Primero lo necesario, después lo suficiente.

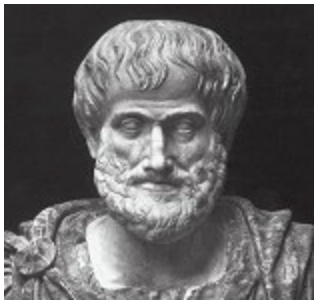
362 Si tienes menos, tendrás menos envidia.

363 A menudo, lo más valioso es aquello por lo que nada se paga.

364 Lo peor de la codicia es ser ingrata.

365 ¿El mejor nivel de vida? El que no llega a la pobreza ni se aleja mucho de ella.

366 Te diré, con Epicuro, que, «para muchos, haber adquirido riquezas no constituye el fin de la miseria, sino un cambio en ella». La máxima no me sorprende, porque el vicio no está en las cosas sino en el alma.



ARISTÓTELES

367 Por nuestras acciones voluntarias merecemos alabanzas o reproches. Por las involuntarias, indulgencia o compasión. El legislador debe tener esto en cuenta a la hora de recompensar o castigar una conducta.

368 Son involuntarias las cosas que se hacen por fuerza o ignorancia. A la fuerza puede un hombre ser raptado o llevado a la deriva por el viento y las olas. En cuanto a lo que se hace por temor a males mayores y por una causa noble –por ejemplo, pagar un gran rescate por un familiar amenazado de muerte–, es dudoso si tal conducta debe llamarse voluntaria o involuntaria.

369 Algo semejante ocurre cuando se arroja al mar el cargamento en las tempestades: nadie lo haría en circunstancias normales, pero cuando está en juego la vida de los demás y la propia, lo hacen todos los que tienen sentido común. En tales acciones se mezcla lo voluntario y lo involuntario: son voluntarias porque el que las hace puede no hacerlas, y son involuntarias porque nadie elegiría hacer eso si no se viera forzado a ello.

370 De todas formas, hay cosas a las que uno no puede ser forzado, y debe preferir cualquier sufrimiento e incluso la muerte: resulta ridículo el caso del Alcmeón de Eurípides, que mata a su madre por escapar a la maldición de su padre.

371 A veces no es fácil saber qué cosas se deben preferir sobre otras, porque las cuestiones y situaciones particulares son diversísimas. Pero eso no autoriza a pensar que lo que más nos gusta nos resulta inevitable. Sería como echar la culpa de lo que hacemos a lo que está fuera de nosotros, y no a nosotros mismos, que tan fácilmente nos dejamos arrastrar. Las mismas pasiones, no por irracionales son menos humanas. Por eso, dejarse llevar por la ira o por el deseo de placer es propio del hombre, y es ridículo considerar involuntaria tal conducta.

372 La ignorancia puede darse de muchas maneras: uno puede equivocarse sin querer, puede juzgar mal por falta de datos, se le puede disparar un arma, ofrecer una medicina que mate en lugar de sanar, herir sin pretenderlo, etcétera. Pero el que se equivoca involuntariamente en virtud de esta clase de ignorancia tiene que sentir pesar y arrepentimiento por su acción.

373 La voluntariedad está en las obras, pero también en las intenciones. Por eso debemos aborrecer ciertas cosas y desear otras, como la salud y la educación.

374 Cada hombre es responsable de sus acciones voluntarias, y es evidente que la virtud y el vicio están entre las cosas voluntarias, pues no hay ninguna necesidad de cometer acciones malas. Por esto, el vicio es censurable, y la virtud elogiable.

375 Decir que nadie es malo voluntariamente es una verdad a medias. Cualquier persona sabe que la maldad es voluntaria, y los legisladores así lo aceptan cuando penalizan a los que van contra la ley sin haber sido obligados y sin ignorancia responsable. No depende de nosotros sentir calor o frío, pero sí dependen nuestros actos libres.

376 Incluso la ignorancia puede castigarse si el delincuente parece culpable de ella. Por eso a los embriagados se les impone doble castigo, pues eran muy dueños de no embriagarse. También se castiga a los que desconocen leyes que debían conocer. Y,

en general, a todos los que ignoran algo por negligencia.

377 Hay hombres tan echados a perder que no parecen responsables de sus actos. Pero no es así, porque ellos mismos han sido causantes de su modo de ser por la dejadez con que han vivido.

378 Uno es injusto o depravado a base de cometer injusticias o de pasarse la vida bebiendo y en cosas semejantes. Esto es evidente en los que se entrenan para cualquier competición o actividad. Por eso, si alguien desconoce que la práctica de unas cosas u otras es lo que produce los hábitos, es un perfecto estúpido.

379 Es absurdo decir que el injusto no quiere ser injusto, y que el que se desmadra no quiere desmadrarse. Porque si alguien comete de forma consciente acciones injustas, será injusto voluntariamente. Con el agravante de que no por querer dejar de ser injusto se volverá justo, como tampoco el enfermo, sano. El injusto y el desmadrado podían no haber llegado a lo que ahora son, y por eso lo son voluntariamente; pero una vez que ya son así, no está en su mano cambiar de forma de ser.

EL EQUILIBRIO INTERIOR

La interioridad humana está permanentemente ocupada por un batallón de deseos cuyo cumplimiento o frustración experimentamos en forma de sentimientos positivos o negativos. Los sentimientos constituyen, por tanto, un índice de autorrealización personal. Nos mueven y conmueven desde dentro, y por eso los llamamos afectos, emociones y pasiones. Los sentimientos son estados de ánimo que repercuten de forma constante en nuestra conducta externa. Pueden ser pasajeros y elementales como una pequeña alegría o un enfado sin importancia, complejos como la felicidad o la depresión, y violentos como las pasiones. La gama de los sentimientos es amplia y enmarañada, quizá por eso mal conocida, pero cualquier visión de la vida que minimice su valor pecará de irreal y miope. Por propia experiencia sabemos que a veces nuestros sentimientos pesan en nuestra conducta más que nuestras razones.

De lo dicho se desprende que, en cierto modo, tenemos dos inteligencias: la racional y la sentimental o emocional, y nuestra conducta está determinada por ambas. Si muchas concepciones antropológicas han propuesto un ideal de razón liberada de los impulsos sentimentales, lo realmente razonable será la armonía entre cabeza y corazón, su integración inteligente. Por eso se ha escrito desde antiguo sobre la necesidad de una educación sentimental.

