Gaspar Hernández

EL ARTE DE VIVIR

Luciérnaga

Índice

Portada

Sinopsis

Portadilla

Introducción

AFORISMOS
- Woody Allen
- Richard Bach
- Honoré de Balzac
- William Blake
- Jorge Luis Borges
- Albert Camus
- Truman Capote
- Antón P. Chéjov
- Confucio
- Joseph Conrad
- E. E. Cummings
- Charles Dickens
- Emily Dickinson
- Fiódor M. Dostoievski
- Paul Éluard
- Ralph W. Emerson
- William Faulkner
- Robert Fisher
- Gustave Flaubert
- Viktor Frankl
- Robert Frost
- Joan Fuster
- Gibran Khalil Gibran
- André Gide
- Johann Wolfgang von Goethe

Ernest Hemingway
Hermann Hesse
Victor Hugo
Aldous Huxley
Rudyard Kipling
Lao-Tse
Groucho Marx
William Somerset Maugham
Anthony de Mello
John Milton
Alberto Moravia
Guillermo de Orange
Ovidio
Miquel Pairolí
Cesare Pavese
Píndaro
Josep Pla
Marcel Proust
Antoine de Saint-Exupéry
José Saramago
Jean-Paul Sartre
William Shakespeare
George Bernard Shaw
Stendhal
Laurence Sterne
Robert Louis Stevenson
August Strindberg
Rabindranath Tagore
Henry David Thoreau
Lev N. Tolstói
Mark Twain
Joan Vinyoli
Virgilio
Voltaire
Simone Weil
Oscar Wilde
Virginia Woolf
Marguerite Yourcenar

Zhuangzi

Créditos

Gracias por adquirir este eBook

Visita **Planetadelibros.com** y descubre
una
nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

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

PlanetadeLibros

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

Explora **Descubre** **Comparte**

Sinopsis

Vivir parece algo fácil, incluso a veces simplemente inevitable. Aunque saber vivir intensamente disfrutando de los buenos momentos, pero también aprendiendo a abrazar las adversidades, es todo un arte. Y es que este libro contiene y recoge palabras de grandes escritores que a lo largo de la historia han ofrecido herramientas para dominarlo. Aforismos, de autores muy diversos, a veces irónicos o cáusticos, que tienen en común que nacen de la honestidad y que nos demuestran que muchas veces una sola frase es capaz de abrirnos la puerta a una percepción diferente y ayudarnos a navegar por la vida.

EL ARTE
DE VIVIR

Gaspar Hernández

Introducción

Uno intenta convivir mentalmente con grandes escritores, la mayoría muertos.

¿Cómo? Leyéndolos. Hay una faceta de la realidad que solo la literatura puede ofrecer. El discurrir del pensamiento, por ejemplo. No existe película, ni ensayo, ni libro de historia, ni siquiera de psicología, que pueda aproximarse al pensamiento de una persona como lo hace la literatura. Sin embargo, las lecciones de vida que ofrece la literatura, la buena literatura, nunca son explícitas. Marcel Proust escribió que eso sería como dejarse el precio en la etiqueta de un regalo.

Javier Marías cita a menudo a William Faulkner, quien dijo que lo que hace la literatura es lo que hace una cerilla cuando se la enciende en mitad de la noche, en mitad de un campo. No sirve para iluminar nada. Solo sirve para ver un poco mejor cuánta oscuridad hay alrededor. Los escritores que han encendido esa cerilla, a menudo han destilado, paralelamente, en otros libros o cartas, aforismos. He seleccionado algunos. Una selección personal, con licencias. Me he dejado muchos escritores mejores y con mejores aforismos que los que aquí presento. Cada lector podría hacer su lista de aforismos preferidos, y cada lista sería válida.

¿Por qué aforismos? Porque, como dice el amigo Àlex Rovira, una frase nos puede abrir una ventana a una percepción diferente. Según Àlex, lo que caracteriza un aforismo es que nace de la honestidad, aunque sea irónico o cáustico. Y va más allá: «Algunos aforismos, desde una provocación sana, llevan al lector a conectar con su esencia, con un espacio interior sagrado». Freud afirmaba que después de cuarenta años de estudio, siempre acababa llegando a lugares por donde ya había transitado algún poeta.

Me he permitido la licencia de empezar con Woody Allen, que no es exactamente un escritor (aunque nos encantaría dialogar mentalmente con él). Mi propósito era abrir el libro con una sonrisa. En cambio, no he incluido unas frases de Fritz Perls que son una guía en el arte de vivir: «Trabaja como si no necesitaras dinero. Ama como si nunca hubieses sido herido. Baila como si nadie te estuviera mirando. Canta como si nadie escuchara. Vive, como si fuera el cielo en la tierra».

