

Enquiridión

(Manual de Epicteto)

1. Hay cosas que están bajo nuestro control y otras que no lo están. Bajo nuestro control se hallan las opiniones, las preferencias, los deseos, las aversiones y, en una palabra, todo lo que es inherente a nuestras acciones. Fuera de nuestro control está el cuerpo, las riquezas, la reputación, las autoridades y, en una palabra, todo lo que no es inherente a nuestras acciones.

Lo que controlamos es libre por naturaleza y no puede ser impedido ni impuesto a ningún hombre; pero lo que no controlamos es débil, servil, limitado, y sujeto a un poder ajeno. Recuerda, pues, que te perjudicarás si consideras libre y tuyo lo que por naturaleza es servil y ajeno. Te lamentarás, te confundirás, y terminarás culpando a los dioses y a los hombres de tu desgracia. Por el contrario, nadie podrá impedirte ni imponerte algo si consideras tuyo sólo lo que en verdad te pertenece y ajeno lo que en efecto es de otros. De esa forma, no criticarás a nadie ni acusarás a nadie; no harás nada en contra de tu voluntad, no tendrás enemigos y no sufrirás ningún perjuicio.

Si deseas los bienes realmente grandes, recuerda que no debes permitirte el deseo —ni siquiera leve— de alcanzar cosas de menor importancia. Por el contrario, deberás renunciar por completo a ciertas cosas y posponer otras por el momento. Porque, si quieres poseer tanto los bienes grandes como los intrascendentes, tales como el poder y la riqueza, no obtendrás éstos últimos y perderás los primeros también; fracasarás absolutamente en obtener los verdaderos medios indispensables para lograr la felicidad y la libertad.

Por lo tanto, haz el esfuerzo de poder decir ante cada adversidad: «No eres más que apariencia; no eres en absoluto lo que parece ser». Y luego examina esa adversidad con las reglas que tienes para ello; principalmente por la que te permite establecer si concierne las cosas que están bajo tu control o si concierne aquellas que no lo están; y, si tiene que ver con algo que no depende de ti, prepárate para decir que no te importa.

2. Recuerda que el ceder al deseo implica la posibilidad de obtener lo que quieres conseguir mientras que la aversión quizás te lleve a prescindir de lo que quieres evitar. Y así como es desdichado el que se ve frustrado en lo que desea, así de miserable es quien cae en lo que más quisiera evitar. Por lo tanto, nunca caerás en lo que aborreces si

limitas tu aversión a tan sólo aquellas cosas que son contrarias al empleo natural de tus facultades, siendo que estas facultades se encuentran bajo tu control. Pero serás desgraciado si tienes aversión por lo que no depende de ti, como la enfermedad, la muerte o la pobreza. Retira, pues, tu aversión de todas las cosas que están fuera de tu control y transfíere tu rechazo a aquellas que son contrarias a la naturaleza de lo que controlas y depende de ti. Por de pronto, suprime todo deseo intenso; porque si deseas cosas que no dependen de ti, es seguro que te verás frustrado y si deseas las que de ti dependen y que sería laudable tener, advierte que todavía no estás preparado para tenerlas. Por lo cual, si quieres proceder en forma correcta, acércate a ellas de manera que puedas retirarte cuando quieras, y aun ello hazlo con medida y discreción.

