

MUCHAS FELICIDADES

Tres visiones de la idea
de felicidad



CARLOS
GARCÍA GUAL

JAVIER
GOMÁ

FERNANDO
SAVATER

Ariel

Índice

Portada

Prólogo

Epicuro y tres más

Fernando Savater

Carlos García Gual

Javier Gomá Lanzón

Tres visiones de la felicidad

Carlos García Gual. La búsqueda de la felicidad

Fernando Savater. Jardines interiores

Javier Gomá Lanzón. El sello

Felices los felices

Créditos

Te damos las gracias por adquirir este EBOOK

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

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

Próximos lanzamientos
Clubs de lectura con autores
Concursos y promociones
Áreas temáticas
Presentaciones de libros
Noticias destacadas

PlanetadeLibros.com

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



Explora Descubre Comparte



PRÓLOGO

El origen de este libro dichoso —lo ha sido, al menos, para su editor y sus autores: esperamos que lo sea también para sus lectores— se encuentra en la conferencia «Filosofía de la felicidad» que Carlos García Gual, Javier Gomá Lanzón y Fernando Savater fueron invitados a dar en el marco de *La noche de los libros* organizada por la Comunidad de Madrid. Las reflexiones de estos pensadores contemporáneos sobre la figura de Epicuro, el amante del saber que, en palabras de Savater, ha reflexionado con «mayor intensidad y dedicación» sobre la felicidad, nos parecieron no solo pertinentes y profundas, como se les supone a unos conferenciantes de su categoría, sino también cercanas y llenas de sugerencias (unas virtudes estas, desde luego, más difíciles de encontrar). Así pues, llevados tanto por el entusiasmo como por la convicción de que merecía la pena consignarlas en negro sobre blanco, decidimos recogerlas en un libro.

Muy pronto nos dimos cuenta, sin embargo, que un tema tan rico como el de la felicidad, así como el don de nuestros autores para transmitir su conocimiento, daban pie a ampliar la reflexión. Para ello, y a fin de evitar una cierta rigidez que suelen caracterizar a los trabajos académicos, propusimos a nuestros autores emprender una charla sobre la felicidad en torno a una mesa, comiendo y degustando un buen café, en un ambiente que bien pudiera considerarse como un homenaje al Jardín de Epicuro. Y el resultado, la verdad, parece digno del espíritu del maestro griego. Las palabras de estos tres pensadores contemporáneos, lejos de todo encorsetamiento, brillan con viveza en un estilo oral que hemos decidido conservar, y resultan a un tiempo sorprendentes y estimulantes. Sorprendentes porque, a pesar de los siglos transcurridos y de los abismales cambios tecnológicos y culturales que hemos experimentado, muchas de las premisas de los primeros filósofos siguen en plena vigencia; y estimulantes porque sus reflexiones, y sus interrogantes, nos empujan a seguir nuestro particular camino hacia la felicidad.

Por último, y contagiados por el clima generado durante el desarrollo de este proyecto, hemos querido cerrar este volumen con un particular compendio sobre la felicidad. Siguiendo el gusto personal de los autores, así como por el espíritu de juego

que todavía conservan los tres (¡y por muchos años!), hemos decidido añadir un colofón donde tienen cabida los más extraños compañeros de viaje —Gandhi y Schopenhauer, Wilde y Bernanos, Marx (Groucho) y Freud (Sigmund)—, cada uno de ellos dándonos su visión más personal de este tema. El resultado, donde caben la sabiduría y el humor, la ternura y la acidez, la paradoja y la profundidad, parece ser una doble antología: sobre la felicidad, claro, pero también sobre la diversidad de caracteres humanos.





FERNANDO SAVATER

Cuando se trata de la felicidad parece justo y pertinente que nos centremos en Epicuro, pues ningún otro pensador ha reflexionado con tanta intensidad y dedicación sobre ese tema.

No sólo se trata de uno de los grandes filósofos del mundo griego, sino también de un pensador que se ocupó con mucho detalle de estudiar qué era y en qué consistía la felicidad.

Muchos filósofos de su tiempo (y también de épocas posteriores) se han interrogado sobre el mundo que les rodea. Ya sea sobre la naturaleza (el mundo, los astros, la materia, el movimiento) o sobre la sociedad (la naturaleza del poder, la política, el Estado, la república o la organización social). Algunos de estos filósofos, como Aristóteles o Platón, son tan completos y curiosos que se preguntan por todos estos asuntos y por otra docena más. Epicuro pertenece a una clase de filósofos que se centraron en pensar y dar lecciones sobre cómo vivir mejor, que se dedicaron a pensar acerca de la alegría y el placer, el dolor y la tristeza que soporta cada individuo.

A Epicuro le envuelve cierta aura de simpatía, sobre todo en nuestra modernidad hedonista, pero era más bien un hombre intransigente con el resto de los filósofos: se burlaba de Platón, censuraba a Aristóteles, no se tomaba demasiado en serio a los maestros estoicos... Entre otras cosas, les acusaba a todos ellos de complicar en exceso sus filosofías, de dar respuestas demasiado elaboradas a problemas artificiales. Para Epicuro lo importante en esta vida es vivirla bien, intentar durante los años que pasamos aquí ser lo más felices que podamos.

Pero no hay que perder de vista que la idea de «felicidad» que maneja Epicuro está privada del halo enfático y glorioso que envuelve a ciertas interpretaciones triunfalistas de la felicidad. La felicidad no es expansionista, se alcanza mediante un proceso de reducción, en ningún caso de ampliación. Nunca es la meta final de una serie inacabable de triunfos y consecuciones.

De hecho, lo que nos hace sentir desgraciados es permitir que los deseos crezcan demasiado en nuestra imaginación. La imaginación es una facultad sin límite que tiende a desbordarse cuando algo le parece bueno. Y como es imposible disfrutar de manera continua e indefinida de todo, cuando damos rienda suelta a la imaginación y la dejamos tomar el control de nuestros deseos, nos abocamos a vivir insatisfechos.

Para reducir nuestros deseos, Epicuro distingue entre tres clases de apetencias. En primer lugar, encontramos aquellos deseos que son naturales y necesarios, es decir, aquellos que nos vienen impuestos como meta por nuestra naturaleza humana y que además debemos satisfacer si no queremos morir. Se trata de una suerte de peaje que la vida se cobra por vivirla: comer, dormir, beber...

En segundo lugar, Epicuro señala una clase de deseos cuya raíz también es natural pero que podemos pasarnos sin satisfacerlos, pues no vamos a morir si los desatendemos. Entre esta segunda clase de deseos estaría el sexo. Y, en tercer lugar, encontramos una enorme y variada serie de deseos que no son ni naturales ni necesarios: ni depende de su satisfacción nuestra supervivencia, ni nos vienen impuestos por el hecho de haber nacido humanos. Y pese a su menor relevancia, son los que más tiempo nos entretienen y nos ocupan la cabeza.

Epicuro se da cuenta de que esta tercera clase de deseos son proyecciones aumentadas sobre las necesidades naturales. Si lo pensamos bien, los deseos naturales provienen de una necesidad física que deja de dar la lata cuando está satisfecha: el estómago no se queja cuando lo hemos alimentado, cuando se ha «cubierto la necesidad» de la que nace el deseo.

Por el contrario, los deseos innecesarios y no naturales son ilimitados porque su base es menos física que imaginativa. No está en una carencia, sino en un impulso a tener más. Esto se aprecia bien con el deseo de comer: si tienes hambre debería bastar con un poco de pan y queso. Pero la imaginación puede complicar ese deseo y anhelar alimentos más frescos o insólitos, cocciones elaboradísimas, condimentos exóticos... Y como este deseo es infinito (tan infinito y renovable que, en sus atracones, los romanos se provocaban el vómito para no dejar de comer) y puede adoptar de manera casi instantánea nuevas formas, no vamos a poder satisfacerlo nunca. Por mucho y muy bien que comamos, siempre va a quedar un remanente de insatisfacción.

Lo mismo pasa con la sed. Después de beber agua la sed queda saciada, pero si damos rienda suelta a la imaginación, a la sed imaginaria, podemos empezar a desear beber el agua en una copa, después desear que la copa sea de oro, después que en lugar de agua sea vino, y que en lugar del vinacho que venden en el supermercado y se ajusta

a nuestra economía sea de una cosecha excelente; y después, que en lugar de beberlo yo solo, lo haga acompañado de amigos, y después por decenas de personas que me jalean y admiran mi gusto y estilo bebiendo...

Uno puede creer que la felicidad radicaría en satisfacer esta clase de deseos cada vez mayores y cambiantes, pero lo cierto es que a Epicuro no le interesa esta clase de felicidad. Pues a diferencia de la infelicidad que generan los deseos naturales (y que se pasa cuando uno le pone el accesible remedio natural que le corresponde), la infelicidad de los deseos innecesarios una vez puesta en marcha no hay quien la frene, y nos colma de inquietud.

Epicuro se pasó la vida enseñando cómo ser feliz, y situó la felicidad en el placer. Una idea molesta, pues son poquísimas las filosofías que han sido más calumniadas intelectualmente y perseguidas físicamente que la de Epicuro y sus seguidores, precisamente por su apología de eso que todos buscamos y nadie reconoce apetecer: el placer.

Incluso se les acusó, no sólo al maestro, sino a la escuela entera, de ser unos animales: «Ahí van en rebaño los cerdos de Epicuro». Y toda esa agresividad se justifica porque Epicuro considera que el nervio de satisfacción de la vida está situado en el placer, una idea que pone muy nerviosa a mucha gente, pese a que la mayoría de los críticos ni siquiera se han molestado en entender qué clase de placer preconiza y le interesa a otro griego.

Está claro que a Epicuro no le interesan los placeres que van asociados a los deseos innecesarios y que alimenta la versión más glotona de nuestra imaginación. Al contrario, los placeres que contempla como más valiosos para la vida y la felicidad son algunos de los más sencillos, menos agresivos y más juiciosamente moderados que la filosofía ha dispuesto nunca como horizonte vital.

Si nos ponemos a pensar en los placeres que recomienda, vemos que sobresale por encima de todos la amistad. El pináculo de la satisfacción vendría a ser el de estarse sentado a la sombra de una parra charlando con los amigos: ésa sería la felicidad. No es que Epicuro reconozca exclusivamente los placeres de la conversación y del intelecto, y desdeñe otros placeres más sensoriales. Todo lo que proviene de los sentidos es muy importante para él, pero con un enfoque distinto del que le damos nosotros.

Epicuro valora los placeres en reposo, valora el placer que viene después de la satisfacción del deseo. Mientras que nosotros, por el contrario, tenemos una concepción y una perspectiva activa del placer: lo placentero es la actividad con la que saciamos el deseo. El placer de comer se da cuando estamos comiendo, y cuando terminamos de comer, nos decimos: «Hay que ver qué lástima, ya se ha acabado». Para Epicuro la satisfacción del deseo no es completamente placentera porque viene azuzada por una necesidad: cuando estamos azacanados con el bocadillo, no tenemos tiempo ni estamos en la disposición correcta para saborear el placer. El placer se desprende cuando la

necesidad nos ha dejado de incordiar. Uno disfruta cuando se calma el acicate del hambre, cuando se pasa el sufrimiento de la sed, cuando resolvemos ese problema, cuando ya pasó, y podemos charlar o pensar tranquilamente.

Se dice en este sentido que el placer al que aspira Epicuro sería «catastemático». Ésta es una palabra que originariamente quería decir «organización» o «sistema», pero que en el contexto en el que la usa el griego la entendemos como una clase de placer que no valoramos por su intensidad, sino por la ausencia de dolores, molestias o turbación. Para Epicuro el placer es indolente, en el sentido literal de la palabra, algo así como un sinónimo de indoloro. Lo placentero impera en nuestro organismo cuando no tenemos hambre ni sed, ni calor ni frío excesivo... Cuando hemos satisfecho las necesidades y las urgencias.

Para disfrutar de un placer sereno como el que defiende Epicuro es muy importante embridar a la imaginación.

Si uno escucha sólo el cuerpo, cuando termina de comer el bocadillo de queso puede disfrutar de la merecida satisfacción, decir: «Qué bien que me he quedado». Por el contrario, si soltamos las riendas de la imaginación, enseguida pensamos: «Hubiera preferido que el bocadillo fuese de jamón del bueno» o «Pues ahora me tomaría un postre». Esta tendencia a prolongar indefinidamente la actividad es contraria a todo lo que piensa y recomienda Epicuro sobre el placer.

Esta imaginación omnívora que cada vez quiere más ha sido característica de muchas épocas históricas y me parece que también predomina en la nuestra. Hace unos años en Estados Unidos se repetía mucho una frase que supongo que también debía de circular en el resto del mundo, y que decía: «Nunca se es lo bastante rico, nunca se está lo bastante delgado y nunca se sale lo suficiente en televisión». Estos tres deseos se pueden reducir a uno sólo: «Nunca es suficiente», lo que nos sitúa en el polo opuesto de las recomendaciones de Epicuro. Y es que si dejas volar a tu imaginación, nada te parecerá nunca suficiente: siempre puedes imaginar algo un poco más intenso, más grande, mejor.

Alguien puede acumular una cantidad de dinero tan exorbitante, que sabe perfectamente que no se la va a poder gastar en toda su vida, por mucho que se aplique en el despilfarro. Y en lugar de quedarse satisfecho y descansar, le ves urdiendo nuevas jugarretas para aumentar el patrimonio. Uno diría: «¡Ya está bien, hombre, ya tienes suficiente!». Y no, qué va a estar. Mientras corremos detrás de la imaginación no va a estar nunca, no habrá meta, porque la imaginación nunca se calma. El deseo se calma cuando lo alimenta la necesidad, porque la necesidad es concreta: tengo frío y, si me

abrigo o me tomo un café calentito, sacaré ese frío de mi cuerpo y ya no lo tendré. Mientras que la imaginación es inconcreta e infinita, de manera que el anhelo, la inquietud y esa sensación tan perturbadora y molesta de que nos falta algo no se apagan nunca.

La imaginación no sólo alienta el deseo de acumular bienes materiales, también desea de manera voraz e insaciable aparentar, acumular reconocimiento. Sin ir más lejos, yo sé perfectamente que las listas de libros más vendidos están trucadas, y que además de ser mentira son una trivialidad, por no decir una estupidez. Pues bien, en cuanto veo una en un suplemento, si coincide con un momento en que he publicado libro, y sé que está distribuido ya en las librerías, me apresuro a buscarme y a ver dónde estoy. ¡Es una cosa increíble! Y no hablemos de cuando se te acerca un colega o un conocido que sabes a ciencia cierta que es un cretino despreciable y te dice: «Vaya, Fernando, qué bueno es tu libro». Pues bien, aunque su criterio te importe un pimiento y el tío te parezca un mamarracho despreciable no puedes evitar alegrarte. A veces pienso que si la persona más repugnante que conozco halagase mi trabajo, me daría una satisfacción parecida (bueno, digamos que no demasiado inferior) a la de ver cómo Aristóteles se levanta de la tumba para decirme que soy un escritor magnífico.

Se trata de anécdotas sin importancia, pero si no tomas medidas, te ves metido sin demora en un bucle fatal. Los halagos se calman, y enseguida esperas encontrarte con otro que te alabe, que te acaricie, que te pondere favorablemente, que te dé lo que sea para ensalzar el hambre de elogios de tu alma. Y este bucle se puede instaurar en cualquier ámbito: si se diera el caso de que un día tienes todo lo que el año pasado podías anhelar para disponer de una buena vida, el diablo de la imaginación se pone en marcha y te dice: «Bueno, sí, está bien, pero ¿era esto?, ¿ya no hay nada más para mí?». Nos ponemos inmediatamente a buscar ese algo mejor que vemos reflejado en la imaginación y empezamos a despreciar lo que ya hemos conseguido, y de lo que nos cansamos antes de haber empezado a disfrutarlo. «He conseguido este coche, pero ¿no sería mejor aquél?». «Tengo esta casa que tanto me ha costado, pero ¿no viviría mejor en una más grande o mejor situada o con dos pisos, y con tres baños, y...?»

Cuando nos instalamos en esta manera de pensar (y no es sencillo moverse a contracorriente de una inercia que domina casi por completo la vida social), las vísperas de conseguir algo son jornadas más felices que el día que las conseguimos. Es mucho más interesante el viernes, cuando te puedes imaginar de mil y una maneras distintas cuánto y cómo te vas a divertir el sábado por la noche, que la noche del sábado donde todo ese seductor despliegue de la fantasía se concreta en una fiesta que no puede dar más de sí.

Schopenhauer decía que el dinero era felicidad abstracta. Y la verdad es que esa cualidad abstracta es lo mejor que tiene el dinero. El dinero es una felicidad suspendida, una promesa de felicidad que todavía no se ha invertido en nada. Si tienes un millón en el banco, tienes todas esas posibilidades de felicidad abiertas, puedes transformarlas con la

imaginación en cientos de cosas apetecibles. Pero en cuanto te compras el yate o el chalet con doble piscina, la intensidad y la emoción descienden, no sólo porque con el yate vienen los problemas concretos y propios de ser el propietario de un barco (en los que rara vez piensas cuando te imaginas como un capitán en alta mar), sino porque las posibilidades ya se han reducido, y la imaginación se queda sin el campo de juego que le daba el dinero en el banco, susceptible de transformarse en cualquier cosa.

A los avaros se les critica mucho, y posiblemente con razón, pero a mí me parece que son los que más disfrutan realmente del dinero. Disfrutan de la posibilidad permanentemente abierta, nunca realizada, de gastar el dinero. Igual es verdad que se mueren de ganas de gastárselo de una vez, pero son esas ganas las que les hacen disfrutar de verdad. Su placer se alimenta de la expectativa de felicidad y sólo de ella.

A Epicuro todas estas trampas de la imaginación le parecen cosa de locos. Para él está claro que el deseo tiene que calmarse en algún momento, porque ni se puede almorzar veinte veces seguidas ni practicar sexo veinte veces al día. A él lo que le interesa es el momento después de la satisfacción del deseo. Al «nunca es suficiente» en el que de alguna manera estamos instalados (por imposición o por gusto, da igual), Epicuro opone un liberador: «¡Ya está!». Éste «ya está» es lo que de verdad le parece beneficioso y placentero. Ésa es la felicidad, la ausencia de apuros y molestias hasta la próxima ocasión en que la naturaleza nos tire de las orejas para buscar alimento y bebida.

Epicuro es un maestro incómodo porque se opone a ese vértigo nuestro de querer más y más y más.

El contraste entre estas dos maneras de entender la felicidad y de tratar el deseo, que dibujan dos modelos de vivir bastante distintos, queda bien retratada en una anécdota referida a la Grecia antigua que cuenta el encuentro entre el filósofo Cineas y el rey Pirro. Cineas no era propiamente un seguidor de Epicuro, sino que pertenecía a la escuela de los cínicos, pero ya se sabe que a los cínicos, cuando se relajan y empiezan a sentirse algo más cómodos en la sociedad, les sale un ramalazo epicúreo. Mientras que Pirro era un rey persa, un gran estratega militar y un conquistador temible, que llegó a poner en jaque al Imperio romano.

A estos dos hombres tan distintos entre sí la anécdota los sitúa en el jardín del filósofo, donde el rey, siguiendo una costumbre propia de su tiempo, acudía para refrescar la mente, instruirse o desahogarse. El caso es que aquel día Pirro llega armado hasta los dientes y hecho literalmente una fiera, para decirle a Cineas que viene a despedirse porque se va a la guerra, y no para defenderse de uno de esos enemigos que periódicamente amenazan las fronteras de su reino, sino para conquistar nuevos dominios.

Cineas le dice que eso de «ir a la guerra» es muy general y le pide que concrete hacia dónde se dirige. Pirro responde que va a Grecia, que pasará por Atenas y que pretende conquistar todo lo que sea conquistable en aquellas tierras. Y Cineas, sin inmutarse, le pregunta: «¿Y después?». Pirro responde que, cuando todo aquel territorio sea suyo, se lanzará hacia la Magna Grecia, hacia Sicilia e Italia. Cineas le escucha y le pregunta: «¿Y después?». Pirro le responde que después dirigirá las tropas hacia tierras desconocidas, surcando mares que todavía no tienen nombre. Cineas le pregunta: «¿Y luego?». Pirro le responde que entonces podrá decir que todo el mundo es suyo. Y Cineas le mira cara a cara, sonriendo un segundo, y le pregunta: «¿Y después?». Y Pirro responde: «Entonces descansaré». A lo que Cineas le responde: «Ah, bueno, pues si a fin de cuentas de lo que se trataba era de descansar, ¿para qué tanto trajín y tantas molestias si te puedes sentar aquí conmigo en el jardín y descansar juntos desde ahora mismo?».

La anécdota recoge bien el espíritu de Epicuro: «¿Para qué tomarnos tantas molestias si para satisfacer el hambre igual nos vale un mendrugo de pan que podemos conseguir sin una décima parte del esfuerzo que supone organizar un banquete?». Si en la vida te mueves detrás de la imaginación como el rey Pirro nada te parecerá suficiente, ni siquiera la conquista de Atenas o de Roma; en cuanto pongas el pie en un sitio vas a querer hundirlo un metro más adelante, y con esta actitud vital te abonas a una insatisfacción continua.

Epicuro nos diría que es más razonable delimitar con precisión las metas finales de nuestra vida, y darles un contenido realista que esté al alcance de nuestras condiciones y posibilidades. Porque si sabes lo que quieres, y si lo que quieres es llevar una vida sosegada, sin perturbaciones ni inquietudes, una vida basada en la tolerancia y en la moderación, todo lo que necesitas entonces es ejercitar la templanza y cultivar la amistad con hombres de tu mismo ánimo. Si eres un hombre templado y tienes buenos amigos, entonces no necesitas nada más para saborear una vida cumplida y satisfecha.

Si aprendes bien esta lección, si te la crees de verdad y la haces tuya, entonces mantendrás la imaginación bajo control, no te dejarás llevar por ella. En lugar de soñar en conquistas que agotarán tu vida y muy probablemente te amarguen, te sentarás al lado de Cineas en su jardín, para vivir tranquilo. Así es como yo entiendo la idea que tiene Epicuro sobre la vida feliz.

Nuestro mundo se ha alejado mucho del mundo de Epicuro. Se ha hecho más grande, más activo, más romántico, más insaciable e incansable. Es un mundo que a veces nos parece infinito, una palabra que a los griegos no les gustaba nada, pues les evocaba desorden, exceso y monstruosidad. Se trata de un mundo donde se nos dice que «si queremos, podemos» y donde se nos reta a «atrevernos a soñar», eso cuando no se nos presenta como un imperativo: «hay que poder», «hay que soñar», «si sueñas, puedes», «si quieres, puedes». Pues Epicuro se opondría a todos estos pensamientos agresivos, propios de una mentalidad conquistadora, alocadamente militar.

Y es que su mundo era muy diferente, su «jardín», allí donde vivía, escribía y filosofaba con colegas y discípulos, era un mundo reducido, un microcosmos. Cicerón, cuando visita el jardín después de la muerte de Epicuro, se asombra de lo pequeñito que es, y supongo que a nosotros todavía nos hubiese parecido más diminuto todavía. Porque de lo que se trataba era de encontrar un espacio suficiente para pasar el rato con unos amigos, entre los que se admitía a toda clase de gente, pobres, mujeres, esclavos, siempre que tuviesen ánimo abierto para conversar.

Lo que más nos choca a nosotros es que ese jardín estaba retirado de la vida pública, que Epicuro les pedía a sus seguidores que abandonasen la sociedad y las responsabilidades políticas. Pero hay que entender que nuestro filósofo vivió en Atenas durante una época tormentosa, donde las guerras y los caciques fueron destruyendo la democracia en la que sí pudieron participar como ciudadanos libres Sócrates o Platón, y como teórico Aristóteles, que por ser meteco no tenía derecho a voto. En tiempos de Epicuro, el espacio público destinado al ejercicio de la política estaba tan deteriorado que, en un ejemplo de contención realista, el pensador se dijo: «Se acabó, aquí no hay nada que hacer». Se privó de esforzarse en imaginar un mundo mejor que el real, no gastó ni una gota de sudor intelectual en pensar una disposición política utópica que solucionase los problemas. Se limitó a su jardín, que puede interpretarse como la parte que él podía controlar de su vida, es decir, a las relaciones y a la amistad con otros que mereciesen la pena, con otros parecidos a él.

Pero eso no significa que la filosofía de Epicuro sea asocial. La vida feliz que él propone es social, pero reducida a unos pocos. Las banderas, los deseos desbordantes, las identidades que pretenden englobar a miles de personas, todo eso no le interesó nada. Y ésa es una renuncia que a muchos de nosotros nos puede parecer rara, aunque «pasar de la política» es una opción que se ha escuchado mucho en nuestra sociedad, al menos de labios para afuera.

Hasta aquí lo que yo puedo contar sobre Epicuro. Si se me pregunta por el contenido de la felicidad, por cómo se consigue ser feliz o por qué es la felicidad en nuestro mundo moderno, pues aquí ya me repliego. La felicidad tiene la dimensión de un monoplaza: no se puede estar de copiloto al lado del que conduce para aprender sus gestos y luego repetirlos con la misma eficacia. Cada individuo tiene que buscar su felicidad, y yo no tengo ni idea de lo que puede hacer feliz a los demás. En este asunto tan delicado y donde es tan sencillo dar consejos torcidos o inservibles, me gusta aplicar el principio de Bernard Shaw cuando decía (burlándose de un famoso precepto cristiano): «No hagas a los demás lo que te gustaría que te hicieran a ti, ellos pueden tener gustos diferentes».

En nuestro mundo moderno, que como ya he sugerido es bien distinto al de Epicuro, la felicidad quizá estaría relacionada con alcanzar un estado invulnerable. Un estado no sólo donde nadie nos pudiera hacer daño, sino también donde fuese imposible perder lo que hemos conseguido, lo que más nos gusta y amamos.

Lo que perjudica mucho nuestra felicidad y nos impide decir: «Pues, sí, soy feliz» es imaginar que podemos perder ese bien supremo. Y como se trata en este caso concreto de una «imaginación» que no es caprichosa, sino que responde a una certeza inevitable, porque tarde o temprano lo vamos a perder todo, el asunto de ser feliz se complica mucho.

Es complicado ser feliz cuando amas a alguien porque piensas que lo puedes perder y sabes que un día lo perderás. Es difícil ser completamente feliz con tus hijos por mucho que los quieras, porque sabes que pueden enfermar, caer en desgracia, sabes que incluso pueden morir antes que tú. Sabes que en cualquier momento tu situación puede empeorar. Todos hemos tenido la experiencia de estar pasando una mañana o una tarde estupendamente y empezar a dolernos de algo o que nos llegue, sin aviso, sin que lo intuyésemos, una noticia terrible que lo perturba todo.

Como somos criaturas con una imaginación muy desarrollada que afecta a nuestros estados de ánimo, la felicidad exigiría ser invulnerables. Disfrutar de una situación en la que no te puede pasar nada malo ni negativo. En que sólo puedes acumular bienes y buenas experiencias. Y está de más que diga que una situación así es completamente incompatible con la naturaleza humana. Dicho de otro modo: la única situación en la que puedo imaginar a un hombre feliz es una situación inalcanzable para cualquier hombre (por afortunado o poderoso que sea: quizá es más inalcanzable cuanto más afortunado y poderoso, porque tendrá más que perder), de manera que me parece incompatible ser humano y ser feliz.

Cuando se tocan estos temas relacionados con la satisfacción y la realización y el bienestar (que son nombres más atenuados para la felicidad), siempre he preferido hablar de alegría.

Desde mi punto de vista, la alegría es un estado perfectamente compatible con nuestra naturaleza transitoria, precisamente porque la alegría es también así: viene un rato y se va, es imposible de retener. Yo puedo ir a dar una conferencia y sentir la alegría de estar rodeado de personas amables que me escuchan y me gratifican con su interés. Si quisiera ser feliz me amargaría imaginar que cuando termine, en unas horas, volveré a estar solo en casa sin nadie que me escuche, y me entrarían unas melancolías tremendas. Pero como lo que yo persigo es la alegría, y a nadie se le ocurre ser alegre de manera ininterrumpida, entonces saboreo y disfruto de este momento tan agradable en compañía, y no me atormento pensando en el momento en que se haya terminado.

A la alegría no la perjudica ser transitoria, porque asume esta condición efímera, de emoción que va y vuelve, como un rasgo definitorio. Para ello, si bien la búsqueda de la felicidad se me antoja un proyecto un tanto excesivo para unos pobres humanos mortales e inconstantes como nosotros, la alegría sí me parece un objetivo digno de perseguirse y defenderse. Algo que podemos exigirnos en nuestra condición de pobres mortales.

Éste es el motivo por el que siempre he perseguido la alegría. Y esta persecución supone centrarse mucho más en lo que tienes y sientes que en lo que no tienes y no sientes. Si te gusta la vida, al final disfrutas más incluso de algo que no excluye el sufrimiento y el dolor, que ante la expectativa de no sentir nada que se abre con la muerte. Hay un diálogo de Shakespeare en *El rey Lear* que viene a decir lo mismo. Un personaje se lamenta: «Esto es lo peor que podría ocurrirme», y otro le responde: «Lo peor no ha llegado mientras podamos aún decir “Lo peor es esto”». Es mucho peor cuando no puedes decir nada ya, eso seguro.

Alexander Herzen, el gran escritor ruso, tuvo una vida complicada, de idas y venidas involuntarias, porque cada poco tiempo los hombres de zar le exiliaban un ratito a Siberia por sus ideas liberales, por su activismo, por difundir rumores... o ideas. Por lo que se les ocurriera a los inquisidores. Un día, Herzen, pobre como una rata, iba dentro de un trenecito, adentrándose entre la nieve, con un tiempo horroroso, entre aullidos de lobos, en dirección al destierro. Vamos, que el hombre no estaba muy contento. A su lado iba una viejecita y Herzen, para entablar conversación o desahogarse un poco, le dice: «Qué tiempo más horrible». Y la viejecita le responde: «Bueno, peor sería que no hubiese ninguno».

Y es posible que ése sea el gran poder transformador de la alegría: afirmar que el peor de los mundos y la peor de las vidas será siempre la que no existe. Y que es mejor que el mundo y nosotros estemos vivos, sea bueno o malo el tiempo que nos toca atravesar.





CARLOS GARCÍA GUAL

Me gustaría empezar con unas palabras de Epicuro, de las pocas que han llegado a nosotros. Se trata de un fragmento muy conocido que ha sobrevivido a muchas penalidades y donde el filósofo nos dice:

«La filosofía es una actividad que mediante discursos y razonamientos proporciona la vida feliz.»

El hecho de proponer la felicidad como la finalidad esencial de la vida es algo bastante original dentro de la filosofía antigua. Un propósito que hubiese dejado sorprendidos y descolocados a sus predecesores, algo que no se le había ocurrido antes a nadie. Los presocráticos buscaban el primer principio común a toda la diversidad natural y centraron sus esfuerzos en esa búsqueda. Para Platón la finalidad de la vida consistía en encontrar el auténtico conocimiento del Bien en mayúscula, al que orientar la vida cívica y personal cuando se organizase la sociedad justa, inexistente todavía y que debía imaginar el filósofo. Mucho más realista y prudente se mostraba Aristóteles, para quien la finalidad de la vida humana se cifraba en el desarrollo de aquellas características que le eran propias, esencialmente propias del ser humano, que una vez alcanzada cierta posición de confort y cierto grado de libertad, se identifican con las virtudes intelectuales.

En cualquier caso, para los dos grandes pensadores que se reparten la filosofía de su tiempo, Platón y Aristóteles, la felicidad es una cuestión secundaria, un capítulo añadido a los grandes problemas éticos con los que se enfrentaron.

Así que encontramos cierto desafío y rebeldía en la ocurrencia de Epicuro de situar en el centro de su filosofía la felicidad, como aquel objetivo al que debe aspirar cualquier hombre. Por si fuera poco, Epicuro identificaba la felicidad con el placer, una palabra que en el mundo antiguo (mucho más desinhibido que el medievo o las ciudades

renacentistas) ya despertaba cierto escándalo. La palabra que los griegos usaban para referirse al «placer» es un poco tramposa, porque más que a «placer» como lo entendemos nosotros, se refería a la «alegría misma de vivir», una idea que recuerda a la *joie de vivre* que dicen los franceses.

Se trata de un ideal de vida modesto, y encaminar toda la energía del pensamiento a precisar qué clase de placer le convenía más al hombre chocó bastante con sus contemporáneos adiestrados en la Academia y el Liceo. Y eso en el mejor de los casos, porque lo corriente desde la fundación de su escuela (denominada «el Jardín») en adelante fue lidiar con el desprecio, la censura y la furia de sus colegas filósofos y de las distintas religiones vigentes.