Tampoco he incluido un aforismo de Clint Eastwood que resume a la perfección los males de nuestra época, que todo lo quiere tener garantizado: el trabajo, el amor, el futuro. No lo he incluido porque lo reservo para cerrar esta introducción, a modo de posdata.

Dice Clint Eastwood: «Si en la vida quieres una garantía, cómprate una tostadora».

AFORISMOS

Woody Allen

Mi forma de bromear es decir la verdad.
Es la broma más divertida.

—

Odio la realidad, pero es el único lugar donde se puede comer
un buen filete.

—

En mi casa mando yo, pero mi mujer toma las decisiones.

—

Si no te equivocas de vez en cuando, es que no lo intentas.

—

Richard Bach

Cuando lleguemos al final de nuestra vida y miremos atrás, lo
único que tendrá importancia será:
¿cuál fue la calidad de nuestro amor?

—

Honoré de Balzac

La resignación es un suicidio cotidiano.

—

Lo más bonito de la vida son las ilusiones.

—

La vida militar exige pocas ideas.

—

Todo poder humano está compuesto de paciencia y tiempo.

—

Cuando reconocemos nuestras debilidades, somos más fuertes.

—

El matrimonio une de por vida a dos seres que no se conocen en absoluto.

—

Es mucho más fácil quedar bien como amante que como marido, porque es mucho más fácil ser ingenioso de vez en cuando que todos los días.

—

La alegría solo puede darse entre personas que se sienten iguales.

—

Una tontería que fracasa se convierte en un crimen.

—

En las grandes crisis,
el corazón se rompe o se curte.

—

William Blake

La persona que jamás cambia de opinión es como el agua
estancada: su mente cría sabandijas.

—

Jorge Luis Borges

He cometido el peor de los pecados.
No he sido feliz.

—

Albert Camus

No esperéis el juicio final: llega cada día.

—

No es difícil tener éxito. Lo difícil es merecerlo.

—

Hacer sufrir es la única manera de equivocarse.

—

Crear es vivir dos veces.

—

Truman Capote

Que algo sea verdad no significa que sea convincente.
Ni en la vida, ni en el arte.

—

Antón P. Chéjov

Somos lo que creemos que somos.

—

Confucio

La serenidad es solo la corteza del árbol de la sabiduría. Pero sirve para protegerla.

—

Lo que no quieras que te hagan, no lo hagas tú a los demás.

—

El sabio no se entristece porque los demás no lo conozcan, se entristece por conocerlos.

—

No son las malas hierbas las que estropean una buena cosecha, sino la negligencia del agricultor.

—

Cuando veas a un hombre bueno, procura imitarlo; cuando veas a uno malo, examínate a ti mismo.

—

Cada cosa tiene su belleza, pero no todos pueden verla.

—

Joseph Conrad

Si te falla tu barco, te falla el mundo entero.

—

E. E. Cummings

Hace falta valor para crecer y convertirte en lo que realmente eres.

—

Charles Dickens

No sabemos nunca de lo que somos capaces, hasta que lo intentamos.

—

Cada fracaso nos enseña algo que necesitábamos aprender.

—

Hay grandes personas que hacen que todas las demás se sientan pequeñas.
Pero la verdadera grandeza consiste en hacer que todas se sientan grandes.

—

Hay personas que solo parecen tener una idea.
Y es una lástima que sea equivocada.

—

Jamás debemos arrepentirnos de nuestras lágrimas.

—

Emily Dickinson

Para estar alegre, necesito compañía.

—

Todo lo que sabemos del amor es que el amor es todo lo que hay.

—

La belleza no tiene pretexto.
Es, sencillamente. Si la perseguimos, se esconde.
Si nos detenemos, perdura.

—

Fiódor M. Dostoievski

Hay momentos en que aprendemos mucho más que en años enteros.

—

El secreto de la existencia humana no solo se encuentra en vivir,
sino también en saber para qué se vive.

—

Paul Éluard

Solo tenemos una vida. Por lo tanto, es perfecta.

—

Hay otros mundos, pero están en este.

—

Ralph W. Emerson

Nunca se ha hecho nada grande sin entusiasmo.

—

Nada se obtiene sin esfuerzo y todo se puede conseguir con el debido esfuerzo.

—

El éxito consiste en obtener lo que se desea. La felicidad, en disfrutar de lo que se obtiene.

—

La confianza en uno mismo es el primer secreto del éxito.

—

La naturaleza es una nube que cambia incesantemente y que a la vez siempre es la misma.

—

La naturaleza trabaja siguiendo un método basado en «todos para uno y uno para todos».

—

El pensamiento es la semilla de la acción.

—

Quienes conquistan son aquellos que creen que pueden conquistar.

—

No puede haber grandeza si no sabemos dejar ir.

—

La fe que se basa en la autoridad no es fe.