La vida emocional constituye un ámbito que puede dominarse con menor o mayor pericia. Y el grado de dominio emocional que alcance cada persona marcará la diferencia entre quien lleva una vida equilibrada y quien, con un nivel intelectual similar, hace de su vida un fracaso. La experiencia dice que alcanzan una vida lograda las personas que saben gobernar sus emociones e interpretar los sentimientos de los demás: desde el noviazgo hasta las relaciones que aseguran el éxito de una organización. Toda la educación sentimental se podría resumir en cuatro puntos:

- Conocimiento y control de las propias emociones.
- Reconocimiento y comprensión de las emociones ajenas.
- Capacidad de motivarse a uno mismo.
- Control de las relaciones interpersonales.

El «conócete a ti mismo» constituye la piedra angular de la inteligencia emocional. Para actuar bien conviene conocerse bien. No se trata de desarrollar un morboso afán de introspección, sino de procurar no vivir con uno mismo como un desconocido. Nuestra conciencia emocional y el análisis ponderado de la realidad nos ayudarán, entre otras cosas, a combatir la inestabilidad de ánimo del que sueña con fantasías, del que se

sobrevalora y del que se subestima. Además, porque todos tendemos a disculparnos más o menos, parte importante del conocimiento propio es advertir ese sutil autoengaño y admitir la completa responsabilidad que tenemos en la mayoría de nuestras acciones u omisiones.

Los medios de comunicación nos acosan con noticias alarmantes sobre la inseguridad y la degradación de la vida urbana, casi siempre por la irrupción violenta de sentimientos hipertrofiados y descontrolados. Esa creciente pérdida de control sobre las emociones propias es una de las señas de identidad de nuestras modernas sociedades. Se pone así de manifiesto un peligroso grado de torpeza emocional, que a su vez refleja un serio punto débil de la familia y la sociedad entera.

La vida está sembrada de altibajos sentimentales, pero nosotros debemos controlar los sentimientos para que no conviertan nuestra existencia en una montaña rusa emocional. Igual que el fondo de nuestra mente está poblado por un murmullo de pensamientos, también constatamos la existencia de un murmullo emocional. Y todo lo que hacemos en la vida, desde trabajar a diario a jugar con un hijo, no son más que intentos de sentirnos mejor. El arte de sentirse bien constituye una habilidad vital fundamental, quizá el más importante de los recursos psicológicos.

Como ya hemos dicho, la filosofía estoica, esencialmente práctica, aspira a una felicidad entendida como libertad, independencia y equilibrio interior. Un equilibrio fruto de una vida razonable, alejada de la turbulencia de las pasiones. Porque, en el vértigo pasional, el hombre es juguete de fuerzas oscuras y caóticas. Séneca y Marco Aurelio recomiendan librarse de las pasiones y de los temores, ser indiferentes al dolor y al placer, alcanzar la serenidad de ánimo, ser imperturbables.

Para evitar desengaños y desequilibrios, los estoicos cultivan la indiferencia hacia los bienes que la fortuna puede dar o quitar. El estoico quiere ser autosuficiente, bastarse a sí mismo. Se diría que pretende ser feliz con independencia de la misma felicidad, sustituyendo la felicidad por el sosiego. «Jamás consideres feliz a nadie que dependa de la felicidad», dirá Séneca. Y se mira con recelo al placer porque se aspira a la tranquilidad, al privilegio de ser dueños de sí. «El que persigue el placer pospone a él todas las cosas, y lo primero que pierde es su libertad».

SÉNECA

380 Quien se tiene a sí mismo nada ha perdido.

381 Hay que proteger el estado de ánimo de las influencias externas, y estar contento con uno mismo.

382 Todos sabemos que tenemos alma, pero no sabemos qué es, en dónde está, cómo es o de dónde viene.

383 En el interior de las almas, incluso en aquellas arrastradas a las peores cosas, se halla el sentido del bien.

384 Tocada por la virtud, cualquier cosa adquiere una belleza que no tenía.

385 Tiene un alma sana todo aquel que se ha reconciliado consigo mismo.

386 Si deseas fortalecer tu espíritu, no olvides la meditación asidua.

387 Evitarás la envidia de los demás si no te expones a sus miradas, si no te vanaglorias de tus bienes y sabes gozarte en tu interior.

388 Dependemos tanto de la opinión de los demás que hasta el dolor –el sentimiento humano más espontáneo– se convierte en fingimiento.

389 Nunca andes escaso de alegría, que siempre reine en tu casa, y reinará si habita dentro de ti.

390 Es conveniente mezclar y alternar la soledad y la compañía. La primera nos traerá el deseo del trato con los demás; la segunda, el deseo de nosotros mismos, y cada una será remedio de la otra: la soledad nos curará del hastío de los demás, y estos del tedio de la soledad.

391 Me preguntas qué debes ante todo evitar. Y te respondo: la multitud. No puedes mezclarte con ella sin peligro. Yo mismo he de confesar que nunca vuelvo a casa con el mismo temple con que salí, pues algo del equilibrio interior se altera, y reaparece alguna de las pasiones ahuyentadas.

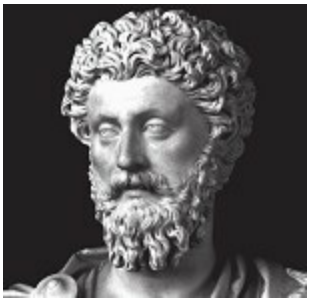
392 Olvida a los dioses de tus antiguos deseos y adopta otros nuevos. Después pídeles el buen juicio, luego salud del alma, y por último la salud del cuerpo.

393 Ningún reposo es tranquilo sino aquel donde la razón ha puesto orden.

394 Siéntete satisfecho cuando realices todos tus actos como si alguien –cualquiera– te estuviese contemplando, porque es la soledad la que nos insinúa todas las maldades.

395 No debemos conceder margen a lo imprevisto. Nuestro espíritu ha de ser enviado por delante en todo, sabiendo que puede ocurrir cualquier cosa.