3. En cuanto a cualquier objeto que te cause placer, que sea útil o que ames profundamente, comenzando con las cosas más insignificantes, no te olvides de considerar cuál es su naturaleza. Por ejemplo, si aprecias una copa de cerámica en especial, entiende que son las copas de cerámica en general las que aprecias. De este modo, si se te rompe, no te alterarás. Del mismo modo, si besas a tu hijo o a tu mujer, acuérdate que es mortal todo lo que besas y de este modo no te desesperarás si la muerte te lo arrebatara.
4. Antes de realizar cualquier acción, ten en claro la clase de acción que estás por realizar. Si has resuelto ir al baño público, representate las cosas que generalmente suceden en esos baños: algunas personas salpican con agua, otros se empujan, algunas utilizan un lenguaje impropio y otros roban. Por consiguiente realizarás esta acción de un modo más seguro si te dices: «Iré al baño público, pero mantendré mi mente de acuerdo con el modo natural de vivir que me he propuesto». Procede así en todo lo que emprendas; porque de este modo, si te sucede algún inconveniente durante el baño podrás decir con firmeza: «No he venido tan sólo a bañarme sino también a mantener mi mente en un estado conforme a la naturaleza, y no podría hacerlo si permito que me alteren las cosas que aquí suceden».
5. No son las cosas las que atormenta a los hombres sino los principios y las opiniones que los hombres se forman acerca de ellas. La muerte, por ejemplo, no es terrible; si lo fuera, así le habría parecido a Sócrates. Lo que hace horrible a la muerte es el terror que sentimos por la opinión que de ella nos hemos formado. En consecuencia, si nos hallamos impedidos, turbados o apenados, nunca culpamos de ello a los demás sino a nuestras propias opiniones. Un ignorante le echará la culpa a los demás por su propia miseria. Alguien que empieza a ser instruido se echará la culpa a sí mismo. Alguien perfectamente instruido ni se reprochará a sí mismo, ni tampoco a los demás.
6. No te pavonees con alguna excelencia que no te es propia. Si un caballo pudiese decir «soy hermoso», eso sería tolerable. Pero si tú eres orgulloso y dices «tengo un caballo hermoso» ten presente que, de hecho, estás vanagloriándote tan sólo de una cualidad que es del caballo. ¿Qué es, pues, lo tuyo? Solamente tu reacción ante la apariencia de

las cosas. Por ello, si consideras las cosas conforme a su naturaleza y te comportas de acuerdo con ello, entonces podrás estar orgulloso con razón; porque te dará orgullo un bien que realmente te pertenece.

7. Imagínate que, estando embarcado, el barco echa anclas y tú desembarcas. Si vas a la playa a buscar agua, podrías entretenerte por el camino juntando almejas o setas. Pero tus pensamientos y tu atención deberían estar puestos en el barco, esperando la llamada del capitán; porque ante esa llamada deberías dejar inmediatamente lo que te entretiene, no sea cosa que te vengán a buscar y te arrojen a bordo atado de pies y manos como un cordero. En la vida sucede lo mismo. Si te es dada una esposa o un hijo está bien que los ames y los disfrutes. Pero si llama el capitán, tendrás que dejarlos e ir hacia el barco sin mirar atrás. Y si ya eres viejo, nunca te alejes de la nave; no vaya a suceder que te llamen y no estés en condiciones de presentarte.
8. No exijas que las cosas sucedan tal como lo deseas. Procura desearlas tal como suceden y todo ocurrirá según tus deseos.
9. La enfermedad es un impedimento del cuerpo, pero no de tu libre albedrío; a menos que decidas que lo sea. Si eres rengo, es tu pierna la que está impedida; no tu voluntad. Considera esto en relación con todo lo que ocurre y verás que esos obstáculos no son un impedimento para ti, aunque lo sean para los demás.
10. Ante cada acontecimiento pregúntate qué habilidades tienes para dominarlo. Si ves una mujer atractiva, hallarás que el autodomínio es la habilidad que tienes para dominar el deseo. Si sientes dolor, hallarás que dispones de la fortaleza. Si te injurian, encontrarás paciencia. Acostumbrándote a actuar de esta manera no serás arrastrado por la apariencia de las cosas.
11. Nunca digas «lo he perdido» sino «lo he devuelto». ¿Ha muerto tu hijo? Lo has devuelto a quien te lo había dado. ¿Ha muerto tu mujer? La has regresado a quien te la dio. ¿Te han quitado tus propiedades? También eso has restituido. «Pero —dirás— el que me las quitó es una mala persona». ¿Y a ti qué te importa en qué manos pone lo que devuelves Aquél que te lo ha dado? Mientras te lo haya dado a ti, cuídalo, pero no lo consideres tuyo, del mismo modo en que el viajero no considera suya la posada donde se aloja.
12. Si quieres ser mejor, rechaza razonamientos tales como: «Si desatiendo mis asuntos, no tendré ingresos; si no corrijo a mi sirviente, saldrá malo». Es mejor morir con hambre, libre de pesadumbres y miedos, que vivir en la abundancia pero desequilibrado; y es mejor que tu sirviente sea malo a que tu seas desdichado.