—

Ser grande supone ser incomprendido.

—

Haz siempre lo que tenías miedo de hacer.

—

El buen lector hace el buen libro.

—

Las épocas de heroísmo son siempre épocas de terror.

—

No escojas palabras en las que no veas claramente la verdad.

—

La vida no es tan breve como para no impedirnos practicar la cortesía.

—

La única manera de tener un amigo es serlo.

—

Aunque viajamos por todo el mundo para encontrar la belleza,
si la queremos encontrar tendremos
que llevarla con nosotros.

—

El antepasado de todo acto es un pensamiento.

—

El escepticismo es un suicidio lento.

—

Un héroe acaba por convertirse en alguien molesto.
Reír mucho y a menudo, ganarse el respeto de las personas inteligentes y el aprecio de los niños; merecer el elogio de los críticos sinceros y mostrarse tolerante con las traiciones de los falsos amigos, saber apreciar la belleza y encontrar lo mejor en cada persona; dejar un mundo mejor, saber que al menos una vida ha alentado más libremente gracias a la nuestra: eso es haber triunfado.

—

William Faulkner

Entre el dolor y la nada, prefiero el dolor.

—

Sueña y apunta más alto de lo que sabes que podrás conseguir.

—

Este es un país libre. La gente tiene derecho a enviarme cartas, y yo tengo derecho a no leerlas.

—

La sabiduría suprema es tener sueños bastante grandes como para no perderlos de vista mientras los perseguimos.

—

Robert Fisher

Cuando aprendáis a aceptar, en lugar de esperar, tendréis menos decepciones.

—

Es necesario distinguir la necesidad de la codicia.

—

Gustave Flaubert

El futuro nos tortura y el pasado nos encadena.
He aquí porque se nos escapa el presente.

—

Si miráramos siempre al cielo, acabaríamos teniendo alas.

—

La felicidad es una mentira, cuya búsqueda provoca todas las calamidades de la vida.
Pero existen momentos de paz serena que la imitan, y que, tal vez, son superiores.

—

La imbecilidad es una roca inexpugnable: todo el que choca contra ella se despedaza.

—

La humanidad es como es.
No se trata de cambiarla, sino de conocerla.

—

Cuando llegan a los cincuenta años, las personas inteligentes hacen con toda seriedad lo que a sus veinticinco les hubiera hecho morir de risa.

—

El amor es una planta de primavera que todo lo perfuma con su esperanza, incluso las ruinas por donde trepa.

—

Estamos organizados para el dolor. Las lágrimas son para el corazón como el agua para los peces.

—

Tened cuidado con la tristeza. Es un vicio.

—

Cuando estamos desesperados, tenemos que esperar.

—

Nos pasamos la vida diciendo «es demasiado pronto», y después, «es demasiado tarde».

—

Viktor Frankl

La última de las libertades humanas es elegir nuestra actitud ante cualquier circunstancia.

—

El humor nos proporciona la distancia necesaria para sobreponernos a cualquier situación.

—

Robert Frost

El cerebro es un órgano maravilloso.
Comienza a funcionar tan pronto
te levantas por la mañana y no para hasta que llegas a la
oficina.

—

Una buena valla hace buenos vecinos.

—

Joan Fuster

Los libros no suplen la vida, pero la vida tampoco suple los libros.

—

Gibran Khalil Gibran

El químico capaz de extraer de su corazón los elementos compasión, respeto, deseo, paciencia, arrepentimiento, sorpresa y perdón, y de combinarlos en uno, habrá creado el átomo que se llama amor.

—

André Gide

Cuando ya no me indigne, habré comenzado a envejecer.

—

No tengo la menor duda de que a cada uno le pasa lo que se merece.

—

Los errores de los demás siempre nos causan placer.

—

La alegría es como el agua de los ríos, que es fresca porque es fugaz.

—

La importancia está en la mirada, no en lo que observamos.

—

Hay muchas cosas que parecen imposibles tan solo porque aún no las hemos intentado.

—

El valor de una cosa solo depende de la importancia que se le dé.

—

Johann Wolfgang von Goethe

La felicidad nace de la moderación.

—

El talento se educa en la calma. El carácter, en la tormenta.

—

Haz únicamente lo que sea justo: el resto vendrá por sí solo.

—

Amo a aquellos que sueñan con cosas imposibles.

—

¿Quién es el crítico más severo?
Un aficionado fracasado.

—

Lo que no deseábamos en la juventud
lo conseguimos en la vejez, y con abundancia.

—

Puedo prometer ser sincero, pero no imparcial.

—

No basta con saber, debemos aplicar lo que sabemos. No
basta con amar, tenemos que hacer.

—

La venganza más cruel consiste en despreciar toda venganza posible.

—

Las flores están llenas de miel, pero las abejas solo extraen la dulzura.