396 Recibe las cosas inevitables con tranquilidad de espíritu.



MARCO AURELIO

397 Retírate al jardín de tu propio interior.

398 A ningún lugar más tranquilo y más pacífico se retira un hombre que a su propia alma.

399 Nunca he visto mi alma y sin embargo la aprecio.

400 Tus desasosiegos dependen solo de ti.

401 Las cosas por sí solas no afectan lo más mínimo al alma, ni tienen acceso a ella. Ella se cambia y se mueve a sí misma, de acuerdo con lo que considera digno.

402 ¿Alguna vez, alma mía, serás buena y sencilla, más visible que el cuerpo que te rodea? ¿Estarás satisfecha alguna vez, sin carencias, sin buscar ni anhelar nada?

403 Que el principio rector de tu alma permanezca inamovible ante la incitación de la carne.

404 Estas son características del alma racional: se conoce a sí misma, se forja a sí misma como quiere, ella misma recoge el fruto que produce, y alcanza su objetivo allí donde ha puesto la meta de su vida.

405 También son características del alma el amor al prójimo, la verdad, el pudor y el no estimar nada por encima de sí misma.

406 Quien habla con el dios que se aposenta en su alma podrá estar por encima de los placeres, ser invulnerable al sufrimiento, insensible a cualquier ofensa, libre de orgullo.

407 Nos basta sentirnos en presencia del espíritu divino que está en nuestro interior y ser su servidor de verdad.

408 Mira en tu interior y recógete en ti mismo, para que cualquiera de tus acciones corra más que tú.

409 Cuando las circunstancias te produzcan inquietud, entra en ti mismo y no salgas más que lo necesario.

410 Busca dentro de ti. Allí está la fuente del bien que puede siempre brotar de nuevo mientras buscas.

411 El respeto y estima por tu propia reflexión hará que estés conforme contigo mismo, que seas conciliador con los hombres y que estés en armonía con los dioses.

412 Pensar libre de pasiones es ser fuerte. El hombre no dispone de un refugio mejor, que le hace invulnerable.

413 Impedir la reflexión de la gente no es menos destructivo que una epidemia.

414 Serás dueño de tu armonía si regresas constantemente a ella.

LA SABIDURÍA

Sophia para los griegos, *sapientia* para los latinos, la sabiduría es lo que todos los grandes filósofos han buscado. Tiene mucho que ver con el pensamiento, la inteligencia y el conocimiento de la realidad. Pero es un tipo de saber que ninguna demostración prueba, que ningún laboratorio analiza o verifica, que ninguna titulación universitaria puede acreditar. Descartes la entendió como el arte de juzgar correctamente para obrar correctamente. Y eso no es una ciencia ni una técnica, dijo Aristóteles. Es, más bien, un curioso tipo de saber práctico: no tanto un saber pensar como un saber vivir.

Más allá de los números y las demostraciones científicas, la sabiduría apunta al arte de vivir. Filosofamos porque queremos una vida más equilibrada, más lúcida, más libre, más humana. Está claro que jamás alcanzaremos plenamente esa meta, pero eso no impide que nos aproximemos a ella. Se trata, en el fondo, de pensar mejor para vivir mejor. Por eso la filosofía es útil a cualquier edad. Si estudias física, matemáticas, informática o solfeo, ¿por qué no vas a estudiar filosofía? Está claro que has de ganarte la vida, pero eso no te dispensa de vivirla. ¿Y cómo vas a vivir de forma inteligente sin tiempo para reflexionar sobre la vida, sin preguntarte por ella, sin razonar y argumentar de la forma más radical y rigurosa posible? Nunca es demasiado tarde ni demasiado pronto para filosofar, decía Epicuro, pues nunca es demasiado pronto ni demasiado tarde para ser feliz.

Los filósofos griegos y romanos entendieron la filosofía como sabiduría, como una reflexión sobre la conducta humana orientada a resolver algunos problemas fundamentales: cómo llevar las riendas de la propia conducta superando nuestra constitutiva animalidad; cómo integrar los intereses individuales en un proyecto común que haga posible la convivencia social; cómo alcanzar la felicidad. Una felicidad que estoicos y epicúreos concebirán más tarde como tranquilidad de espíritu, y que dará origen a la célebre expresión «tomarse las cosas con filosofía».

En una de sus *Epístolas a Lucilio*, Séneca escribe: «La filosofía no es una actividad agradable al público, ni se presta a la ostentación. No se funda en las palabras, sino en las obras. Ni se emplea para que transcurra el día con algún entretenimiento o para eliminar el fastidio del ocio: configura y modela el espíritu, ordena la vida, rige las acciones, muestra lo que se debe hacer y lo que se debe omitir, se sienta en el timón y a través de los peligros dirige el rumbo de los que vacilan. Sin ella nadie puede vivir sin temor, nadie con seguridad; innumerables sucesos acaecen cada hora que exigen un consejo, y hay que recabarlo de ella».

Solo desde la sabiduría se puede decir, como Marco Aurelio, que «la muerte y la vida, la buena fama y la mala, el sufrimiento y el placer, la riqueza y la pobreza son cosas que sobrevienen a todo el mundo, tanto a los buenos como a los malos, y por eso no son hermosas ni vergonzosas, no son buenas ni malas».

CONFUCIO

415 El que conserva la sabiduría antigua y aprende cosas nuevas podrá ser un maestro.

416 El conocimiento es conocer a las personas.

417 No me entristecería si los hombres no me conocieran, pero me afligiría si yo no conociera a los hombres.

418 Los antiguos eran remisos en hablar porque les avergonzaba no llegar con los hechos a la altura de las palabras.

419 Los que conocen la verdadera doctrina no son iguales a los que, además, la saborean.

420 Las cosas superiores pueden explicarse a las personas que están por encima de la mediocridad, no a los demás.

421 A los quince años mi voluntad se aplicaba al estudio. A los treinta estaba firme. A los cuarenta no tenía dudas. A los cincuenta conocía el Mandato del Cielo. A los sesenta podía escuchar las verdades sin dificultad. A los setenta podía seguir lo que mi corazón deseara sin hacer el mal.

422 No tengas amigos que no sean como tú.

SÉNECA

423 La sabiduría es la única libertad.

424 El sabio es un experto en domar los males. El dolor, la miseria, la ignominia, la cárcel, el destierro –que en cualquier parte son temidos–, cuando llegan ante él, se vuelven mansos.