Comienza, por lo tanto, con pequeñas cosas. ¿Se ha derramado un poco de aceite? ¿Se han robado un poco de vino? Piensa en lo siguiente: «Éste es el precio de la serenidad y la tranquilidad; y nada es gratis en esta vida». Si llamas a tu sirviente, es posible que no venga; y si viene, es posible que no haga lo que deseas. Pero de ninguna manera tu sirviente es tan importante como para otorgarle el poder de alterarte en modo alguno.

13. Si quieres ser mejor, acepta que te consideren extravagante y tonto respecto de las cosas externas. No pretendas hacer creer que lo sabes todo; y aun si pareces ser alguien importante, desconfía de ti mismo. Porque es difícil mantener la capacidad de vivir conforme a la naturaleza y adquirir cosas externas al mismo tiempo. No se puede hacer lo uno sin desatender a lo otro.
14. Si deseas que tus hijos, tu esposa o tus amigos vivan por siempre, eres un estúpido ya que pretendes controlar cosas que no puedes y deseas cosas que pertenecen a otros. En forma similar, si deseas que tu sirviente no tenga faltas, eres ridículo, porque quisieras que el vicio no sea vicio. Pero si quieres que tus deseos no se vean frustrados, eso depende de ti. Ejercita por lo tanto aquello que está bajo tu control. Tendrá poder sobre los demás quien puede dar lo que otros desean y quitar lo que otros aborrecen. Por lo tanto, quien quiera ser libre, deberá acostumbrarse a no tener deseo ni aversión alguna de todo lo que depende del poder ajeno. De otra manera, será necesariamente un esclavo.
15. Recuerda que en la vida debes comportarte como en un banquete. ¿Te ofrecen algo? Extiende tu mano y toma tu parte con moderación. ¿Ha pasado de largo? No lo detengas. ¿Aún no ha sido ofrecido? No extiendas tu deseo hacia ello; espera que llegue a ti. Haz esto en relación con hijos, esposa, cargos públicos, riquezas, y llegarás a ser un digno participante del banquete de los dioses. Pero si ni siquiera tomas las cosas que otros ponen ante ti y puedes rechazarlas, no sólo serás un participante del banquete de los dioses sino también de su Imperio. Porque precisamente por hacer esto es que Diógenes y Heráclito fueron, con justicia, llamados divinos.
16. Si ves a alguien lamentándose angustiado porque su hijo se ha ido lejos, o ha fallecido, o porque ha sufrido una pérdida en sus propiedades, asegúrate de que las apariencias no te engañen. En lugar de ello, distingue lo observado con tu mente y prepárate a decir: «No es el hecho lo que aflige a esta persona ya que sólo lo aflige a él y no a otro; lo que lo atormenta es la opinión que ha concebido sobre lo que ocurrió». Luego, cuando hables, no te pongas a su nivel y por cierto no te sumes a sus lamentos. Pero tampoco te lamentos en tu interior.
17. Recuerda que eres el actor de un drama y desempeñas el papel que el Autor ha querido conferirte. Será un papel largo si te lo adjudicó así, y será corto si decidió darte un papel breve. Si le place, actuarás de hombre pobre, de tullido, de príncipe o de artesano; y tú asegúrate de representar ese papel con naturalidad. Tu misión es desempeñar bien el papel que te han asignado; el elegir ese papel es función de otro.
18. No te dejes alterar por el graznido¹ desafortunado de algún cuervo. Reflexiona inmediatamente así: «Ninguna de estas cosas me vaticina algo; el vaticinio es para mi

¹ El graznido de un cuervo en determinados momentos se consideraba un acontecimiento de mal agüero.

mezquino cuerpo, o para mi propiedad, mi reputación, o mis hijos, o mi mujer. Para mí todos los augurios son buenos si yo lo quiero así. Porque pase lo que pase, está en mi poder aprovechar lo que suceda para algo fructífero».