—

¡Luz, más luz!

—

Ernest Hemingway

El secreto de la sabiduría, del poder y del conocimiento es la humildad.

—

La gente buena, si se piensa un poco en ello, ha sido siempre gente alegre.

—

El hombre que ha empezado a vivir seriamente por dentro, empieza
a vivir sencillamente por fuera.

—

Hermann Hesse

Cuando odiamos a una persona, odiamos algo en ella que se encuentra
dentro de nosotros. Lo que no está dentro de nosotros, nos deja indiferentes.

—

Para que pueda surgir lo posible, hay que intentar una y otra vez lo imposible.

—

La vida de cada persona es un camino hacia sí misma, el ensayo de un camino, el boceto de un sendero.

—

Cuando tememos a alguien es porque le hemos concedido poder sobre nosotros.

—

La divinidad se encuentra dentro de ti, no en los conceptos o en los libros.

—

No digas jamás de ningún sentimiento que es pequeño o indigno. No vivimos de otra cosa que de nuestros pobres, hermosos y magníficos sentimientos, y cada uno de ellos contra el que cometemos una injusticia es una estrella que apagamos.

—

La belleza no hace feliz a quien la posee, sino a quien puede amarla y adorarla.

—

La felicidad es amor, no es otra cosa.
El que sabe amar es feliz.

—

Lo blando es más fuerte que lo duro; el agua es más fuerte que la roca;
el amor es más fuerte que la violencia.

—

Los libros solo tienen valor cuando son útiles para vivir.

—

Cuando alguien necesita algo verdaderamente y lo encuentra, no es la casualidad la que hace que lo encuentre, sino él mismo. Su deseo y su necesidad lo conducen a ello.

—

Sin el animal que hay dentro de nosotros solo seríamos ángeles castrados.

—

Es mejor soportar las injusticias que no cometerlas.

—

Quien no encaja en el mundo está cerca de encontrarse a sí mismo.

—

La verdadera profesión del ser humano es encontrar el camino hacia sí mismo.

—

Victor Hugo

La melancolía es la felicidad de estar tristes.

—

La fuerza más fuerte de todas es un corazón inocente.

—

Abrid escuelas para cerrar prisiones.

—

El futuro tiene muchos nombres. Para el débil, es lo inalcanzable. Para el miedoso, lo desconocido. Para el valiente, la oportunidad.

—

El pensamiento no es más que un suspiro, pero este suspiro mueve el mundo.

—

Atreveos: el progreso únicamente se consigue así.

—

La vida no es más que un encuentro, la unión tiene lugar después de la muerte. Los cuerpos solo disfrutan del abrazo, en cambio las almas disfrutan de la fusión.

—

El trabajo endulza la vida, pero los dulces no gustan a todo el

mundo.

—

En los ojos del joven arde la llama.
En los del viejo, brilla la luz.

—

Aldous Huxley

El secreto de la genialidad es conservar el espíritu del niño
hasta la vejez, es decir, no perder nunca el entusiasmo.

—

La experiencia no es lo que te sucede, sino lo que haces con lo
que te sucede.

—

Todos los seres humanos son dioses para su perro.
Por eso hay tanta gente que ama a sus perros más que a las
personas.

—

El hábito convierte los placeres suntuosos en necesidades
cotidianas.

—

La investigación de las enfermedades
ha avanzado tanto que cada vez es más difícil encontrar a
alguien completamente sano.

—

Rudyard Kipling

La victoria y el fracaso son dos impostores y tenemos que recibirlos con idéntica serenidad y un saludable punto de desdén.

—

Lao-Tse

El que sabe, no habla. El que habla, no sabe.

—

El que todo lo juzga fácil encontrará muchas dificultades.

—

Las armas son instrumentos de desgracia: nadie las quiere.

—

Nada es imposible para quien practica la contemplación. Con la contemplación llegamos a ser dueños del universo.

—

De dos luchadores, el pensador es quien vence.

—

La virtud se parece al agua: se adapta a todo.

—

Cuando las cosas anheladas ya no se desean, llegan. Cuando las cosas temidas ya no se temen, se alejan.

—

Groucho Marx

La televisión es muy educativa. Cada vez que alguien la enciende, me voy a otra habitación y leo un libro.

—

La política es el arte de buscar problemas, encontrarlos, hacer un diagnóstico equivocado y luego aplicar los remedios equivocados.

—

Hijo mío, la felicidad está hecha
de pequeñas cosas: un pequeño barco, una pequeña mansión,
una pequeña fortuna...

—

El secreto de la vida es la honestidad
y el juego limpio. Si puedes simular eso, lo has conseguido.

—

William Somerset Maugham

Tengo dos principios: si no quieres que te mientan, no preguntes.
Y el segundo: hay que aprovechar la ocasión cuando se te presenta.