Hay que dejar constancia de que la censura que sufrieron Epicuro y sus seguidores fue tenaz y efectiva. Lo persiguieron sucesivamente los platónicos, los estoicos aliados con el poder y, unos siglos después, los cristianos. De los trescientos libros que se estima que llegó a escribir no nos ha llegado ninguno. Y lo único que tenemos son unas cartas, un resumen de sus doctrinas en verso escrito por Lucrecio, el libro de textos y de anécdotas que le dedicó Diógenes Laercio (el libro X, el último de su *Historia de los filósofos más ilustres*) y los espléndidos fragmentos recogidos por Séneca y Marco Aurelio, entre otros.

Pero con este escasísimo cuerpo de doctrina superviviente nos basta para apreciar la originalidad de su enfoque. Para Epicuro la filosofía no es ya una teoría sino una actividad, idea que repetirá siglos después Wittgenstein. Epicuro renuncia también a los ideales colectivos, a la búsqueda del bien supremo y al ejercicio de la retórica. Todo lo concentra en la persecución de la felicidad, y lo que es más sorprendente es que, en lugar de desplazarla, como Platón, hacia el Bien, fuera del alcance de los hombres corrientes, considera que es un propósito relativamente sencillo de satisfacer.

Hay una frase justamente célebre de Epicuro que da testimonio de la alegría y la buena disposición con la que se lanza a su tarea.

Epicuro nos dice: «Estoy dispuesto, si dispongo de un poco de agua y un poco de pan, a rivalizar en felicidad con el mismísimo Zeus».

La actitud del sabio no se agota en encaminar a sus discípulos en busca de la felicidad, también consiste en animarlos advirtiéndoles que es un propósito asequible para cualquiera que se lo proponga.

Aunque Epicuro es un filósofo que antepone la felicidad al resto de sus ideales, su imagen quedaría incompleta si nos limitamos a verlo como una suerte de moralista. Epicuro altera el orden de prioridades de la filosofía, pero en sus tres centenares de libros

dibujó un sistema filosófico que rivaliza con el de Platón, y le supera en coherencia. Los conocimientos matemáticos de Platón no estaban al alcance de Epicuro, quien tampoco poseía el genio literario del señor de la Academia; pero se apropió de la física atómica desarrollada por Demócrito y elaboró una teoría del lenguaje, disciplinas desde las que supo fundamentar de manera muy sólida sus presupuestos éticos. En la filosofía de Platón no encontramos una correspondencia tan coherente entre la física, la teoría del lenguaje y la moral.

El pensamiento de Epicuro nos resulta también cercano porque era un hombre convencido de que sólo podemos aprender a partir de y mediante lo que captan nuestros sentidos. Se desprendió de la complicada teoría de las ideas platónicas, y desarrolló un materialismo realista que encaja bien con nuestra actual manera de pensar el mundo. El propio Aristóteles, que también era un pensador muy realista y coherente, seguramente hubiese terminado defendiendo posiciones materialistas muy parecidas a las de Epicuro de no haber sido tan buen discípulo de Platón, de cuya influencia no pudo desprenderse nunca por completo.

Aristóteles todavía tiene el prurito de considerar que el mundo posee una coherencia moral interna, coquetea con la existencia de un Dios providente, le presupone un sentido a la naturaleza y defiende que el ser se encamina hacia el bien. Una de sus frases favoritas era: «La naturaleza no hace nada en vano». Todo esto se esfuma en la filosofía de Epicuro; para el filósofo del Jardín todo conocimiento parte de las sensaciones que son pasajeras y efímeras, no existe más mundo que éste terrenal donde no intervienen los dioses, y todo movimiento y cuanto ocurre depende de la combinación de unos átomos que se unen y se desunen en el espacio movidos por el azar y la necesidad.

Con lo de «azar y necesidad» Epicuro viene a decir que el mundo que nos rodea no tiene sentido por sí mismo, que no merece la pena escrutarlo en busca de patrones, esencias, sentidos o fines dados. El mundo es un enorme compuesto de átomos que se mueven sin conciencia ni plan. O dicho de otro modo: todo el sentido que se le puede extraer al mundo y a la existencia proviene de la actividad mental humana. Es el hombre quien decide si el mundo tiene sentido y qué sentido tiene.

Esta concepción de la naturaleza como un escenario sordo y ciego es otro de los motivos por los que la filosofía de Epicuro ha levantado tanto escándalo, y por el que durante siglos y siglos ha recibido los ataques (intelectuales y morales) de todas aquellas escuelas de pensamiento que se nutren de las ideas platónicas. Entre quienes han declarado la guerra a Epicuro no sólo encontramos a descendientes de Platón o seguidores de san Agustín, sino también a todos aquellos que practican filosofías de corte idealista, en la línea de pensadores como Fichte o Hegel.

La enorme agresividad histórica que ha suscitado Epicuro se puede explicar por estos dos motivos: el considerar que la felicidad es el objetivo de la vida y de la filosofía, y el privar de sentido al mundo, de manera que el contenido de esa felicidad dependa por completo de la voluntad y del entendimiento del hombre.

¿Y cuál es el contenido de la felicidad según Epicuro? Sabemos que Epicuro identificaba la felicidad con el placer, pero la clase de placer en el que pensaba el filósofo era más bien una ausencia de dolor y de preocupaciones, un estado sin sensaciones desagradables que los griegos llamaban «ataraxia». Y este estado se obtiene reduciendo la intensidad de las pasiones, descartando los placeres fogosos y las pasiones que amenazan con desbordarse. Para alcanzarlo hay que partir de la satisfacción de aquellas necesidades básicas y naturales que son bien pocas: comer, beber, calentarse...

La existencia que nos propone Epicuro como vida feliz es muy sencilla. Y es importante recordar que la satisfacción de las necesidades naturales debe llevarse a cabo (para resultar plenamente placentera) rodeado de amigos, en un marco amistoso, confortable para el corazón. Para convivir con estos amigos bien seleccionados, Epicuro fundó una escuela filosófica en un jardín en un arrabal tranquilo de Atenas. No tenemos muy claro su diseño. Pero a mí me gusta la sugerencia de Benjamin Farrington, que estaba convencido de que era un terreno donde se cultivaban verduras y hortalizas, de manera que el Jardín de Epicuro sería también un huerto donde sentarse a tomar el fresco y disponer de alimentos saludables y sencillos en tiempos de penuria. Es una imagen hermosa, pero no podemos estar completamente seguros de que sea cierta.

Lo que está claro es que el Jardín se fundó inspirado en la Academia donde impartía clases Platón y en el Liceo donde hacía lo propio Aristóteles, las dos grandes escuelas filosóficas de Atenas. También sabemos que eran escuelas situadas en entornos más espaciosos y con una jerarquía interna bastante más compleja. El Jardín se funda también como un centro de investigación y de debate filosófico, pero su rasgo más distintivo era el enorme valor que Epicuro concedía a los afectos y la vida en común. El Jardín era mucho menos competitivo que el Liceo, era una sociedad amistosa; y debió de ser también menos selectivo que la Academia, pues sabemos que había algunos pobres entre los discípulos, que se admitieron esclavos e incluso a una hetera como Leontion, que era una buena argumentadora y aguda polemista contra los estoicos.

El ambiente del Jardín no sólo era amistoso, sino que me atrevo a decir que también era fraterno. Sabemos muy poco de la familia de Platón y de la familia de Aristóteles, y en cambio de Epicuro nos ha llegado la noticia de que debatía y filosofaba con sus hermanos, de cuya felicidad y prosperidad se ocupaba. Y creo que es el único filósofo del que conservamos una carta muy cariñosa y amistosa a su madre.

El cerco de placeres admitidos por Epicuro se puede ampliar más allá de los sensuales, y de los que se desprenden de la satisfacción de nuestras necesidades físicas. Creo que Epicuro estaría de acuerdo en que la vida del investigador o del escritor también es una ruta hacia la felicidad, y que lo admitiría tanto como para justificar esos trescientos libros de los que se dice que fue el autor.

Epicuro aconseja a sus seguidores que no busquen la gloria, que se alejen de la política, pero no se le puede considerar de ninguna manera una criatura asocial o un pensador individualista. Su retirada del escenario público viene compensada por el fuerte

arraigo y la complicidad que siente con su círculo de amistades íntimas. Es un filósofo interesado en sociedades, digámoslo así, en miniatura, sustentadas más en los vínculos voluntarios del afecto que en las responsabilidades cívicas del individuo.

En buena medida esta retirada de la política está relacionada con el principio de autarquía (*autárkeia*), que para Epicuro es otro ingrediente indispensable de la felicidad. Epicuro admite de buena gana protagonizar una vida humilde, renunciando a los lujos y a las ambiciones, a cambio de depender tan sólo de sí mismo, de gozar de clara libertad. El compromiso político y las ambiciones públicas dibujan un horizonte vital cuyas metas no dependen de nosotros, de manera que pueden sumirnos en la inquietud y en la incomodidad. Por muy bien que lo hagamos, por muy buena voluntad que le pongamos, la meta se nos puede resistir: otros pueden llegar antes o hacerlo mejor o dañarnos. Si nos entregamos a la competencia pública estamos abonando el camino de la frustración, que es incompatible con la felicidad. Algo que nunca nos sucederá si basamos nuestra alegría en la satisfacción humilde del saber y la amistad, una vez saciada la natural necesidad de comer, beber y resguardarse del mal tiempo.

Este principio autárquico, la salvaguarda de la libertad, modula todas las opiniones de Epicuro sobre el amor y la pasión. En el Jardín se aceptaba la amistad y las relaciones sexuales, pero se aconsejaba mantenerse apartado de Eros, del dios-pasión que nos arrebatara y nos empuja a perder el control y la libertad. Cuando estamos bajo el dominio de Eros, por muy intensos que sean los placeres físicos y los estados emocionales que experimentamos, incluso durante el fogoso arrebatado pasional y sexual, vivimos sacudidos por la inquietud y turbados. Sentimientos que aleja de nosotros la anhelada ataraxia: el placer derivado de la ausencia de preocupaciones que constituye la cúspide de la felicidad para Epicuro y los filósofos afincados en el Jardín.

Platón escribió páginas muy sabias y detalladas sobre este amor-pasión, y consideraba el Eros como algo deseable. No creía que los arrebatos de la pasión carnal fuesen un fin en sí mismos, pero sí valoraba a Eros como paso intermedio hacia el amor a las ideas, en el que desembocaría cuando aprendiésemos a sublimarlo. Epicuro no pretende nada de eso. Como filósofo no está en contra de las relaciones sexuales, pero parece que, en el mejor caso, las considera una prolongación de la amistad. Las tolera siempre que se den en un marco de sosiego o, por decirlo así, cuando no causan demasiados problemas.

Si pensamos en la retirada del mundo político que protagoniza Epicuro a la luz de esta exigencia de libertad y de autarquía debemos advertir que no tiene nada de cínico.

No es un pensador que tenga una visión revolucionaria de la sociedad ni alguien que pretenda subvertir el orden o alterar las jerarquías políticas. No es un

hombre que esté en la calle buscando confrontación o escándalo.

La polémica y el rechazo que ha levantado su filosofía no se corresponde con el temperamento amable de su pensamiento. (A pesar de que, como anota Diógenes Laercio, escribió muy duros calificativos de otros filósofos.)

No quiere ser pobre, ni agresivo, ni llamar la atención o escandalizar abiertamente a sus conciudadanos. Después de años de estudios filosóficos sobre la estructura del mundo, el lenguaje y la manera como aprenden los hombres (la llamada epistemología), ha llegado a la conclusión de que un individuo sólo puede ser libre y vivir una vida feliz y plena si se aleja de la sociedad competitiva y del vulgo más espeso. Ni siquiera podemos decir a ciencia cierta cómo se opuso a los escépticos. No disponemos más que de una mínima parte de esa vastísima obra que se perdió ya en la época antigua. Ojalá pudiéramos ver en sus obras cómo llegó a sus conclusiones después de una serie de reflexiones rigurosas. Seguramente reconoceríamos que su pensamiento contenía asertos bien perfilados sobre los asuntos que le interesaban: la física, la teoría del lenguaje, la teoría del conocimiento, etc., que conocemos por el breve resumen que encontramos en su *Carta a Heródoto*.

Más que como la de un revolucionario social, o un tenaz disidente político, la relación de Epicuro con el espacio público encaja con la figura de un hombre tolerante y bonancible, una suerte de «liberal».

Un hombre que procura no molestar ni ser molestado, que aspira a pasar por la vida inadvertido, cumpliendo con las obligaciones mínimas, y que exige que tampoco se le incoorde demasiado.

Su lema fue: «pasa inadvertido por la vida» o «vive sin hacerte notar» (*látthe biósas*). Pero, ciertamente, una idea así podía parecer algo escandalosa y moralmente revolucionaria para un griego de los tiempos de Platón, y lo será para los patricios romanos, y para cualquier época. (No sé si también para la nuestra, instalada en largas crisis económicas y casi, casi en la desconfianza institucional.) La moral griega antigua estaba sustentada en la cooperación y en la competición de los ciudadanos en la esfera política. Todo ser humano era, según Aristóteles, un *zoon politikón*, y la tarea del

hombre libre comportaba en primer término su dedicación a la tarea común en la polis. El premio era la aprobación social, una recompensa muy apreciada para una sociedad que cultivaba los valores de la gloria y del honor.

Una actitud como la de Epicuro hubiese sido calificada de «idiota» en la Atenas del siglo anterior, donde se desarrolló Platón. *Idiotes* era el término (acaso no tan insultante como ahora, pero ya indiscutiblemente peyorativo) con el que los griegos se referían a las personas que se aislaban en su vida privada, renunciando a la participación pública. Epicuro se enfrenta directamente a esta costumbre, enraizada con fuerza en los valores de los atenienses. Nos dice que «quien conoce los límites de la vida [...] sabe que no necesita para nada los bienes que resultan de luchas competitivas». La suya es una apuesta firme por una filosofía «idiotizada», que renuncia a la exhibición de la *areté* (la excelencia competitiva), que promulga no casarse ni buscar el mejorar socialmente o integrarse en la trepa, no votar, no perseguir ni aceptar favores ni cargas. Nos anima a recluirnos en casa para buscar el saber que hace feliz y gozar de placeres fáciles en la grata compañía de los amigos. Epicuro se atreve por primera vez en siglos a disociar la felicidad (o la satisfacción) del individuo del juicio favorable de la comunidad, y renuncia a ese aplauso que sólo se consigue con un esfuerzo competitivo.

Epicuro se expresa en términos un tanto displicentes: «No me preocupo de agradar a la masa. A la masa le gustan cosas que yo desconozco, y lo que yo sé sobrepasa su entendimiento». Pero no cuesta mucho imaginar que la renuncia a uno de los afanes más constantes de la historia de Grecia y de los más celebrados por los pueblos que asimilaron su legado artístico y cultural no se hizo sin dolor: Epicuro fue forzado (más allá de sus convicciones filosóficas) por unas circunstancias políticas bien conocidas. En pocos años el panorama de las ciudades griegas había cambiado. Guerras y caudillos violentos habían devastado el espacio público y la democracia había sido anulada por tiranías que imposibilitaban un verdadero ejercicio de la política común. Las ciudades y su administración ya no pertenecían a los ciudadanos, sino a los tiranos. Cuando una ciudad queda bajo el pie opresivo de los dictadores, la palabra «política» suena con vibraciones negativas. Fue en esas circunstancias cuando Epicuro recomendó la retirada.

En un rasgo que puede interpretarse de manera irónica, Epicuro renuncia a la lucha feroz —que mantendrán otros filósofos, como algunos estoicos— contra la tiranía. Se muestra incluso condescendiente con la opresión, que le ofrece una cierta excusa para no tener que cargar con las obligaciones públicas (tal y como le aconseja su filosofía). Epicuro se retira para encontrar la tranquilidad. Su actitud es la de un hombre acosado que considera imprescindible, para embarcarse en la búsqueda de la felicidad, rechazar las ansias irracionales (propias de la muchedumbre, los caudillos y los políticos violentos) de protagonismo político y de poder. Y ofrece como alternativa un retiro seguro en el mundo interior: «Lo capital para la felicidad es la disposición interior de la que somos dueños», escribirá uno de sus discípulos en una máxima que a mi modo de ver expresa y condensa de manera magnífica la opinión del maestro.

Por otro lado, es justo decir que esta «retirada» no es sólo una «huida», sino que Epicuro se las ingenia para volverla coherente, para que la sintamos acorde con el resto de su pensamiento. La operación de Epicuro tiene que ver con un intento de centrar la felicidad no tanto en un eje objetivo, como en un eje subjetivo, más a nuestro alcance y más gobernable. Epicuro quiere que los objetivos que asociamos a la felicidad dependan exclusivamente de la voluntad, y no del juego de rechazos y recompensas de la actividad social. Sólo con este sacrificio entiende que el hombre puede mantener la imperturbabilidad y la autarquía, que como ya hemos dicho eran claves en su visión de la felicidad.

Si uno entiende la filosofía como un ejercicio que nos ayuda a liberarnos de las preocupaciones exteriores que amenazan la auténtica felicidad de la persona social, entonces se ve mucho mejor esta indiferencia de Epicuro ante los acontecimientos y las exigencias políticas, sin necesidad de adoptar una postura tan mordaz o nihilista, una oposición firme y directa, como la que tienen los cínicos o unos pocos estoicos. Los epicúreos no eran revolucionarios ni activistas. Su retiro de la política no tiene que ver con una disconformidad, sino que está íntimamente ligado a la convicción de Epicuro de que no se puede ser feliz si nuestra ambición es excesiva y coquetea con la gloria, y tampoco si es dependiente del juicio ajeno. Éste es el motivo, «coherente» con el resto de su pensamiento, por el que nos pide que nos alejemos del mundo inestable y confuso de la política: porque nos vuelve dependientes (de las acciones y el juicio ajeno) y porque la ambición política nos vuelve más vulnerables al sufrimiento y a la intranquilidad.

Uno puede preguntarse si la historia de la filosofía le ha hecho verdadera justicia a Epicuro. Es cierto que todas las enciclopedias, diccionarios y manuales le dedican espacio, pero, si consideramos la saña con la que tanto él como sus seguidores fueron perseguidos durante siglos y la manera como se les arrebataron los textos en los que basaban sus estudios y normas de vida, se advierte lo azaroso de su supervivencia en las páginas de historia. Su huella filosófica fue un pálido reflejo de lo que debería haber sido, de lo que hubiese sido si el epicureísmo hubiese podido difundirse y florecer en las condiciones amistosas a las que aspiraba.

El filósofo francés Michel Onfray ha escrito una contrahistoria de la filosofía donde traza una genealogía completa de pensadores que han quedado marginados en los estudios universitarios y los salones académicos. En ella, Onfray le dedica muchísimo espacio a Epicuro y a su Jardín así como a la felicidad, al placer y a las diversas facetas de su pensamiento que suelen ser desatendidas, a sus ecos y a discípulos de otras épocas.

Con frecuencia, y yo mismo acabo de hacerlo, se señala la multitud de enemigos que se han levantado en armas (no siempre estrictamente intelectuales) contra Epicuro. Pero pocas veces se intenta trazar una suerte de línea sucesoria que incluya a sus admiradores más notables. Al revisar esa historia deberíamos hablar de Montaigne y Gassendi, como suele hacerse, pero también de algún otro epicúreo a quien no consideraríamos un filósofo profesional. Por ejemplo, Jefferson, el más culto de los

padres fundadores de Estados Unidos, incluyó en la Declaración de Independencia la «búsqueda de la felicidad» como un derecho inalienable del ser humano. No parece un objetivo sencillo de satisfacer, no está nada claro que sea un derecho cabal, y es muy posible que ni siquiera el propio Jefferson supiese cómo conseguirlo, todo esto es verdad; también es posible que escribiera la frase como un desiderátum, como un hermoso horizonte de expectativas, pero está bien claro que a Epicuro le hubiese gustado la frase.

Uno de los más célebres y encarnizados defensores del pensador griego ha sido sin duda Friedrich Nietzsche, quien se sentía orgulloso de simpatizar en lo más hondo de su ser con el carácter de Epicuro, y de disfrutar de la serenidad propia de la Antigüedad tardía, el llamado helenismo, en todas las frases que leía atribuidas a la escuela del Jardín. Sólo citaré unas líneas tuyas, un cálido elogio, que dice así: «Epicuro: Veo sus ojos mirar hacia un amplio mar plateado, sobre acantilados donde se posa el sol, mientras los animales, grandes y pequeños, juegan seguros bajo la luz y su mirada. Una felicidad así sólo puede ser inventada por un hombre que sufre continuamente. Es la felicidad de un ojo para el que el mar de la existencia se ha colmado y que ahora ya no se da por satisfecho mirando la superficie multicolor, delicada, estremecida como la piel del mar. Nunca antes existió una voluptuosidad tan modesta».

Nietzsche no sólo nos regala un puñado de frases emocionantes y hermosas, también nos da una pista de en qué casos y circunstancias resulta más beneficioso sumergirse en la filosofía amable de Epicuro. Al igual que Nietzsche, Epicuro fue, al parecer, un hombre enfermo, y su propósito de permanecer sereno, así como su exaltación del placer que uno experimenta cuando el dolor no le dobliga, es propio de los hombres enfermos, en cuyas vidas esta ética valiente de gozo estable y deleites se ajusta como anillo al dedo.

Me gusta imaginar la idea que tiene Epicuro de placer como una serie de círculos concéntricos. Como buen materialista, en el primer anillo están los placeres sensoriales: algo de comer y algo de beber. En un segundo anillo están los placeres propiamente de la carne, el sexo del que nos invita a no abusar. En un tercer anillo encontramos los placeres propios del espíritu: el estudio y el conocimiento. Y en un cuarto anillo, envolviéndolo todo, el enorme placer que supone el trato y la convivencia con los amigos. E incluso existe un quinto anillo: la memoria de todas estas satisfacciones. La memoria del placer necesario, del sensorial, de lo que uno aprende, pero sobre todo de lo que ha vivido con sus amigos. Hemos conservado unas líneas de la última carta que Epicuro escribió. Es una misiva que le envía a un buen amigo, en las últimas horas de vida, y allí le dice: «En este día venturoso y, a la vez, último de mi vida, te escribo esto: me acompañan dolores de vejiga y de intestinos que no podrían ser mayores. Pero a todo ello se sobrepone la alegría de mi alma por el recuerdo de nuestras pasadas conversaciones».

Dominar el tiempo y el dolor presente mediante la

memoria de los ratos felices, sobreponer el recuerdo de la felicidad a las dolencias pasajeras. ¡Qué hermoso ejemplo del último día!





JAVIER GOMÁ LANZÓN

Pese a que le reconozco a Epicuro y a su filosofía todos los méritos, que no son pocos, me he resuelto plantearle una crítica de fondo a su concepción de la felicidad y a la posibilidad de aplicarla con éxito a nuestras vidas actuales.

Empezaré con una anécdota: el otro día entré en una exposición motivada por el bicentenario de la Real Academia Española, y en una de las paredes encontré la siguiente definición de felicidad: «Estado del ánimo que se complace en la posesión de un bien». Después he comprobado que efectivamente es la misma definición que aparece como acepción primera de «felicidad» en el diccionario actual.

Se trata de una manera de definir la felicidad que provoca cierta inquietud, pues resulta perturbador que la felicidad se asocie directamente a una posesión. ¿Seguro que la posesión nos procura más felicidad que la expectativa? Tengo un amigo que cuando está sentado, muy hambriento, delante de un plato succulento, suele decir: «No cambiaría esta hambre ni por mil euros». Puede ser más feliz quien está a punto de satisfacer un deseo que quien ya lo ha saciado, más intensa la expectativa de poseer de inmediato algo que anhelamos que una posesión ya consumada.

Sobre este asunto de las posesiones igual nos ilustre una anécdota relacionada con Adberramán III, quien, según la definición que defiende nuestro diccionario, bien pudo ser juzgado el hombre más feliz del mundo, pues suyas fueron todas las posesiones. Adberramán III vivió en el siglo X y fue el primer califa omeya de Córdoba. Vivió setenta años, de los cuales gobernó cincuenta. Fue un caudillo triunfador, hombre culto y bajo su

mandato Córdoba rivalizó en importancia con Bagdad y Constantinopla. Disfrutó del éxito, todas las riquezas, todas las mujeres, todas las posesiones. El caso es que Abderramán III llevaba un diario en el que contabilizaba sus días felices. Se nos dice que al contar el número de días durante los que el hombre más poderoso de su tiempo había sentido una dicha pura y genuina apenas sumaban catorce. Lo poseyó todo, pero durante su larga vida sólo fue feliz durante catorce días.

En cualquier caso, mi crítica a Epicuro no es ésta. Epicuro nunca hubiese reducido la felicidad a un asunto de mera posesión como hace nuestro diccionario. Tampoco comparto las distorsiones bastas y groseras que cierta tradición moralista proyectó retrospectivamente sobre él. Lo que ocurre es que no considero a Epicuro un auténtico filósofo. Su doctrina sobre la felicidad no vale como filosofía. Vale como terapia, que es algo enteramente distinto.

Para empezar vemos que Epicuro nos recomienda mantener bien sujetos a los deseos. Nos pide no sólo que no los aumentemos, sino que limitemos los que ya tenemos. Pero ¿qué son el hombre y la mujer sino una generación continua de deseos? Esta invitación a refrenar los deseos para limitar el sufrimiento me recuerda a Orígenes, uno de los padres de la Iglesia, que alcanzó la castidad que tanto anhelaba por la vía expeditiva de emascularse. No soluciona el problema sino que lo elimina de forma expeditiva. Mi preferencia estaría no tanto en eliminar los deseos como en educarlos.

Hay momentos en los que Epicuro parece renunciar voluntariamente a pensar, como si le molestase cargar con una conciencia excesivamente lúcida. Eso se deduce de una de sus frases más famosas, la que le dedica a la muerte en la *Carta a Meneceo* y que viene a decir que la muerte no existe porque mientras vivimos no puede alcanzarnos, y cuando muramos estaremos ya libres del temor que nos produce. Nos recomienda, de una forma sofisticada, no pensar en la muerte.

La frase ha hecho fortuna, pero a mí me parece otra amputación, un proyecto imposible.

¿Cómo va a poder el hombre no pensar en la muerte si el hombre es futurición, proyección, anticipación, empresa?

No pensar en la muerte equivale a perder la conciencia de nuestra mortalidad, lo que supone no pensar en nuestra propia condición. Epicuro empieza pidiéndonos que renunciemos de buen grado a unos cuantos deseos, que rebajemos su intensidad, y termina aconsejándonos que renunciemos nada menos que a la conciencia de nuestra propia condición mortal.

Epicuro produce la sensación de querer extirpar la esperanza humana en una vida inmortal, propia de los dioses, pero que después su modelo ideal de vida se parece mucho al que podría asumir un dios inmortal si viviese entre nosotros. De Epicuro nos quedan pocos escritos, apenas un puñado de fragmentos, y hay que ser cuidadosos para no confundir lo anecdótico con algo significativo, sin embargo, en la misma carta citada antes, Epicuro le promete a Meneceo que si sigue sus consejos alcanzará a vivir como un dios entre los hombres. Y lo justifica diciendo que el mortal que vive entre bienes inmortales apenas se parece en nada a un mortal. Y en este punto, Epicuro me parece un poco tramposo: primero tira por la ventana un anhelo tan humano como la esperanza de inmortalidad, y luego permite que se le cuele por la puerta de atrás el deseo de vivir como un dios inmortal.

Otro aspecto de la doctrina de Epicuro muy poco convincente es aquel en que nos recomienda que nos burlemos de la fatalidad y la fortuna. Ahora bien, ¿cómo podría un ser humano reírse de esa fatalidad y esa fortuna que al combinarse rigen nuestro paso por la infancia, la adolescencia, la madurez y la vejez? Ya no sólo porque el tortuoso camino de la vida nos dé pocos motivos para la risa, sino porque, a poca experiencia que uno tenga, sabe que los hombres son absolutamente impotentes ante la fortuna. Todos somos vulnerables ante un eventual ataque, ante el que nos hallamos inermes e indefensos. La fortuna puede atestarnos en cualquier momento un golpe definitivo. A la fortuna no se la puede, por desgracia, combatir ni con el ejercicio estricto de la virtud, ni tampoco con el conocimiento científico (y hoy en día técnico) al que Epicuro era tan afín.

Y si la ley de vida somete al hombre medio a una sensación general de desamparo, ¿qué diremos de esa legión de personas a las que la rueda de la fortuna les ha asignado una vida sin destino alguno? El mundo está repleto de vidas rotas, vidas tachadas, abortos de ser, humillados, castigados y maniatados por la mala suerte, excluidos y al margen de lo humano sin culpa alguna por su parte.

Ante todo este horror cotidiano: ¿con qué ánimo vamos a seguir la recomendación de Epicuro de burlarnos de la fortuna y del azar? Se trata de una propuesta casi ofensiva si se piensa en quienes no han disfrutado de los mismos bienes de fortuna que los habitantes del jardín de Epicuro. Ni siquiera puede disculparse con el argumento de que la suya era otra época porque la vulnerabilidad humana ante los golpes de la vida es universal, inherente a nuestra naturaleza mortal, y acompaña a la especie mientras exista. Aristóteles pone el ejemplo de Príamo, un rey que lo tuvo todo, ostentó un poder casi absoluto, pero que en la vejez hubo de ver morir a todos sus hijos y asistió a la destrucción y ruina de su pueblo. En una situación tan cruel, ¿cuál será la reacción de Príamo?, ¿burlarse de la fortuna como le sugiere Epicuro? ¿La burla es la única respuesta que propone Epicuro ante el infortunio?

La posición de Epicuro ante la fortuna expresa bien las debilidades de su pensamiento. Él y los suyos gozan de muchos bienes de la fortuna (inteligencia, amistad, riqueza, cultura) y crean unas normas para disfrutarlos mientras puedan. Pero estos preceptos no son generalizables ni se pueden universalizar, y a mi juicio la universalidad es el distintivo de las filosofías auténticas. Ése es el motivo por el que afirmo que Epicuro es más un terapeuta que un filósofo. Su doctrina consiste en una serie de reglas prácticas relacionadas con «el cuidado del sí». Normas que si se siguen con disciplina aumentan las probabilidades de que uno viva instalado en cierta sensación de serenidad, lo cual puede ser una exhortación sabia pero no constituye una filosofía válida para todos.

Epicuro es ante todo el máximo representante de la doctrina de la felicidad, de una concepción de la vida que convierte a la felicidad en la meta de hombre. Pues bien, la «felicidad» es una idea que se desarrolló en una época que ya no es la nuestra. Nosotros vivimos en una época donde lo más importante no es la «felicidad» sino la «dignidad». No estoy sugiriendo que la felicidad y la dignidad se contrapongan, lo que afirmo es que a nuestra época le corresponde una ética de la dignidad y no una ética fundada en la felicidad. Voy a intentar argumentar un poco más esta idea.

Epicuro pertenece a una época de la cultura que ya no es la nuestra: la de la cosmovisión premoderna. El cosmos es una imagen del mundo que se caracteriza por ver la realidad bien hecha, ordenada, duradera, bella, y estructurada jerárquicamente. Si alguien se moría, peor para él, pero el mundo seguía siendo tan majestuoso y perfecto como antes. Esta idea de cosmos estuvo vigente desde la noche de los tiempos hasta el siglo XVIII. En ese tiempo el hombre era el centro del cosmos, pero siempre una pieza de una realidad superior que le trascendía.

Con la Ilustración y el Romanticismo se produce el giro del cosmos al yo. El yo se desprende de ese todo cósmico del que era parte y se constituye en una nueva totalidad. Nace la subjetividad moderna. Y la subjetividad moderna pone por encima de ser feliz la meta de ser individual. Estoy convencido de que si a nosotros, los modernos, nos ofreciesen tomar un filtro en virtud del cual nos volviéramos inmediatamente felices, al precio de dejar de ser individuales, la mayoría no tomaríamos ese filtro. Entre una felicidad robótica y seriada y la pervivencia de nuestro nombre, entendida como la manera particular de ser, la mayoría elegiría sin duda vivir su propia vida aun al coste de sacrificar la «felicidad».

Desde que la idea de cosmos se desmoronó pensamos que ser individual es una manera de estar en el mundo superior a la de ser feliz.

El paso del cosmos a la subjetividad no comporta sólo un cambio de objetivos vitales. Cuando el individuo se constituye como un todo emancipado de ese cosmos que había estado vigente durante tantos siglos se da cuenta de un modo traumático de que su yo como individuo está dotado de una dignidad infinita, pero que lejos de respetarse esa dignidad, está paradójicamente destinado a un fin indigno y abrupto como es la muerte. De esta paradoja nace el «acorde discordante» que suena en el pecho de la individualidad moderna: ser consciente de tu dignidad infinita y de su destino indigno. Y esa conciencia hace brotar la pregunta por el sentido de la vida.