19. Puedes ser invencible con sólo no aceptar un combate cuya victoria no esté bajo tu control. Por consiguiente, si ves a alguien cubierto de honores o poder, o que goza de alta estima, o resulta favorecido de cualquier otro modo, no te dejes llevar por las apariencias y no lo consideres feliz. Porque, si la esencia del bien reside en las cosas que podemos controlar, no hay razón para dar lugar a los celos y a la envidia. Por tu parte, no desees ser general, o senador, o cónsul, sino libre; y la única manera de lograrlo es menospreciando aquello que no controlamos.
20. Recuerda que no insulta aquél que injuria o golpea; lo que insulta es el criterio que establece estas acciones como ofensivas. Por lo tanto, si alguien te provoca, ten presente que es tu propia opinión la que te está provocando. En primer lugar, pues, trata de no dejarte llevar por las apariencias. Porque una vez que hayas ganado tiempo y te has dado un respiro, te controlarás con mayor facilidad.
21. Deja que la muerte, el exilio, y todas las demás cosas que parecen terribles parezcan cotidianas ante tus ojos. Pero especialmente no temas a la muerte y así nunca tendrás un pensamiento innoble ni desearás algo con exageración.
22. Si tienes el firme propósito de comprender la filosofía, prepárate desde el mismo principio a que se rían de ti, a sufrir las burlas de la multitud, a escuchar que digan: «Se nos ha vuelto filósofo de repente», o bien: «¿De dónde sacó esa actitud tan arrogante?». Por tu parte, asegúrate de no adoptar, por cierto, esa actitud arrogante y aférrate con constancia a las cosas que hacen a tu bien, como alguien a quien Dios ha ordenado permanecer en ese puesto. Porque recuerda lo siguiente: si te mantienes constante en tu posición, terminarán admirándote las mismas personas que antes te ridiculizaban; pero si te dejas convencer por los demás, harás el ridículo por partida doble.
23. Si, por complacer a los demás, alguna vez tu atención queda prendada de lo externo, ten la certeza de que has arruinado tu estilo de vida. Confórmate, pues, con ser un filósofo en todo y compórtate como un filósofo si deseas que los demás te consideren como tal; eso será suficiente para ti.
24. No dejes que te preocupe la idea de vivir en la deshonra y de no ser nadie en parte alguna. Porque, si el no recibir honores fuese un mal, entonces los demás tendrían el poder de hacernos desdichados; y no es así, como que tampoco los demás pueden obligarnos a participar de algo innoble. ¿Es, pues, asunto tuyo obtener poder o ser admitido en un festín? De ninguna manera. Al fin y al cabo, ¿por qué carecer de poder o no ser invitado habría de ser un deshonor? ¿Por qué habría de ser cierto que por ello no eres nadie en ninguna parte? Lo que debes ser es alguien tan sólo en aquellas cosas que están bajo tu propio control y en las que tu decisión es lo que más importa.

«Pero —me dirás— así no atenderé a mis amigos». ¿Qué quieres decir con eso de «atender»? No obtendrán dinero de ti, ni tú los harás ciudadanos romanos. ¿Y quién te ha dicho que éstas son cosas que figuran entre las que se encuentran bajo tu control y no son asunto de otros? ¿Acaso alguien le puede dar a otro lo que él mismo no tiene? «Pues —me dirás— obténlas para que puedas compartirlas con los demás». Muy bien, si puedo obtenerlas preservando mi honor, mi lealtad y mi grandeza de ánimo, muéstrame el camino y las obtendré. Pero si pretendes que pierda mi propio bien para que tú puedas obtener algo que no es un bien, considera lo injusto y tonto que eres. Aparte de ello, ¿qué preferirías tener: una suma de dinero o un amigo con lealtad y honor? Más bien ayúdame a forjar esas cualidades y no me pidas cometer actos por los que puedo perderlas.

«Está bien —me dirás— pero por ese medio no le aportarás nada a la patria». De nuevo: ¿qué quieres decir con eso? «Pues, —me contestarás— que la ciudad no tendrá ni pórticos ni baños públicos». ¿Y eso qué significa? Tampoco un herrero le provee zapatos, ni un zapatero le suministra armas a la patria. Por lo que basta con que cada cual cumpla acabadamente con su propia función. ¿No le harías un servicio a la patria dándole otro ciudadano honrado y leal? Por supuesto que sí. «¿Qué lugar, pues —me preguntas— ocuparé en el Estado?». Cualquiera que puedas desempeñar con honor y lealtad. Porque, si por el deseo de ser útil pierdes esas cualidades, ¿qué provecho obtendrá la patria de alguien que se ha vuelto desleal y corrupto?