—

Hay personas que solo consagran su vida a evitar las corrientes de aire.

—

Solo el amor y el arte hacen tolerable la existencia.

—

No hay ningún aspecto en que los hombres mientan tanto como en sus capacidades sexuales.
En este terreno todos los hombres hablan como si fuesen los que desearían ser.

—

Con la edad, nos liberamos
del deseo de hacer las cosas como los demás, y hacemos tranquilamente, y sin miedo, lo que nos parece que tenemos que hacer.

—

Anthony de Mello

Aquellos que deliberan exhaustivamente antes de dar un paso,
se pasan media vida sobre una sola pierna.

—

John Milton

La mente puede hacer un paraíso de los infiernos, y un infierno del paraíso.

—

Alberto Moravia

Cuanto mayor es nuestra felicidad, más desapercibida nos pasa.

—

Guillermo de Orange

No hay viento favorable para quien no sabe adónde va.

—

Ovidio

El camino más seguro es el del medio.

—

A menudo, los malos aguzan el ingenio.

—

Si estás solo, estarás triste.

—

La abundancia me hizo pobre.

—

La belleza es un bien frágil.

—

La muerte causa menos dolor que la espera de la muerte.

—

Aguanta y persevera.
Cosas mucho más graves has aguantado.

—

Todo cambia, nada perece.

—

Miquel Pairolí

A la hora de opinar sobre una novela, sobre la evolución del argumento, sobre las intenciones y los matices de los personajes, suelen ser más clarividentes y justos los lectores inteligentes que los críticos literarios.

—

¿Qué sé de mí? ¿Qué sé de los demás?
Esta es la cuestión clave y definitiva: el conocimiento. Sé poco de mí y aún menos de los demás. Sombras, observadas desde la caverna platónica, a menudo en soledad, o en comunidad, como imaginó el griego.
Me tengo que fiar de los sentidos, de la razón, de la memoria y del instinto. No dispongo de otros instrumentos. Valiéndome de ellos, por tanto, tengo que manejarme en este mundo, preservarme, porque, en definitiva, yo, el ser vivo, el cuerpo, fui el principio de mí, la persona, y seré el fin. No es egolatría, sino ciencia empírica; no es psicología, sino bioquímica. Aquí, solo, recostado en la arena, mientras a lo lejos, en el horizonte, cielo y mar se confunden ya en la oscuridad inminente.

—

Cesare Pavese

La única alegría en el mundo es comenzar. Es hermoso vivir porque vivir es comenzar, siempre, a cada instante. Cuando falta esta sensación —prisión, enfermedad, costumbre, estupidez—, quisiéramos morirnos.

—

Las cosas se obtienen cuando ya no se desean.

—

En cuestión de amores solo se toleran los propios.

—

La juventud es no poseer ni el mundo ni el propio cuerpo.

—

La vida sin humo es como el humo sin el asado.

—

Soy tu enamorado, por eso soy tu enemigo.

—

No nos libramos de una cosa evitándola, sino tan solo pasando por ella.

—

El amor tiene la virtud de desnudar no a dos amantes el uno frente al otro, sino a cada uno de los dos delante de sí.

—

Vivir en un ambiente es bonito cuando el alma está fuera. En la ciudad cuando sueñas en el campo, en el campo cuando sueñas en la ciudad. En todas partes cuando sueñas el mar.

—

La guerra eleva el tono de la vida porque organiza la vida interior de todos en torno a un esquema de acción sencillísimo —los dos campos— y, aun sobrentendiendo la idea de tener la muerte siempre a punto, proporciona a las acciones más banales un sello de gravedad más que humana.

—

Nada puede consolar de la muerte. La gran palabrería que se hace de la necesidad, del valor, de la apreciación de este paso siempre lo deja más desnudo y más terrorífico y no es más que una prueba de su enormidad como la sonrisa desdeñosa del condenado.

—

El ocio hace lentas las horas y rápidos los años.
La actividad hace rápidas las horas y lentos los años. La infancia es la máxima actividad porque se ocupa en descubrir el mundo y discernirlo.

—

La ofensa más feroz que se puede hacer a un hombre es negarle que sufre.

—

Los dioses no tienen sentimientos.

Saben lo que tiene que pasar y lo hacen como debe ser. Son utilitarios.

—

Un clavo saca otro clavo.
Pero cuatro clavos hacen una cruz.

—

El efecto del dolor (desgracias, sufrimientos, aunque sean mentales) es crear una valla de alambre espinoso en la mente y obligar a los pensamientos
a evitar ciertas áreas para evitar las angustias que reinan en ellas.

—

Píndaro

La vida es efímera, pero sus días pueden ser inmortales.

—

Aprended a limitar vuestras ambiciones.
Anhelar lo que no se puede tener es un delirio funesto.