Antes nadie preguntó por el sentido de la vida. Se deducía del estatus de derechos, obligaciones y funciones inherentes a la posición que uno ocupaba en el mundo. Sólo desde el momento en el que el yo se desprende del cosmos, sólo cuando se emancipa para convertirse en una totalidad consciente de su valor único e infinito se pierde el sentido implícito y no cuestionado que venía dado por su posición. Y ante la injusticia que supone la muerte indigna cabe preguntarse: «¿Para qué?». Uno se pregunta por qué el mundo permite el nacimiento de esa flor delicada que somos cada uno de nosotros si luego se complace en aplastarla.

El cambio de escenario se aprecia en el diferente mundo que habitan, por ejemplo, Sófocles y Shakespeare. En las obras de Sófocles, la verdadera tragedia radica en lo monstruoso que les ocurre en escena a los personajes por contraste con un mundo en general bueno, bello y ordenado. En cambio, en Shakespeare lo trágico no reside sólo en la peripecia de los personajes sino que lo que a éstos les sucede se proyecta sobre un fondo nihilista y arrasado. El mundo de Sófocles tiene sentido, aunque lo que les acontece a los personajes no lo tenga, mientras que en Shakespeare la trama transcurre en un mundo que ha perdido todo el sentido, es la nada carente de significado.

Por eso decía antes que la idea de la felicidad de Epicuro pertenece a una época que no es la nuestra. Esta idea está manufacturada en una época superada y proyecta sobre nuestra individualidad amenazada por la muerte un exceso de expectativas que nos desbordan y son irrealizables.

Un ejemplo cotidiano de estas expectativas excesivas ocurre cuando se nos desea «Feliz cumpleaños», y uno sabe que pasará quizá bien el día, que tendrá algunas satisfacciones, pero difícilmente el día resultará «feliz» en un sentido pleno. Por mucho que sea nuestro día, la realidad no va a ahorrarnos sombras y preocupaciones. Y no digamos ya la distancia que se abre entre el propósito y la realidad cuando nos desean nada menos que «feliz año». Pues todos sabemos que ni el más favorable de los años, ni aquel año donde aparentemente nos «sale todo bien», nos vamos a librar de problemas, angustias, fracasos y decepciones que casan mal con nuestra idea de «felicidad», entendida como un estado continuo y sin desmayos de plenitud.

La felicidad ni siquiera es un estado, sino que es una dirección, o mejor incluso: una posición relativa dentro de un conjunto. Por eso, cuando te preguntan: «¿Cómo estás?» o «¿qué tal te encuentras?», es fácil que nos desconcertemos si nos remitimos

exclusivamente a nosotros mismos, a nuestra situación presente, tan compleja y cruzada de sentimientos y emociones ambiguas o contrapuestas. Para saber cómo estoy es casi inevitable preguntarse: «¿En comparación con quién?», recurrir a un cotejo, porque en abstracto es muy difícil de contestar. Estamos siempre metidos en tantas situaciones distintas, y los matices de nuestro ánimo son tan fluctuantes, que cualquiera se pone a evaluar todas las aristas y facetas hasta encontrar una síntesis de «cómo estoy».

Nos conviene someter a los grandes conceptos que hemos heredado de la tradición filosófica a una dieta de adelgazamiento hasta que se les desprendan las capas de grasa que han ido acumulando durante tantos siglos. Estos conceptos grandilocuentes, entre los que sobresale la meta imposible de la felicidad, pertenecen a una época más solemne y enfática, una época cósmica. Conceptos que han sido vertebradores de la filosofía como la aspiración a la «felicidad» deben revisarse desde la perspectiva de un individualismo trágico, morador de un mundo estructuralmente injusto, que ha reemplazado al viejo cosmos hospitalario.

¿Qué es ser feliz entonces? Si tuviese que dar una definición de felicidad, una definición adelgazada, sería ésta: «Feliz es quien no tiene deudas con la vida». Y si se me pregunta cuál es el sentido de la vida, contestaría que se trata de una empresa que no tiene una respuesta teórica. El sentido de la vida no es como la fórmula de la Coca-Cola, custodiada en un lugar secreto. Me temo que para la pregunta sólo existen respuestas prácticas. A mi juicio, el sentido de la vida se acerca bastante a lo que dijo Aristóteles: «El placer en el ejercicio de las potencias». Esto es, el desarrollo de aquellas facultades que le son propias a cada uno, en cada momento de la vida. El niño sería feliz siendo niño, el adolescente sería feliz en tanto que adolescente, el hombre maduro en tanto que hombre maduro y la mujer en tanto que mujer. Siempre que se den unas condiciones saludables, el sentido de la vida podría estar aquí: en ejercer aquello que es inherente a cada edad y condición.

«No tener deudas con la vida» presupone un concepto de felicidad mucho más rebajado que aquel que involucra la perfección como objetivo.

Y pienso en la vida menos como un todo dado y acabado que como un proceso o un ciclo con diferentes etapas y estadios por los que debe pasar cualquier hombre o mujer si alcanza a disfrutar un número suficiente de años. El individuo atraviesa la infancia, la adolescencia, la juventud, la madurez y la ancianidad. Y ninguno de esos estadios tiene el monopolio de lo humano, sino que representa una variación (auténtica, con sus propias reglas y características) de la misma condición humana.

Un hombre que quiera ser feliz en nuestro mundo, en vez de buscar una sola manera de ser feliz que englobe todas las etapas de su evolución, debe concentrarse en encontrar la manera más propia de ser «feliz» de cada etapa. Los griegos hablaban de *kairós*, que significa la «hora buena», la «enhorabuena». La felicidad sería algo así como encontrar la manera «hora buena» que le es más adecuada y propia a cada periodo vital: al niño, al joven, al adulto... A cada una de estas versiones de nosotros mismos le compete la tarea de encontrar la forma específica de disfrutar del estado por el que está pasando. Apoderarse de la «hora buena» que le corresponde, «arrebatar el beneficio», que decía Rilke.

Las personas que tienen deudas con la vida viven con la sensación de haber atravesado cada una de esas etapas sin obtener el beneficio que cada una de ellas le prometía. En una novela encontré una frase que define bien lo que trato de decir: «Estaba desesperada —leemos— porque tenía la impresión de que la vida le pasaba de largo, rompiendo e incumpliendo con todas sus promesas». Eso sería la infelicidad, la sensación de que cada una de las etapas de la vida está incumpliendo sus promesas.

Resulta muy problemática esa tendencia actual de asimilar la felicidad con las cualidades que son propias exclusivamente de la juventud: salud, fuerza, belleza, libertad, futuro. Cuando la edad juvenil termina, nos sentimos prematuramente acabados. De manera que, como la juventud dura poco, el resto de la existencia, y no sólo la ancianidad extrema, se convierten en un declive más o menos penoso hasta la muerte. Y la cultura abona con su exaltación exclusiva de la juventud una notoria sensación de deuda con la vida. Proyecta así una sombra de pérdida que anula la posibilidad de ser feliz en el resto de las etapas naturales de la vida. Así se explica la fascinación que la mayoría de nosotros sentimos por la juventud, los esfuerzos a veces risibles de negar el paso de los años, los gestos externos que pretenden simular una juventud que se agotó hace mucho.

Si lo pensamos bien, se trata de un sinsentido. Vivir es vivir y envejecer. Querer vivir equivale a querer envejecer. Ninguno de estos hombres y mujeres que se desesperan en su lucha por retener la juventud piensa apearse de la vida. Permanecer siempre joven, no envejecer nunca equivaldría a dejar de vivir, a cesar en la existencia. Porque envejecer es la única forma conocida de seguir viviendo. Y el único tratamiento *antiaging* de probada eficacia lamento comunicar que es la muerte, porque sólo el que está muerto deja de envejecer para siempre.

Quizá he sido antes un tanto severo con Epicuro. Estoy convencido de que se pueden rescatar algunos aspectos de su doctrina que nos ayudarían a llevar una vida más plena y satisfecha. Me resulta particularmente simpática su ética de la amistad, que él pone por encima de la justicia, de la legalidad, de lo jurídicamente exigible. Con todo, encuentro en la ética de Epicuro demasiada resignación. De un modo un poco humorístico diré que a veces me recuerdan los consejos de un «abuelete». Moderación

en todo: un poco de mesa, un poco de cama, conversación con amigos, gusto por la poesía, paseos por el jardín... Pero sin pasión, sin grandes ambiciones, sin enamoramiento.

¿Qué hacemos entonces con el exceso, con el éxtasis, con la embriaguez, con el deseo? ¿Dónde dejamos la ebriedad de vivir? Epicuro desdeña todos estos impulsos naturales para evitarnos el riesgo que supone el sufrimiento. Pero es que esos deseos intensos, aunque nos expongan al dolor, son los que hacen la vida humana y digna de ser vivida.

Los moralistas medievales distinguían entre la presunción y la desesperación. La presunción se identifica con la *hybris* de los griegos: una ambición excesiva respecto a tu capacidad; uno espera más de la vida de lo que puede conseguir, se convence de que ya lo tiene, de que ya es suyo, y entonces la vida suele castigarte por tus excesos, por tu presunción.

La desesperación, por su parte, se apodera de aquellos que anticipan demasiado pronto el final de la vida, y su declinar. Son personas que se pasan el día entero lamentándose como Jeremías de todas las desgracias: presentes, pasadas y futuras. Éstas no corren ningún riesgo de ser penalizadas por su presunción, pero tampoco se aventuran demasiado en la felicidad.

Encontraremos algo parecido a la felicidad (y me refiero ahora a una felicidad adaptada a nuestros tiempos y no a ese ideal inalcanzable de los antiguos) si sabemos vivir en un punto intermedio entre la presunción y la desesperación. Contra Epicuro creo que ese punto de equilibrio incluye reservar momentos para la ebriedad, para el éxtasis, para el loco desvarío y para el enamoramiento. Una vida que se cercenase todas estas posibilidades de especial intensidad humana no puede considerarse bien administrada porque bascularía demasiado pronto hacia la desesperación.

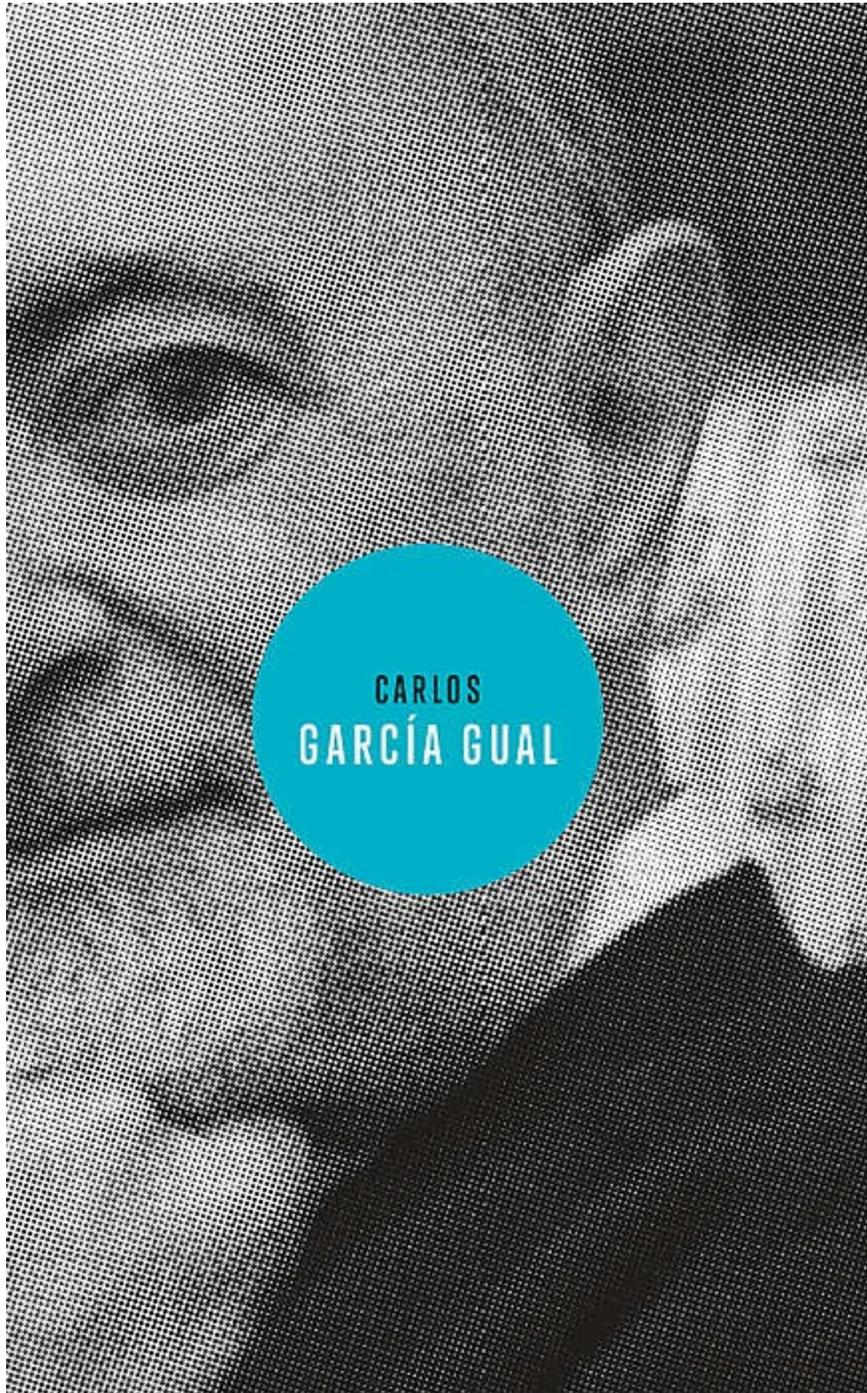
Hay un texto memorable de Max Weber en el que distingue entre aquellos hombres que están cansados de la vida y los patriarcas, que mueren colmados de años. Los patriarcas son aquellos hombres que lo han querido todo, que han querido acumular cuantas experiencias humanas les fuera posible. Si miramos a nuestro alrededor veremos a muchos jóvenes que parecen cansados antes incluso de haber vivido, que llegan fatigados a la línea de salida del camino de la vida. Les invade muy pronto un nuevo *spleen* abandonándose al tedio antes de tiempo. Pues bien, quizá la felicidad tenga que ver también con la habilidad o la sabiduría para retrasar el máximo tiempo posible esta desgana de vivir.

Combinemos el placer de la autolimitación (que tiene la virtud de impedir que nuestros deseos nos destruyan) con el entusiasmo de ir gozando de todas las etapas de

la vida (infancia, adolescencia, madurez, vejez) para, al final del viaje, si es posible, morir como un patriarca colmado de años y vivencias.









LOS ANTIGUOS Y LA BUSCA DE LA FELICIDAD

Fragilidad de la dicha humana

En los textos griegos más antiguos que conservamos, en los grandes poemas épicos, en la *Iliada* o en la *Odisea*, los autores no ven como meta de la vida humana la felicidad. No puede decirse siquiera que sea uno de los manifiestos motivos de la acción humana. Lo que persiguen como finalidad vital los héroes que pueblan los textos de Homero — Aquiles, Odiseo, Áyax— es la gloria, que se consigue gracias a una acción particularmente heroica y memorable, que provoca la admiración de sus iguales y la inspiración de versos y poemas donde estas gestas se conservarán para las generaciones posteriores con intención de que sirvan como ejemplo o como relato placentero. La felicidad cotidiana es algo totalmente subsidiario.

De hecho, ni siquiera se cree fácil que uno pueda perdurar dignamente feliz. En una famosa escena del final de la *Iliada*, Homero reúne a dos reyes enemigos que en un inolvidable gesto intentan consolarse: el viejo Príamo y el feroz Aquiles. El segundo le recuerda al primero que Zeus tiene a mano dos vasijas, una donde están los males y otra donde están los bienes. Y que desde lo alto envía toda clase de males a los más desgraciados, y bienes —acaso mezclados con algunos males— a quienes son afortunados. Para Homero, ya no una vida preminentemente feliz, sino incluso una existencia donde predominen los placeres y las alegrías por encima del dolor y las desgracias, es algo muy difícil de lograr, incluso para los más grandes reyes y héroes. Una vida más oscura, sin penalidades, colmada de alegrías, es también rara e inestable dada la frágil naturaleza de los mortales, en contraste con los dioses felices.

El griego arcaico interpreta la vida como una sucesión de deberes y sufrimientos para conseguir ese aura de

gloria que la justifique.

Su idea de la muerte tampoco es muy halagüeña, pues el Hades común es una suerte de limbo oscuro y catastrófico. Cuando Odiseo lo visita y se entrevista con el alma sombría de Aquiles, el gran héroe de la *Iliada* le dice que preferiría vivir de cualquier manera, incluso como siervo de un campesino, antes que ser rey en el mundo de ultratumba.

Esta concepción de los griegos arcaicos, según la cual la vida comporta grandes dolores, y la gloria se compra a base de sufrimiento, destaca también en la tragedia griega. En las obras de Sófocles, uno de los temas centrales es cómo al instante de gloria puede seguirle una catástrofe que deje en ruinas lo que al hombre le queda por vivir. El caso de Edipo, por ejemplo, es muy ejemplar: descuella como rey sabio y magnánimo entre los héroes griegos, capaz de derrotar a la terrible Esfinge, pero termina cayendo en la desgracia tras asesinar, en su ignorancia, a su padre y acostarse con su madre. El mismo héroe cuya lucidez le permitía resolver enigmas arduos termina arrancándose los ojos y condenado al destierro. El hombre que se había declarado con cierto orgullo un «hijo de la fortuna», termina su vida convertido en un ser maldito y apátrida.

Antes de la aparición de la filosofía, los griegos sienten reparos en declararse abiertamente buscadores de la alegría perenne o la felicidad. Su visión del mundo y de la vida que tienen que atravesar los hombre es trágica: la finalidad de la existencia es la gloria, la fama que está como en la cima de una alta montaña que ha de escalarse con enorme esfuerzo; pero quien se arriesga a subir puede llegar, en un momento o en otro, más pronto o más tarde, a descalabrarse ante la mirada serena de los dioses.

Incluso en una clase de escritos de ánimo exaltado como tenemos en la poesía arcaica griega, se evoca esa felicidad anhelada con muchísimo cuidado. En gran parte de esa poesía mayoritariamente amorosa, se ve la conquista del amor como un máximo logro, pero allí donde debería estar la felicidad, amenaza también un peligro. A la alegría inicial propia del enamoramiento le sigue un peligroso desorden de los sentidos y del intelecto que nos deja completamente desarmados e indefensos, vulnerables al dolor de la pérdida y del desengaño. El Eros, el amor-pasión, podía arrastrarle a uno hacia el sufrimiento, la nostalgia y el deseo sin fin.

Algunos filósofos. Sócrates y Platón

La felicidad como objetivo vital y tema central del cuidado humano se abre paso muy despacio en la filosofía. En Sócrates el objetivo buscado es el conocerse a sí mismo y, a la vez, poner en solfa todo lo que uno cree saber sobre el mundo y la propia existencia. La felicidad no es su meta, pero podría decirse sin forzar demasiado la historia y el temperamento del personaje que de la búsqueda de conocimiento, del mismo proceso de

estudiarse a uno mismo, se desprende una ascética y firme felicidad. Que el filósofo que se interroga y vive sinceramente esa búsqueda del saber es feliz (de forma, si se quiere, atenuada por el esfuerzo) a lo largo de una vida sin tormentas.

De alguna manera, pues, la felicidad asoma como objetivo en la filosofía socrática, pero enseguida se repliega en beneficio de otros ideales. En Platón, por ejemplo, la felicidad recula ante un principio más importante que el conocerse y criticarlo todo: se subordina a la búsqueda del Bien, de la utopía de una sociedad justa.

La vida de Sócrates tuvo un desenlace que se podría considerar trágico, al ser condenado a muerte por un tribunal popular en la ciudad donde siempre había vivido, pensado y predicado sus ideas. Pero su filosofar no queda empañado por ese juicio que le condenó, y él rechazó siempre el posible exilio ante la imposibilidad de seguir viviendo como un hombre libre y crítico de palabra y pensamiento en su propia ciudad. Sócrates creía durante el tiempo que se pasó filosofando en el ágora y los gimnasios en las leyes que regían su ciudad. Y, como afirma en *el Critón*, murió por obedecerlas. En un claro contraste, la filosofía idealista y política de Platón está marcada por los desencuentros que vivió en su juventud: asistió a revoluciones cruentas en el seno de Atenas y vio cómo la variable «legalidad» vigente en la ciudad democrática condenaba y destruía a su maestro Sócrates. Platón no se plantea, pues, la felicidad en este mundo como uno de los objetivos de su tarea intelectual, sencillamente porque no cree en la bondad de este mundo ni que se pueda llegar a ser feliz en él.

Para Platón la atmósfera que se respira en Atenas es deletérea y venenosa, y por eso se impone como tarea diseñar con el pensamiento una sociedad justa que reemplace a la actual, esa democracia errática, equivocada y desnortada. Buena parte de su empresa filosófica está encaminada a preparar el instrumental teórico y moral para esa reforma que describe en los diez libros de *La República*, donde nos presenta la ciudad utópica en la que al fin podría realizarse la felicidad del individuo, bajo el gobierno sabio de los filósofos-reyes. Para Platón es evidente que un hombre (sobre todo un hombre sabio) sólo podrá sobrevivir y prosperar en el entorno de una sociedad justa. Platón había sufrido muchos desencuentros y no iba a dejarse convencer de que el hombre puede alcanzar la felicidad en una sociedad enferma, mal gobernada y sin ideales.

El lector tal vez dude de si Platón garantizaba la dicha al programar su sociedad utópica, aunque es posible pensar que para el gran discípulo de Sócrates el estar bien situado en el esquema de las tres clases sociales de su República fuera la condición para sentirse feliz, con una tarea justa y digna. Pero en cualquier caso, su solución presenta un grave problema: su modelo de gobierno no va a realizarse en el presente, sino que queda desplazado hacia el futuro, más allá de la realidad actual. Es, como decíamos, una admirable y discutible utopía, precursora noble de muchas otras posteriores.

Un pensador realista y moderado: Aristóteles

Aristóteles se siente mucho más conforme en el mundo que le ha tocado vivir. Es un pensador menos idealista, más realista y, por otra parte, mucho menos aristócrata que su maestro Platón. Su proyecto de una felicidad asequible al sabio pasa por el conocimiento teórico del mundo real y del ejercicio práctico de la virtud en la existencia cotidiana. El gran objetivo de nuestra vida es —para el hombre dedicado a pensar y conocer— buscar la verdad y estudiar el cosmos, y dentro de ese proyecto vital, la felicidad aparece como un digno acompañamiento. Uno de los efectos más beneficiosos de articular la vida en el cultivo del conocimiento y en la práctica de la virtud es que nos hace más satisfechos y felices.

Para Aristóteles la búsqueda de la felicidad no debe hacerse de manera aislada. Uno es feliz si dispone de tiempo para pensar, para dedicarse a la teoría, para contemplar su pensamiento y filosofar dentro del orden natural y político del momento. Aristóteles admite el valor de la política, pero no cifra la felicidad en la fama ni en las virtudes heroicas, tampoco en destacar en la competición entre iguales. La felicidad para el filósofo de Estagira es algo que se desprende de manera natural del oficio de investigar y pensar en profundidad, y en el ejercicio virtuoso (que para él es sinónimo de una actividad «bien hecha») de las actividades cotidianas en la sociedad real, sea cual sea el régimen de gobierno. (Aunque seguramente habría aceptado la democracia como el menos malo.)

Filósofos helenísticos

Pero la preocupación filosófica por la felicidad, no como un aspecto periférico o secundario sino como el gran tema central del pensamiento, en la teoría y la praxis, empieza propiamente con las filosofías helenísticas en torno al siglo III a.C. Se trata de un siglo donde prende una enorme desconfianza política. Hasta ese momento los filósofos se esforzaban por dirigir la vida de la ciudad, ya fuese mediante la educación de los dirigentes, o mediante la elaboración de leyes y la descripción de sociedades utópicas que bien podían confundirse con programas revolucionarios. Sea como fuese, la especulación filosófica sobre la política, entendida como lo común, era el nervio más vivo de las escuelas de pensamiento atenienses. A partir del siglo III a.C. se trata más bien de buscar cómo vivir, al margen de la tradición y en tiempos inestables.

La filosofía helenística en bloque le da la espalda a la teoría y la praxis política. Las condiciones que hacían posibles la democracia en tiempos de Platón y Aristóteles, con todas sus deficiencias, han saltado por los aires. El espacio público ya no está dominado por el intercambio de voces y la discusión de unos ciudadanos libres y principales, sino que todo lo deciden príncipes, tiranos y caciques que, tras la fragmentación del imperio de Alejandro, se van relevando en el gobierno con ayuda de sus ejércitos.

Las escuelas helenísticas practican una filosofía de postulados mínimos, restringen su campo de investigación, y, en su defensa, sus miembros se recluyen en pequeños grupos, y renuncian a actuar y a cambiar la sociedad. De este giro hacia las preocupaciones por la felicidad individual alguna vez se ha dicho que era un regreso a la naturaleza. Tras un largo periodo en el que las principales escuelas filosóficas se preocuparon por precisar cuál era la posición del hombre en el sistema artificial de la polis, y cómo debía comportarse en ese entorno urbano, político y cívico, las filosofías helenísticas ponen el foco en el entorno natural del individuo y en cómo satisfacer sus deseos básicos y sus necesidades como ser viviente y cosmopolita.

Dicho de otro modo, lo que los filósofos helenísticos están buscando es una sabiduría de uso individual, y no un conocimiento pensado para aplicarse sobre el conjunto de ciudadanos que viven en la polis. Otra distinción marcada entre los filósofos clásicos (Platón y Aristóteles) y los helenísticos es que los primeros entienden la filosofía básicamente como una vía del conocimiento teórico, físico y metafísico, mientras que en los segundos la filosofía culmina en una ética atenta a la felicidad.

El precursor de este regreso a la individualidad es, de alguna manera, Sócrates, que fue el ejemplo de sabio (no sólo un teórico, sino un modelo de comportamiento moral e intelectual, maestro en el vivir y en el enfrentar la muerte) al que aspiraron todas las filosofías helenísticas: los epicúreos y los estoicos sin disimulos, pero también influyó sobre los escépticos y los cínicos, que llevaron el afán de saber, el método y las actitudes críticas de Sócrates, desenfrenadamente, al límite.

Todas estas escuelas comparten con Sócrates su renuncia a destacar o a enriquecerse o a conquistar el poder (varias de ellas también comparten su escasa predisposición a sacar provecho del ejercicio de la filosofía), comparten su naturaleza ascética, evidencian la independencia de criterio del individuo que busca sus valores y objetivos vitales propios, y no los heredados por la tradición de la polis (o, en el caso de los filósofos helenísticos, de las escuelas más populares y célebres). Aspiran como Sócrates a interrogarse para saber y orientarse en la vida sin necesidad de alcanzar una conclusión definitiva, que enseguida se podría endurecer en un dogma. Y también como Sócrates critican los ideales de la colectividad, renuncian al honor y la gloria que nos conceden los demás por nuestras actuaciones y discursos en el espacio público, y desestiman dedicarse activamente o participar en la política, dejada al arbitrio ajeno. Irónicamente Sócrates afirma en el dialogo *Gorgias* de Platón que él fue el mejor «político» de Atenas, porque se preocupaba de mejorar a sus ciudadanos y no de enriquecerlos, como hicieron Pericles o Temístocles. Eso lo habrían aceptado las escuelas helenísticas, pero no lo consideraban ya factible. Al mismo Sócrates, sabio feliz, eso le costó la vida.

La diferencia fundamental es que Sócrates no hizo de la felicidad personal un asunto de indagación filosófica, mientras que los epicúreos y los estoicos convirtieron esta búsqueda (que consideraban el propósito nuclear de cualquier vida) en el asunto más

importante de su pensamiento. Es la meta de todo su sistema filosófico, que comporta varias etapas: lógica, física y ética. Y culmina en esa ética de uso cotidiano.

La primera tarea para ir en pos de la felicidad será, para las filosofías helenísticas, desechar la artificiosidad de la sociedad con sus ideales falsos, heredados de manera acrítica, y que ni siquiera responden a la nueva realidad política y cultural de su tiempo, después de que las tiranías hayan reemplazado a la democracia de los ciudadanos libres. En eso coincidirán epicúreos, escépticos y cínicos. Se trata de pensadores fuertemente individualistas, preocupados por alcanzar la felicidad personal, con independencia de su encaje en lo colectivo. (Si bien los estoicos se muestran más dados a colaborar que los epicúreos, y éstos son menos radicales que los tajantes cínicos.)

Los cínicos, desvergonzados y rebeldes

Los filósofos más radicales que conoció el helenismo son, sin duda alguna, los cínicos, cuyo nombre deriva de la palabra griega para «perro» (*kyon*), animal que les sirvió de emblema. Más que una escuela cerrada fue una secta de alegres vagabundos. Esta «secta del perro», fundada por el socrático Antístenes y popularizada por Diógenes de Sinope, afirmaba que la sociedad griega, tal y como estaba configurada por la tradición y en el presente, obstaculizaba con sus hábitos culturales el desarrollo del ser humano. Acusaban a la ciudad y a la sociedad de estar organizada con leyes corruptas que embrutecen y desnaturalizan al hombre. Propugnaban el rechazo a enriquecerse (principal aspiración ciudadana y guía de todos los valores «cínicos», a su juicio), despreciaban abiertamente los bienes materiales y las costumbres de la gente decente, y se negaban a participar en política e incluso en las celebraciones públicas y colectivas.

Los cínicos llevan hasta tales extremos su carácter asocial que vagabundean, no participan en ninguna tarea social, no trabajan ni frecuentan templos, no votan, se masturban en público y viven como orgullosos mendigos.

El cínico nos puede parecer hoy en día un personaje simpático, pero en su tiempo resultaba escandaloso y podía ser agresivo. La violencia social de los cínicos era sobre todo crítica. Algunos tenían mal carácter, y su manera de actuar no solía resultar

agradable, aunque sí arisca y chocante, pero otros eran mucho más amables, como el famoso Crates, que ha pasado a la historia como el más sociable, al que llamaban para pacificar a los demás en algunos conflictos sociales o familiares.

En la escuela cínica (que ofrecía ante todo un «estilo de vida» característico que cada miembro de la «secta» desarrollaba como podía) no se formuló una teoría explícita de cómo era y cómo se alcanzaba la felicidad. Predicaban con el ejemplo, y en su negativa a doblegarse a los ritos y ceremonias, en su manera de vivir osada y provocadora, el cínico encontraba un deleite singular y una desenfadada felicidad.

Los cínicos no dejaron textos relevantes, pero la impresión que uno tiene cuando lee los testimonios y anécdotas donde aparecen es que, en la radical exaltación de la libertad en la que convirtieron su vida, por muy asocial y poco atractiva que nos pueda parecer, ellos encontraban una estupenda alegría. Estaban convencidos de que, al rechazar las convenciones sociales, vivían una vida más sencilla y más acorde con la naturaleza, una vida sin trabas donde podía aflorar el más auténtico ser humano.

Se trata de una satisfacción que se nutre de decir: «Soy totalmente libre, hago lo que quiero, digo lo que quiero y no dependo de nadie». Los cínicos, más que predicar abiertamente acerca de la felicidad, de cómo conseguirla o preservarla, la cultivaban de manera natural, imitando a los perros y otros animales, en su libertad desvergonzada.

Se leen con mucho placer las divertidas anécdotas de Diógenes (que muy bien ha recogido el erudito Diógenes Laercio en el libro humorístico más logrado de la literatura griega), anécdotas más o menos verídicas. Cómo vivía metido en un tonel y salía con una linterna en pleno día «a buscar un hombre»; o cuando en son de burla unos le lanzaban huesos como si fuera un perro, él levantaba la pierna para orinarles encima; o cómo, invitado a una casa suntuosa, le advirtieron que no debía escupir en el suelo, y en contestación lo hizo en la cara de su anfitrión, asegurando que no había encontrado un sitio sucio a mano; o cuando se le presentó Alejandro Magno dispuesto a concederle lo que quisiera, y él sólo le pidió que se apartase, pues su sombra le impedía disfrutar del sol. Ahí le vemos escandalizando a sus conciudadanos, y escenificar su desprecio por las costumbres y la moral corriente, su rechazo a las relaciones sociales y a las pompas, y su desdén por las relaciones cívicas. Puede ser que disfrutase a su manera, de sus travesuras y payasadas, gratuito bufón callejero. No podemos negar que, al actuar así, el cínico no estuviese muy cerca de alcanzar esos bienes que, según él, los dioses habían dispuesto en las cosas sencillas, y que los hombres habían olvidado al complicar la moral y los tratos en una sociedad civilizada y cargada de prejuicios.