425 Es sabio quien goza más con lo que da que con lo que recibe.

426 El sabio mira la razón de hacer algo, más que el resultado.

427 Esto es lo primero que debe garantizar la filosofía: sentido común, trato afable y sociabilidad, lejos de todo lo que pueda resultar extravagante y odioso.

428 La filosofía configura y modela el espíritu, ordena la vida, rige las acciones, muestra lo que se debe hacer y lo que se debe omitir, se sienta al timón y a través de los peligros dirige el rumbo de los que vacilan. Sin ella nadie puede vivir sin temor, nadie con seguridad; innumerables sucesos acaecen cada hora que exigen consejo, y hay que recabarlo de ella.

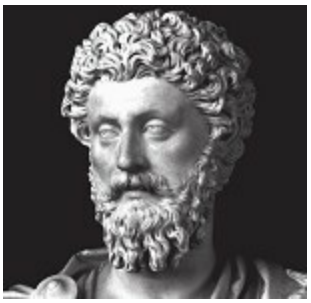
429 Uno es el propósito de los oradores que tratan de convencer al público, otro el de los charlatanes que recrean el oído de jóvenes y desocupados con disertaciones vanas; la filosofía, en cambio, enseña a obrar más que a decir, y exige que cada cual viva conforme a la ley que se impuso, que la vida no esté en desacuerdo con las palabras ni consigo misma, que sea única la impronta de todos los actos.

430 El cometido más importante de la sabiduría, y su mejor indicio, es que las obras concuerden con las palabras, que el sabio sea en todas partes coherente e igual a sí mismo. Por ser tarea difícil, esto solo lo lograrán unos pocos. Escoge, pues, de una vez por todas, una regla para vivir, y ajusta a ella toda tu vida.

431 Es buen consejo que no olvidemos nuestra propia fragilidad ni la de aquellos a los que amamos.

432 Hemos de comportarnos no como quien tiene que vivir para el cuerpo, sino como quien no puede vivir sin él.

433 Lo más importante no es adónde vas, sino quién eres tú.



MARCO AURELIO

434 La muerte y la vida, la buena fama y la mala, el sufrimiento y el placer, la riqueza y la pobreza son cosas que sobrevienen a todo el mundo, tanto a los buenos como a los malos, porque no son hermosas ni vergonzosas, no son buenas ni malas.

435 Debes experimentar cómo es la vida del hombre bueno que se conforma con lo que se le asigna, y que se contenta con que su obrar sea justo y su disposición positiva.

436 ¿Cuál es tu oficio? Ser bueno.

437 El hombre que obra bien no se jacta.

438 Solo una cosa es digna de estima: pasar la vida siendo benévolo, con verdad y justicia frente a los falsos e injustos.

439 Estoy obligado a ser bueno, como la esmeralda está obligada a ser esmeralda y mantener su propio color.

440 No prefieras hacerte bueno mañana a serlo hoy.

441 Si alguien puede rebatirme y probarme que no pienso o actúo rectamente, cambiaré de opinión agradecido.

442 Frente al bien no se debe preferir el elogio de la mayoría, ni los cargos, la riqueza o los placeres.

443 Es imposible que los ruines dejen de hacer ruindades.

444 Nunca censures a aquellos que tropiezan contra su voluntad.

445 La reflexión hace que nuestra conducta sea provechosa.

446 Todo momento presente es un punto de la eternidad.

447 Todo es pequeño y cambiante, propenso a esfumarse.

448 El universo es transformación. Todo lo que ves, ¡en qué poco tiempo cambiará y dejará de ser! Piensa también cuántas transformaciones has conocido.

449 Todo es flor de un día, tanto quien recuerda como lo que es recordado.

450 El tiempo es como un río de sucesos, con un flujo y un caudal violentos.

451 Vistas desde la eternidad, todas las cosas tienen el mismo aspecto.

452 No hay nada nuevo. Todo es rutinario y breve.

453 Se puede prever el futuro, pues será parecido al presente y no es posible que se salga del ritmo de lo que ahora mismo sucede.

454 La vida es corta. Los únicos frutos de nuestra existencia son una disposición virtuosa y una conducta al servicio de los demás.

455 Ya que la vida es breve, aprovechemos el presente con prudencia y justicia.

456 La vida es breve tanto para quien elogia como para quien es elogiado, tanto para quien recuerda como para quien es recordado.

457 Piensa en qué actitud de cuerpo y alma debes ser sorprendido por la muerte; piensa en la brevedad de la vida, en la eternidad inmensa, en la debilidad de toda la materia.

458 Así como esperas el instante en que sale la criatura del vientre de tu mujer, acepta de igual modo la hora en que tu alma saldrá de tu propio cuerpo.

459 La muerte se puede equiparar al nacimiento, el otro gran misterio de la naturaleza.

460 La muerte es el reposo de la impresión sensorial, del impulso que nos mueve como marionetas, de la reflexión pensante y del impulso de la carne.

461 Ama al género humano y sigue a Dios.

462 No tendrás éxito en lo humano sin referirlo a lo divino.

463 Nada procede de la nada, y por eso nuestra inteligencia nos llega de alguna parte.

464 Lo que te puede suceder está dispuesto previamente desde la eternidad.

465 No hay quien me pueda obligar a ir contra mi Dios y contra mi espíritu.

466 Convive con los dioses quien muestra continuamente que su alma se conforma con lo que se le asigna y hace todo lo que quiere su espíritu divino.

467 Si los dioses decidieron sobre mí o sobre lo que debía ocurrirme a mí, decidieron bien.

468 Todo está misteriosamente entretejido. Su vínculo es sagrado y pone orden al mismo Universo.

469 ¿Quién te ha dicho que los dioses no cooperan también en lo que hacemos? Reza por lo que has de resolver y verás.

470 A quienes preguntan dónde has visto a los dioses y cómo sabes que existen para que así los veneres, diles que tampoco has visto tu propia alma, y sin embargo la estimas. De igual manera, experimento en cada momento el poder de los dioses: por

eso comprendo que existen y los respeto.

471 Vive tu vida como quien ha confiado todos sus asuntos a los dioses, sin convertirte ni en tirano ni en esclavo de nadie.

LA EXCELENCIA

La excelencia reúne y culmina las cualidades expuestas hasta el momento. Viene a ser, por tanto, la integración del equilibrio emocional y la justicia, de la generosidad y la amistad, del servicio a los demás y la humildad, de la libertad interior y el autocontrol.