—

Aprovecha la oportunidad en todas las cosas, no hay un mérito mayor.

—

El día precedente enseña al que sigue.

—

Es mejor causar envidia que compasión.

—

Josep Pla

El cultivo de la capacidad de olvido es una cosa excelente para saber vivir.

—

La vida es una cosa complicada y difícil, imposible de describir,
que consiste en ir haciendo.

—

El sentido del ridículo está enormemente ligado con lo que, por decirlo de alguna manera, se llama la felicidad. La felicidad proviene del ejercicio de la propia vanidad, o sea, de la ausencia del sentido del ridículo.

—

La indiferencia ante el mundo es la felicidad.

—

La felicidad es una forma de embobamiento.

—

El otoño es la estación de los buenos olores.

—

El juicio de Goethe me parece exacto: la felicidad es la limitación. En este juicio solo hay un término que me sobra: es la palabra «felicidad»
porque no sé qué quiere decir.
Es una palabra que hace referencia

—según dicen— a una realidad que no ha existido ni existirá nunca.

—

La felicidad es o un recuerdo o la estupefacción que nos produce la imaginación, en el futuro, de una u otra cosa. Es un sentimiento que ha tenido una eficacia en el pasado o del que esperamos una eficacia en el porvenir. Es un hecho de la memoria o de la imaginación. No puede ser un fenómeno presente, porque la vida humana no tiene presente. La vida humana no se detiene nunca. Siempre huye. Es inasible. Es el acontecer eterno.

—

«No hay desgracia para los corazones débiles, el desconsuelo necesita un corazón potente» (Dostoievski). Esto quiere decir, probablemente, que lo primero que se necesita para sufrir es una salud de hierro.

—

El dolor es curioso: elimina del pensamiento toda concepción un poco larga de la vida, todo interés por los demás o por las cosas de alrededor. Como el amor, es monográfico y limitado.

—

Una de las cosas más agradables que se pueden hacer en la vida es discutir tranquilamente con los amigos.

—

Marcel Proust

El verdadero viaje de descubrimiento no consiste en buscar nuevos caminos, sino en tener una nueva mirada.

—

Allí donde la vida levanta muros, la inteligencia abre una salida.

—

No conseguimos cambiar las cosas según nuestro deseo, pero poco a poco nuestro deseo cambia.

—

La felicidad es la prolongación, la multiplicación posible de uno mismo.

—

Las ideas son sucedáneos de las penas.

—

La verdadera elegancia se encuentra más cerca de la sencillez que la falsa.

—

Amamos a partir de una sonrisa, una mirada, un hombro. Con eso basta; luego, en las largas horas de esperanza o de tristeza, fabricamos una persona, componemos un carácter.

—

En el amor, es más fácil renunciar
a un sentimiento que perder una costumbre.

—

Solo nos curamos de un sufrimiento cuando lo hemos sufrido plenamente.

—

Encontramos inocente el hecho de desear y atroz que desee otro.

—

Una hora no es solo una hora.
Es un recipiente lleno de perfumes, sonidos, proyectos y climas.

—

El pasado no solo no es fugaz, es que no se mueve de lugar.

—

El instinto nos mueve a la acción.
La inteligencia nos paraliza.

—

Para el beso, la nariz y los ojos están mal colocados.

—

La mente desea aprender a nadar y al mismo tiempo mantener un pie en el suelo.

—

Antoine de Saint-Exupéry

Solo vemos bien con el corazón. Lo esencial es invisible a los ojos.

—

Amar no es mirarnos el uno al otro, es mirar juntos en la misma dirección.

—

Conocer no es demostrar, ni explicar.
Es acceder a la visión.

—

Si no estás de acuerdo conmigo, no me perjudiques. Me enriquece.

—

Nos descubrimos a nosotros mismos cuando nos enfrentamos a los obstáculos.

—

Si quieres entender la palabra felicidad, debes entenderla como una recompensa y no como un fin.

—

Los niños deben ser muy indulgentes con las personas mayores.

—

José Saramago

Si disfrutas viendo sufrir a un animal, no eres un ser humano:
eres un monstruo.

—

Jean-Paul Sartre

La persona no es la suma de lo que tiene, sino la suma de lo que todavía no tiene y podría tener.

—

William Shakespeare

El destino reparte las cartas, pero tú eres quien las juega.

—

Es mejor ser rey de tu silencio que esclavo de tus palabras.

—

Lo que no se puede evitar, hay que aceptarlo.

—

El amor no es amor si se altera cuando alteración encuentra.

—

Nuestras dudas son traidoras,
y por culpa de ellas, por miedo a intentarlo, perdemos el bien
que a menudo podríamos ganar.

—

Nada es tan bueno ni tan malo, es el pensamiento el que lo
hace tal.