Algo parecido puede decirse del empecinamiento en vivir solos, tirados en la calle, como mendigos o indigentes. En esa extrema libertad de no tener que rendir cuentas, hay audaz ascética, pero sobre todo insolidaridad. No parece que fuesen personas afectas, ni siquiera interesadas, en la mortificación, así que es casi inevitable pensar que, al comparar las vidas que llevaban —su vagabundeo alegre, toda esa independencia, sin obligaciones sociales o familiares, sin ningún apego a la polis, casi apátridas, capaces de

moverse por el mundo a su antojo, como hizo Diógenes, con las vidas de tantos ciudadanos atrapados en los convencionalismos de la polis, en una moral heredada y en obligaciones sociales que les consumían—, manifestaban su gozo en la anarquía y liberación.

Volviendo a Epicuro

La actitud de Epicuro y sus discípulos ante la vida colectiva es muy distinta al perfil que acabamos de trazar de los cínicos. En su escuela no admitían provocadores, ni revolucionarios ni subversivos. En los libros de Luciano, cuando aparecen filósofos epicúreos, se les retrata como gente amable, pacífica, sin gusto alguno por la polémica ni tampoco por la provocación. Se trata (al menos vistos con la mirada de Luciano de Samosata) de personajes casi siempre simpáticos. Se alejaron de los cargos, los beneficios y las responsabilidades públicas, pero no predicaban una vida de aislamiento, de miseria, de indigencia o de vagabundeo. Al contrario, uno siempre sabía dónde iban a reunirse los discípulos de Epicuro y con quién gozaban del trato amistoso y docto. Se pasaban los días en el Jardín de su maestro donde hacían, por así decirlo, una vida colectiva, de grupo, con pequeñas fiestas en un ambiente amable y privado.

Acuerdos y desacuerdos con Aristóteles acerca de la amistad

En la renuncia al trabajo, Epicuro estaba de acuerdo con Aristóteles, quien cifra como condición necesaria para el desempeño de la filosofía tener satisfechas las necesidades vitales, poder disfrutar del ocio y de las horas libres y dedicarlo a la libre especulación, sin la rémora y la preocupación de ganarse el sustento o de pagar el alquiler. Aristóteles ve con tanta claridad el vínculo entre filosofía y libertad que defiende la esclavitud por razones sociales: asegurar el ocio de los mejores. Si el hombre libre debe dedicar un tiempo en la gestión común de la democracia, entonces debe verse libre de las ocupaciones materiales, que deben quedar a cargo de mujeres y esclavos, para así disponer de algo de tiempo para la vida contemplativa, que en Aristóteles viene a ser sinónimo de vida reflexiva o, si se prefiere, espiritual. Sin esta dimensión de la vida ninguna sociedad ni la humanidad en general pueden progresar.

La escuela de Epicuro está de acuerdo en que se necesitan horas de ocio y de tiempo libre para investigar y desarrollar teorías filosóficas, o para ejercitar los principios resultantes. Pero Epicuro no negaba la entrada a los esclavos ni a las mujeres en su escuela, el Jardín. Para procurarse tiempo libre, los epicúreos renuncian a la actividad pública y dejan de lado las ambiciones políticas que gastan tiempo y traen consigo preocupaciones, envidias y odios.

Aristóteles definió al ser humano como un animal social. Pero el hombre que se desgaja de lo colectivo es un dios o un idiota, en opinión del filósofo de Estagira. Y de ahí que dedique tanto espacio a la reflexión sobre la justicia y la amistad, que para Aristóteles sólo puede darse entre iguales, es decir, personas de parecida posición social, con capacidades y fortuna similares. De otro modo, razona el prudente Aristóteles, las desigualdades descompensarán el frágil equilibrio de la amistad en otros sentimientos, como la envidia o los celos, que se apoderarán de unos u otros y la corromperán.

En ese aspecto difiere Epicuro, que no está de acuerdo en esas precauciones. No imaginamos a Epicuro incitando a sus discípulos a que se aíslen ni a que vivan solos. Pero para Epicuro el valor social del hombre puede mostrarse perfectamente en el seno de un grupo de amigos, sin ninguna necesidad de bregarse en una política que en su tiempo se ha vuelto demasiado adversa. Para Epicuro el vínculo de amistad entre los hombres, que se daba por supuesto por el mero hecho de pertenecer a una misma ciudad, necesitaba de la afición común al estudio y a la común adhesión a la filosofía epicúrea, realista, materialista y atenta a los placeres fáciles y cotidianos que la amistad afianza y protege. No admitía esa *philia politiké* («amistad entre ciudadanos») de la que habla Aristóteles, porque el mero hecho de ser conciudadanos es algo que ha dejado de tener sentido para Epicuro, y en eso coincide con los primeros estoicos, partidarios de una existencia cosmopolita no limitada por los derechos de ciudadanía en una única ciudad.

Tampoco estaría de ninguna manera de acuerdo con la idea de Aristóteles de que la única amistad que puede perdurar se establece entre aquellos hombres libres que son iguales en fortuna, posición social y talento.

Epicuro proponía a sus amigos compartir con gozo unos objetivos y una filosofía de vida, y en su Jardín estaban bien vistos incluso los esclavos y las prostitutas, si amaban su filosofía.

Vemos cómo, al mismo tiempo que el proyecto del ideal clásico de una ciudad organizada, legislada y gestionada por sus propios ciudadanos se va a pique, estos lazos filiales y de amistad se amplían y se concentran. Se amplían porque de tales lazos fraternales ya no están excluidos los extranjeros y los habitantes de otras ciudades, y se concentran porque a Epicuro ya le parece suficiente un pequeño territorio, apartado de la acrópolis y los espacios públicos, un huerto o un pequeño jardín donde filosofar con los amigos.

La felicidad en el Jardín

La de Epicuro es una filosofía centrada en el individuo, pero este gusto por la amistad impide que se pueda interpretar como una filosofía ensimismada y puramente individualista. El peligro de un egoísmo excesivo se corrige con la amistad.

La vida en el Jardín es, en este sentido, muy distinta a la de la Academia o el Liceo, donde uno acudía exclusivamente para aprender de un maestro que ostenta todo el saber y toda la autoridad. Aquí se acude para ejercitar el objetivo mismo de la escuela, que no es otro que la felicidad. No se trata simplemente de aprender contenido «teórico», sino de disfrutar del ejercicio de una existencia satisfecha. Se trata de una vida en común, de camaradería amistosa, donde no están prohibidas —ni recomendadas— las relaciones sexuales. Se trata de una fraternidad alegre de la que tenemos buenas pruebas en los textos que han llegado hasta nosotros, tanto en los atribuidos a Epicuro como a los dedicados a la escuela. En ninguna otra escuela, hasta donde conocemos, existía tanta devoción por el maestro ni tal fraternidad entre los alumnos, como demuestran las pocas cartas familiares que conservamos de Epicuro. El Jardín es un pequeño círculo de amistad donde se ponen en práctica (en común y con buen humor) los principios que conducen a una vida feliz.

Aunque los problemas morales y humanos sean claves en todas las filosofías helenísticas, es justo reconocer que Epicuro es el filósofo más importante para el asunto que nos ocupa. Es el primero de los pensadores que sitúa la felicidad como objetivo más importante de la vida, y lo convierte en el asunto central de su filosofía. En Epicuro, la *eudaimonía* (el nombre griego para la felicidad) se desprende de todos los disfraces y subordinaciones que la habían hipotecado en su paso por la obra de los filósofos precedentes (la comunidad, búsqueda de saber, vida trascendente, perspectivas más allá de la muerte...) para examinarse en crudo y desnuda. Se podría decir que la filosofía de Epicuro está tan imbricada con la felicidad, que en lugar de ser una doctrina más, como lo serían las especulaciones del maestro sobre la constitución física de la naturaleza, los átomos, los dioses o el lenguaje, es una teoría que aboca a una realización, es decir, un credo y una actividad.

Aspectos del placer en el ámbito del Jardín

Epicuro ha pasado también a la historia por reducir la felicidad a la apetencia humana más básica de todas: el placer. Esta apuesta por el placer resultó ser del todo escandalosa para romanos y cristianos.

Pero conviene matizar que Epicuro no está pensando en un placer descontrolado, pasional ni orgiástico. La palabra *hedoné* tiene un sentido más amplio que la nuestra de «placer»; es también goce y gozo. Al francés se podría traducir como *joie de vivre*. Y Epicuro piensa que, cuando no hay dolor o molestia, ya se siente «placer».

Epicuro distingue con mucha pulcritud entre dos clases distintas de placeres: los que atañen el cuerpo y los que impregnan el espíritu. Para Epicuro, el alma (*psyché*) es una parte del cuerpo, un complemento de la carne; también compuesta de átomos y unida al cuerpo, pero más ligera y sofisticada, de manera que sitúa sus goces por encima de los sensoriales; así, del alma son el afecto, los sentimientos, la memoria y la inteligencia. Epicuro rechaza las grandes pasiones, los atracones y excesos. Defiende los sentimientos afectuosos y los placeres de las pequeñas fiestas. En una cita, nos cuenta que en el pequeño jardín donde vivían y filosofaban se podía hacer una fiesta con algo de queso y vino: con eso y la buena compañía les bastaba para tener el ánimo alegre y feliz.

Sobre el dolor y las penas fáciles de evitar

El epicureísmo tampoco recomienda el enamoramiento alocado que temían tanto (casi como a una enfermedad incurable) los poetas arcaicos. Y, en clara oposición a la teoría platónica del Eros, no admite ese impulso como algo divino ni con función trascendente. «El sabio», dice, «no ha de enamorarse.» Pero es muy sensible al lujo que supone para el hombre poder disfrutar, sin pasión, los unos de los otros en un ambiente amable. Pocos siglos después, el gran poeta latino Horacio —que en un famoso pasaje se proclama con ironía «un cerdo de la piara de Epicuro»— cantará también a favor de las relaciones festivas, de los placeres suaves y sencillos, que no cuestan gran esfuerzo conseguir.

La felicidad para los epicúreos está cifrada en saber evitar el dolor.

Por eso persiguen satisfacer los deseos naturales, y evitar los no naturales e innecesarios. A Epicuro se le malinterpreta cuando dice que «la raíz del placer está en el vientre». No se trata de una llamada al exceso ni a la lujuria, nada de gula o concupiscencia, sino tener lo mínimo para evitar las penalidades que suponen el hambre, el frío o la sed. Epicuro no nos pide que hagamos más robusta esa raíz, sino que la contentemos lo suficiente para que no nos incordie el hambre, para que la penuria extremada no nos nuble con sus exigencias la felicidad, y nos permita vivir contentos con poco. Moderar los deseos es la mejor medicina para vivir satisfechos.

Los epicúreos están convencidos de que, si logramos conjurar el dolor, alcanzar la felicidad se convierte en una tarea sencilla. La felicidad está a nuestro alcance si somos sensatos, y es fácil de mantener según su doctrina. A ello apunta como objetivo último de todos sus escritos. Así que el umbral de esa felicidad es muy bajo: «Si tengo agua y un

poco de pan estoy dispuesto a rivalizar en felicidad con el mismísimo Zeus», escribió. Con el estómago lleno y el cuerpo protegido, uno necesita algo de sensatez y de inteligencia para adentrarse en el reino de la felicidad, una dicha estable y sin vaivenes.

A Epicuro le preocupan también otra clase de «dolores» relacionados con ese cuerpo más sutil que es el alma, y que podemos llamar «preocupaciones» o «sufrimientos». Se cuida mucho de cortar los vanos pensamientos que nos atormentan. Y así nos invita a que no nos preocupemos por la muerte, el destino o los dioses.

De la muerte nos asegura que es incompatible con nuestra vida consciente. Mientras estemos vivos y conscientes, la muerte no puede tocarnos, y cuando la muerte nos alcance, se desvanecerá nuestra conciencia, así que no lo advertiremos. Del temor al destino nos ayuda a desembarazarnos cuando nos asegura que no hay otro mundo trascendente, y el que vivimos que no responde a un plan previo, pues la única interpretación de cuanto pasa en la tierra corresponde a los humanos.

Por otro lado, no podría decirse que Epicuro sea un precursor del ateísmo, porque en ningún caso niega que existan los dioses; al contrario, presupone que existen en una especie de espacios interestelares. Pero dice que están en los intermundos como ejemplos de una felicidad apática, sin sentimientos, sin compasión y sin odio, despreocupados de la humanidad; es decir, en el polo opuesto de los dioses griegos, los olímpicos de la epopeya y de la tragedia, tan humanos y tan intervencionistas. Los dioses han alcanzado la felicidad perfecta, e ignoran el mundo humano.

Cuando el hombre se libra del dolor físico y del padecimiento del alma se encuentra en un estado de ataraxia. Esta palabra, emblemática en la ética de Epicuro, es lo contrario de la perturbación, y aunque es el estado de ánimo propio del sabio se señala como la ambición natural de cualquier hombre en la medida que se identifica con la felicidad. Sócrates es de nuevo el precursor y la inspiración de los helenistas: el hombre que se mantiene imperturbable en medio de un mundo convulso.

De la serenidad de ánimo o ataraxia

La ambición del epicúreo (y en gran medida también del estoico) es alcanzar un estado de imperturbabilidad donde no nos alcance ni la pasión, ni los temores, ni la angustia ni nada de lo que amenaza la tranquilidad del ánimo.

No es que la filosofía epicúrea exija que todos los hombres se conviertan en secuaces de la secta de Epicuro, y, desde luego, él no pensó nunca atraer a esa mayoría, gozosa de estados momentáneos de felicidad sin necesidad de la ataraxia. Pero esa serenidad es lo que garantiza un estado duradero y, por tanto, se inscribe en el horizonte de cualquiera que persiga no placeres sensuales fuertes, sino una vida feliz.

Otros pensadores: escépticos y estoicos

El escepticismo comparte con la escuela de Epicuro el ansia por desenredar al hombre de las preocupaciones excesivas. Con sus paradojas y malabarismos retóricos, negando que sea posible conocer la verdad sobre nada, el escepticismo pretendía bloquear las fatigas del conocimiento, y rechazar, de paso, el miedo a la muerte y al destino, ya que no podemos saber si son un bien o un mal. El escepticismo pretende situar al hombre en la duda. La duda, que a primera vista puede parecer una situación angustiada y poco recomendable, para esta escuela era del todo positiva y beneficiosa para el ánimo. Puesto que nada sabemos, ¿por qué hemos de sentir temor o angustia?

El escéptico, al suspender todo tipo de juicio sobre la realidad (pues afirma que no es posible alcanzar ninguna verdad indudable), no tenía que enfrentarse a nadie ni esforzarse por apuntalar una opinión que pudiera ser barrida por otra cadena de argumentos. Pero el fundador de esta escuela, Pirrón, y su principal seguidor, Sexto Empírico, no dejaron al hombre paralizado en la duda. Le permitían aceptar las sensaciones del cuerpo, las señales de la naturaleza, e incluso las costumbres sociales y las leyes. Al estado de serenidad que el hombre alcanza cuando decide que no hay más que verdades parciales y relativas, y que en adelante vivirá según sus sensaciones y las costumbres asentadas en su ciudad, los escépticos añadían que, si el hombre conseguía arreglárselas para vivir según sus sensaciones, favoreciendo las agradables y desdiciendo las nocivas, estaría mucho más próximo a un estado de serenidad vital.

El otro gran sistema filosófico del helenismo es el estoicismo, que prolongó su influencia también sobre el mundo romano. Para los estoicos el mundo estaba gobernado por el destino, por una necesidad más o menos férrea, que reflejaba la providencia divina o la Razón cósmica.

El objetivo de estos pensadores no era procurarnos rutas seguras hacia la felicidad, sino inculcarnos el sentido del deber, asegurando que nuestra existencia estaba integrada en un orden superior que no podemos

conocer del todo.

Para los filósofos estoicos la meta final del hombre es actuar como se debe, y desde el lugar que se nos ha asignado según el plan divino. Y para conseguirlo se debe aceptar sin gran reproche lo que nos llega del exterior, como si no existiesen el bien y el mal absolutos fuera de la sinrazón, reconocer la superioridad del hado o del destino, asumir nuestro puesto con resignación y centrarse en lo que depende exclusivamente de nosotros.

En los pensadores estoicos más estrictos todo juicio depende de nuestra opinión, y es ésta la que debemos acomodar a lo real y verdadero. Otros estoicos, más flexibles ya entre los romanos, negaban que existiera un bien o un mal predeterminado en el rumbo del universo. Para ellos la moral era un fenómeno privado, y el deber al que aspiraban pertenecía al ámbito de la actuación personal, consistente en cumplir con unas pocas reglas éticas casi universales en un mundo común, como hijos todos del mismo Padre divino o de la Razón universal.

La felicidad, para los estoicos, se derivaba del cumplimiento del deber por una doble ruta. Por un lado porque si uno se comportaba con sentido del deber, y no por miedo sino porque asumía los principios del sistema estoico, se libraba de miedos artificiales, de expectativas excesivas (pues gran parte de lo que nos sucede depende del hado y no de nosotros), y se sacudía en buena medida las frustraciones e inútiles quejas. La resignación estoica es una suerte de vacuna contra la insatisfacción y la melancolía. A un estoico se le permite desear bienes que no dependen de uno, pero se le advierte también de que le servirá de muy poco: todo está en manos de la fortuna, una diosa mucho más poderosa que cualquiera de los pobres mortales vulnerables que somos cada uno de nosotros.

La segunda vía de acceso hacia la felicidad (por así decirlo) del estoico es la expectativa de que, si cumple con su deber, este cumplimiento, este actuar como se debe actuar, terminará repercutiendo positivamente en nuestro ánimo. Se nos difundirá en el pecho una suerte de serena satisfacción, cuyo sabor debe ser parecido a esa felicidad modesta a la que tanta buena prensa le hizo Epicuro.

Las reflexiones sobre la felicidad no se perdieron cuando el mundo griego se integró en los dominios del Imperio romano. Mientras el cinismo se desvanece, y las teorías escépticas no encuentran mucho eco en el ánimo pragmático de los romanos, los más destacados filósofos o pensadores latinos (Séneca, Marco Aurelio y, en cierta medida, Cicerón) se acogen al estoicismo e identifican la felicidad con el cumplimiento del deber. Para estos pensadores, la felicidad pasa por hacer en cada momento aquello que se espera que uno haga, y aceptar con resignación el destino. Los estoicos dibujaron una imagen del sabio que tiene algunos rasgos en común y otros opuestos con la imagen del

sabio epicúreo. En Roma el hedonismo —es decir, la afirmación de que el placer es el bien supremo— tuvo sólo algunos representantes. Entre ellos, el más destacado fue el poeta Lucrecio, espléndido traductor de Epicuro en su poema *De rerum natura*.

Influyó acaso que los estoicos latinos no vivieron un periodo político tan adverso como los estoicos helenísticos, y ampliaron la esfera del deber al gobierno y a la gestión del Imperio. No en vano Cicerón era un senador muy prestigioso, Séneca consejero de confianza del César y Marco Aurelio era el señor de todo el Imperio. La búsqueda de la felicidad en el mundo romano está de nuevo imbricada con la acción pública y política. Se trata de un estoicismo más amplio y más ambicioso, y, cosa curiosa, más epicúreo.

La escuela de Epicuro sufrió, durante el periodo en que Roma absorbe la filosofía griega y adquiere el dominio del mundo, la oposición de las escuelas rivales, y también de aquellos que consideraban su doctrina (en gran medida inducidos por lecturas torcidas e insuficientes) un escándalo intolerable, aparente invitación a los excesos y a la concupiscencia. Unos y otros consideraban que la doctrina de Epicuro defendía el desenfreno libinidoso y pasional, la gula y la bebida sin freno. Tanto es así que, ya en época muy tardía, a mediados del siglo IV d.C., el emperador Juliano elevaba una acción de gracias a los dioses para celebrar que apenas se podía ya encontrar ninguno de los trescientos libros que escribió Epicuro. (Por entonces, tampoco se podía apenas encontrar cualquier otra obra escéptica completa, más o menos por los mismos motivos.) A toda su escuela y a sus adeptos se les consideraba perniciosos por su crítica corrosiva a la religión tradicional y su defensa del placer (y los censores romanos de Epicuro no atendían a su matización filosófica). Los cristianos, que detestaban a Juliano «el Apóstata», estaban completamente de acuerdo con el emperador y Pontífice Máximo en su censura al hedonismo epicúreo. De modo que contribuyeron a la censura de tal filosofía y a la pérdida de todos los escritos del maestro del Jardín. Otros filósofos idealistas, como los platónicos y neoplatónicos, se sumaron a esa destrucción de quienes sólo buscaban una felicidad sensual y negaban la trascendencia del espíritu.

Otras propuestas. Enemigos y amigos de Epicuro

No sólo los filósofos hicieron propuestas de caminos hacia la felicidad. Lo hizo también alguna secta religiosa, al margen de la religión y la piedad cívica oficial hacia los dioses olímpicos, en plena época clásica.

El culto de Dioniso (Baco) se ofrecía a sus fieles como una atractiva senda para lograr una dicha radiante, en la fiesta de entusiasmo colectivo.

Recordemos con qué festivo énfasis las bacantes invitaban a sus oyentes a sumarse al culto orgiástico del dios, en la famosa tragedia de Eurípides. Al comienzo de las *Bacantes*, el coro de ménades llegadas de Asia invita a los tebanos a unirse a sus festejos, cantos y danzas en honor al dios del entusiasmo, Dioniso, al que acompañan a su llegada a Tebas, donde había nacido como hijo de Zeus y Sêmele. Recordemos los primeros versos de ese gozoso evangelio: «¡Feliz aquel que, dichoso conocedor de los misterios de los dioses, santifica su vida y se hace en su alma compañero de la cofradía del dios, danzante por los montes como bacante en santas purificaciones, celebrando los ritos de la Gran Madre Cibele, y, agitando alegre en su mano el tirso y coronado de hiedra, sirve al dios!».

Frente al distanciamiento apolíneo, frente a la serenidad de los otros dioses olímpicos, el dionisismo implica un entusiasmo colectivo, y promete una fogosa y festiva euforia al comunicar a los fieles ese sentido de unión con lo divino, con Dioniso, dios de la máscara, la embriaguez y la danza, que pone a las bacantes en frenética comunión con la naturaleza selvática, es decir, traspasando los límites de lo civilizado y humano.

También otros cultos místéricos prometían felicidad, aunque, como sucedía con los órficos, no la garantizaban para este mundo, sino para el Más Allá, y sólo para los iniciados que guardaran sus normas. (Como atestiguan esas hermosas laminillas áureas de algunas tumbas, una especie de pasaporte para entrar con buen pie en el mundo de los muertos.) La religión griega tradicional no incluía tales promesas de vida futura, sino que simplemente aconsejaba el culto a todos los dioses —dejando luego a gusto de cada uno el preferir a una u otra divinidad de manera especial— para que ellos se mostraran agradecidos y escucharan los ruegos humanos.

El cristianismo, que en la etapa final del Imperio romano se impuso de manera totalitaria, tratando de borrar todo rastro de la antigua religión pagana, prometía a sus fieles la bienaventuranza futura y una vida eterna, con un sistema de propaganda abrumador. No garantizaba en ningún modo la felicidad terrenal, es decir, en este mundo pecaminoso y transitorio, ya que el pago de la piedad personal era diferido en la mayoría de los casos, pero sí en el Otro Mundo, tras la muerte y el juicio de las almas, que separaría a los buenos de los malos para toda la eternidad. Y entonces sí, es decir, las almas de los justos, y más tarde los cuerpos resucitados que se unirían a ellas, recibirían como premio a su vida virtuosa una felicidad perfecta, cerca de la divinidad suprema y su corte celestial. Pero en esta vida terrenal, etapa de pruebas y sacrificios, en el presente «valle de lágrimas», la fe y la esperanza en la felicidad futura ayudaba a sufrir desgracias e injusticias con resignación.

En cierto modo en esa resignación coincidían con algunos estoicos, que recomendaban demostrar la virtud y cumplir con lo adecuado al bien común, confiados en una universal providencia divina y el orden cósmico, y encontraban satisfacción en su conciencia del deber cumplido. Sólo que, a diferencia de los cristianos, los estoicos no esperaban gran cosa del Más Allá: no aguardaban premios, ni cielo o infierno. Pero los

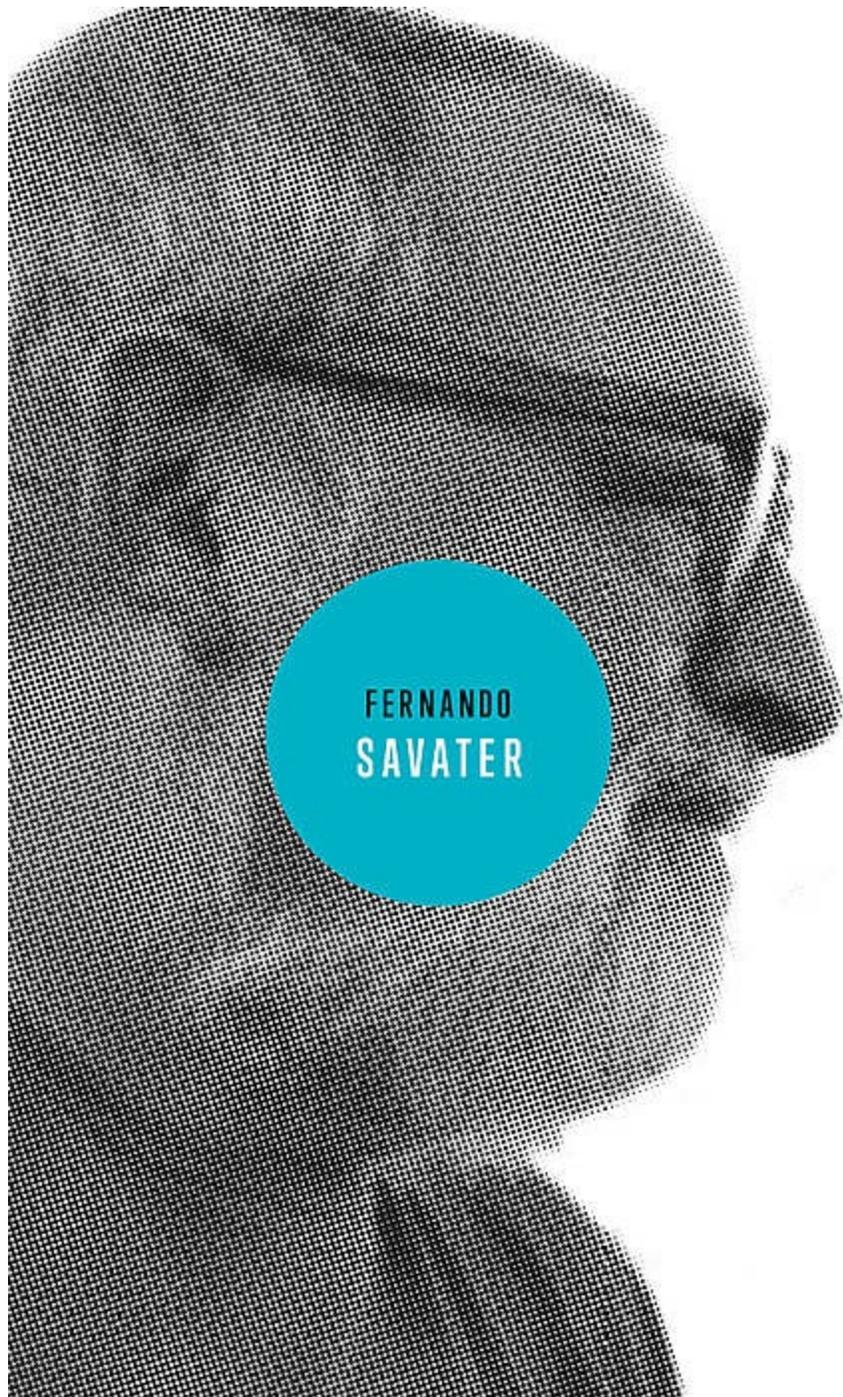
teólogos cristianos hallaron un firme apoyo en las teorías idealistas de Platón sobre la inmortalidad del alma y el juicio de las almas con premios y castigos —los buenos iban hacia arriba, al mundo celeste, los malos hacia abajo— según la conducta en la vida anterior. Con algunos retoques, hicieron suya esa doctrina platónica, con un nuevo rigor: no bastaba una ética ejemplar, sino que los premios y castigos se ajustaban a la doctrina estricta de la fe y al cumplimiento de algunos ritos. Pero, en fin, el esquema de fondo era aceptable. Los fieles cumplidores se aseguraban la felicidad a largo plazo.

No es extraño que en los siglos siguientes a la proclamación del cristianismo como religión oficial, bajo los mandatos de Constantino y Teodosio, las escuelas filosóficas de tendencia idealista, como platónicas y neoplatónicas, gozaran aún de cierto favor, ajustadas a los dogmas y la cosmovisión religiosa dominante, mientras que otras, como la de los materialistas epicúreos, fueron censuradas y abolidas. El sistema filosófico de Epicuro, con su teoría atomista que negaba la inmortalidad del alma, proclamaba el placer como fundamento básico de la felicidad terrena y festejaba la sensualidad y los goces del cuerpo, era del todo contrario a las ideas dogmáticas de los cristianos sobre el destino humano. (Como ha destacado no hace mucho, con estilo combativo y claro, Michel Onfray en *Contrahistoria de la filosofía*, los vencedores en la marcha de la historia quisieron borrar las huellas de los viejos hedonistas, y lograron notable éxito en ese empeño durante siglos.)

Como se ha repetido (y comenté en mi libro *Epicuro* ya en 1980): «Ningún filósofo de la Antigüedad ha sido tan falsificado y calumniado como Epicuro». Tanto que sólo en la época contemporánea se le ha reconocido como pensador profundamente sistemático y autor de una vastísima y rigurosa obra, en gran parte perdida. Pero algo sobrevivió de su mensaje, incluso a pesar de las calumnias y censuras. No puedo tratar aquí a fondo y en detalle de esa tradición epicúrea a lo largo de siglos de censura, pero es agradable recordar algunos nombres de amables defensores de la felicidad basada en el goce placentero, y el rechazo de los deseos y temores vanos. Apunto sólo algunos que, sin ser estrictos maestros de epicureísmo, mostraron sus profundas simpatías hacia él. Mencionemos, en rápido recuerdo, a poetas como Lucrecio, Horacio y el docto Filodemo, en el mundo latino; a pensadores renacentistas como Lorenzo Valla, Giordano Bruno, Montaigne; a ilustrados del XVII y XVIII, como Gassendi, Cyrano de Bergerac, Bayle, La Mettrie, Voltaire o al presidente americano Thomas Jefferson. Y, más cercano, el joven Karl Marx, que al escribir su tesis doctoral sobre Demócrito y Epicuro, reivindicó el materialismo crítico y rebatió el menosprecio que hacia Epicuro expresara rotundamente el Hegel más idealista. Resulta, por otro lado, muy emotiva la honda simpatía que Nietzsche expresó en diversos apuntes hacia la figura y las palabras de Epicuro. Evidente, pero más ambiguo, es el aprecio claro de Freud, a pesar de que L. Marcuse diga que fue «un epicúreo militante».

La bibliografía de los estudios epicúreos de los últimos decenios es muy amplia, con muy buenos comentarios de textos, análisis de nuevos fragmentos, y coincide en una revalorización muy positiva de su filosofía. Es fácil, por otra parte, advertir la modernidad de muchas de sus tesis: el materialismo, el sensualismo, el atomismo, el impulso decidido hacia la investigación científica, así como la reivindicación de los cuidados del cuerpo, la búsqueda de privacidad y rechazo de las pompas. Unos conceptos que confluyen en la idea central del goce de vivir, del desprecio de la retórica y el aprecio de los gozos cotidianos y la amistad como base segura de una felicidad al alcance de la mano. Todas estas ideas nos parecen muy cercanas a nuestra manera de pensar y sentir, en un tiempo en que las retóricas moralistas y las prédicas trascendentes —lo que Epicuro llamaba «palabras huecas»— parecen haber caducado y perdido su avejentado crédito.







«A Sara, felizmente mía.»



JARDINES INTERIORES

1

Ponerse a dar lecciones sobre qué es o qué debe ser la felicidad es complicado, por no decir presuntuoso, y me da mucho apuro, aunque parece que últimamente mucha gente se anima, pues esto de aconsejar cuál es el mejor camino para alcanzar la felicidad se ha convertido en una auténtica industria cultural, que ha crecido en paralelo a una demanda y un objetivo compartido por muchos ciudadanos.