Confucio denomina «hombre superior» a quien consigue esa cima, fruto de la introspección, la experiencia, el estudio y el esfuerzo personal. Logrado el difícil conocimiento de sí mismo y el de los deseos del Cielo, ese hombre será benevolente y leal, especialmente con los miembros de su propia familia. La expresión «hombre superior» solo indica superioridad moral, no intelectual, social o económica.

El hombre superior será prudente y permanecerá siempre en el justo medio, esa posición que tanto nos recuerda a Aristóteles; estará centrado en la justicia y solo pensará en la virtud; con frecuencia tendrá la misión de ocupar cargos públicos para llevar su excelencia a toda la sociedad.

Aristóteles identifica la excelencia con la magnanimidad, cualidad propia de quien es capaz de proponerse y llevar a término grandes proyectos. «Como su nombre indica, tiene por objeto cosas grandes», casi siempre en servicio de los demás. En el punto 502 resume Aristóteles las cualidades del magnánimo, en un retrato tan atractivo como perspicaz.

CONFUCIO

472 A la ofensa se contesta con la justicia, y a la virtud, con la virtud.

473 La virtud cívica perfecta consiste en ser cortés aun estando en privado, respetuoso en la administración de los negocios y leal en la relación con todos los hombres. No es lícito abandonar este modo de conducta, ni aunque se viva entre los bárbaros.

474 El hombre virtuoso no busca conservar la vida a costa de la virtud. Hay casos en que la muerte es la última perfección de la virtud cívica.

475 El hombre que no se altera, aunque los demás no le conozcan, es un hombre superior.

476 El hombre superior piensa en la virtud, y el hombre vulgar en la comodidad.

477 El hombre superior está centrado en la justicia, y el hombre vulgar en el beneficio.

478 El hombre superior pone sus palabras en práctica antes de decirlas, y después habla de acuerdo con sus obras.

479 El hombre superior se ocupa de lo fundamental porque, una vez que lo fundamental ha sido establecido, lo demás sale naturalmente de la raíz.

480 El hombre superior, cuando come, no pretende hartarse, ni en su casa busca estar tranquilo y despreocupado; es diligente en los asuntos, pone cuidado en sus palabras y busca a los prudentes para que le corrijan.

481 Zichan tenía cuatro de las características del hombre superior: en lo que hacía para sí mismo era humilde; era respetuoso en el servicio a un superior; generoso cuando se trataba de alimentar al pueblo, y justo en la administración de los súbditos.

482 El hombre superior tiende a perfeccionar lo bello del ser humano y a abandonar lo malo. El hombre vulgar hace justo lo contrario.

483 El hombre superior está en armonía con los demás, pero no siempre de acuerdo con ellos. El hombre vulgar se pone de acuerdo con los demás, pero no está en armonía con ellos.

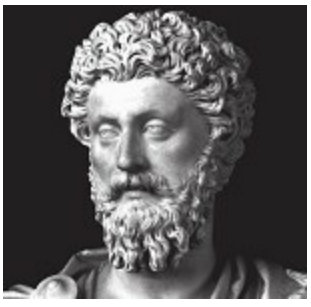
484 El hombre superior es digno sin orgullo, el hombre vulgar es orgulloso sin dignidad.

485 El hombre superior es dueño de sí y no tiene pleitos con nadie, es sociable sin ser partidista.

486 El camino del hombre superior es el anonimato, aunque por su mérito brille más cada día. El hombre vulgar, en cambio, tendrá como norma la publicidad, pero de día en día se irá desacreditando.

487 Hay nueve cosas que tiene en cuenta el hombre superior:

– al ver, piensa en la luz;
– al oír, piensa en la claridad del sonido;
– procura tener un semblante amable;
– procura tener una actitud cortés;
– procura que sus palabras sean leales;
– procura que su servicio sea respetuoso;
– piensa que debe preguntar si tiene dudas;
– piensa que dejarse llevar por la cólera podría traer malas consecuencias;
– y piensa en la justicia cada vez que se encuentra ante una posibilidad de beneficio.



MARCO AURELIO

488 Dentro de diez días parecerás un dios a aquellos a los que ahora pareces una fiera y un mono, si retornas a los principios y a la veneración de la razón.

489 Mientras vivas, mientras es posible, sé bueno.

490 Quien busca la fama, supone que su bien está en el reconocimiento ajeno; quien busca placeres, cree que el bien está en su propia sensación. Por el contrario, el inteligente sabe que su bien surge de su buena conducta.

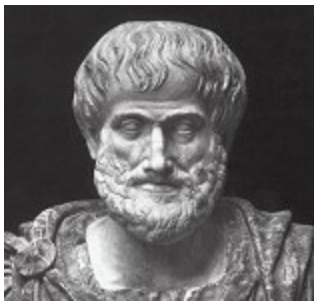
491 El que no vive pendiente de lo que han dicho los demás, de lo que ha hecho o pensado, sino que se preocupa de ser justo y virtuoso, vivirá en paz.

492 Si nos despojamos, como de un lastre innecesario, de la mayor parte de lo que decimos o hacemos, estaremos de mejor humor y menos inquietos. Por ello, antes de cada acción deberíamos preguntarnos: ¿no será de las innecesarias?

493 La inteligencia libre de pasiones es una fortaleza. Nada más firme posee el hombre en lo que refugiarse y ser inexpugnable. El que no ha visto esto es un ignorante. El que lo ha visto y no busca su cobijo es un desdichado.

494 Prudencia es atención a cada cosa y ningún tipo de descuido.

495 ¿Alguna vez serás capaz de convivir con dioses y hombres de forma que ni los censures ni te condenen?



ARISTÓTELES

496 El hombre íntegro se complace en las acciones virtuosas y siente desagrado por las viciosas, lo mismo que el músico disfruta con las buenas melodías y no soporta las malas.

497 La magnanimidad, como su nombre indica, tiene por objeto cosas grandes. Se considera magnánimo al que tiene grandes proyectos y es digno de ellos, pues si carece de condiciones es necio y vanidoso. En cambio, si se juzga inferior a lo que puede, es pusilánime.

498 El que solo es capaz de cosas pequeñas y las pretende es modesto, pero no magnánimo: la magnanimidad implica grandeza.