—

Nuestro cuerpo es nuestro jardín... Nuestra voluntad es el
jardinero.

—

George Bernard Shaw

En el mundo solo triunfa quien se levanta y busca las circunstancias.
Y, si no las encuentra, las crea.

—

Si tú tienes una manzana y yo tengo una manzana y las intercambiamos, ambos tendremos una manzana.
Si tú tienes una idea y yo tengo una idea y las intercambiamos, ambos tendremos dos ideas.

—

No hagas a los demás lo que no querrías que te hiciesen a ti.
Quizá sus gustos son diferentes de los tuyos.

—

Hay personas que ven las cosas tal y como son y se preguntan: «¿Por qué?». Y otros que imaginan las cosas tal y como nunca han sido y se preguntan: «¿Por qué no?».

—

Stendhal

La belleza es una promesa de felicidad.

—

El amor es como la fiebre. Nace y se apaga sin que la voluntad intervenga lo más mínimo.

—

Laurence Sterne

La muerte abre las puertas del prestigio y cierra las de la envidia.

—

Robert Louis Stevenson

Mi memoria es muy buena para olvidar.

—

El único objetivo de la vida es llegar a ser lo que somos y
llegar a ser lo que somos capaces de ser.

—

Nuestro cometido en la vida no consiste en triunfar, sino en
caer una y otra vez, con espíritu sereno.

—

August Strindberg

La verdad nunca tiene vergüenza.

—

La única tarea que tenemos en esta vida es conservarla hasta
la hora de morir.

—

Rabindranath Tagore

Yo no elijo lo mejor, lo mejor me elige a mí.

—

Si lloras porque se ha escondido el sol, las lágrimas no te dejarán ver las estrellas.

—

Recubre de oro las alas del pájaro y nunca más volará al cielo.

—

Cuanto más humildes somos, más cerca estamos de lo que es grande.

—

Hemos venido al concierto de este mundo para tocar nuestro instrumento de la mejor manera posible.

—

La hoja, cuando ama, se transforma en flor; la flor, cuando ama, se transforma en fruto.

—

Es fácil hablar claro cuando no decimos toda la verdad.

—

Al gorrión le da pena el pavo real, tan cargado con su cola.

—

La vida no es más que la maravilla continua del hecho de existir.

—

El hombre, cuando es animal, es peor que los animales.

—

Las palabras solo llegan al corazón cuando han salido del corazón.

—

No tengáis miedo del instante, dice lo eterno.

—

Henry David Thoreau

En casa, en medio de la naturaleza, tengo mucha compañía. Especialmente por la mañana, cuando nadie me viene a ver.

—

No cambian las cosas: cambiamos nosotros.

—

Lo que una persona piensa de sí misma es lo que determina, o más bien señala, su destino.

—

Podría vivir perfectamente sin el correo. Pienso que muy pocas veces transmite comunicaciones realmente importantes. Concretamente, a lo largo de mi vida no he recibido más de una o dos cartas dignas de leer.

—

No es extraño que Alejandro llevara la *Ilíada* en un baúl precioso en todas sus expediciones. Una palabra escrita es la más deliciosa de las reliquias. Es algo a la vez más íntimo y más universal para nosotros que cualquier otra obra de arte. Es la obra de arte más cercana a la vida en sí.

—

Lev N. Tolstói

Quien hace sufrir a los demás se perjudica a sí mismo.
Quien ayuda a los demás se ayuda a sí mismo.

—

¿Qué es el bien? No es nada más que amor.

—

Todos quieren cambiar el mundo, pero nadie piensa cambiarse
a sí mismo.

—

La razón no me ha enseñado nada.
Todo lo que sé me lo ha dado el corazón.

—

Solo hay una forma de vivir feliz: vivir para los demás.

—

El secreto de la felicidad no es hacer siempre lo que se quiere,
sino querer siempre lo que se hace.

—

Mark Twain

No nos deshacemos de una costumbre tirándola por la ventana; debemos hacer que baje la escalera peldaño a peldaño.

—

Los animales son los mejores amigos: no hacen preguntas ni tampoco critican.

—

Dentro de veinte años estarás más decepcionado por las cosas que no hiciste que por las cosas que hiciste.

—

Joan Vinyoli

Siempre hay alguien de quien no es posible prescindir. Quizá
gracias a eso vivimos todavía.

—

Virgilio

Pueden porque creen que pueden.

—

¡Qué felices serían los campesinos si supieran que son felices!

—

Voltaire

Nada bueno se hace sin entusiasmo.

—

Simone Weil

La amistad ni se busca, ni se sueña, ni se desea.
Se ejerce.

—

Oscar Wilde

No soy tan joven para saberlo todo.

—

El trabajo es el refugio de los que no tienen nada que hacer.