25. ¿Han sentado a la mesa a alguien en un lugar mejor que el tuyo? ¿Lo han saludado primero o han tomado su consejo y no el tuyo? Si estas cosas son buenas deberías alegrarte de que al otro le hayan sucedido, y si son malas, no te sientas afligido porque no te sucedieron a ti. Recuerda que si para adquirir cosas exteriores que están fuera de tu control, no utilizas los mismos medios que otros emplean, tampoco puedes esperar que te consideren digno de una participación igual a la que ellos tienen. ¿Cómo podría alguien que no frecuenta la casa de ningún famoso, que no visita y que no adula a los notables, obtener lo mismo que quien hace todas esas cosas?

Serás, pues, injusto y avaro si no estás dispuesto a pagar el precio por el cual estos favores son vendidos y pretendes obtenerlos gratis. ¿Por cuánto se vende la lechuga? Digamos que por cincuenta céntimos. Si alguno paga ese precio y se lleva la lechuga mientras tú, no pagándolo, te quedas sin ella, no imagines que el otro te ha aventajado en algo. Porque, así como él tiene la lechuga, tú seguirás teniendo los cincuenta céntimos que no gastaste. De modo que, si no has sido invitado al banquete de una persona, es porque no has pagado el precio al cual ese banquete se vende. Y se lo vende por adulaciones; se lo vende por reverencias. Paga, pues, ese precio si te conviene. Pero si pretendes no pagar el precio y aun así recibir los favores, eres un avaro y un imbécil. ¿Crees que, si pierdes ese banquete, no obtienes nada a cambio? Pues, todo lo contrario: obtienes el no haber adulado a quien no quieres adular y el no haber tenido que soportar el trato que ese engreído dispensa a quienes lo visitan.

26. La voluntad de la naturaleza puede ser conocida por acontecimientos similares. Por ejemplo, si el sirviente de un vecino rompe una copa, o algo similar, nuestra tendencia es decir: «Estas cosas pasan». Asegúrate de reaccionar de la misma manera cuando sea tu sirviente y tu copa la que se rompe. Aplica esto en forma similar a acontecimientos más importantes. ¿Ha fallecido el hijo o la esposa de algún otro? Todos dirán en un caso así: «Es el destino humano». Pero cuando es el propio hijo quien fallece la exclamación es: «¡Oh qué desdichado soy!». Deberíamos recordar cómo nos afecta la misma noticia cuando se trata de los demás.
27. El mal está en la naturaleza como un blanco puesto para enseñarnos a acertar; no para hacernos errar.
28. Si una persona le diese tu cuerpo al primer extraño que se cruza en su camino, por cierto que estarías enojado. Sin embargo, no tienes ningún reparo en entregarle tu mente a la confusión y a la mistificación ante cualquiera que tenga el capricho de injuriarte.
29. En cualquier empresa, antes de actuar considera primero los antecedentes y las consecuencias. De otro modo, comenzarás con entusiasmo pero, al no haber pensado en las consecuencias, cuando surja alguna de ellas, desistirás vergonzosamente. Te dirás: «Quiero vencer en los Juegos Olímpicos». Pero considera lo que antecede y lo que sigue; luego, si es para tu bien, acomete la empresa. Piensa en que tendrás que respetar las reglas, someterte a una dieta, abstenerte de frivolidades. A determinadas horas, te guste o no, tendrás que ejercitar tu cuerpo ya sea que haga calor o frío; no beberás agua demasiado fría y a veces ni siquiera vino. En una palabra, tendrás que entregarte a tu maestro como si fuera tu médico. Luego, durante la contienda, es posible que te arrojen en una zanja, que te disloquen un brazo, que te tuerzas el tobillo, que tragues polvo, que te azoten y al final, quizás pierdas la victoria. Si has evaluado todo esto y tu determinación sigue firme, entonces ve a la contienda. De otro modo, ten presente que actuarás como los niños que a veces juegan a los luchadores, a veces a los gladiadores, a veces hacen como que tocan una trompeta y a veces hacen de actores de una tragedia cuando han visto alguno de estos espectáculos. Así, tú también querrás ser una vez luchador, otra gladiador, ahora filósofo, luego orador, y con toda tu alma no serás nada en absoluto. Como un mono, imitarás todo lo que ves y hallarás placer en dejar una cosa por otra pero todas te hartarán una vez que se han vuelto familiares. Porque no habrás comenzado nada considerándolo en detalle, ni después de haber estudiado el asunto por todos sus lados, ni después de haberlo analizado a fondo, sino en forma temeraria y cediendo a un mero capricho.