499 La magnanimidad es el mejor modo de ser, y acompaña a todas las virtudes. El magnánimo solo se interesa de verdad por pocas cosas e importantes. Y se preocupa más de la opinión del hombre bueno que de la opinión de la multitud. No se inquieta por la vida y las riquezas. Le aflige ser gobernado por una persona indigna. Y su mayor alegría es alcanzar el honor.

500 El magnánimo tiene que ser bueno, pues la maldad y la magnanimidad son contradictorias. Pone sus aspiraciones en el honor, que es la recompensa adecuada a los grandes méritos.

501 Parece que los dones de la fortuna facilitan la magnanimidad, pues el que más tiene es el que más puede. Pero las riquezas sin virtud no hacen a los hombres magnánimos sino altaneros e insolentes. El magnánimo no ama el peligro, pero lo afronta y arriesga su vida cuando merece la pena, pues piensa que la vida no es digna de vivirse de cualquier manera.

502 El magnánimo hace favores y responde a ellos con otros mayores. No suele necesitar nada, pero está muy dispuesto a prestar servicios. Suele ser altivo con los que gozan de elevada posición, y mesurado con los humildes. Habla y actúa con franqueza. Sus simpatías y antipatías son manifiestas, porque ocultarlas es propio del miedoso y del que pone la opinión ajena por encima de la verdad. No es adulador, porque esa actitud es servil. Tampoco es propenso a la admiración,

porque nada es grande para él. Ni rencoroso, pues no guarda memoria de los agravios. Le tiene sin cuidado que le alaben o le critiquen, y tampoco él alaba o critica.

503 Si todos rivalizaran por realizar acciones nobles, la sociedad marcharía como debe.

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN

«Desde el emperador hasta el último vasallo», nos dice Confucio, «todos deben tener el cultivo de sí mismos como fundamento, pues si lo principal está en desorden, lo que en ello se apoya no puede estar ordenado». Al terminar este libro, nos parece oportuno recordar que el arte de vivir empieza por el arte de educar. Los niños y los jóvenes son siempre una promesa que se puede cumplir o malograr, y su educación ha sido y será siempre la mejor inversión de una familia y de un país. Y «el tiempo de la juventud», concreta Séneca, «es idóneo para estimular la inteligencia con el estudio y para ejercitar el cuerpo con los trabajos».

La permanente dificultad de la tarea educativa deriva, en primer lugar, del desconocimiento que tenemos de nosotros mismos. Junto a ese íntimo desconocimiento experimentamos un doloroso desajuste entre nuestra cabeza y nuestro corazón, entre lo que sabemos y lo que sentimos, entre lo que deseamos y lo que logramos. Por eso, si algo es la educación, es la lucha contra esa debilidad constitutiva, el intento de frenar y controlar el desarrollo de esa patología congénita. Marco Aurelio reconoce que debe al principal de sus preceptores «el haber entendido la necesidad de enderezar y cuidar mi carácter».

«Los hombres son arqueros que buscan el blanco de sus vidas», nos dice Aristóteles. Pero está claro que diferentes visiones del hombre y de la vida determinan trayectorias y planteamientos educativos muy diferentes. No es lo mismo Nietzsche que Séneca. Si el primero nos dice que debemos dar rienda suelta a nuestra animalidad natural, Séneca declara que «dominarse a sí mismo es el mayor de los dominios». No es lo mismo Protágoras que Confucio. Si el más famoso de los sofistas afirma que el hombre es la medida de todas las cosas, el padre de la cultura china advierte que, si no se respeta lo sagrado, no hay nada sobre lo que se pueda edificar una conducta.

Como es lógico, desde el punto de vista educativo no es lo mismo ver en la vida sentido o sinsentido. Aunque la disparidad de visiones de la vida y de modelos educativos es un hecho, también es un hecho la naturaleza humana, y su lectura correcta puede ser la garantía de que los modelos correspondientes son verdaderos. El ser humano es un peculiar animal de naturaleza racional, social, moral y sentimental. En consecuencia, su educación será el desarrollo lógico de esos rasgos constitutivos. Como ya hemos apuntado, el desarrollo correcto de su libertad inteligente será la conducta prudente; lo propio de su capacidad moral será obrar en conciencia; si quiere vivir en sociedad

necesita la justicia; las inclinaciones de nuestra naturaleza animal han de ser moderadas y encauzadas por la templanza; y todo ello exige un esfuerzo sostenido que llamamos fortaleza.

Estas líneas maestras de conducta derivan del desarrollo lógico de nuestra naturaleza. Otra dirección supondría un desarrollo patológico. A partir de estas líneas generales, en algún caso no lograremos concretar con exactitud la acción educativa, porque tampoco estamos ante una ciencia exacta. En cambio, sabemos con seguridad que la educación no es posible desde el nihilismo y la falta de sentido. Y no lo es porque, como observó Aristóteles, «no hay viento favorable para los barcos que desconocen su destino».

La intensa y variada experiencia política de Aristóteles le hace ponderar la función educativa de las leyes. Ya que «los razonamientos no bastan para hacer buenos a los hombres»; ya que «resultan ineficaces para corregir la conducta de la mayoría, que no se aparta del mal por vergüenza sino por temor a la ley»; ya que «la mayor parte de los hombres viven a merced de sus pasiones, buscan los placeres, huyen de los dolores y no tienen ni idea de lo que es verdaderamente hermoso y agradable», necesitamos la pedagogía y el peso de la ley.

Una ley sabia educa, guía y protege: permite que las personas, por separado y en conjunto, convivan en armonía, den lo mejor de sí mismas, rindan al máximo de sus posibilidades. La civilización occidental, con sus muchos defectos, es el triunfo de una legislación que ha ordenado sabiamente las cosas humanas; el triunfo de una organización social donde el hombre, gracias al respeto a la ley, ha podido desarrollarse en un clima de libertad, de oportunidades, de justicia y educación para todos. Se trata de una cultura abierta, que ha permitido el desarrollo por encima de castas o estamentos cerrados. Frente a Karl Marx, Karl Popper vio claro que Occidente no es el mundo feliz, pero es el menos infeliz de los que existen. Precisamente porque las leyes que han educado a las sociedades occidentales se apoyan en la razón griega, el derecho romano y el corazón cristiano. Pensamos que Occidente es el primer mundo por esa triple herencia, y que el tercer mundo lo es por esa triple carencia.