Dicho esto, preferiría guardar silencio. Pero si alguien me insistiese con amabilidad que le dijese lo que pienso sobre el asunto, lo primero que le pediría es que reflexionase sobre qué quiere y qué necesita, que aprendiese enseguida a reconocer y a distinguir los deseos que son meros caprichos de las necesidades. Ésta fue, a grandes rasgos, la línea marcada por Epicuro.

Cuando se trata de algo que necesitas es muy importante que lo consigas, porque como pobres personas mortales que somos, si no te cubres cuando hace frío o si te olvidas de alimentarte, el cuerpo empezará a quejarse enseguida, a dolerte.

Y cuando estás así, ya no es que no puedas ser feliz, es que incluso vivir se te pondrá cuesta arriba.

Pero cuando se trata de deseos que no son necesarios, que responden al gusto o al capricho, hay que pensar dos veces si estamos cifrando nuestra felicidad en algo demasiado complicado de conseguir. Uno puede dejarse persuadir por la publicidad de

que, si cena cada noche en el restaurante de Ferran Adrià, podrá decir que es feliz, y que mientras tanto, va a faltarle algo. Lo más probable es que no vaya a ser más feliz sólo por comer en un restaurante, pero si se lo cree, tiene un problema porque cenar a diario en un restaurante de lujo es algo fuera del alcance de la mayoría.

El ejemplo es exagerado, pero sirve para ver las trampas que nos pone la imaginación. Porque a lo mejor luego vamos al restaurante y no nos gusta, y además resulta que por ese gasto no tenemos para vestir a nuestros hijos, ni para las vacaciones. Mi propuesta es que antes de lamentar que no somos felices porque se nos resiste un deseo, pensemos con detenimiento si eso que deseamos es algo verdaderamente necesario, algo sin lo que no podemos pasar. Y si no lo es, es bueno retroceder y aprender de dónde viene ese deseo frustrado que tanto nos incordia. Desde luego, hay muchas cosas que no son necesarias, pero que nos dan mucha satisfacción, y es lógico ir detrás de ellas. Pero hay deseos que ni siquiera estamos seguros de que nos vayan a complacer.

Si hacemos este ejercicio de manera sincera, seguramente muchas veces resultará que deseamos algo muy complicado (y que nos fastidia cuando se nos escapa) porque le gusta al vecino (¡aunque igual a él tampoco le gusta!), porque nos inducen a desearlo las películas, los anuncios o los programas de televisión. Igual nos estamos amargando por algo que imaginamos estupendo, sin reflexionar si verdaderamente es adecuado para nosotros.

Es algo que podemos ver en esos chicos inexpertos que se enamoran de una muchacha no porque sea bonita o les guste su carácter, sino porque es la novia de otro, y se sienten muy frustrados y tristes por no poder acompañarla al cine o invitarla a un helado. Cuando, si se lo pensasen dos veces, verían que tienen personalidades incompatibles, y podrían ir tras otra chica más bonita y más dulce... o al menos más hospitalaria, como diría Antonio Machado. Pero como nadie les ha enseñado a elaborar sus propios deseos, van por ahí cabizbajos, lamentándose de que la felicidad les es esquiva.

También conviene hacerse una pregunta previa: ¿de dónde nos viene esta exigencia de ser felices que tanto nos hace la puñeta? Porque no se trata de una idea antigua como la humanidad, qué va, nada de eso. Los griegos, sin ir más lejos, sabían muy bien que los mortales nunca podrán ser realmente felices. A los griegos incluso les da miedo aspirar a una cosa así, tan «inhumana» como la felicidad, impropia de un mortal que, además, es obviamente falible y múltiplemente vulnerable. Las tragedias y las fábulas de los escritores griegos están repletas de ejemplos de hombres que parecían impulsados hacia la felicidad y cuya dicha se trunca en un abrir y cerrar de ojos.

Pero es que, incluso cuando a los dioses les da por favorecer a un mortal (cosa bastante infrecuente) y le conceden un deseo, los hombres piden equivocadamente, y se meten en líos terribles. Es lo que le pasó a la Sibila de Cumas, a la que Apolo prometió concederle su mayor deseo en pago a su fidelidad: ella pidió ser inmortal, como puede

que alocadamente hiciese también yo o usted mismo, pero se le olvidó añadir que tampoco quería envejecer. Se dice que siglos después los niños guardaban en una jaulita algo parecido a un grillo seco y renegrado, al que preguntaban burlones: «Sibila, ¿qué quieres?», y ella respondía con un débil chirrido: «¡Quiero morir, quiero morir!». La moraleja del asunto se desprende sola: cuando nos dan la oportunidad de disponer de aquello que supuestamente nos haría felices, no acertamos, nos equivocamos, ni siquiera nosotros sabemos qué nos conviene para que nuestra existencia —en la que influyen tantos deseos y circunstancias— merezca realmente la pena. ¡Somos tan indecisos y vulnerables!

Para Aristóteles (que era un hombre de un realismo bien crudo y muy pensado), lo mejor que uno puede hacer para ser feliz no es tanto portarse bien o esforzarse mucho (lo que nunca sobra), sino cruzar los dedos, no pedir demasiado, no ambicionar por encima de lo razonable y tener suerte. Los que viven más o menos bien son, después de todo, personas con buena estrella. La propia palabra que Aristóteles emplea para referirse a la felicidad, *eudaimonía*, contiene en su etimología este matiz arbitrario: quiere decir «buen demonio», «espíritu favorable». La palabra «felicidad» contiene más o menos visible ese elemento azaroso, fantástico si se quiere, de que tengas a tu favor al demonio o al ángel de la guarda, que te favorezca algo que está por encima de tus méritos objetivos.

Los griegos le daban mucha importancia a la fama, a la huella que uno deja detrás de sí, las resonancias de lo que ha vivido. Todo eso formaba parte de la vida y la suerte de cada cual. Después de la vida, quedaba la fama, era su cosecha (nuestro Jorge Manrique recogerá luego en las *Coplas a la muerte de su padre* esa misma idea). La gloria puede ganarse un día y perderse humillantemente al día siguiente. Por aquí se entiende mejor el miedo (la repugnancia intelectual) que sentían ante la presunción de afirmar que una vida estaba siendo relativamente feliz antes de que se terminase.

Está el caso tremendo de Príamo, el poderoso y querido rey de Troya, que disfrutaba de una vejez feliz, rodeado de hijos sanos en una ciudad que era la joya del mundo. Poco antes de morir vio cómo una inesperada alianza de aqueos le declaraba una guerra de más de diez años que terminaría con la ciudad derruida, los hijos asesinados (el más querido con su cadáver arrastrado en el polvo por un carro guiado por su verdugo) y las hijas violadas o esclavizadas. ¡Como para ir diciendo que uno ha sido feliz antes de tiempo, antes de ver todo lo que el tiempo le tenía reservado!

2

Una felicidad en sentido absoluto, como un estado que una vez alcanzado se prolonga indefinidamente y que sólo depende de nosotros alcanzarlo, que es lo que hoy en día parece que se defiende como meta de la vida, era casi una grosería para un griego. Una temeridad que no podía ni llegar a creerse, algo como estructurar la vida convencido de

que en un momento nos vamos a ganar la lotería, y que, por tanto, no importa demasiado ir pidiendo créditos al banco y prestado a los amigos, porque lo podremos devolver en un futuro no demasiado lejano. Lo cual, por cierto, nos podría llevar a interesantes consideraciones sobre la crisis económica que aún padecemos en este país...

Los griegos, que podían ser unos hedonistas cuando se lo proponían, que animaban a que aprovechásemos el momento con esa expresión tan famosa que los latinos tradujeron como *carpe diem*, sabían muy bien que aun en el caso de que los dioses (o la suerte) nos concedieran un estado de plenitud tan completa que uno ya no quisiese más, también íbamos a fastidiarnos tarde o temprano, porque ese momento no puede durar sin límites. Todo tiene límites en este mundo: antes o después la adversidad y siempre — demasiado pronto a nuestro juicio, salvo en el caso de la Sibila— la muerte.

Como criaturas temporales, dejamos una hora para entrar en otra, un día para adentrarnos en otro distinto, que vendrá cargado de cosas nuevas, de manera que no podemos retener los estados de ayer, ni buenos ni malos.

Y como criaturas vulnerables que somos, todavía peor para la felicidad perdurable, porque todo cuanto queremos (todo el paisaje de nuestra felicidad) podemos perderlo, y se nos arrebatará en un momento u otro. Porque nos cansaremos nosotros o se cansarán los otros, porque nos perderemos o moriremos nosotros o porque se perderán y morirán los demás, los más queridos. De manera que o somos unos inconscientes de campeonato o incluso el estado más feliz (que ya me parece una considerable utopía ambicionarlo) está envenenado por el temor a que alguien (a veces nosotros mismos) o algo hiera lo que amamos.

Los griegos sólo admitirían la felicidad humana si se diera la mano con un estado de invulnerabilidad que por principio es contrario a la naturaleza humana, a la vida mortal.

Para que la idea de felicidad prenda se necesita que alguien nos «venda» una vida invulnerable. Ésta es la operación que hace el cristianismo: nos promete una vida donde seremos invulnerables. Una vida que lógicamente no puede pertenecer a este mundo, caracterizado precisamente por lo contrario: la vulnerabilidad y los estados precarios.

Los griegos y los romanos ya concebían la posibilidad de que el alma se trasladase a otro mundo, pero lo imaginaban como un destino deleznable y triste, una verdadera porquería, un sitio pálido, poblado de sombras, mucho peor que el mundo resplandeciente de los deseos y la respiración, que, por problemático que sea, es el

nuestro y puede ser emocionante. Así se lo explica el espíritu glorioso y desdichado de Aquiles a Ulises cuando se encuentran en el Hades en la *Odisea*: «Preferiría ser un porquerizo vivo en la tierra que el rey del país de los muertos».

El cristianismo cambió esto para siempre: sacó ese otro mundo de las sombras y del tiempo, lo transformó en algo deseable (en lo más deseable, de hecho, si eres creyente) y, gracias a esta jugada, pudo prometer y concebir un estado de felicidad para los hombres. Aunque uno podría decir que cuando hayan alcanzado ese «otro mundo» habrán dejado de ser humanos.

La felicidad que vende el cristianismo es la de un mundo estable, donde nada cambia, donde nada ocurre, porque allí ya no hay tiempo. Los padres de la Iglesia se dan cuenta de que la felicidad es itinerante, de que los ricos y poderosos de la tierra, como se descuiden, terminan en la miseria y en la impotencia. Se dan cuenta de que la ruleta de la desgracia gira muy deprisa. ¿Qué es lo que tiene de bueno el cielo que nos ofrecen? Precisamente esa dimensión estable, sin tiempo, donde uno puede ser feliz de manera indefinida. Una felicidad para seres invulnerables, que una vez la consigues es para siempre, que va garantizada por el sello de la divinidad... aunque la vida humana como tal se le parezca poco.

La oferta de los padres de la Iglesia de una felicidad eterna e invulnerable es seductora. Pero a ninguno de ellos se le hubiese ocurrido propugnar y prometer estados de felicidad en la tierra. Mientras somos seres temporales no hay nada de eso. De lo que aquí en la tierra se trata (se quiera o no) es de arrastrarse, de ser maltratado, de sufrir...

Pero el cristianismo ofrece una compensación emocional. Como humano y vulnerable mortal, nos dice, vas a recibir golpes y te van a decepcionar, pero si resistes y cumples con lo que Él (me refiero a Dios, claro) te diga llegará una recompensa estupenda, ¡eterna! Lo único bueno que tiene el Purgatorio en la *Divina Comedia*, que es un reino espantoso e inaguantable, donde se sufre más o menos tanto como en el Infierno, es que va a acabarse: uno se mortifica pero terminará en el Cielo, y una vez allí ya no le van a bajar. Ése es el motivo por el que de las existencias de los habitantes transitorios del Purgatorio se desprende algo de felicidad, una felicidad, eso sí, bastante miserable, un alivio más que una dicha. El Cielo son las eternas vacaciones pagadas, la jubilación dorada de la existencia miserable que nos ganamos con nuestro esfuerzo ímprobo...

El Purgatorio funciona bien como espejo de la vida en la tierra para el que compra lo que vende el cristianismo: felicidad pospuesta. Así que la felicidad como objetivo diferido (pero meta al fin y al cabo) ha dominado la vida mental de millones de personas durante dos milenios. Es una aspiración que se ha fundido con la humanidad. Uno vive porque quiere llegar a ser feliz, aquí o más allá.

Cuando la creencia religiosa empieza a resquebrajarse, esta aspiración fundamental a la felicidad, que no es una idea de la que uno pueda desprenderse fácilmente, se mantiene viva, intenta proyectarse (debidamente matizada y reelaborada) sobre el mundo

terrenal y vulnerable que es el único que nos queda y conocemos. Una operación que para los griegos hubiese sido un disparate, para los cristianos originarios una blasfemia y para nosotros, claro está, no es precisamente sencilla de llevar a buen puerto.

3

La aspiración a la felicidad no sólo es difícilísima por sí sola, sino que además nos lo ponemos aún más complicado. Por ejemplo, todos sabemos que la vida consiste en atravesar distintas etapas: en llegar, acomodarse unos años en una y, después salir y adentrarse en la sucesiva. Así que, si todos estamos al corriente de que la juventud es un estado transitorio (y más bien corto si lo comparamos con el cómputo general), ¿a santo de qué hemos localizado y limitado la posibilidad de ser felices a esta juventud? Porque lo que no se puede discutir es que entre todos los modernos hemos hecho de la juventud el único periodo de la vida deseable, un periodo comparado con el cual el resto de décadas son pura filfa.

Esta identificación de lo deseable, de la sede de la felicidad, con la juventud crea muchísima aflicción, preocupaciones y frustración. Porque, claro, en la juventud no podemos quedarnos indefinidamente. Así que nos encontramos con la paradoja de una sociedad que persigue la felicidad como nunca, y que, por si eso no fuese lo bastante complicado, la restringe a unos pocos años de los muchos que, si hay suerte, vamos a vivir.

Nadie puede extrañarse de que muchos ciudadanos se gasten fortunas en aceites y pócimas, que hombres y mujeres entren a los quirófanos para que los desfiguren. Tratan desesperadamente (porque hay bastante desesperación en intentar lo imposible) de quedarse tanto como pueden en la juventud, porque fuera no ven ninguna salvación. No ser joven es estar ya condenado a la desdicha... Ahora mismo entrar en la vejez es entrar en una cárcel: supone admitir que uno ha quedado fuera de la posibilidad de ser feliz, que se ha dado de baja de la lucha por la satisfacción personal, porque no tenemos ninguna imagen positiva preparada para aliviar la vejez, para representarnos como personas interesantes cuando la alcanzamos.

Las pobres mujeres del pasado ya tuvieron que pasar por esto. Circula ese aforismo espantoso y grosero que dice que «las mujeres no envejecen, se derrumban». La imagen tradicional de la mujer vieja es la de la bruja, una criatura seca, sin interés, algo trastornada, y que daba un poco de miedo. Una figura de la que no tenía sentido esperar nada bueno, un estado que no prometía grandes alegrías a quien pasaba por él. Y que incluso amenazaba torvamente la dicha de los demás...

Los varones sí disponían de algunas imágenes positivas de la vejez. Se trataba de hombres venerables, cargados de sabiduría y prudencia. En los poemas de Homero los viejos ya no pueden pelear, pero no se les tiene en nada ni se quedan en casa: los héroes

les reconocen los méritos pasados y se los llevan al campo de batalla para escuchar sus consejos. Aunque con algo de desprecio, eso sí: nadie estima demasiado al héroe que siempre se las arregla para volver de la batalla...

Los viejos no podían aspirar, claro está, a una existencia vibrante como la del mediodía de la vida, pero tampoco tenían que esconderse: eran el depósito de la memoria, archivos vivientes... Como era relativamente difícil cumplir años, se les admiraba también por el mero hecho de seguir vivos y se los tomaba como ejemplo.

Todo eso se ha acabado. Hoy en día el viejo venerable es una figura despreciada (excepto en casos contados) y le espera la misma suerte que a las mujeres cuando la imaginación humana no era capaz de pensar en ellas más que como brujas con verrugas, ante las que lo mejor que uno podía hacer, si se cruzaba con ellas de día o de noche, era apartarse, hacer la señal del mal de ojo y poner tierra por medio.

Este descrédito de la vejez va ampliándose en lugar de reducirse, y aunque sólo sea de manera simbólica, otras décadas (y ya no sólo los setenta o los ochenta) se perciben como ajenas a la posibilidad de ser feliz.

Hoy en día ya ni se sabe lo pronto que empieza la decadencia, como si la sociedad quisiera hacerse el regalo envenenado de privarse de la posibilidad de estar satisfecho de uno mismo cuando se alcanza la madurez.

El coste de esta tendencia es alto. Es muy arriesgado identificar la felicidad con los rasgos exclusivos de la juventud. Hay quien ha dicho, con fortuna a mi juicio porque fue mi admirado Voltaire, que quien no disfruta de las virtudes propias de cada edad, tendrá que contentarse con los defectos y las carencias que cada una acumula. Y es verdad. Corremos el riesgo de padecer todas las molestias de cada época soñando con otra que ya pasó, sin llegar a enterarnos de las ventajas que entraña la que nos toca.

Yo no niego que la vejez tenga contraindicaciones (¡tiene un montón de ellas!), pero también tiene aspectos positivos. Está el cansancio, los dolores, la proximidad de la muerte, las pérdidas. Pero también, a veces, la serenidad de los afectos, los recuerdos de una vida acumulada, cierta calma, sosiego y un grado mayor de sabiduría. Porque si uno ha hecho los deberes, es muy probable que se conozca mejor a sí mismo, que sepa lo que le conviene y lo que no le favorece.

Si la sociedad te niega estos aspectos positivos, si te dice que no los ve, es probable que tú tampoco los veas, y terminas por no saber apreciarlos. ¿Con qué te quedas entonces? Con la parte humillante de cada edad. Y como nadie quiere llevar una vida

humillante, la mayoría se entrega a una existencia un tanto ridícula: como esos ancianos que se empeñan en vestir y vivir como si fueran jóvenes, que se enamoran y cortejan a otros jóvenes, un poco como el protagonista de la *Muerte en Venecia* de Thomas Mann, que se maquilla y vive entregado a fantasías morbosas. «¡Aún me siento joven!», nos aseguran. Pues lo sentimos mucho...

Si de verdad nuestra sociedad quiere que alcancemos un cierto grado de satisfacción personal, si se preocupa de que seamos felices, debería interesarse por imaginar una vida en la que todas las etapas disfrutasen de una representación digna, de una expectativa creíble de satisfacción personal.

Por no añadir que hay mucho, muchísimo, de exagerado en esta visión de la juventud como el periodo más propicio para ser feliz. En la juventud se disfruta de vigor físico, de ambición, de frescura, pero también es una etapa de dudas. Es un periodo donde con cierta frecuencia no sabemos qué hacer con nuestra vida, y toda esta incertidumbre, por mucho que la piel sea más fresca y no nos duela la espalda, puede ser ciertamente complicada. Las condiciones laborales en que pena la juventud actual son buena prueba de ello...

Sucede algo parecido con la infancia. A la gente le gusta decir que es el periodo más feliz de la vida (yo mismo lo he asegurado muchas veces), por todo eso de la irresponsabilidad, de la libertad y del incondicional amor materno. Pero si salimos un segundo de la esfera del tópico, si pensamos en la infancia al detalle, igual diríamos: «Sí, hombre, estuvo bien, pero ahora no me pida que me encoja y me vuelva allá, que la vida responsable y la libertad adulta están la mar de bien, y no me veo yo volviéndome a estudiar las tablas de multiplicar».

En este punto creo que la sociedad ha extraviado un poco el rumbo. Y parece mentira que todas estas ciencias y líneas de negocio que se han creado en torno de la felicidad no insistan más (aunque ya lo hacen bastante) en este filón: una autoayuda enfocada a levantarle el ánimo a los que ya no son lo bastante jóvenes. Pero sin recomendarles que sigan sintiendo a su modo que lo son...

4

La autoayuda es una ciencia o una pseudociencia muy apropiada para una época en la que vamos locos por ser felices.

A primera vista cuando, lees todo eso de que «la felicidad y el éxito dependen de ti, y de tu voluntad, y que todo es según te lo tomes», te dices: «Pues vaya, hombre, éstos son los principios de los estoicos adaptados a una nueva sociedad». Pero rebajados de

grados, aguados, entontecidos...

Y no deja de ser cierto que todas las especies de autoayuda recuerdan de manera más o menos adornada a los consejos y las fórmulas de los estoicos o de los epicúreos, según se dirijan a ejecutivos, a trabajadores precarios o a parados...

De estoicos ha habido muchos y muchas ramas: espirituales y aristocráticos como Marco Aurelio, un poco cínicos y hedonistas como Séneca, y pobres y muy terrenales como Epicteto. Por no hablar de Spinoza, el más racionalista de todos ellos. Pero todos vienen a convenir en que los males y los bienes provienen de nuestro interior, que el bien y el mal atribuidos a los sucesos exteriores, a las cosas que impactan con nosotros, son nombres que damos a dos maneras de tomarnos las cosas.

Para un estoico, si te cae una piedra encima, si te parte un rayo o te rompes un tobillo el día antes de coger un avión para darte las vacaciones de tu vida, no ha ocurrido algo malo. Es una lata y una faena, claro, pero hay que tomárselo como un imponderable, un recado del Destino, contra el que sería una grosería inútil rebelarse o lamentarse excesivamente. Para un estoico hay que ser muy débil de mente y muy flojo de carácter para atribuir valores morales a las cosas inertes, a lo que sencillamente se nos viene encima y nos ocurre. La moral se reserva para los asuntos que quedan en nuestro interior. Lo que puede valorarse moralmente son aquellas acciones o decisiones que salen de nosotros. Mentirle a la mujer, traicionar a un amigo, envidiar a un colega... Todo eso es malo porque no es inevitable. Eso es cosa nuestra: podíamos obrar de otra manera, entonces es moralmente sanable.

Los estoicos se despreocupan de los accidentes y también de los resultados de nuestras acciones. Todo lo que se escapa de la esfera de lo voluntario, de la intención, es lo de menos. Si la mujer no se entera de que la engañas, si al amigo se le pasa por alto que eres un traidor y si el tipo al que envidias te considera de fiar..., pues nada de esto te exime de ser un villano. Pero no es tu culpa si salvas de un incendio al niño que luego se convertirá en Hitler...

Por tanto el estoico premia con una buena nota moral la acción bienintencionada que se tuerce. Si tu mujer te hace la vida imposible, convencida de que eres un mentiroso incontinente, pero tú eres un marido leal, no tienes que preocuparte (al menos en el orden moral, en el práctico es otra cosa, claro). El estoico te pide que no te avergüences de los resultados de tus esfuerzos si te has entregado al máximo, si tu conducta se ha regido por la bondad, si lo que pretendías era actuar como debe ser. La moral regida por la recta intención de Kant proviene de este planteamiento.

Ciertas formas actuales de autoayuda son un poco así: tú concéntrate en lo tuyo, tú ve haciendo lo que debes, sin preocuparte mucho por los resultados inmediatos, sin dejarte amedrentar ni caer en el desánimo, porque lo que importa es el medio plazo.

En la autoayuda encontramos también otro rasgo propio del estoicismo: la autarquía. La idea de que para ser felices nos bastamos y nos sobramos con nosotros mismos.

Para los estoicos la noción de autarquía consistía en lo siguiente: cuanto menos valoramos nuestra vida interior y más afecto desarrollamos por otras personas, más vulnerables seremos a los golpes de la vida, más difícil será soportar sin desánimo los imponderables que nos impactan desde el exterior, pues no son ni buenos ni malos por sí mismos.

Los estoicos lo dijeron con una frase célebre: «Quien ama a su mujer y a sus hijos entrega rehenes a la fortuna». Se les podría responder que no parece una gran estrategia para protegerse de este peligro privarse del amor y del cariño ajeno. Pero se entiende que los maestros estoicos no indican tanto una norma que debemos cumplir a rajatabla como un horizonte de expectativas, que, traducido en los términos de la consecución de la felicidad, significa que en el trabajo y en las relaciones personales lo mejor es concentrarse en lo que depende intrínsecamente de cada uno.

Este consejo tiene una parte de verdad. La sociedad se ha vuelto demasiado compleja como para delegar nuestras decisiones en un tercero: en un médico, un cura, un maestro... Al final tenemos que tomar nuestras propias decisiones, asumiendo las responsabilidades.

Pero la autoayuda tiene una debilidad de fondo, una contradicción que la deja prácticamente en nada. Esta debilidad la podemos encontrar en la frase (aparentemente estoica) de que «todo depende de ti», que tanto les gusta repetir. Primero porque se trata de una frase trampa, falsa. Lo que depende de uno es la idea que nos hacemos de las cosas que nos pasan, la valoración que hacemos de lo que nos ocurre. Pero si se trata no sólo de valorar íntimamente lo que sucede, sino de lo que conseguimos finalmente, por supuesto no depende «todo de ti».

Ninguna persona, por mucho que se esfuerce, llegará a ser una estrella en la disciplina o en el oficio que peor se le dé. Se pueden encontrar ejemplos de personas que, con gran esfuerzo, han conseguido remontar de una posición de desventaja, pero ésa no es la norma, ni mucho menos. Lo habitual es que cueste mucho superar una situación que no nos favorece, y más si nuestra ambición se encamina en una dirección distinta a la de nuestras capacidades. El punto de partida (social, cultural, económico) y la suerte cuentan muchísimo, demasiado.

El otro equívoco de esta idea de que «todo depende de ti» es que en una sociedad como la nuestra, no basta con decir que soy el mejor o el más rico para serlo. Se necesita del reconocimiento de los demás, de cierta objetividad de los méritos que decimos tener. Somos públicos, necesitamos que rubrique nuestras palabras la mirada que juzga de los entendidos, la mirada de los que deciden cuánto dinero vale nuestro trabajo, o qué premios y honores merecen nuestros esfuerzos.

La autoayuda te escamotea en un primer momento la importancia radical que tiene la opinión de los otros, pero ningún gurú de esta disciplina se contentaría (y menos los que la consumen) con la idea de que si tú te crees el rey es que ya lo eres. Ellos mismos aseguran que lo que mide el éxito y la felicidad son el dinero y el prestigio que nos

atribuyen los otros. Lo más contrario al estoicismo y al epicureísmo que pueda plantearse. Esta dependencia contemporánea del juicio ajeno les hubiese repugnado a los estoicos y a los epicúreos. Les hubiese parecido una cosa muy poco seria, porque estar a merced de si le gustas o no a los vecinos les hubiera parecido una posición ignominiosa, y demasiado insostenible.

Un estoico hace lo que considera que debe hacer y punto; si gusta, bien, y si no también, porque su fuerza radica en que sólo rinde cuentas ante sí mismo. La autoayuda está abonándonos a una dependencia constante (que es una ruta bastante segura hacia la infelicidad) de lo que piensan los demás de nosotros. De modo que termina siendo, lo quiera o no, un curso más o menos sutil sobre «cómo agradar a los vecinos» o «cómo hacer para que tu jefe te valore».

De aquí se desprende una enorme diferencia entre el mundo según los maestros de sabiduría antiguos y el mundo actual tal y como lo refleja la autoayuda. El primero está sustentado en el orgullo, y cifra la felicidad en algo tan sencillo y poco ambicioso como la buena consideración que tenemos de nosotros mismos cuando actuamos bien.

El segundo apenas tiene orgullo, pero está henchido de vanidad y necesita la aprobación de los otros. Lo peor de esta vanidad sin orgullo es que nuestra felicidad está a merced de los bandazos inconstantes e intencionados de la valoración ajena, de las modas apreciativas. O dicho de otra manera: nos aboca a una situación de intranquilidad y dependencia continúa.

Éstos son, si se quiere, problemas de fondo y de enfoque que nuestra sociedad tiene para que sus ciudadanos alcancen la felicidad que se les exige. Pero también existen otra clase de dificultades, que podríamos llamar coyunturales. La peor para todos nosotros es sin duda la terrible crisis económica que estamos viviendo.

5

El hombre es un ser social. Aristóteles dice que ni los hombres ni tampoco ciertos animales superiores pueden pasarse sin el apoyo y la competencia de los otros en el mundo social, pero sobre todo que los hombres en tanto que hombres lo son porque conviven en sociedad. Somos seres simbólicos, es decir, verbales, que nos comunicamos por medio de símbolos o palabras. El lenguaje es la presencia constante de la sociedad dentro de cada uno de nosotros.

Todos los pensadores clásicos (Sócrates, Platón, el propio Aristóteles) imaginaban al hombre actuando y viviendo en el escenario social. Y tengo para mí que ninguna de las filosofías marcadamente individualistas que siguieron (Epicuro, los estoicos, los cínicos) hubiese existido si la polis, en lugar de degradarse, hubiese mantenido vivo el espíritu de la democracia. Así que una sociedad que funciona repercute de manera muy positiva en

la manera como nos sentimos, y una sociedad que se encalla supone un impedimento para ser felices. Como seres sociales, parte de nuestra felicidad depende obviamente del buen funcionamiento de la sociedad que nos ampara y en la que vivimos.

Spinoza lo explica muy bien e insiste en que nuestros sentimientos son emociones sociales: nunca estamos más cerca de despreciar a alguien que cuando no hemos establecido contacto con él. Incluso el contacto más distante, el visual, nos permite leer las emociones ajenas en el rostro, y así es casi seguro que se despierta la empatía.

De la misma manera que uno puede predisponerse negativamente contra alguien cuyas facciones nos recuerdan a las de un pájaro que nos traicionó (hasta ese punto se expresan las emociones en las facciones), es difícil que nuestra felicidad prospere rodeada de rostros que parecen señales luminosas de que la gente lo está pasando mal.

La sociedad es una especie de anillo que se retroalimenta y que va transmitiendo las emociones.

De manera que en un momento de crisis, con los vecinos fastidiados y tristes, y familias de nuestro entorno sin trabajo y con dificultades para llegar a fin de mes, es normal que nuestras expectativas de ser felices se frenen, incluso cuando nosotros mismos no padecemos esos males.

No se trata sólo de que se estropeen oportunidades de negocio o que aumente la inseguridad (que también), sino que el ambiente que todos respiramos, la atmósfera común, se enrarece con las vibraciones que emiten la insatisfacción y la tristeza generalizadas.

Aristóteles defendía que, cuando deseamos vivir en una sociedad en que vaya todo bien, que sea compatible con nuestra imperfección a la mayoría, donde se prospere y se mejore continuamente la calidad de vida de la mayoría, no nos mueve sólo el altruismo. Es el propio egoísmo el que nos susurra que prefiere vivir rodeado de ciudadanos resueltos, efectivos, compasivos y amables. Vivir en una sociedad así de próspera es lo mejor para todos.

Incluso el más canalla de los hombres preferiría, de poder elegir, estar censado en una ciudad donde los demás prosperen y sean buenos ciudadanos. Porque ni siquiera al más canalla de los hombres le gusta vivir pendiente de las canalladas de sus vecinos. Cuanto mejores sean las circunstancias de una sociedad, más vamos a disfrutar de

nuestra vida. Desde este punto de vista, la crisis económica, y las pésimas noticias sobre el paro y la corrupción, son un grave impedimento para la pulsión que lo mejor de nuestra condición social siente de formar hombres felices.

6

Dicho esto, quiero matizar que, si uno está decidido a ser feliz (o si es un poco más moderado, a vivir una vida digna y estar alegre la mayor parte del tiempo, o al menos tantas veces como sea posible), es bueno que no espere demasiado la llegada una buena época, porque puede que se le pase la vida por delante esperando que el momento propicio le dé la oportunidad de ser feliz.

Si uno echa la vista atrás, ve que todas las civilizaciones han estado convencidas de que vivían en unos tiempos espantosos, que las nuevas generaciones estaban formadas por decadentes que, si no se les vigilaba, terminarían por arruinarlo todo. Ahora mismo, pese a la crisis gravísima que atravesamos, no se me ocurre otro periodo de tiempo, al menos en Occidente, donde hayamos tenido a nuestra disposición tantos elementos y bondades para ser felices. Que los descuidemos o aprovechemos mal no refuta esta percepción. Y aun así se escucha la cantinela de que «con estos tiempos que nos ha tocado vivir» es imposible estar contento y alegre.

¿Por qué tenemos esa impresión? Hay muchos factores. Uno de ellos es la velocidad a la que viajan las noticias, y su presencia en nuestras vidas. Todavía hace medio siglo te bastaba con apagar la radio, y hace décadas te valía con no encender la televisión. Ahora te dan noticias en el ordenador, el teléfono móvil y en los vagones del metro. Habría que hacer esfuerzos dignos de un anacoreta para no enterarse de las diversas y variadas desgracias que ocurren a diario en los puntos más remotos del planeta, de todos los crímenes y maldades que se cometen en tu ciudad.