—

Un poco de sinceridad es algo peligroso, demasiada es absolutamente fatal.

—

Experiencia es el nombre que damos a nuestros errores.

—

La única forma de liberarse de una tentación es caer en ella.

—

Es mucho más difícil hablar de algo que hacerlo.

—

La gente siempre destruye lo que más ama.

—

Lo menos frecuente en este mundo es vivir. La mayoría de la gente existe, eso es todo.

—

El dinero no da la felicidad, pero procura una sensación tan parecida que se necesita un especialista muy avanzado para establecer la diferencia.

—

Como no fue genial, no tuvo enemigos.

—

Mis gustos son sencillos: solo me satisface lo mejor.

—

Créate a ti mismo. Sé tu propio poema.

—

Quererse uno mismo es el comienzo de un idilio que durará toda la vida.

—

Hay dos tragedias en esta vida: una es no conseguir lo que deseas, la otra es conseguirlo.

—

Solo una cosa en el mundo es peor que estar en boca de los demás,
y es no estar en boca de nadie.

—

El mundo es un teatro,
pero tiene un reparto deplorable.

—

La muerte es lo único que me aterra siempre. La odio. Hoy en día se puede sobrevivir a todo, menos a ella.

—

Hay cosas que son preciosas únicamente porque duran poco.

—

Hay que ser moderados. Incluso en la moderación.

—

No quiero ir al cielo, allí no conozco a nadie.

—

Virginia Woolf

No hay ninguna barrera ni cerradura que puedas imponer a la libertad de mi mente.

—

Ninguno de nosotros está completo en él solo.

—

La vida es un sueño, el despertar es lo que nos mata.

—

Marguerite Yourcenar

Debemos escuchar a la cabeza, pero dejar hablar al corazón.

—

Tengo varias religiones, como tengo varias patrias, de manera que en cierto sentido no pertenezco quizás a ninguna.

—

Zhuangzi

El universo es muy bello, pero no dice nada. Las cuatro estaciones siguen una ley fija, pero no las podemos escuchar. Toda la creación se basa en principios absolutos, pero no hay nada que hable.
De modo que el verdadero sabio se sitúa sobre la belleza del universo y penetra los principios de las cosas creadas.
El verdadero sabio no hace otra cosa que contemplar el universo.

—

El arte de vivir
Gaspar Hernández

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 este 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)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra.
Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© del texto: Gaspar Hernández, 2011

© fotografía de cubierta : Shutterstock
Diseño de la portada: Planeta Arte & Diseño

© Grup Editorial 62, S.L.U., 2018
Ediciones Luciérnaga
Av. Diagonal 662-664
08034 Barcelona
www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): septiembre de 2018

ISBN: 978-84-17371-42-5 (epub)

Conversión a libro electrónico: El Taller del Llibre, S. L.
www.eltallerdelllibre.com

¡Encuentra aquí tu próxima lectura!

¡Síguenos en redes sociales!

Índice

Sinopsis 8
Portadilla 10
Introducción 12
AFORISMOS 15
Woody Allen 17
Richard Bach 19
Honoré de Balzac 21
William Blake 24
Jorge Luis Borges 26
Albert Camus 28
Truman Capote 30
Antón P. Chéjov 32
Confucio 34
Joseph Conrad 36
E. E. Cummings 38
Charles Dickens 40
Emily Dickinson 42
Fiódor M. Dostoievski 44
Paul Éluard 46
Ralph W. Emerson 48
William Faulkner 52
Robert Fisher 54
Gustave Flaubert 56
Viktor Frankl 59
Robert Frost 61
Joan Fuster 63
Gibran Khalil Gibran 65
André Gide 67
Johann Wolfgang von Goethe 70
Ernest Hemingway 73
Hermann Hesse 75
Victor Hugo 79

Aldous Huxley 82
Rudyard Kipling 84
Lao-Tse 86
Groucho Marx 88
William Somerset Maugham 90
Anthony de Mello 92
John Milton 94
Alberto Moravia 96
Guillermo de Orange 98
Ovidio 100
Miquel Pairolí 103
Cesare Pavese 105
Píndaro 109
Josep Pla 111
Marcel Proust 114
Antoine de Saint-Exupéry 118
José Saramago 121
Jean-Paul Sartre 123
William Shakespeare 125
George Bernard Shaw 128
Stendhal 130
Laurence Sterne 132
Robert Louis Stevenson 134
August Strindberg 136
Rabindranath Tagore 138
Henry David Thoreau 141
Lev N. Tolstói 143
Mark Twain 145
Joan Vinyoli 147
Virgilio 149
Voltaire 151
Simone Weil 153
Oscar Wilde 155
Virginia Woolf 159
Marguerite Yourcenar 161

Zhuangzi 163
Créditos 165
¡Encuentra aquí tu próxima lectura! 167