A Aristóteles no se le escapa que «la mejor educación se logra en el seno de la familia, gracias a la palabra y a las costumbres de los padres, porque los hijos aman a sus padres y les obedecen por naturaleza». Por eso reconoce que «la familia educa mejor que el Estado», pues «conoce personalmente a sus miembros, y sabe lo que más le conviene a cada uno».

CONFUCIO

504 Estudia como si nunca fueras a aprender bastante, como si temieras olvidar lo aprendido.

505 Estudiar sin pensar es inútil. Pensar sin estudiar es peligroso.

506 Los últimos de todos los hombres son aquellos que además de ser tontos no estudian.

507 La mejor educación consiste en sacar brillo a la virtud.

508 Tener faltas y no corregirlas es el verdadero error.

509 Cuando veamos personas ilustres, pensemos en igualarlas; cuando veamos personas llenas de defectos, volvamos la vista hacia adentro para examinarnos.

510 Soy un transmisor, no un creador. Soy uno que cree y ama a los antiguos.

511 En todo asunto, la preparación supone el éxito, y la falta de preparación el fracaso.

512 Yo no puedo hacer nada por alguien que asiente a las palabras de advertencia y luego no se corrige, o que oye con gusto los consejos amistosos y no los pone en práctica.

513 ¿Cómo se puede amar a alguien y no ser duro con él? ¿Cómo se puede amar a alguien y no instruirle?

514 Hay tres placeres beneficiosos y otros tres perjudiciales. Producen beneficios el placer de la música y el de las ceremonias comedidas, hablar de las excelencias de otros hombres y tener muchos amigos de mérito. Son perjudiciales el gusto por las diversiones lujosas y extravagantes, dejarse llevar por la pereza y aficionarse a fiestas desmadradas.

515 No descubro verdades a quien no está deseoso de descubrirlas, ni alumbro en ninguno nada que el propio interesado no quiera dar.

516 Cuando somos tres los que marchamos juntos, los otros dos pueden ser mis maestros; de ellos tomo sus buenas cualidades, mientras evito las malas.

517 El sonido y los colores no sirven para educar a la gente.

518 Desde el emperador hasta el último vasallo, todos deben tener el cultivo de sí mismos como fundamento, pues si lo principal está en desorden, lo que en ello se apoya no puede estar ordenado.

519 Hay gentes que actúan sin saber por qué, pero yo no soy de esos. Yo oigo mucho, selecciono lo mejor y lo sigo, veo mucho y lo recuerdo, y todo esto supone una fase más elevada del conocimiento.

520 Si se observa a alguien que ya ha cumplido cuarenta años y se le encuentra odioso, odioso será ya hasta el fin de sus días.

521 La mente se despierta con la poesía, se afirma con los ritos y se completa con la música.

SÉNECA

522 Nadie nace bueno. Llegar a serlo es un arte.

523 Los vicios no nacen con nosotros. Han llegado después.

524 El tiempo de la juventud es idóneo para estimular la inteligencia con el estudio y para ejercitar el cuerpo con los trabajos.

525 Nada induce tanto al bien como el trato con los buenos, pues poco a poco va penetrando en el corazón y va adquiriendo fuerza de precepto el verlos y escucharlos con frecuencia.

526 A veces los vicios se nos insinúan bajo el nombre de virtudes: la temeridad se oculta como fortaleza, la pereza como moderación, la timidez como cautela...

527 Dinero, salud y honores son cosas serviles, débiles, escurridizas, perecederas, de posesión incierta.

528 «Hemos de escoger un hombre virtuoso y tenerlo siempre ante nuestra consideración para vivir como si él nos observara.» Esto, querido Lucilio, lo enseña Epicuro, y no sin razón, pues el alma debe tener alguien a quien venerar.

529 Dichoso quien puede venerar a alguien de tal suerte que se configure y ordene con solo recordarlo. Si no tienes delante un patrón, no corregirás los defectos.

530 De un gran hombre siempre aprenderás, aunque permanezca en silencio.

531 El ser humano ha de ser educado en la comprensión y aceptación de su suerte.

532 No te preocupes por quedar bien, sino por tu conciencia.

533 La verdad solo debe decirse a quien tiene que oírla.

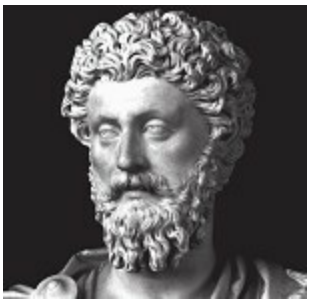
534 Dominarse a sí mismo es el mayor de los dominios.

535 Nos creemos los mejores y eso nos impide cambiar.

536 Júzgate mal a ti mismo. Así te acostumbrarás a decir y a escuchar la verdad.

537 Donde veas que agrada el lenguaje soez, sin duda las costumbres también serán soeces.

538 Ten cuidado con las compañías que frecuentas. Sin darte cuenta se te pueden pegar sus vicios.



MARCO AURELIO

539 Aprendí de mi madre la veneración a los dioses y la liberalidad; el abstenerme no solo de obrar mal sino también de caer en semejante pensamiento; la frugalidad en el régimen de vida y el mantenerme alejado de las costumbres de los ricos.

540 En mi padre aprendí la mansedumbre; la firmeza inquebrantable en las decisiones atentamente tomadas; la indiferencia ante la vanagloria de los honores; el amor al esfuerzo y a la perseverancia; la experiencia para distinguir cuándo hay necesidad de apretar y cuándo de aflojar; la previsión remota y la resolución por anticipado de los pequeños asuntos; el tener todo calculado reflexivamente, como si le sobrara tiempo, sin turbación, ordenadamente, sólidamente, armónicamente.

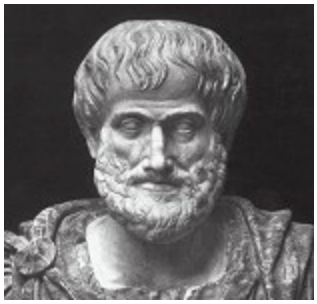
541 Debo a mi bisabuelo el haber tenido en casa buenos preceptores, por comprender que para tales cosas hay que gastar sin miramientos.