Este alud de noticias (y digo alud porque es incontrolado) termina distorsionando nuestra visión de la realidad, y el sentido de la medida. Cualquiera diría, por ejemplo, que los maltratos a las mujeres han ido a más en los últimos años, en los que son noticia todos y cada uno de los asesinatos (por fortuna, pues es señal de que nos escandalizan). Pero basta con acudir a los libros de historia o a lo que sucede en países más atrasados que el nuestro para comprobar que esto no es así de ninguna manera. Hay sitios donde no sólo siguen sin dejar votar a las mujeres, sino que las tratan como animales, las postergan socialmente de modo ostentoso, les niegan el acceso a la educación, incluso las violan para «castigarlas» o como entretenimiento casi impune...

Ni siquiera es necesario viajar lejos o acudir a la historia remota. Bastaría con preguntarle a un abuelo cómo se trataba a las mujeres hace medio siglo aquí mismo para apreciar que hemos ido a mejor, aunque tengamos la impresión contraria. En primer lugar por lo que decía antes: ahora nos enteramos del menor caso de agresión o de abuso, mientras que antes no nos enterábamos más que de aquel episodio tan morboso y

flagrante que terminaba ganando un espacio en los reducidos medios de comunicación de la época. En segundo lugar, nos parece peor la época actual porque somos más sensibles, y nos escandalizamos con más facilidad ante las injusticias, a las dificultades e inconvenientes. A medida que progresamos moralmente, nos volvemos más conscientes de que los demás también tienen sus derechos. Ya no toleramos que haya esclavos ni sirvientes sin derechos, y cuando nos enteramos de que aquí se trafica con personas y allí se da la trata de blancas, se nos viene el mundo abajo.

A medida que progresamos materialmente, sucede algo parecido con los contratiempos. Es como la parábola de la princesa, tan mimada, tan mimada, que dormía sobre una montaña de colchones. Unos doce según cuentan, todos bien mullidos, repletos de plumas de ganso. A cualquiera de los pobres desgraciados que en las cercanías tenían que dormir a ras de suelo, o sobre una pobre manta en un terreno por nivelar, uno sólo lo de esos colchones le hubiese servido para descansar en la gloria. Pues bien, la princesa se había vuelto tan delicada y sensible, que bastaba con ponerle un guisante entre alguno de los colchones para fastidiarle la noche y no dejarla dormir.

Los occidentales somos un poco como esa princesa:

según va aumentando nuestra comodidad y nuestro nivel de vida, nos escandalizamos con mayor facilidad si las cosas se tuercen o surgen inconvenientes.

A medida que se reducen los males y las molestias en el mundo, nos volvemos más sensibles a males y molestias menores. Se trata de cosas que significativamente no tienen quizá tanta importancia, que no son decisivas, pero que terminan pareciéndonos una cosa insoportable que no podemos tolerar, altas como montañas y muy difíciles de escalar.

En cuanto hay cinco minutos de retraso en uno de estos trenes estupendos que atraviesan los países en menos que canta un gallo, ya ponemos mala cara. Hoy nos molesta la cola en la Seguridad Social cuando nos toca visita, pero hace unos años (y sigue siendo así en la mayor parte del mundo) no había nada que se pudiera equiparar a la Seguridad Social: no te podías quejar de las listas de espera, porque ni siquiera había listas. Y ahora nos quejamos de esas colas como antes de los dolores con los que te morías.

En Estados Unidos las querellas contra médicos y hospitales están a la orden del día por cosas que hace un siglo hubiesen parecido minucias. Todos tenemos amigos que cuando les toca visitar al dentista, ponen cara de funeral durante una semana, y resulta que hace menos de doscientos años el más cobarde se operaba de apendicitis (una infección bastante corriente, por otro lado) sin anestesia. Y si lees testimonios de la época, descubres que no es algo que destacara especialmente: lo consideraban un trámite

de lo más normal, por lo que no merecía la pena hacer ningún puchero ni armar escándalo. Puede leerse al respecto la crónica personal —una especie de *selfie*— que hace Montaigne de sus cólicos nefríticos y del modo recomendado de librarse de él... ¡galopando en un caballo!

Y lo mismo va a suceder dentro de cien años. Estoy seguro de que si me dejasen echar una ojeada, veríamos a la gente horrorizada por la idea de que sus antepasados (nosotros) tuvimos que soportar cosas que a ellos les parecerán intolerables e insoportables, y con las que nosotros lidiamos sin mayores disgustos. Y nos daríamos cuenta de que ellos se quejan (¡hay que ver qué tiempos más malos, los peores!) por incomodidades que a nosotros nos parecerían una auténtica bendición.

7

Una primera conclusión de lo que estoy diciendo es que no importa lo bien que vayan las cosas (admitiendo que la sociedad en la que vivimos ha sufrido un golpe considerable con la crisis) y las facilidades de las que disponemos para vivir como dioses, si no controlamos nuestros deseos. Si no aprendemos a limitarnos a aquello que necesitamos y que verdaderamente nos gusta, entonces seremos presa fácil de la insatisfacción.

La segunda reflexión que se puede extraer de lo que acabo de contar sobre la crisis es: ¿hasta qué punto debemos derivar la felicidad individual de la vida común por muy animales sociales que seamos?

En primer lugar, yo nunca recomendaría pasar de la política ni permitiría que otros hiciesen política por mí. Con la democracia existe una confusión de base. Se ha dicho tantas veces que es el mejor sistema político posible, que ha cundido la idea de que uno puede quedarse confortablemente sentado en casa y permitir que los políticos hagan el trabajo, que se lo ordenen y limpien todo para que el ciudadano pueda dedicarse a ser feliz a tiempo completo. Y esto no es así.

La democracia es el mejor de los sistemas políticos inventados porque permite cambiar a los que mandan si no nos gustan o si empiezan a corromperse o a hacerlo fatal. Y ésa es una de las mejores cosas que se han inventado nunca, una idea verdaderamente buena, porque, si una cosa sabemos del poder, es que quien se agarra a la silla difícilmente la suelta. Y también que el poder suele enloquecer, con lo que suele perjudicar considerablemente a los ciudadanos. Pero la democracia no impide que haya juegos de intereses distintos dentro de la sociedad: no ha conseguido (y ningún sistema político lo conseguirá, al menos en el planeta Tierra) favorecer a todas las partes cuando se desata un conflicto.

Conflictos los habrá siempre, y es ingenuo, y un poco infantil, pensar que siempre encontraremos una solución que nos haga feliz a todos si buscamos con el suficiente interés. No es así. La democracia no puede garantizar que todos estén contentos: es un sistema político que se basa en la formación y en la satisfacción de las mayorías. Así que

si tus intereses tienen la mala suerte de estar entre las minorías, si tus puntos de vista y tus opiniones no seducen o dejan frías a la mayor parte de tus conciudadanos, te va a tocar frustrarte. Eso sí. Tendrás la oportunidad de minimizar los daños a tus intereses y no dejarte empujar fuera del campo social de juego.

Así que yo no aconsejo para nada desligarse completamente de la política. El hombre vive, por así decirlo, dos vidas: una zoológica y otra social. Epicuro, por ejemplo, estaba muy preocupado por la zoológica, por la satisfacción adecuada de esas necesidades con las que no se puede pactar ni dialogar: comer y beber, dormir, no pasar frío. Pero hay otra dimensión, la política, la social, que en un sistema donde se toman decisiones que nos afectan a todos casi a diario, donde podemos participar en la formación de leyes que se tejen y se destejen delante de nuestros ojos, conviene no descuidarnos.

Quiero decir con esto que yo entiendo a Epicuro, y la actitud que adoptó ante la sociedad. Si al frente de la ciudad se ha puesto un tirano que hace y deshace sin pedir permiso, sin necesidad alguna de justificarse ante el pueblo y sin rendir cuentas a los ciudadanos, mejor quedarse en casa, con unos amigos, un poco de pan y un poco de queso. Pero si se vive en una democracia es casi obligatorio (mejor, obligatorio sin «casi») participar en política, porque la vida de cada uno de nosotros es obligatoriamente política, no en todos pero sí en muchos de sus aspectos.

Aquel ciudadano que cuando hay unas elecciones se queda en casa y no vota, de alguna manera también está votando aunque quizá contra sí mismo, favoreciendo al partido mayoritario, por más que él no lo sepa o no quiera darse cuenta. A veces cuando uno no vota, está contribuyendo no sólo a que hagan la política por él, sino también a una clase de política que puede ir contra los propios intereses. Yo he vivido en varios escenarios parecidos, donde la ingenuidad, las ganas de separarse de la suciedad de la política concreta, facilitaba dejar las decisiones en manos de unos individuos que querían amedrentarte, que pretendían coartar tu libertad, que empleaban la democracia para ir en contra de sus principios.

Todo esto son obstáculos evidentes contra la libertad, así que de alguna manera sí que pienso que la felicidad debe estar vinculada con la participación política, con aceptar las muchas o pocas responsabilidades que tenemos como ciudadanos que vivimos en una democracia.

Ser ciudadano es la mayor de las libertades sociales instituidas: significa que con el único requisito de aceptar la ley común establecida por acuerdo racional, con abstracción de cualquier otra determinación étnica,

ideológica, religiosa o de género, puedes elegir tu vida, puedes ser distinto a todos los demás o parecerte sólo a quienes prefieras.

Un ejemplo de cómo «pasar» de la política puede condicionar negativamente nuestra felicidad lo apreciamos en las últimas reformas educativas. Uno puede decir que no quiere saber nada de la política porque le fatiga, porque le lleva mucho tiempo y porque cree que lo que se decide en ese campo no le afecta. Supongamos, por ejemplo, que se trata de una persona que hace muchos años que trabaja o de un jubilado. ¿Por qué debería preocuparse de las reformas educativas?

Porque seguramente, a menos que sea un solitario extremo, tendrá hijos o sobrinos o nietos que están en edad de estudiar, a los que sí les van a afectar las reformas educativas. Estos chicos quedarán afectados y perjudicados por el hecho de que la universidad esté ahora misma sometida a un *sponsor* que te paga para que estudies lo que él quiere y necesita. Estos *sponsors* son las empresas que ponen dinero en las universidades y tienen a un capataz contratado, esperándote a la salida para que le devuelvas con trabajo el esfuerzo que ha invertido en formarte. La glorificación de la universidad como una fábrica de estudiantes robotizados es lo que rubrica la implantación del Plan Bolonia, una universidad que ya no valora la formación ni la custodia del saber, sino la formación técnica de trabajadores cualificados, útiles para las empresas del presente y del futuro.

Si el ciudadano se mantiene neutral ante la aplicación de estos planes de estudios, está, de hecho, apoyando la transformación de la universidad. Si está de acuerdo con los cambios, todo perfecto, a seguir así. Pero si está en contra, debe darse cuenta de que favorece una implantación que puede ir contra el futuro de sus seres queridos más jóvenes.

Lo mismo ocurre con los recortes en la educación primaria y secundaria, los aumentos de tarifas y la reducción de becas en la universidad. Los primeros perjudican la educación de las facultades imaginativas que, como insistiré después, son tan importantes para alcanzar la felicidad. Los segundos van a dificultar mucho el acceso de los jóvenes a la universidad y van a poner trabas a que completen la formación. Es muy posible que se estropee el ascensor social que ha sido la educación desde hace más de treinta años, donde uno podía mejorar la situación de la que partían sus padres gracias al estudio. Estos cambios en la educación pueden deteriorar a corto plazo la sociedad donde vive este ciudadano que pasa de la política, porque cree equivocadamente que se trata de asuntos que no pueden afectarle en el día a día. Vivir entre jóvenes miserablemente educados, informados por programas satíricos de la televisión y por la maledicencia popular en los medios, es exponerse a la demagogia y al peor populismo, es decir, a

quienes denuncian problemas reales y ofrecen soluciones simplistas o directamente falsas. Los ignorantes prefieren la revancha a la mejora real de las condiciones de vida y los ajusticiamientos espectaculares al cumplimiento de la justicia.

8

Dicho esto, también hay que dar cuenta de la otra cara de la moneda: un exceso de participación, en el sentido de entregar todas nuestras opciones de ser felices a lo que hagamos y consigamos en la sociedad, puede poner en serio peligro nuestras opciones de vivir satisfechos.

Este peligro se expresa de diversas maneras y con frecuencia parte de un buen sentimiento, como el horror que sentimos ante el hambre en el mundo, o la visión de países donde las leyes son crueles o el Estado es un desastre. Estas alarmas son humanas y sólo dicen cosas buenas de nuestra sensibilidad. Pero los buenos sentimientos pueden ser perjudiciales (en primer término para uno mismo) si se sobredimensionan. Hay quien exagera y decide que no será feliz, que no descansará, hasta que todos los niños que pasan hambre tengan algo para llevarse a la boca, hasta que ya no haya enfermos de cáncer retorciéndose de dolor en pésimos hospitales.

Ésta es una presunción excesiva (¿cómo vamos a resolver nosotros problemas tan complejos en países tan lejanos?), que se escapa completamente de nuestras posibilidades reales. Si ciframos nuestra felicidad en estas luchas globales y complicadísimas (la defensa de los ancianos, de los animales de compañía, de los arrecifes de coral), suspendemos *sine die* la posibilidad de ser felices, porque son asuntos que no vamos a arreglar nosotros, y es muy posible que no vivamos lo suficiente para verlos solucionados.

Quien dice: «Yo seré feliz el día que todo el mundo sea feliz» se está cerrando la puerta a la felicidad. No quiero decir con esto que la gente deba despreocuparse de lo que ocurre a su alrededor. Nada más lejos de mi intención que desalentar a nadie. Pero, tratándose de un libro sobre la felicidad, me parece indicado advertir sobre este peligro, el de confiarlo todo a la mejora del mundo, porque si bien somos animales sociales, también es cierto que tenemos intereses individuales, que estamos «condenados» a vivir una existencia privada, y que nuestros poderes para influir sobre un país, un continente o el mundo son, por decirlo de manera generosa, limitados.

Este peligro es el pórtico a una actitud parecida que ha supuesto mucho dolor e impedimentos en la tierra. Se trata de aquellas personas que no sólo aplazan su felicidad hasta que se solucionen los problemas más variados del mundo, sino también de aquellos grupos (sean mayoritarios o minoritarios) que afirman que sólo serán felices si ocurre en la sociedad aquello que ellos quieren que ocurra. Estos grupos, que incluyen a fanáticos religiosos y creyentes, difieren el momento de ser felices a cuando la política real

coincida con su modelo imaginario (por descabellado o inviable que nos parezca), y además están firmemente decididos a no permitirte ser feliz ni a ti ni a los demás hasta que las cosas sean como ellos exigen que sean.

No es necesario insistir en que, a poco que toquen algo de poder, los rasgos autoritarios de estos grupos derivan en comportamientos tiránicos. Es gente que no se arredra, que no se retira, y que no es nada flexible. Su cabeza está llena de este pensamiento: «Hasta que no se hagan las cosas como yo quiero no voy a parar, porque así no se puede vivir». La mayoría añaden que la manera como ellos quieren vivir es la mejor para todos, que cualquiera lo vería si fuese lo bastante despierto o buena persona. De modo que, aunque te hagan la vida imposible si te cruzas en su camino, su justificación interna es que lo están haciendo por tu bien, sólo que tú no te das cuenta.

Para esta clase de individuos el fin justifica los medios, así que no les importa fastidiarte ni truncarte la vida, porque todo cuenta en beneficio de un bien mayor. Un poco como los inquisidores que te torturaban un poquito por el bien del alma, o como los policías que te torturaban otro poquito en beneficio de corregir tu ideología equivocada. Es tan maravilloso y resplandeciente el objetivo final al que se han entregado, que están absueltos de antemano de cualquier tropelía criminal en la que incurran.

Muchos nacionalismos, los fanáticos religiosos y los totalitarismos ideológicos comparten este mecanismo mental que señala una dirección como la única posible hacia la felicidad, y cuya pretensión es que todos compartamos la misma idea de felicidad.

Aunque para que todo se ajuste bien tengamos antes que hacer unos pequeños retoques como hacía el majadero Procusto. Aquel psicópata griego ataba a todos sus invitados a un lecho que consideraba un dechado de perfección. Si el pobre invitado era más alto le serraba los miembros, y si era más bajo le estiraba las extremidades hasta que se las descoyuntaba. Vamos, que con un poco de coste asumible (sobre todo para Procusto), todos los hombres que pasaban por su diván terminaban ajustándose a su idea de proporción ideal.

Esta leyenda griega ilustra bastante bien lo que sucede en una dimensión social con las llamadas utopías, que alguien definió con mucho acierto como «el sueño de unos cuantos que se convierte en la pesadilla de todos los demás». Es justo lo que sucede cuando estas camarillas intransigentes se hacen con el poder: lo que unos sueñan como única posibilidad viable para la organización de la vida política o colectiva, los demás lo tienen después que soportar o ser castigados si se oponen a ello.

Estas actitudes son ejemplos de cómo la búsqueda de la felicidad en la vida social puede confabularse en contra de la felicidad individual, que es la única que podemos saborear, mientras que la colectiva es apenas conjetural. Muchas personas, lo vemos a diario, encuentran cierto placer entregando la responsabilidad de sus creencias y pensamientos a estructuras más grandes como la nación o las iglesias. Hitler alcanzó el poder votado mayoritariamente por los alemanes porque les prometió un Reich que duraría miles de años, y prolongaría la felicidad de Alemania en el tiempo.

En esta clase de países totalitarios, como en Corea del Norte hoy en día, se dan índices enormes de impuesta felicidad pública: encuentros, manifestaciones, juegos... Y sabemos que las vidas que uno puede desarrollar en su interior, si no pertenece a la reducida élite dominante, están demediadas, privadas de libertad y de la posibilidad de tomar la iniciativa, las propias riendas, que es lo que vuelve humanas y dignas de vivir las existencias de cada uno.

Y ni siquiera es necesario recurrir a ejemplos tan extremos para advertir que hay cierto desajuste entre la felicidad social o colectiva y la individual. Los países mejor considerados según los índices colectivos son sitios como Singapur o Finlandia, ¿y quién iba a querer vivir allí? En Bután dicen que la felicidad de los ciudadanos es uno de los objetivos del gobierno, y que se están haciendo grandes progresos... y a mí no es un sitio que me llame especialmente la atención visitar, la verdad.

Se trata de países en los que sucede un poco como en las encuestas de televisión. Si a uno le paran por la calle y le preguntan qué mira por las tardes, responde lo que le gustaría que le gustase: el telediario, los documentales, la programación cultural... Pero cuando el entrevistador se da la vuelta pues enseguida nos ponemos a ver *Sálvame* o cualquier otra morralla morbosa que nos distrae más. Pues me parece que con Finlandia pasa lo mismo: ves lo bien que está la Seguridad Social y la de bibliotecas que tienen, y expresas una valoración que no proviene de tu deseo, sino de lo que desearías desear, de cómo nos gusta vernos deseando un deseo concreto, que nos pone por encima del resto y nos hace parecer más elegantes.

9

El caso es que hemos repasado algunas situaciones en las que es bueno participar de la vida social para ser felices, y otras donde un exceso de exigencia o de participación de lo social en nuestras vidas resulta más bien un impedimento. Lo que de aquí se puede extraer, de momento, es que el equilibrio de lo social y de lo individual es importante para llevar una vida feliz.

¿En qué porcentaje ciframos nuestra felicidad en lo que le pasa al colectivo, y en qué porcentaje en lo que nos pasa a nosotros? Se trata de un asunto verdaderamente importante, y como todos los asuntos verdaderamente importantes, no tiene una respuesta rápida.

Voy a empezar mi intento de discernir este asunto con un ejemplo personal. Me considero un ciudadano que ha participado activamente en política todo lo que ha podido, en los periódicos y en la calle, en la acción y en el pensamiento. En mi caso sé que ha predominado el deseo de contribuir al bien común. De alguna manera, yo me siento bien cuidado por una sociedad que me ha permitido estudiar lo que quería, trabajar en un oficio, el de profesor, que me ha dado muchas satisfacciones personales; también he podido escribir y he tenido la suerte de contar con personas que han comprado mis

libros y los han leído. Cuando he entregado parte de mi tiempo y de mis esfuerzos a la sociedad, ha sido con la intención de devolverle algo bueno a ésta. Nunca pensando en cargos políticos e institucionales, que es una cosa que me horroriza y para la que creo que estoy absolutamente negado.

Algunas de estas luchas han sido ásperas y desagradables, son las que me han tocado, y, tratándose de política humana, lo raro hubiese sido que fuesen amables y educadas.

Si lanzo la vista atrás lo que predominan son imágenes satisfactorias. En el País Vasco fuimos (yo entre cientos y en una proporción menor que otros) cercando al terrorismo. Y también recuerdo la Transición de manera positiva, recorrida de alegría por las cosas que leías en los periódicos: una persona buena o un político excluido que regresaba del exilio, un sindicato que se organizaba, un partido político que se legalizaba... Lo que leía me proporcionaba alegría: es uno de estos casos en los que la vida social, lo que afectaba al conjunto, repercutía positivamente en mi estado de ánimo.

No puedo negar que la vida política ha tenido recompensas. Que el saldo de mi participación ha sido positivo. Debería tener experiencia suficiente para decir que la vida social juega un papel preponderante en nuestra felicidad, pero no sé si me atrevo. Si lo estudio con mayor detenimiento, enseguida me doy cuenta de que hay aspectos de la vida privada capaces de anular toda la alegría que nos suministra lo social de una manera que no es recíproca. Es complicado sofocar los desastres personales gracias a los éxitos sociales.

Si tuviese que sacar cuentas, en mi caso diría que ha predominado la vida privada. Cuando me he sentido más alegre, ha sido por circunstancias personales agradables; lo político lo he sentido más como un deber, lo personal como una suerte de regalo que si se torcía podía desestabilizarme.

Durante los años del franquismo luché todo lo activamente que me fue posible contra el dictador. Durante la Transición recibí con mucha expectación el desarrollo de un Estado y de unas instituciones democráticas. No hace falta que diga la alarma y el desasosiego que me produjo el golpe de Estado de Tejero. Pues bien, esa misma noche, yo estaba trabajando en casa, cuando escuché el teléfono y descolgué. Oí la voz de una mujer llorando (yo estaba separado de la mía), y a saber por qué pensé enseguida que a mi hijo, que entonces tenía seis años, le había ocurrido algo. Se me vino el mundo abajo. Al cabo de unos minutos, cuando se me empezó a pasar el susto, reconocí la voz de una amiga, y entendí que me contaba lo que Tejero había hecho en el Congreso. Recuerdo que se me pasó el miedo, pese a lo peligroso de la situación, y en lugar de empezar a hacer las maletas y cruzar la frontera como hicieron tantos más sensatos que yo, me alegré muchísimo y dije: «Pues menos mal que se trata de eso, sólo un golpe de Estado, creía que le había pasado algo malo al niño».

Ante esta evidencia de que la vida personal puede arrastrarnos hacia la felicidad o la infelicidad con más virulencia que la participación social y política, cobra más sentido la idea que Epicuro tenía de una vida buena. Porque Epicuro está muy lejos de ser, como dicen algunos, un pensador antisocial.

10

Epicuro no es un hombre contrario a la sociedad, no es un provocador, no está en pie de guerra contra las maneras y las costumbres de la ciudad. Ya me he referido a las especiales circunstancias políticas que le tocaron vivir. Quién sabe si en una polis más abierta y democrática como en la que tuvieron la suerte de pensar y filosofar Aristóteles o Platón, su actitud hubiese sido distinta.

En cualquier caso, Epicuro desarrolló unos principios morales, si se quiere, de conducta, que eran contrarios a la participación pública tal y como estaba organizada en aquel tiempo de tiranos. Pero en el Jardín no eran para nada unos redentores, ni unos iluminados ni unos pelmazos. No iban predicando y dando la lata por las calles, ni querían poner en evidencia a los que no actuaban como ellos a la manera de los cínicos.

Es decir, por un lado sus discípulos no eran tan agresivos ante la sociedad, y, por otro lado, tampoco es verdad que Epicuro se aislase como un sociófobo. Epicuro estaba siempre acompañado. Pasaba la vida con sus alumnos en el jardín, conversando, y comiendo y bebiendo con moderación. No se excluía nunca a las mujeres de sus coloquios. Seguramente, Platón y Aristóteles pasaron más horas solos que Epicuro.

¿Por qué se da entonces esta confusión? Lo que sucede es que Epicuro inventa la vida privada. No es que busque la felicidad fuera de la sociedad, sino que la reduce: saca las relaciones humanas amistosas y entre iguales de la plaza pública y las deja entrar en casa, o si se prefiere, en el Jardín.

Antes de Epicuro la vida privada no es que se considere inferior a la vida pública (y por supuesto que se la consideraba inferior), es que apenas se la consideraba como algo digno de lo que hablar.

Para Aristóteles lo que pasaba en el interior de la casa, lo que estaba relacionado con la mujer (que era poco más que una mula algo más sofisticada) o con los hijos, no era demasiado importante. No era entre iguales. Se trataba de relaciones sin interés porque no podían haber sorpresas, negociaciones ni discusión: estaban sujetas por la jerarquía indiscutible del varón, de la prioridad jerárquica y de la edad. Eran un ámbito

previsible, pues ni la mujer ni los hijos tenían capacidad de elección frente al espacio relativamente abierto e impredecible de la política, que se juega entre ciudadanos que son iguales y pueden elegir libremente su conducta.

El movimiento magistral de Epicuro, cuando se da cuenta de que la vida pública en lugar de ser una fuente de satisfacciones se ha convertido en una burla para el ciudadano, consiste en aflojar las riendas que sujetaban las relaciones privadas. En el momento en que los ciudadanos dejan de ser iguales en la vida política, pues han quedado a merced y sometidos a los caprichos y las voluntades de los tiranos, él abre el jardín a todos, en un ambiente de libertad, y pese a que influye sobre la mayoría gracias al prestigio de su ascendiente, bien podría decirse que las relaciones entre iguales se trasladan al refugio de la vida privada.

Las cuentas que saca Epicuro cuando constata que la vida política ya no compensa los esfuerzos que uno le dedica, de alguna manera siguen sirviendo, y nos pueden resultar útiles. Para Epicuro, y posiblemente también para nosotros, ya no es posible identificarse con el país o la ciudad como lo hiciera Sócrates. Para este filósofo, maestro de tantos filósofos, era un absurdo pensarse sin Atenas o fuera de Atenas.

Cuando es condenado injustamente por la ciudad a muerte, sus discípulos le organizan la posibilidad de una huida, pero Sócrates rechaza el plan de pleno porque: ¿qué va a hacer él lejos de Atenas?, ¿quién es él sin Atenas? Si la ciudad le ha castigado, aunque sea injustamente, no le queda otra que cumplir la sentencia. Ni nosotros ni Epicuro sentimos un vínculo tan estrecho con la sociedad como para sacrificar así nuestra vida.

Epicuro se da cuenta de que una porción muy importante de la felicidad es individual, y que, en esta dimensión individual, lo que a uno le hace feliz, le puede fastidiar el día al otro. Así, Epicuro se preocupa de arreglar su casa y su jardín, se preocupa sin molestar a nadie de procurarse aquellos bienes y actividades que a él le dan satisfacción. Y como no es lo bastante idiota, se rodea de un grupo de amigos y de discípulos con los que pasar la tarde y compartir el placer del estudio, la conversación y una digestión ligera a la sombra.

La receta de Epicuro me parece buena porque combina un trato correcto con la sociedad (no hacer bellaquerías, no dañar a los otros, no perjudicar) con un cuidado notable y delicado con los elementos individuales de la felicidad. Epicuro nos invita a que investiguemos qué cosas nos ponen verdaderamente alegres, y nos ayudan a sentirnos satisfechos. Y nos anima a que las compartamos en la medida de lo posible con aquellos que demuestran inclinaciones y afectos similares.

Una de las lecciones indirectas que Epicuro nos lega con su semi-retirada es la de ayudarnos a reflexionar sobre algo de lo que ya he escrito antes: mis gustos no tienen por qué ser compartidos por los demás, y es propio de tiranos querer imponerlos por decreto. Incluso la buena voluntad expresada en el deseo de que los demás disfruten tanto como yo de lo que a mí me hace disfrutar, puede tener mala aplicación, porque el vecino puede tener gustos distintos, incluso opuestos.

El deseo es una materia muy resbaladiza si lo pensamos detenidamente. ¿Qué nos gusta? No digo como especie, pues eso sería un laberinto, sino a nosotros mismos en cuanto personas irrepetibles y frágiles. Si somos sinceros y un poco curiosos, igual la respuesta más adecuada sería: «Depende». Depende del día, del ánimo, del humor con el que nos hayamos levantado, si es verano o invierno, si estamos tristes o nos sentimos vigorosos, de si estamos solos o acompañados, y de quién es ese compañero.

Cuando se lee el «Infierno» de la *Comedia* de Dante, en lo primero que uno repara, lógicamente, es en el considerable horror al que deben enfrentarse los pobres villanos condenados. Pero si se miran fríamente los castigos, uno se da cuenta de que Dante está llevando al exceso procesos que aplicados con menor intensidad podrían resultar placenteros. El italiano estaría de acuerdo con algunos psicólogos modernos que consideran que el dolor no es más que la aplicación inmoderada de un placer moderado.

Sin caer en los extremos que propone Dante, podemos hacer la prueba con algo que nos guste mucho, por ejemplo, la música de Mozart, que puede ser algo exquisito si se escucha una sinfonía al día, pero que termina siendo de lo más cargante si se reproduce una y otra vez en la cadena de música o en el iPod. De hecho, se puede emplear la música celestial de Mozart para torturar a un hombre encerrado en una celda, como cualquier ruido estruendoso.

Aristóteles aseguraba que el dolor empieza cuando se sobrepasa el límite de lo que puede resistir un órgano: la caricia que consuela se puede volver un arañazo que nos haga sangrar, y la luz que nos hace el inmenso favor de que el mundo sea visible, si se aplica como un fogonazo sobre la pupila, puede cegarnos. En el plano más mundano resulta evidente que aquello que nos pareció placentero en un momento determinado puede resultarnos una lata o aburrirnos pasado un tiempo. De manera que el de los deseos es un terreno cambiante, y debemos estar atentos para detectar cuándo, en lugar de ponernos contentos o hacernos felices, alimentamos por inercia un deseo que ya sólo nos fastidia. Es una ingenuidad pensar que los deseos son imperecederos, que basta con hacer siempre lo mismo durante toda una vida para sentirnos alegres y bien.

¿Cuál es entonces la proporción entre las distintas clases de deseos? ¿Cuánto esfuerzo hay que invertir en la vida social, y cuánto en la vida personal? Ése es el gran problema, un problema que encontraremos repetido en todas las grandes cuestiones vitales: que no se puede reducir a una fórmula matemática, ni siquiera a una receta de cocina, sino que depende de uno mismo, de cada uno de nosotros.

Lo que puedo recomendar es que adiestremos facultades como la imaginación, que al fin y al cabo es la encargada de formar los deseos en nuestra mente. Se trata de un ejercicio muy importante. Aunque uno pueda decir que son sólo imágenes, si se trata de deseos en firme, tienen el poder y la fuerza de conducir nuestra vida en aquella dirección durante años.

Si uno tiene una imaginación defectuosa, se inclinará toda su vida hacia los deseos de otros, porfiará por objetos de deseo sólo porque sabe que sus congéneres también los desean. Esta facultad de imaginarse la vida tomando por modelo a los otros no puede denigrarse por completo, se trata de un mecanismo importante. Los griegos decían que aprendemos a manejarnos por el mundo: a escribir, a hablar, a movernos, por imitación de los mayores. El problema aparece cuando no somos capaces de salir de esta dependencia de la imaginación. Cuando no nos examinamos, no somos capaces de cultivar el gusto ni de enseñarle a la imaginación a reconocer lo que verdaderamente nos complace y alegra (por poco reconocimiento o prestigio social que tenga) y elaborar rutas vitales hacia esos objetivos.

Cuando uno no hace este trabajo, que no va de un día a otro, sino que es un cuidado y un mimo de la propia persona que demanda una atención diaria, nos limitamos a querer lo que quieren los demás. Y, por suerte o por desgracia, en un mundo cuyo espejo y escaparate es la publicidad, lo que quieren los demás está inducido por las grandes empresas que pretenden legítimamente que invirtamos la mayor parte de nuestro sueldo en sus aparatos o en sus paquetes vacacionales.