542 Debo a Rústico el haber entendido la necesidad de enderezar y cuidar mi carácter.

543 Piensa que también eres libre cuando obedeces a quien te corrige.

544 Agradezco a los dioses haber tenido buenos abuelos, buenos padres y hermana, buenos maestros, excelentes amigos, parientes y compañeros casi todos buenos.

545 Es un favor de los dioses el haber conservado la pureza juvenil y no haber sido viril antes de tiempo, y el no haber caído en manos de ningún sofista.



ARISTÓTELES

546 No es nada fácil desarraigar con razones lo que está arraigado con hábitos en la conducta.

547 Si los razonamientos bastaran para hacer buenos a los hombres, los compraríamos a cualquier precio. Pero no es así. De hecho, sirven para estimular a los jóvenes idealistas y a las personas nobles; en cambio, resultan ineficaces para corregir la conducta de la mayoría, que no se aparta del mal por vergüenza sino por temor a la ley. Porque la mayor parte de los hombres viven a merced de sus pasiones, buscan los placeres, huyen de los dolores y no tienen ni idea de lo que es verdaderamente hermoso y agradable, pues no lo han probado nunca.

548 El razonamiento y la instrucción mejoran a los hombres cuando la conducta ha sido previamente abonada por los hábitos –como tierra destinada a la siembra– para querer lo que se debe querer y rechazar lo que se debe rechazar. Porque quien sigue a sus pasiones no sigue a su razón, y ni siquiera la comprende.

549 Los placeres y los dolores influyen mucho en los hábitos, pues somos capaces de hacer cosas malas si son placenteras, y nos apartamos del bien cuando nos causa dolor. De ahí la necesidad de haber sido educados desde jóvenes –como recomienda Platón– para distinguir qué placeres y dolores conviene aceptar o rechazar. En realidad, esa es la auténtica educación.

550 La vida templada y firme no es agradable al vulgo, y menos a los jóvenes. Por eso es preciso que la educación y las costumbres estén reguladas por leyes, pues lo que se hace habitual deja de ser penoso.

551 No basta la buena conducta durante los años jóvenes: es preciso mantenerla en la madurez. También entonces necesitamos leyes, y durante toda la vida, porque los hombres obedecen mejor con órdenes y castigos que con razones y bondad.

552 Por eso se piensa que los gobernantes deben animar a los que ya obran bien. En cambio, deben corregir y castigar a los que no cumplen las leyes, y desterrar a los delincuentes incorregibles.

553 Un particular no puede obligar a los demás, y se hace odioso si lo intenta. En cambio, la ley es buena porque puede obligar, y porque refleja cierta prudencia e inteligencia. Por eso es evidente que la sociedad necesita leyes, y leyes buenas si quiere funcionar bien.

554 La mejor educación se logra en el seno de la familia, gracias a la palabra y a las costumbres de los padres, porque los hijos aman a sus padres y les obedecen por naturaleza.

555 La familia educa mejor que el Estado. Semejante al médico o al entrenador, que proponen diferentes remedios y planes de entrenamiento, la familia conoce personalmente a sus miembros, y sabe lo que más le conviene a cada uno.

LOS AUTORES

Escritor y profesor, **José Ramón Ayllón** (Cantabria, 1955) es licenciado en Filosofía y Letras por la Universidad de Oviedo, y especialista universitario en Bioética por la Universidad de Valladolid. Ha dejado constancia de su admiración por los clásicos en libros de texto de ética y filosofía, en ensayos como *La buena vida* y *Desfile de modelos* y en novelas como *Querido Bruto*. Su experiencia docente le lleva a pronunciar conferencias, en España y América, sobre educación de adolescentes y formación del profesorado.
www.jrayllon.es

María Muñoz Ortiz (Madrid, 1971) es licenciada en Geografía e Historia por la Universidad Complutense de Madrid y tiene un máster en Educación Familiar por el IEEE (Instituto Europeo de Estudios de la Educación). Desde hace más de diez años es profesora de Secundaria y Bachillerato en el Colegio Virgen del Carmen (Toledo). Está casada y es madre de dos hijos.

555 joyas de la sabiduría
Edición de José Ramón Ayllón y María Muñoz

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

© del diseño de la portada, Departamento de Diseño, División Editorial del Grupo Planeta
© de la imagen de la portada, Shutterstock

Fotografías del interior: Confucio (© fotohunter / Shutterstock), Séneca (© Bettmann / CORBIS), Aristóteles (© After Lysippos / The Bridgeman Art Library / Getty Images) y Marco Aurelio (© Araldo de Luca / CORBIS)

© José Ramón Ayllón, 2010
© María Muñoz, 2010

© Ediciones Planeta Madrid, S. A., 2010
Ediciones Martínez Roca es un sello editorial de Ediciones Planeta Madrid, S. A.
Paseo de Recoletos, 4, 28001 Madrid (España)
www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): julio de 2011

ISBN: 978-84-270-3807-3 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.
www.newcomlab.com

Índice

DEDICATORIA 3
PRIMERA PARTE. EL SECRETO DE LOS CLÁSICOS 4
1. ESTE LIBRO 6
2. ¿QUIÉNES SON LOS CLÁSICOS? 7
3. ¿QUÉ NOS APORTAN LOS CLÁSICOS? 9
4. ¿QUÉ LIBROS HAN ESCRITO LOS CLÁSICOS? 12
5. ¿A QUÉ LECTORES SE DIRIGEN LOS CLÁSICOS? 15
6. ¿POR QUÉ CONFUCIO? 17
7. ¿POR QUÉ ARISTÓTELES? 20
8. ¿POR QUÉ SÉNECA? 22
9. ¿POR QUÉ MARCO AURELIO? 25
SEGUNDA PARTE. 555 JOYAS DE LA SABIDURÍA 27
EL ARTE DE VIVIR 29
LA AMISTAD 41
PENSAR EN LOS DEMÁS 51
CLAVES DE LA CONDUCTA 61
EL ESFUERZO NECESARIO 72
PROTAGONISMO DEL PLACER 81
LA LIBERTAD 90
EL EQUILIBRIO INTERIOR 98
LA SABIDURÍA 105
LA EXCELENCIA 114
IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN 121
LOS AUTORES 130
CRÉDITOS 131