Así que vamos detrás de iPods, tabletas, coches de gran cilindrada, apartamentos en la costa... Y situamos la felicidad en la consecución de unos objetos que ni siquiera sabemos si nos van a gustar. Queremos lo más caro y lo más exclusivo para distinguirnos (en cierto modo, porque no hemos hecho el trabajo de diferenciarnos, perfilando bien cuáles son las cosas que nos gustan de verdad), porque la publicidad masiva y el asentimiento mayoritario de nuestros conciudadanos nos han convencido de que «esto es lo bueno». Y así perdemos muchísimo tiempo de nuestra vida porfiando por objetos que el mercado ha situado en lo más alto de las preferencias.

¿Enriquecen estos objetos la vida de las personas que los compran? Pues habrá casos en que sí, claro, no son malos por principio. Pero todos conocemos ejemplos de vecinos que se compran una tableta y luego no saben qué hacer con ella, de matrimonios que se van de viaje al destino más lejano y vuelven nerviosos y estresados, o de familias que consumen la vida ahorrando y se hipotecan hasta las cejas para comprar una casita cerca de una playa masificada donde aburrirse en la jubilación tan ricamente.

Y todo esto ocurre a mi juicio porque son incapaces de verse bien.

La imagen mental que nos hacemos de nosotros y de nuestra vida es muy importante: ¿estamos a gusto con nosotros?, ¿nos gusta lo que hacemos?

Una gran cantidad de personas responderían que no porque se comparan con el modelo idealizado e inalcanzable de la publicidad. El drama (digámoslo con una palabra efectista) es que no han dedicado el tiempo necesario ni han tenido éxito en elaborar una imagen de ellos mismos con la que sentirse cómodos. No han hecho como Epicuro. No se han alejado del bullicio, del mercado de deseos comunes y corrientes para decirse: «Éste soy yo, y esto es lo que de verdad me gusta. Vamos a por ello, coincida o no con lo que publicidad, empresas y gobierno me dicen que me tiene que gustar (y tengo que comprar) para ser un ciudadano feliz.

Este problema que acabo de señalar tiene un alcance muy grande. Leí una macroencuesta realizada en Estados Unidos, donde se preguntaba a los estadounidenses dos cosas: ¿dónde creían que se vivía mejor? y ¿dónde preferían vivir? La respuesta era bien curiosa. Un porcentaje altísimo, por encima del ochenta por ciento, consideraba que el mejor sitio para vivir era indiscutiblemente Europa. Y la sorpresa era que un porcentaje muy parecido (es decir, muchos de los que consideraban Europa como un lugar mejor para vivir) consideraba que si les daban a escoger preferían quedarse en Estados Unidos.

¿Cómo se explica esta contradicción? En la encuesta no se daba cuenta de por qué consideraban mejor vivir en Europa (pero se pueden adivinar los motivos de los estadounidenses: las dimensiones más humanas, el arte, la historia, los cafés, el Mediterráneo...), pero sí se recogía el motivo (porque sólo había uno) por el que, pese a estar convencidos de que Europa es el sitio más propicio para vivir, estaban dispuestos a quedarse en Estados Unidos. Y este motivo único y unánime es que en Estados Unidos ahora mismo es más fácil hacer mejores negocios.

Y aquí tenemos una contradicción tan flagrante que uno no puede resistirse a comentarla. Vienen ganas de decirles: «Pero si ustedes viven en una sociedad pensada por y para la felicidad, y están convencidos de que en Europa van a vivir una vida mejor, más tranquila, más humana, más sosegada, envueltos de belleza..., ¿cuál es el motivo por el que se traicionan y deciden vivir en un sitio peor?».

Y la respuesta es un ejemplo de algo que he señalado antes: la dificultad de imaginar los deseos propios. Estos estadounidenses que han respondido a la encuesta (pero se podría aplicar lo mismo a toda esa gente en Europa que se traslada a la capital para frustrarse o al pueblo para agobiarse) quieren ser felices como cualquier hijo de vecino,

incluso se dan cuenta de que todo cuanto saben de Europa les gusta más que lo que les rodea en Estados Unidos, pero son incapaces de anteponer sus preferencias a las que les vienen impuestas por la sociedad: hacer negocio, ganar dinero, acumular bienes.

No es que todos ellos sean empresarios como Rockefeller. Si fuese así todavía tendría sentido que un empresario o un especulador aceptase mudarse siguiendo el rumbo del dinero, que se instalase allí donde puede incrementar sus beneficios. Al fin y al cabo es la vida que ha escogido. La mayoría de estas personas que han respondido de manera tan contradictoria a la encuesta, más que empresarios son prisioneros de una imaginación dominada por las imágenes formadas por otros de lo que está bien, de lo que debe gustarnos y de cuál es el objetivo auténtico de la vida.

Se han creído a pies juntillas, como lo de la madre virgen o la resurrección de los cuerpos, que el dinero les volverá respetables, más atractivos, alegres, guapos y felices. Éste es el motivo por el que, aunque sospechan que en Europa iban a satisfacer mejor sus expectativas íntimas, sus placeres mundanos y cotidianos, deciden quedarse en Estados Unidos a ver si les sale ese negocio con el que alcanzarán la imagen de lo que es un triunfador según los otros.

Aprobar lo que valoran los demás supone un coste altísimo: estas personas sacrifican el «durante» a la espera de que les salga un negocio que, incluso una vez logrado, no les garantiza la felicidad; un tiempo entregado a la espera y que no va a volver.

Yo no niego los sacrificios puntuales en aras de conseguir algo que nos dará mucho beneficio: el tiempo que uno invierte aprendiendo un idioma, por ejemplo, o adiestrando el cuerpo para jugar al baloncesto profesional. Pero uno de los secretos de una buena vida es no hipotecar una porción excesiva de la existencia en beneficio de un placer diferido. Es bueno que estos sacrificios que hacemos en busca de un bien mayor nos procuren algún tipo de placer o de satisfacción también mientras estamos metidos en el ajo, esforzándonos. Estudiar es muy importante, claro, para hacer algo en la vida, pero si nos repatea la materia que tratamos de aprender, si nos fastidia cada uno de nuestros días y de nuestras semanas, estaremos tirando por la borda un periodo de existencia precioso.

Los psicólogos actuales nos aseguran que la mayoría de las personas decide en función de lo que le dicen que debe hacer o de lo que ven hacer a otras personas. A saber cómo se enteran los psicólogos de qué piensan la mayoría de las personas y cómo calculan los porcentajes, pero en este caso yo estoy por darles crédito. ¿Qué haces si no hay una norma clara, en una situación abierta? Lo que ves que hacen los otros, sobre todo si calculas que tienen más experiencia. Esta actitud está refrendada por un refrán español y un poco castizo que dice: «A donde fueres, haz lo que vieres».

Esto lo acepto, claro. Cuando las situaciones no son excepcionales, debemos empezar a interrogarnos, a indagar en nuestra propia persona, en busca de deseos y apetencias propios. E intentar que en ese 99 o 90% que tomamos prestada la opinión o la manera de obrar de los otros, lo hagamos con cierto distanciamiento y, al menos no

siempre, no nos arrojemos sobre la manera de pensar y de actuar de la inmensa mayoría, tan condicionada por intereses que no siempre son los mejores aliados de nuestra felicidad. Bien lo saben los que, alentados por la idea del «vales lo que tienes», se han hipotecado en España con primeras y segundas residencias, viajes a Oriente y cochazos.

Se trata de buscar un criterio de decisión que no sea el «que hay», el que nos encontramos al salir por la calle. Se trata de elaborar, en la medida de lo posible (al menos en esa rendija del 1% que nos dejan libre los psicólogos), un criterio propio, que responda exclusivamente a nuestras propias preferencias. Se trata de elaborar nuestros deseos y metas vitales, a corto y a largo plazo, con una imaginación sin colorantes artificiales.

Uno de los motivos por los que, en el momento de copiar las apetencias ajenas o los proyectos vitales de los demás, nos decantamos por los que prefiere la mayoría y no por los más originales y matizados, es que cuesta bastante creer que un semejante es feliz por mucho que nos lo jure y perjure, si parece alejarse de la norma.

Somos mucho más convincentes cuando describimos momentos de infelicidad, y nos sentimos mucho más inclinados a creer a los otros cuando nos cuentan grandes desgracias y se lamentan por no ser capaces de alcanzar lo que tantos apetecen.

No hay que hacer demasiado esfuerzo para convencer a un amigo de que nos duele una muela, de que estamos tristes después de discutir con los hijos, y ya no digamos si nos acaban de diagnosticar un cáncer de páncreas. Todo esto es sencillo de creer cuando es malo: es fácil ponerse en el lugar del que lo está padeciendo. Es como si la imaginación estuviese formada de tal manera que le resultase más sencillo amoldarse a los impedimentos y a las desgracias, que a las grandes alegrías. Y al contrario, si tratas de comunicar lo bien que te sientes jugando al ajedrez o de viaje con tu mujer, no está muy claro que consigas transmitirlo.

Y lo mismo si te relatan un momento de alegría muy intensa, el relato te llega apagado, no llegas a ver todo lo bueno que te aseguran que pasó y sintieron. Parece que el padecimiento es algo corriente y al alcance de la comprensión de todos (quizá porque remite a un estado del que tenemos más experiencia), mientras que la alegría y la felicidad, por bien que nos la cuenten, remite a algo distante, admirable, sin duda, pero remoto. Éste bien podría ser un motivo por el que, ante las dificultades para creernos ejemplos particulares y originales de felicidad concreta, recurramos a los modelos generales, difundidos con grandes campañas publicitarias.

En este empeño de elaborar nuestros propios deseos y apetencias, un poco a contracorriente, nos ayudan mucho la filosofía y la literatura (otro motivo para lamentar las reformas educativas que laminan las llamadas humanidades). Al trabajar con las facultades más libres de la mente, con la fantasía y con la razón, la literatura y la filosofía contribuyen a que la imaginación madure. Y una imaginación madura puede forjarse con más facilidad un criterio propio.

Igual es injusto lo que voy a decir, y no niego que si pensamos un poco, encontraremos bastantes ejemplos en sentido contrario. Pero, como norma general, a mí me parece que las personas cultivadas tienen mayores elementos defensivos para evitar ser arrastradas por la moda social, por estos fantasmas de la felicidad que elaboran para nosotros y que pueden perjudicar tanto la alegría de vivir la propia existencia. Por eso es tan importante la educación del mejor nivel para todos.

Incluso en términos económicos puede casi asegurarse que las personas instruidas, que han empleado su tiempo en alimentar bien su imaginación, salen mucho más baratas cuando viajan. No necesitan un guía que les cuente las cosas, ni unos cantantes que le entretengan. Cuanto más culto eres, menos riesgo tienes de aburrirte. Ya sea durante el fin de semana o durante las vacaciones, las personas más cultas gastan menos dinero y se aburren menos porque producen sus propios motivos de distracción, porque reparan con deleite en más elementos inmateriales, porque tienen una curiosidad disparada en más distracciones. Mientras que el que es chato de mente, o no se ha instruido, necesita que lo entretengan, está sediento de estímulos continuos.

Además, y que nadie se crea que es un beneficio menor, resulta que la persona que madura su imaginación y su mente con el estudio filosófico o la lectura de buena literatura está invirtiendo en uno de los placeres superiores con el que más pueden favorecerse mutuamente las personas adultas: una conversación inteligente.

La persona que disfruta de una imaginación madura no tiene que salir todo el tiempo a la calle a buscar estímulos, no tiene que comprarlo todo en la feria o en el mercado: como el señor que se cansa de que le tomen el pelo en la tienda y se pone a trabajar en un pequeño huerto para tener sus propias hortalizas frescas, termina produciendo sus propias vituallas.

El huerto de este señor es el equivalente en el plano del alimento vegetal de lo que el Jardín de Epicuro es en el plano del alimento espiritual. Uno tiene su propio huerto para hacerse su ensalada, otro se procura sus propios placeres y distracciones, y puede prescindir de si este año hay que comprar este aparato o ese otro para ser feliz, este coche o el de más allá para poder decir que estamos contentos.

Si llevamos un poco más allá la metáfora (con el riesgo que esta clase de operaciones comporta), podemos identificar el exterior del huerto y del jardín con esa vida de estrés y de preocupación que reina en el exterior, y el interior con un plano más

plácido donde rigen las propias normas de valoración, donde cada uno de nosotros es el señor de su castillo.

14

Voy a recurrir de nuevo a la experiencia que tengo más a mano, que lamentablemente o por fortuna, cualquiera sabe, es la mía. Durante mi infancia lectora y en mi vida de estudiante tuve el acierto o la suerte de cultivar mi propio jardín. Lo hice movido por el placer y no por la obligación, me gustaba leer y aprender, nunca imaginé ni pude calcular la importancia que iba a tener en el futuro para mí, su enorme utilidad. Ahora no viene a cuento traer a colación los motivos concretos, pero he pasado por momentos de estrés bastante intensos derivados de mi papel público en la sociedad y de mis esfuerzos por defender lo que creía que era justo. Ahora mismo no puedo calcular el bien que me hizo, hasta qué punto me permitió mantenerme firme y con la salud mental intacta, poder retirarme cuando me venía en gana a mi jardín particular, que para mí siempre ha sido la lectura. En momentos especialmente delicados, abría un libro, leía un poco apoyado sobre las muchas páginas que había leído antes, en mi propia cultura, y desaparecía de este mundo de intereses y conflictos, y aparecía en otro lugar, placentero, libre, feliz.

**El jardín es muy importante para mantener la cordura.
Se trata de un jardín mental, el jardín de las aficiones,
el jardín de los placeres privados.**

Este jardín es la recompensa que la vida te devuelve si cultivas tu imaginación, si te preocupas por descubrir tus propios gustos, por desarrollar las aficiones que te hacen feliz con independencia de lo que piensen los demás.

Cada época tiene sus condicionantes propios y sus particularidades, y no soy muy partidario de trasladar sin más las soluciones del pasado al presente. Esta clase de operaciones pueden terminar en un buen desastre. Vamos, que no le recomendaría a nadie que se construya un jardín como el de Epicuro y se lleve allí a los amigos y las novias, para filosofar y comer aceitunas y queso. Una reclusión así te separará demasiado de una sociedad que, sin embargo, no se va a olvidar de ti, y te planteará exigencias y obligaciones.

El tiempo político de Epicuro y el nuestro no se parecen en nada, y en una sociedad democrática, como he dicho antes, es recomendable mantener un ojo avizor sobre los asuntos que nos conciernen al conjunto, no nos vayan a cerrar el jardín por decreto legal después del esfuerzo de construirlo.

Me refiero más bien a inspirarnos en Epicuro (o en el potencial metafórico del jardín) para levantar un jardín íntimo en el que refugiarte y disfrutar de una dosis periódica de placer seguro. Una ciudadela interior donde cultives tus propias hortalizas, ésas que sólo tú aprecias. Cultiva la música, el ajedrez, la pesca, lo que sea, siempre que te permita descansar de la competencia y de las exigencias sociales, y entregarte a lo que realmente te gusta. A mí me parece un buen consejo, y una práctica muy recomendable.

Shakespeare escribió un pasaje muy emocionante que puso en boca de Hamlet. El príncipe acaba de regresar a Dinamarca, y se pasea por el castillo con el semblante triste, bastante harto del fantasma de su padre, de su tío asesino, de su madre pusilánime, y del resto de los idiotas de la corte. Uno de sus supuestos amigos le increpa, pues Hamlet viene de una imponente universidad extranjera, que Dinamarca se le ha hecho pequeña, que por eso se aburre. Y el príncipe le responde que «encerrado en una cáscara de nuez sería el señor de los espacios infinitos». Supongo que la clave de lo que quiere decir Shakespeare está en procurarse esa cáscara de nuez, esa ciudadela interior: tu huerto, tu propio jardín.

Para mí han sido muy importantes tanto la filosofía como la literatura para crearme este espacio interior donde estar tranquilo. Pero si tuviera que escoger a un solo autor, y lo digo a modo de homenaje, y no tanto para que nadie siga mi ejemplo, elegiría a Spinoza. La filosofía de este escritor judío, que fue rechazado por propios y ajenos, y que vivió en el siglo XVII, ha sido la que más me ha convencido, y la que mejor ha guiado mi propia vida moral.

Epicuro te ayuda a distinguir entre los deseos necesarios y los deseos imaginarios, lo que sin duda resulta de lo más útil para organizar la vida. Pero Spinoza me enseñó a establecer una distinción todavía mejor entre lo que es necesario (lo que no depende de mí, y por tanto no debe ocuparme demasiado tiempo) y lo que forma parte de mi libertad (de lo que sí debo ocuparme y que debo defender con uñas y dientes). También son iluminadoras sus ideas morales. Para Spinoza no hay nada bueno o malo de manera absoluta en el universo. Lo que existe son fenómenos que hacen su camino y que a veces nos proporcionan buenos encuentros, y a veces malos (como pasa cuando se nos pega un virus o nos ataca un tiburón). Pero no hay nada que el universo nos haga a nosotros ni contra nosotros. Esta idea de Spinoza te ayuda a superar la culpa, y a despersonalizar. La lectura de Spinoza es muy útil y saludable.

Spinoza y la filosofía me han sido muy útiles para organizar mi vida, para descubrir mi personalidad, lograr que madure mi imaginación y descubrir lo que me gusta con independencia de las apetencias que tratan de imponerme. Pero no tengo del todo claro que en mi vida haya buscado conscientemente la felicidad. Aristóteles tiene una frase muy interesante. Dice que «todo hombre aspira a la felicidad». En realidad, el sentido de esta afirmación es algo controvertido y puede interpretarse de varias maneras. A mí me gusta pensar que a lo que Aristóteles se refiere es que «vamos a llamar felicidad a aquello a lo que cada cual aspira». O dicho de otra manera, vamos a llamar felicidad a esa clase

de satisfacción de nuestro ser que todos los hombres buscan, pero cada uno por sí mismo y de acuerdo con lo que sabe de sí mismo. Para Aristóteles la felicidad sería entonces una búsqueda sin contenido, o una cuyo contenido depende de cada cual, una definición con la que yo estaría bastante de acuerdo.

Así que para unos la felicidad sería un estado ininterrumpido de placer, para otros la satisfacción de un deber, para éste sería la caza de la ballena blanca, para aquél de más allá cumplir con las exigencias de la comunidad que le vio nacer, tener hijos, plantar un árbol, escribir un libro, lo que sea.

Añadiría a esta idea de la felicidad como el nombre común y general que cada uno da a la aspiración de su vida, otra cualidad que igual se le olvidó a Aristóteles: que los objetivos cambian con el tiempo. No es lo mismo lo que deseamos con veinte años que con sesenta, por muy estables que se mantengan los gustos y las aficiones, los frutos del huerto interior. De manera que es un poco complicado eso de «saldar cuentas» con la vida.

¿He sido feliz o no he sido feliz? Pues hombre, dependerá del momento, de la década por la que se me pregunte. Si se pregunta, como hubieran advertido los griegos, al anciano que está en la cama retorcido de dolor, igual su valoración es muy distinta, y se olvida injustamente de lo estupendamente que vivía a los cuarenta, de la misma manera que muchas veces en plena madurez nos olvidamos de las penurias anímicas que supuso ser joven y recordamos aquel periodo con nostalgia al primer achaque.

Tanto cuento con la juventud, pero no sé yo si siempre quisiéramos volver atrás. Igual lo que deseamos con esta melancolía es que el contador del tiempo se volviese a poner a cero, que nos entregasen una buena porción de tiempo puro y nuevo, para hacer con él lo que nos viniese en gana, y no tanto revivir tal y como fueron las aventuras del pasado. Ésta es la estricta prueba que exigía Nietzsche para demostrar que uno había sido feliz: no tener miedo de repetir la vida una y otra vez, de pasar por todos los momentos de la propia existencia una y otra vez. Es la conocida idea del eterno retorno de lo mismo o de lo idéntico, que supone un sí rotundo, una afirmación rotunda de la vida tal y como es, tal y como la vivimos, pero también una exigencia muy rigurosa, que no sé si estaríamos dispuestos todos a pasar.

Mi idea de la «felicidad» no es para nada ese estado de satisfacción continua, de plenitud beatífica o de éxtasis ininterrumpido que propugnan la publicidad y los medios de masas, y que tanto parece haber calado entre buena parte de la ciudadanía. Esa felicidad me parece, como ya he comentado en alguna ocasión, un disparate, una demanda excesiva para unas criaturas mortales como somos nosotros. Para asumirlo deberíamos ser mucho menos frágiles física y anímicamente. Pensándolo bien, deberíamos ser invulnerables y extender esos poderes de invulnerabilidad a todos nuestros seres queridos.

Por lo que yo sí he luchado, lo que sí he perseguido porque me ha parecido desde siempre una emoción de lo más humana, es por la alegría.

La alegría es algo que nos llena, que está con nosotros un rato más corto o más largo, y que puede volver.

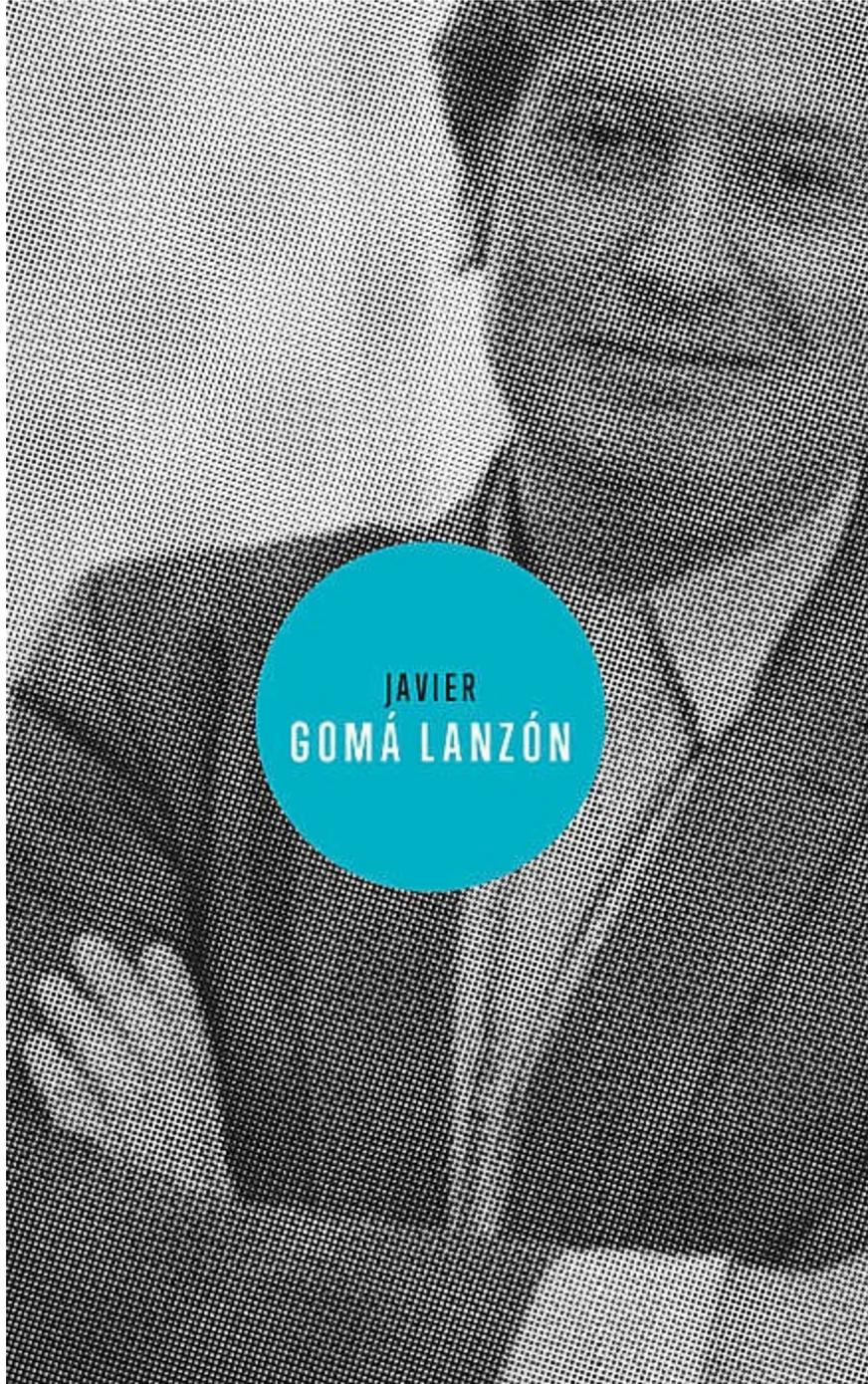
La felicidad tal y como nos la pintan tiene algo de sentimiento sobrehumano, casi inalcanzable, que, de conseguirla, nos aislaría del resto de los humanos. La alegría es una emoción y un estado más sociable que la felicidad, puede compartirse con los amigos, puede provenir de las aficiones y no es incompatible con la vida diaria.

Mi último consejo, o mejor dicho, mi último comentario es más bien un recordatorio: que la felicidad admite grados, y que tomárnosla en sentido absoluto es la vía más directa hacia la infelicidad y la insatisfacción.

Sólo si rebajamos el listón y el criterio, sólo si aceptamos que en una vida se producen oscilaciones, y bajadas de tensión en las emociones y en la alegría, que la vida humana se compone de pérdidas (algunas muy dolorosas) y de derrotas, me parece viable esta persecución colectiva e individual de la felicidad.

Si es así, si está rebajada a una suerte de alegría, puedo defender esta búsqueda. Se trata de una felicidad que lleva una advertencia en la entrada: «No seas demasiado pretencioso. La mejor manera de obtener lo que quieres es reducir tus deseos a lo que necesitas y a lo que de verdad te gusta, que se te conceda el don de la salud, y que tus pretensiones sean abiertas, modestas, y que puedas ver cómo se te conceden». Esta clase de felicidad sí que animo a mis lectores a buscarla, y que haya suerte.







EL SELLO

Todas las cosas que existen tienden a un fin, a una perfección. Lo que diferencia a un hombre de un animal y de una planta, es que éstos alcanzan la perfección desarrollando una virtud potencial que tienen en su propio interior, mientras que los hombres aspiran a una perfección que trasciende su propia capacidad. En ese sentido el hombre puede considerarse como un monstruo de la naturaleza:

el resto de las criaturas alcanzan su perfección de manera natural, mientras que el hombre aspira a una perfección llamada felicidad que trasciende sus capacidades.

Esta aspiración a algo imposible convierte al hombre en una criatura bastante anómala.

La aspiración es universal. Lo que varía, tanto histórica como culturalmente, es el contenido de esa felicidad.

En cada época las sociedades tienen a un ideal humano. Este ideal es una aspiración común hacia una perfección humana, un paradigma, un arquetipo, un prototipo. *Typos* en griego clásico quiere decir «sello». De manera que una cultura es el sello, la imagen reconocible y significativa, que cada generación confecciona para imprimir su marca en la cera que es el alma de la generación siguiente. El dibujo de ese sello representaría una perfección que de imprimirse correctamente otorgaría la felicidad a toda una generación: es la aspiración que una cultura dada tiene como perfección.

En suma, el dibujo del sello varía de una cultura a otra, pero en todas ellas existe ese sello que compendia todo lo que se estima bueno y deseable en una sociedad determinada.

Libertad y emancipación

El cambio más relevante que se ha dado en la confección de este sello figurado lo encontramos, aún más que de una generación a otra, en el cambio de época en la historia de la cultura.

En mis libros he razonado la existencia de dos etapas históricas bien diferenciadas: la época cósmica y la época subjetivista. La primera sería la más extensa, larguísima, y se prolongaría desde los albores de la historia hasta el siglo XVIII. Desde este momento hasta los años sesenta del pasado siglo, la época subjetivista. Es muy probable que nos estemos adentrando en una época nueva, la tercera, en uno de esos tiempos axiales sobre los que escribió Jaspers.

En la época subjetiva el yo, que era parte del cosmos, descubre su dignidad infinita, su calidad de fin en sí mismo y nunca medio, y ya no se reconoce como parte de un todo superior. Se constituye él mismo en todo y nace la subjetividad moderna. De manera que todos los derechos y obligaciones inherentes a su estatus dentro del cosmos anterior, premoderno, le estorban, los considera ilegítimos, opresivos, y emprende una carrera de liberación de todo cuanto lo limite. Las limitaciones son alienaciones de su libertad, obstáculos que lo someten a dominación y que debe remover.

Cuenta con tres armas muy eficaces: la filosofía de la sospecha, la transgresión ética y la experimentación e innovación del arte de vanguardia. Sería muy prolijo explicar estas tres vías al detalle; baste decir que el uso combinado de ellas permitió ensanchar extraordinariamente la esfera de la libertad individual —una de cuyas manifestaciones son los derechos humanos basados en la dignidad innata de las personas— hasta llegar en la segunda mitad del siglo XX a un máximo.

En esta tercera época que ya se está gestando lo decisivo ya no es ser libres, como durante la etapa subjetivista y romántica de liberación individual, sino cómo «ser-libres-juntos». De la vivencia a la convivencia, y de la liberación a la emancipación. No se trata de renunciar a la libertad ni a los anhelos de infinito característicamente románticos, sino de educar el romanticismo de nuestro yo. Y para ello hemos de redescubrir los efectos virtuosos de la limitación (el enemigo mortal de la liberación), conforme al *dictum* de Goethe «limitarse es extenderse».

Este proceso podría denominarse «domesticación del romanticismo» y consistiría en una reapropiación positiva de los límites, entendidos no sólo como los mínimos imprescindibles para que la convivencia sea posible, sino también de forma positiva como aquello que necesita el yo para constituirse en individualidad genuina y verdadera.

La libertad es algo deseable, por supuesto, pero una libertad sin limitaciones puede ser un gran impedimento para disfrutar de una vida lograda y satisfecha. El yo sólo puede constituirse cuando se limita. De otra manera nos convertimos en una cosa amorfa, sin consistencia, que se desparrama siguiendo las oscilaciones caprichosas de los deseos y de los excesos.

Dos ejemplos de limitaciones positivas que nos enriquecen: el lenguaje y la amistad.

El lenguaje es una sofisticadísima construcción social. Desde el punto de vista de la liberación el lenguaje, un código social, debería interpretarse como algo restrictivo y alienante. Un impedimento para que nuestra libertad se desarrolle en la dirección que quiera. Sin embargo, el lenguaje es la pasarela desde la que podemos transitar desde ese estadio de barbarie (bárbaro es quien balbucea) hacia la comunicación civilizada con los demás y también hacia la comunicación con uno mismo, pues cuando estamos solos tomamos en préstamo las palabras creadas por la sociedad para entendernos a nosotros mismos. El lenguaje es una limitación que lejos de alinearnos amplía nuestra libertad, de manera que aquí indiscutiblemente limitarse supone extenderse.

En cuanto a la amistad, ésta nace hoy por inclinaciones y preferencias personales, por predilección del corazón, lo cual el romanticismo bendice. Pero con el paso del tiempo ocurre algo que designa muy bien esa certera expresión española: tener ley. Tenemos ley a los amigos. No una ley coactiva sino voluntariamente, gozosamente asumida. No cambias de amigo de un día para otro ni te olvidas de él a la menor contrariedad, sino que la amistad obliga con unas cadenas que sin embargo amplían tu libertad, no la reprimen. Es una forma de gozosa autolimitación.

Gran parte de la cultura sigue interpretando la realidad como si estuviera anclada en la época anterior, la de la liberación. Nuestra tarea es hacer un nuevo esfuerzo de reinterpretación de todos los conceptos de la tradición filosófica desde la perspectiva de la emancipación, tanto los que provienen de la época cósmica como de la subjetivista-romántica, para que vuelvan a ser instrumentos eficaces con los que regir nuestras vidas, para que estén a la altura de nuestro tiempo, distinto del anterior.

Aquiles en el gineceo

¿En qué consiste la emancipación? Para explicarlo lo mejor es contar una historia, la del mito de la adolescencia de Aquiles, al que dediqué mi *Aquiles en el gineceo, o aprender a ser mortal* (2007).

Tetis, la madre de Aquiles, recibe el oráculo de que su hijo será inmortal siempre excepto en un solo caso: si va a la guerra contra Troya, donde encontrará la gloria pero también la muerte. La madre de Aquiles, mucho más preocupada por que su hijo tenga una vida biológica bien larga (interminable, de hecho) que una vida digna, se decidió a esconder al héroe allí donde se figuraba que nunca lo buscarían. El resultado es que el héroe predestinado a ser el primero entre los griegos terminó en un gineceo, adolescente vestido de mujer. El gineceo son las partes de un palacio que estaban destinadas a las mujeres, donde no podían entrar los hombres. Allí Aquiles creció travestido, que es un símbolo claro de la ambigüedad social y sexual de la edad que media entre la infancia y la vida adulta, cuando pocos son los jóvenes que han encontrado su camino personal.

Aquiles era inmortal en el gineceo, pero no tenía individualidad, ni nombre ni identidad reconocible. Una especie de sombra de sí mismo.

Otro oráculo informó a los griegos de que en su guerra con Troya necesitaban del concurso de Aquiles para ganar a los bárbaros de Asia. Ulises, rico en industrias, entra en el gineceo disfrazado de mercader y extiende sus mercancías para convocar a las mujeres a su alrededor. Cuando las tiene allí toca su flauta guerrera y Aquiles, con el pecho inflamado por deseos de batalla, se desprende de su disfraz, pide la espada y decide ir a la guerra.

Mi libro se interroga sobre por qué Aquiles decide ir a la guerra si eso implica que va a morir y además morir joven. La respuesta es que Aquiles prefiere ser individual, aunque sea mortal, a vivir una existencia fantasmagórica e indefinible, aunque sea eterna.

Aquiles asume (y ese asentimiento es propio de una conciencia y de un corazón maduros) que es mejor ser mortal si ése es el precio que debemos pagar si queremos ganarnos un nombre, ser individuos, cosechar un destino personal. Aquiles se da cuenta de que prefiere ser un hombre a ser una nada eterna.

Este proceso se repite, en tonos más cotidianos pero igualmente heroicos, en la vida de cada uno de nosotros. Como adolescentes vivimos al abrigo de cualquier necesidad y en determinado momento tenemos que pasar del gineceo a Troya mediante la doble especialización: oficio y casa. Gracias a estas dos elecciones cada hombre experimenta una suerte de nuevo nacimiento: nace a la mortalidad y a la individualidad. Uno se convierte así en un personaje útil dentro de la economía social y ya está bien dispuesto para producir y reproducirse.

La insistencia de los románticos en la libertad condena al individuo a algo muy parecido a mantenerse siempre en el gineceo, extramuros de la sociedad. Para Heidegger todavía era posible decir que ser auténtico consiste en vivir fuera de la falsedad social. Discrepo completamente de Heidegger. Es precisamente dentro del gineceo, mientras nos creemos inmortales, cuando no tenemos ninguna individualidad, cuando nuestra vida es

más impersonal y falsa. Sólo cuando nos avanzamos en el camino de la vida por medio de la doble especialización nos convertimos en individuos reales. Sólo así conseguimos desvelar cuál es nuestra esencia como individuos.

La emancipación más allá de la liberación consiste en darnos cuenta de que la mortalidad es política y que la individualidad supone asumir tu propia mortalidad en el proceso de socializarte. Consiste en darnos cuenta de que sólo podemos ser individuos en un ambiente social. Somos únicos y al mismo tiempo formamos parte de un todo que nos trasciende. Somos únicos y sustituibles al mismo tiempo: ése es nuestro secreto.

La apropiación positiva de la muerte

Veamos la diferente relación que los hombres y el resto de los seres tenemos con la muerte.

Pensemos en una flor. La esencia de la rosa se halla en el género: la rosa genérica, si una se marchita ponemos otra en el jarrón. En cambio, la esencia del hombre se halla en su individualidad. Si se muere un hombre, se empobrece el mundo entero con la pérdida de un bien irrecuperable. La rosa, en el género, es eterna; el hombre, en su individualidad, es mortal y en eso estriba precisamente su orgullo y su privilegio.

El hombre moderno prefiere ser individual incluso por encima de ser feliz. Valoramos a los individuos por sus cualidades irrepetibles. La rosa es eterna porque su esencia se confunde con el género. La esencia del hombre está en el individuo. Cuando Sócrates muere Atenas pierde algo más que a un hombre, pierde a una individualidad irrepetible.

Nuestro imperativo moral debería ser: «Obra de tal manera que tu muerte sea injusta, que el mundo se empobrezca con tu muerte». Ser mortal no es tanto un castigo como el privilegio de las entidades individuales. Contrariamente a lo que nuestra tradición nos ha enseñado, que nos recomienda ser divinos, eternos, felices... Defiendo que la mortalidad, aunque sea injusta, es el origen de todo lo bueno que tiene la vida para ofrecernos.

Amamos como amamos porque los objetos de nuestro amor son entes vulnerables y tenemos miedo de perderlos. El derecho existe porque somos frágiles y es sencillo hacernos daño. Existe el arte porque somos finitos y tenemos que buscar un sentido a la existencia y algo que nos represente de manera perdurable. Y lo mismo podríamos decir de la amistad y del resto de las cosas valiosas.

Todo lo que hace de esta vida algo digno y apetitoso de ser vivido proviene de nuestra condición mortal. Hay que distinguir con precisión, para poder orientarnos bien, entre la muerte —que es un hecho biológico corriente y trivial que compartimos con los mosquitos y los reptiles— y la mortalidad. La mortalidad no es nada corriente, ni la

compartimos con ningún otro animal: se trata de la apropiación positiva de nuestra condición finita, el ánimo deportivo para asumir el riesgo de vivir y gozar la vida tanto como podamos.

La importancia del ideal

He sido crítico antes con la «felicidad» como ideal ético por considerarlo perteneciente a una etapa presubjetiva y premoderna de la cultura. Y, sin embargo, no sólo en el ejemplo de Aquiles desempeña un papel importante el ideal heroico para abandonar el gineceo y abrazar la vida madura, sino que gran parte de mi obra gira en torno a un ideal: el ideal de la ejemplaridad. Obviamente, no estoy en contra de los ideales, al contrario.

El ideal es una propuesta de perfección cuya principal virtud consiste en iluminar la experiencia particular, señalar una dirección hacia la que avanzar y movilizar así las fuerzas latentes de una sociedad.

Tiene dos funciones. En primer lugar, es el motor de cualquier progreso social; para que la sociedad avance hacia algún sitio se necesita primero proponer una perfección que señale una dirección atractiva. En segundo lugar el ideal es imprescindible como medida con la que juzgar el presente. La base del pensamiento crítico es el ideal, porque sólo cuando en nuestra conciencia intuimos un ideal podemos observar la distancia que separa ese ideal normativo de una realidad dada. Una sociedad que renunciase a los ideales estaría renunciando al progreso y a una crítica sana, y estaría abocada al conservadurismo y, a la postre, a retroceder el camino recorrido.

Ahora bien, es importante destacar otra cualidad del ideal: consiste en un deber-ser y en consecuencia nunca, nunca debe confundirse con el ser de la realidad; es una perfección que nunca se realiza históricamente en el mundo imperfecto nuestro. Cuando ha intentado realizarse, ha fracasado dolorosamente: desde el intento de Platón con el tirano de Siracusa a las siniestras utopías totalitarias del siglo XX que, en nombre de un ideal, han masacrado millones de vidas humanas porque estorbaban. Quieren que el mundo sea perfecto, la consumación de un ideal que sólo existe y debe existir como dirección, nunca como institución política.

El ideal es una oferta de sentido, no un proyecto político. Y como el horizonte, se aleja a medida que avanzamos en el camino. Pero que el ideal no se materialice no implica que no exista en su plano propio cumpliendo su función irrenunciable de

motorización y movilización. Hemos de aceptar una tensión que nunca cesará entre la realidad y la idealidad, y es precisamente esa tensión, nunca conciliable, la que hace avanzar el mundo.

Somos los mejores

El ideal democrático que ahora nos guía es, con mucho, el más elevado de cuantos han existido nunca. Nosotros, los contemporáneos, somos los mejores: la civilización democrática representa el mejor momento de la historia universal (no el mejor de los mundos). Para demostrar esta afirmación suelo recurrir al «velo de la ignorancia» que usó Rawls, pero no como él para diseñar una sociedad justa y bien ordenada, sino como test aplicado a la historia.

El test dice así: si no supieras qué posición vas a ocupar en una sociedad dada, ¿qué época elegirías tú para vivir? ¿Cuál sería tu elección si fueras pobre, enfermo, niño, anciano, mujer, extranjero, disidente, preso, etcétera? Unánimemente la gente contesta que hoy. Esta respuesta es muy elocuente sobre el progreso de nuestro tiempo en comparación con todas las etapas pasadas. El progreso material se ha multiplicado en paralelo al moral. No somos el mejor de los mundos posibles, como diría Leibniz y ridiculizaría el *Cándido* de Voltaire, pero sí somos el mejor de los mundos «sidos».

Lo interesante para mí ya no es si somos o no los mejores, porque es incuestionable que lo somos, sino por qué, si somos los mejores, el hombre contemporáneo no percibe este éxito increíble. Al contrario, por qué parece cundir por todas partes algo así como un malestar.

Las razones son varias. La primera, es que la angustia y la pérdida de sentido parece ser el precio por ser individuales, al menos en estos primeros pasos de andadura. Cuando el yo formaba parte del cosmos acogedor y nutricional, el sentido de su existencia estaba dado en ese orden. Cuando se desprende de ese todo cósmico y forma una nueva totalidad, el yo moderno, siente su dignidad de origen y su indignidad de destino, y le domina gran angustia. Ese *spleen*, ese *ennui* a que se refieren los poetas modernos. De manera que el éxito mayor que han visto los siglos como proyecto colectivo —la democracia contemporánea— es compatible con que los miembros de ese proyecto sientan angustia, desesperación y absurdo como tono vital dominante.

En segundo lugar, el hombre actual ha desarrollado un sentido amplísimo para su dignidad y a todo lo que ella le hace acreedor. Muchos son los bienes económicos, sociales, jurídicos, sentimentales y hasta estéticos que considera propios y dignos de protección. Un esclavo de la Antigüedad podía lamentar su triste estado pero no quejarse de él porque asumía que la esclavitud era natural y su vida carecía de valor en sí; hoy, en cambio, no poseer una vivienda o no recibir una prestación no contributiva se considera un atentado intolerable a la dignidad personal, siempre a flor de piel. El «mínimo vital», aquél por debajo del cual estimamos que la vida sería casi invivible, se ha elevado

extraordinariamente a consecuencia de un muy refinado sentimiento de los derechos emanados por nuestra condición de ciudadanos. Percibimos que son muchísimos más los riesgos que amenazan nuestra existencia por lo numeroso y valioso de los bienes ahora en juego, todos ellos potencialmente en peligro. De manera que tenemos miedo no porque estemos privados de bienes materiales y morales sino, al contrario, porque somos ricos en ellos y tememos perderlos.

Mayoría selecta

¿Quién propone el ideal? Desde el origen de la historia lo ha hecho una minoría pero esto ha dejado de ser así, afortunadamente.

Desde que dos hombres se encontraron por primera vez allá en un pasado remoto en lo profundo de una selva, lo primero que ocurrió es que uno mandó y otro obedeció, y el primero creó un universo simbólico —cultura, moral, religión, costumbre— que legitimaba su dominio sobre el otro. Una «minoría selecta», dotada de educación, cuna, buen gusto y patrimonio, ha dictado siempre a la mayoría lo que tenía que pensar y sentir. Ha parecido natural que siempre la sociedad se haya estructurado en una minoría privilegiada y en una mayoría sometida a tutela.

Cuando Ortega y Gasset expuso su teoría de las minorías selectas primero en *España invertebrada* y luego en *La revolución de las masas*, el filósofo presentó como explicación innovadora lo que en realidad era la confirmación, en el plano teórico, de la vieja estructura social de la realidad vigente desde el principio de los tiempos, y lo hizo justo en el momento en que todo empezaba a cambiar, en que esa organización aristocrática era sustituida en el siglo XX por el principio democrático.

Ortega no está siendo original o innovador con su tesis jerárquica y aristocratizante. Hoy cuesta mucho leer sus razonamientos sobre esa minoría selecta de intelectuales llamados al mando por su mejor formación o inteligencia, minoría a la que contrapone una «masa» de hombres y mujeres cuya única obligación es... la docilidad a los selectos.

La palabra «masa», con todas las implicaciones despectivas que sugiere (sobre todo de superioridad por parte de quien la pronuncia), es particularmente detestable.

No existe la masa —ese conjunto amorfo de personas— sino en todo caso muchos ciudadanos, cívicos, autónomos, responsables, críticos antes que dóciles. Y el deber moral de ejemplaridad no interpela sólo a ese pequeño e influyente grupo social que se

autodenomina «minoría selecta», sino a todos los ciudadanos. Todos están llamados a la ejemplaridad y a la responsabilidad. La raya decisiva ya no es la raya que dentro de los estamentos sociales separa entre una minoría rectora y una masa vulgar, sino la raya, escrita en el corazón de cada uno de los ciudadanos, que separa entre las opciones ejemplares y las opciones vulgares.

En el siglo XX hemos comprendido la profunda verdad, justicia y belleza de la igualdad, basada en la dignidad de toda persona por el simple hecho de serlo y con independencia de otras circunstancias, que pasan a ser accidentales. Al asumir esta dignidad individual nuestra sociedad ha entrado en una fase extraordinaria de transformación capaz de sustituir las bases de una cultura aristocrática —fundada en una jerarquía en cuya cúspide se sitúa una minoría dotada de autoridad— por una cultura auténticamente igualitaria. La democracia como sistema político se basa en el presupuesto de que a toda persona cuando cumple dieciocho años la sociedad le atribuye autonomía suficiente para elegir el estilo de vida que desea para sí mismo, porque ya es un ciudadano autónomo con capacidad para tutelar su vida sin necesidad de tuteladas ajenas de terceros. No se espera de él docilidad a otro sino criterio propio y razonable.

¿Qué entiendo por «mayoría selecta»? Naturalmente es volver del revés ese sintagma aristocrático de la «minoría selecta». Contra lo que supone el ideario aristocratizante, la mayoría también está dotada de buen gusto y prefiere lo bueno cuando puede permitírselo. Me gusta poner tres ejemplos concretos que están en la vida de todos: Zara, IKEA y los ordenadores Mac. Se trata de tres marcas que han hecho posible el acceso de la clase media al buen gusto.

Zara ha facilitado que muchos ciudadanos vistan con prendas con diseños cuidados, semejantes a los de la alta costura, pero a un precio popular. IKEA ha permitido algo parecido en el sector de la decoración: muchas parejas que se independizan pueden amueblarse el piso con piezas funcionales pero de diseño agradable y a precio asequible. Los ordenadores Mac son un poco más caros, pero mucha gente hace el esfuerzo de comprarlos, porque son eficientes, tienen buenas prestaciones y aportan una dosis extra de belleza a la vida diaria y al trabajo.

Estos ejemplos contradicen la ecuación entre masa y vulgaridad porque demuestran que cuando el mercado propone algo bueno a un precio módico la mayoría también quiere y apetece lo mejor.

¿Cómo hacemos más viable la democracia: con leyes coercitivas o con buen gusto? ¿Qué es mejor para conseguir una sociedad bien ordenada: un sistema con muchas leyes coercitivas para disciplinar a las «masas» o un sistema donde el ciudadano quiera de forma natural lo bueno y desprecie lo malo?

Si las leyes coercitivas fueran lo esencial, a los Estados fallidos les bastaría para regenerarse con fotocopiar las leyes aprobadas por Estados exitosos y prósperos. Pero una ley que no se cumple es papel mojado y para que se cumpla nada como una costumbre de cumplimiento, y para esta costumbre nada como la íntima convicción de

los ciudadanos por la conveniencia de dicha costumbre. Una ley, decía Costa con sabiduría, «una promesa de costumbre», o una apuesta si se quiere de que el ideal de la ley termine siendo una buena costumbre. Pues una ley sin una costumbre que la corrobore, sin un hábito social de comportamiento que la secunde, no sirve para nada.

La sociedad mejor será aquella compuesta por ciudadanos de corazón educado que quieran de forma espontánea lo que favorece la paz y convivencia y, en cambio, repugnen lo antisocial por una cuestión de inclinación personal, por decoro o decencia, y no tanto por miedo a un castigo o una sanción. Ciudadanos que dicen o se dicen: «Yo esto no lo hago», aunque nadie me observe o me censure.

Si una sociedad tuviera la suerte de incrementar el número de ciudadanos que razonan así y llegara a ser una mayoría suficiente, esa sociedad se estaría asegurando su subsistencia de un modo más eficaz que si lo confiara todo a las leyes, aunque se tratase del código más perfecto.

No quiero dar la impresión de que niego el beneficio educativo de algunas leyes. Pero la coacción legal es un instrumento secundario, exterior y de menor eficacia que un corazón educado, que presta su asentimiento íntimo y voluntario al orden constitucional.

Excentricidad y ejemplaridad

Una mayoría selecta es imposible si cada uno de sus miembros se considera un ser especial, distinto, excéntrico. La época romántica-liberadora quiso ver en la extravagancia y en la excentricidad la esencia de cada ser humano. Dedicados como estaban en incrementar la libertad de cada uno, pusieron el acento en aquello que nos diferencia del resto. La idea romántica de la individualidad la instituyó Stuart Mill cuando dijo de forma categórica: «Ser individual es ser excéntrico».

Ahora bien, si la sociedad se compone de miles y miles de seres excéntricos y distintos, ninguna ejemplaridad es posible, porque la ejemplaridad presupone alguna forma de semejanza o comunidad entre las personas y la capacidad de unos de repetir el modelo de otros.

La liberación, insisto una vez más, ha rendido todos sus frutos y lo urgente ahora no es ser libres sino cómo llegar a serlibres-juntos, lo que exige de nosotros un determinado uso de nuestra libertad, un uso responsable, social, virtuoso, en suma, ejemplar. Y la ejemplaridad invita a un replanteamiento de la noción de la individualidad dejando a un lado la excentricidad y buscando en las profundidades del yo algo que, siendo individual, sea al mismo tiempo universal.

Ese algo existe y constituye nuestra verdadera individualidad más profunda. Me refiero al universal vivir y envejecer, al hecho de que todos los hombres y todas las mujeres somos mortales, y esta particularidad, a la vez íntima y general, nos iguala a

todos en una misma condición compartida. De manera que la igualdad de los hombres encuentra su fundamento en una igualdad ontológica y ética del común de los mortales, y esa semejanza entre todos habilita la posibilidad de una ejemplaridad social.

Comparemos a Salomón, rey de los judíos, o a Alejandro Magno con un indigente que duerme en la calle o con un desvalido inmigrante que salta la valla o cruza a nado el Estrecho sin ningún equipaje. Para la visión romántica, los rasgos diferenciadores entre unos y otros, que saltan a la vista, determinan una individualidad contraria, cuando no contrapuesta. Mientras que para esta visión del común vivir y envejecer, esos rasgos diferenciadores —cuna, educación, cultura, posición social, sabiduría, raza, religión— son meramente accidentes siendo lo esencial que ambos son igualmente morales y mortales, y eso funda una misma dignidad.

Sobre este presupuesto es posible construir una sociedad de la ejemplaridad, una ejemplaridad que queda excluida si cada ciudadano considera lo más propio de sí mismo sólo lo que lo hace diferente, distinto, irrepetible, único.

La filosofía y la industria de la felicidad

Conviene distinguir entre dos planos bien distintos en el ámbito literario. De un lado, las obras producidas por amor a su perfección; de otro, las obras producidas para el mercado. Las primeras las crean las personas de vocación literarias a quienes les va la vida en su arte; las segundas, personas que se ganan la vida del arte. No es lo mismo vivir para el arte que vivir del arte. Las primeras obras tienen dignidad, las segundas, precio.

Durante mucho tiempo, el gran capitalismo se desarrolló al margen del mundo literario porque no era rentable. Las personas alfabetizadas eran minoritarias y las culturas eran nacionales. El mercado de los libros quedaba de ese modo doblemente limitado y la industria no aplicó a la literatura sus reglas de producción, que consisten en convertirlo todo en mercancías dotadas de un precio preciso en el mercado. Recordemos que un escritor tan aclamado como Dickens disfrutó sólo de una mediana fortuna, nada en comparación con los grandes empresarios de su época.

La esencia del capitalismo es el crecimiento infinito mediante la ampliación incesante del número de mercancías. El marco cultural del capitalismo es la modernidad, porque sólo la época moderna valora positivamente lo nuevo, mientras que en la Antigüedad

lo nuevo tenía siempre algo sospechoso, raro, incluso monstruoso.

Si lo nuevo es lo deseable, los empresarios colocan en el mercado más número y variedad de mercancías y suscitan en el ciudadano mediante la propaganda el deseo de adquirirlas, así como el de renovarlas permanentemente.

El capitalismo entra en el mundo literario en la segunda mitad del siglo XX. La inmensa mayoría de la población está alfabetizada y el mercado de los libros se globaliza y se hace mundial. La autora del ciclo *Harry Potter* se convierte en una de las fortunas de Inglaterra, por ejemplo. Algo ha cambiado. La industria aplica sus reglas: los libros son mercancías como lo pueden ser coches o repuestos para coches. Se fabrican en serie tras un estudio de las preferencias de los consumidores y trata de colocarse el máximo número en un mercado potencialmente mundial.

De manera que, en el mismo formato, el libro, conviven dos cosas de naturaleza completamente heterogénea. De un lado, un poemario, una novela o un ensayo de filosofía que es el resultado de años y años de amorosa dedicación a una vocación a una obra que no tiene precio (aunque luego se lo pongan); y una mercancía producida en serie por la industria del libro. Y uno y otro libro, además de formato, comparten los mismos intermediarios (editor, distribuidor, librería) y a veces hasta una misma recepción (reseñas, suplementos literarios). Cuando en realidad el primero, una obra literaria, demanda una lectura reposada, demorada, repetida, resistente a las leyes del mercado, y el otro, una mercancía como cualquier otra, sólo espera un consumo rápido y un entretenimiento pasajero antes de su pronta sustitución por otra mercancía análoga.

Los libros como expresión de la dignidad personal de su autor y los libros como mercancías producidas en serie de la industria cultural son realidades antagónicas, a pesar de compartir formato. Conste que, con carácter general, estoy a favor de las mercancías y de todas las cosas buenas que nos proporciona el mercado cuando se le disciplina y somete a reglas. Ahora sólo estoy señalando los riesgos de la mixtificación entre realidades de naturaleza opuesta.

Dentro de esta industria cultural ha prosperado especialmente el negocio editorial de la «felicidad». Son libros diseñados para satisfacer una demanda social: la necesidad de una terapia que alivie nuestra angustia existencial, la ausencia de sentido en nuestras vidas a la que me he referido antes. Y la filosofía, que podría cumplir esa alta misión, ha dejado de hacerlo últimamente porque ha desertado de proponer un ideal que señale una dirección, ilumine la experiencia individual, movilice su entusiasmo. Esta dejación de funciones de la mayor parte de la filosofía que se escribe hoy abre un enorme espacio de acción a la autoayuda y las recetas fáciles y populares sobre la felicidad.

No estoy en contra de la terapia. Sobre todo si por terapia se entiende el cuidado de uno mismo que favorece una vida mejor. Ningún reparo a cualquier clase de terapia no filosófica: el yoga, la gimnasia, el psicoanálisis, la meditación, la oración... En cierto modo la autoayuda (como el *coaching* o el *parenting*) no deja de ser la versión capitalista de algo que ha existido toda la vida: los refranes, las máximas, la sabiduría popular; esto es, conceptualizaciones parciales de la experiencia de la vida.

Pero no puedo ocultar mi desdén hacia esos libros que, con gran cinismo, hacen negocio con la felicidad dando unos consejos que sólo crean un espejismo frustrante y envilecedor. Me parecen especialmente molestos esos libros que presentan la felicidad como una cuestión de fuerza de la voluntad, de energía, como si bastase quererla para conseguirla, cuando una observación honesta del mundo nos enseña que el voluntarismo no asegura nada porque son demasiadas las negatividades que nos rodean y nos amenazan. Somos juguetes en manos de la fortuna.

Esta clase de libros siembran expectativas en el ánimo del lector de imposible cumplimiento y a la larga pueden generar dosis considerables de mala conciencia, porque si el lector no es feliz, sólo puede reprochárselo a su falta de determinación para serlo. Así, a su infelicidad añaden la mala conciencia.







FELICES LOS FELICES

Aunque al gremio de pensadores le cueste admitirlo, lo cierto es que no solo los filósofos han reflexionado sobre la felicidad. La que pasa por ser una de las grandes preguntas de la ética ha tocado de cerca también a los grandes hombres en campos tan diversos como la religión, la política, la literatura, la medicina o el humor. Al hacer un repaso de las aproximaciones que han realizado distintas personalidades, sorprende no solo la diversidad, sino sobre todo la agudeza de estas reflexiones. Os invitamos a hacer un recorrido, arbitrario y algo gamberro (hay que reconocerlo), por una cuarentena de definiciones de felicidad, que incluyen desde el descreimiento del padre del psicoanálisis hasta la sencillez que reclama el formulador de la teoría de la relatividad. Y entre ambas posturas, podemos encontrar el romanticismo irredento de Lord Byron, la hilarante premisa de Groucho Marx o el compromiso de Albert Camus. Porque, al fin y al cabo, podemos parafrasear a Borges , y decir «felices los felices».



**LA FELICIDAD SE ALCANZA CUANDO
LO QUE UNO PIENSA, LO QUE UNO
DICE Y LO QUE UNO HACE ESTÁN EN
ARMONÍA.**

GANDHI



**Buscamos la felicidad, pero sin saber
dónde, como los borrachos buscan su
casa, sabiendo que tienen una.**

VOLTAIRE



**UNA MESA, UNA SILLA, UN PLATO DE FRUTA Y UN
VIOLÍN, ¿QUÉ MÁS NECESITA UN HOMBRE PARA SER
FELIZ?**

ALBERT EINSTEIN



**La felicidad es tener una gran familia,
cariñosa, diligente, que se preocupe por
uno y que esté unida; pero que viva en
otra ciudad.**

GEORGE BURNS



**LA FELICIDAD HUMANA GENERALMENTE NO SE
LOGRA CON GRANDES GOLPES DE SUERTE, QUE
PUEDEN OCURRIR POCAS VECES, SINO CON
PEQUEÑAS COSAS QUE OCURREN TODOS LOS DÍAS.**

BENJAMIN FRANKLIN



**EXISTEN DOS MANERAS DE SER
FELIZ EN ESTA VIDA, UNA ES
HACERSE EL IDIOTA Y LA OTRA
SERLO.**

SIGMUND FREUD



**Felicidad no es hacer lo que uno quiere
sino querer lo que uno hace.**

JEAN-PAUL SARTRE



**MI FELICIDAD CONSISTE EN QUE SÉ APRECIAR LO
QUE TENGO Y NO DESEO CON EXCESO LO QUE NO
TENGO.**

LEÓN TOLSTÓI



**ALGUNOS CAUSAN FELICIDAD ALLÍ
DONDE VAN; OTROS CUANDO SE
VAN.**

OSCAR WILDE



**LA SUPREMA FELICIDAD DE LA VIDA ES SABER QUE
ERES AMADO POR TI MISMO O, MÁS EXACTAMENTE,
A PESAR DE TI MISMO.**

VICTOR HUGO



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

GROUCHO MARX



MILES DE VELAS SE PUEDEN ENCENDER CON UNA SOLA VELA, Y LA VIDA DE LA VELA NO SE ACORTARÁ. LA FELICIDAD NUNCA DISMINUYE CUANDO SE COMPARTE.

BUDA



**EL DESTINO DE LOS HOMBRES ESTÁ HECHO DE
MOMENTOS FELICES, TODA LA VIDA LOS TIENE,
PERO NO DE ÉPOCAS FELICES.**

FRIEDRICH NIETZSCHE



Sólo hay un camino a la felicidad y es dejar de preocuparse por las cosas que están más allá del poder de nuestra voluntad.

EPICTETO



**LOS DOS ENEMIGOS DE LA
FELICIDAD HUMANA SON EL DOLOR
Y EL ABURRIMIENTO.**

ARTHUR SCHOPENHAUER



Muy poco se necesita para hacer una vida feliz, todo está dentro de ti mismo, en tu forma de pensar.

MARCO AURELIO



**PONEMOS MÁS INTERÉS EN HACER CREER A LOS
DEMÁS QUE SOMOS FELICES QUE EN TRATAR DE
SERLO.**

LA ROCHEFOUCAULD



**LA PRIMERA RECETA DE LA
FELICIDAD ES EVITAR LA LARGA
MEDITACIÓN SOBRE EL PASADO.**

ANDRÉ MAUROIS



Confórmate con tu suerte, ése es el único secreto de la felicidad.

ESOPO



**DEL MISMO MODO QUE NO TENEMOS DERECHO A
CONSUMIR RIQUEZA SIN PRODUCIRLA, TAMPOCO
LO TENEMOS A CONSUMIR FELICIDAD SIN
PRODUCIRLA.**

GEORGE BERNARD SHAW



**EL HOMBRE MÁS FELIZ DEL MUNDO ES AQUEL QUE
SEPA RECONOCER LOS MÉRITOS DE LOS DEMÁS Y
PUEDA ALEGRARSE DEL BIEN AJENO COMO SI
FUERA PROPIO.**

GOETHE



El bien de la humanidad debe consistir en que cada uno goce el máximo de la felicidad que pueda, sin disminuir la felicidad de los demás.

ALDOUS HUXLEY



**FELICES LOS QUE SABEN REÍRSE DE
SÍ MISMOS, PORQUE NUNCA
TERMINARÁN DE DIVERTIRSE.**

TOMÁS MORO



Carecer de algunas de las cosas que uno desea es condición indispensable de la felicidad.

BERTRAND RUSSELL



LA INFELICIDAD ES UNA MALA COSTUMBRE.

GEORGE ELIOT



**LA PUERTA DE LA FELICIDAD SE ABRE HACIA
DENTRO, HAY QUE RETIRARSE UN POCO PARA
ABRIRLA: SI UNO LA EMPUJA, LA CIERRA CADA VEZ
MÁS.**

SØREN KIERKEGAARD



La felicidad para mí consiste en gozar de buena salud, en dormir sin miedo y despertarme sin angustia.

FRANÇOISE SAGAN



**PUEDE QUE LO QUE HACEMOS NO
TRAIGA SIEMPRE LA FELICIDAD,
PERO SI NO HACEMOS NADA, NO
HABRÁ FELICIDAD.**

ALBERT CAMUS



**NO HAY MEDICINA QUE CURE LO
QUE NO CURA LA FELICIDAD.**

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ



**La felicidad no consiste en realizar
nuestros ideales, sino en idealizar lo que
realizamos.**

LORD TENNYSON



**LA VIDA ES TAN INCIERTA, QUE LA FELICIDAD DEBE
APROVECHARSE EN EL MOMENTO EN QUE SE
PRESENTA.**

ALEXANDRE DUMAS



**Los hombres olvidan siempre que la
felicidad humana es una disposición de la
mente y no una condición de las
circunstancias.**

LOCKE



**SÓLO HAY FELICIDAD DONDE HAY
VIRTUD Y ESFUERZO SERIO, PUES LA
VIDA NO ES UN JUEGO.**

ARISTÓTELES



Los seres humanos podemos ser felices por un instante, pero un instante es una ventana hacia la eternidad.

OCTAVIO PAZ



**NADA ES TAN CONVENIENTE PARA LA FELICIDAD
COMO SUSTITUIR LAS PREOCUPACIONES POR LAS
OCUPACIONES.**

RICHARD WAGNER



**MUCHAS PERSONAS SE PIERDEN LAS
PEQUEÑAS ALEGRÍAS MIENTRAS
AGUARDAN LA GRAN FELICIDAD.**

PEARL S. BUCK



**El que cae desde una dicha bien
cumplida, poco le importa cuán hondo sea
el abismo.**

LORD BYRON



**NO SE DISFRUTA VERDADERAMENTE DE LA PROPIA
FELICIDAD CUANDO FALTA LA DE LOS OTROS.**

GEORGES BERNANOS



**SER ESTÚPIDO, EGOÍSTA Y ESTAR BIEN DE SALUD,
HE AQUÍ LAS TRES CONDICIONES QUE SE
REQUIEREN PARA SER FELIZ. PERO SI OS FALTA LA
PRIMERA, ESTÁIS PERDIDOS.**

GUSTAVE FLAUBERT



**LA FELICIDAD ININTERRUMPIDA
ABURRE: DEBE TENER
ALTERNATIVAS.**

MOLIÈRE



**Reconocí la felicidad por el ruido que hizo
al marcharse.**

JACQUES PRÉVERT

Muchas felicidades

Fernando Savater, Carlos García Gual y Javier Gomá Lanzón

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)

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

Diseño de la portada, Mauricio Restrepo

© Carlos García Gual, Javier Gomá Lanzón, Fernando Savater, 2014.

© Editorial Planeta, S. A., 2014

Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.editorial.planeta.es

www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): octubre de 2014

ISBN: 978-84-344-1898-1 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.

www.newcomlab.com

Índice

Prólogo	4
Epicuro y tres más	6
Fernando Savater	7
Carlos García Gual	17
Javier Gomá Lanzón	27
Tres visiones de la felicidad	36
Carlos García Gual. La búsqueda de la felicidad	37
Fernando Savater. Jardines interiores	56
Javier Gomá Lanzón. El sello	91
Felices los felices	105
Créditos	189