Así, algunos, cuando han visto a un filósofo y escuchado hablar a un hombre como Sócrates (aunque, realmente: ¡quién pudiera hablar como él!), de pronto quieren ser filósofos también. ¡Oh hombre, quienquiera que seas! Considera primero la cuestión y luego qué es lo que tu propia naturaleza está en condiciones de sobrellevar. Si quieres

ser un luchador, considera tus hombros, tu espalda, tus muslos; porque las personas son diferentes y cada uno está hecho para algo diferente. ¿Crees que puedes comportarte como lo haces y ser un filósofo? ¿Crees que puedes serlo comiendo, bebiendo, enojándote y estando desconforme como lo estás ahora? Pues no; deberás aprender a observar, tendrás que trabajar, tendrás que sacar lo mejor de ciertas tendencias tuyas; deberás dejar a los amigos; tal vez soportar que algún criado te desprecie, que se rían de ti; que te releguen en todo: en magistraturas, en honores, en las cortes o en la judicatura.

Cuando hayas considerado todas estas cosas por entero, medita sobre si despidiéndote de ellas sigues deseando obtener serenidad, libertad y tranquilidad de espíritu. En caso contrario, no vengas aquí. No hagas como los niños, queriendo ser una vez filósofo, otra vez publicano, luego orador y finalmente uno de los oficiales de César. Estos papeles no se condicen. Debes ser una sola clase de hombre, bueno o malo. Debes cultivar, ya sea tu propia facultad de dominio, o bien las cosas externas. Debes dedicarte ya sea a cosas que están dentro de ti, o bien a las que están fuera de ti; esto es: debes elegir entre ser un filósofo o alguien del vulgo.

30. Los deberes se miden universalmente por relaciones. ¿Alguien es un padre? Si lo es, esto implica que los hijos deberán en algún momento cuidar de él, deberán obedecerle en todo, escuchar pacientemente sus reconvenciones, sus correcciones. ¿Me dirás que es un mal padre? ¿Quién te dijo que la Naturaleza, cuando te dio un padre, se obligó a dártelo bueno?

Y esto no se refiere tan sólo a tu padre. ¿Es injusto tu hermano? Pues mantén tu situación respecto de él. No consideres lo que él hace sino lo que haces tú para mantener tu libre albedrío en un estado conforme a la Naturaleza. Nadie puede herirte si tú no lo consientes. Sólo te lastimarán si crees que has sido lastimado. De esta forma, por lo tanto, aplicando la idea a un vecino, a un ciudadano o a un general, podrás establecer los deberes correspondientes si te acostumbras a considerar las diferentes relaciones.

31. Ten por seguro que la piedad esencial hacia los dioses consiste en formarse un concepto correcto de ellos, creyendo que existen y que gobiernan el universo con bondad y justicia. Toma la firme resolución de obedecerlos y acatarlos, siguiéndolos voluntariamente en todos los acontecimientos y considerando éstos como producidos por la más perfecta de las inteligencias. De esta forma nunca dudarás de los dioses, ni los acusarás de haberte desamparado.

Pero hay sólo una forma de hacer esto: retirándote de aquellas cosas que no están bajo tu control y viendo tanto el bien como el mal sólo en aquellas que sí lo están. Porque si supones buenas o malas algunas de las cosas que no controlas, cuando te desilusiones de lo que desees o incurras en lo que habrías querido evitar, necesariamente tendrás que culpar y aborrecer a quienes esto te causaron. Porque todo animal está

naturalmente constituido para evitar y huir tanto de lo que puede causarle daño como de las causas de lo dañino; y por el mismo principio, todo animal tiene la tendencia a perseguir y querer tanto aquello que lo beneficia como las causas de lo beneficioso.

Así, pues, es imposible que quien se cree herido por alguien sienta también simpatía por quien le hirió, del mismo modo en que es imposible que se alegre por la herida misma. De allí también que, a veces el hijo maldice al padre cuando éste no le imparte lo necesario para su bien y el imaginar que el Imperio es un bien fue lo que causó la enemistad entre Polinices y Eteocles². Por ello, también, es que el esposo, el marinero, el comerciante y todos los que pierden mujer e hijos maldicen a los dioses. Porque allí en dónde está el interés también está la piedad³. De modo que, quien regula con cuidado sus deseos y sus aversiones como corresponde, por el mismo principio también se preocupa por ser piadoso. Pues cada uno tiene la obligación de honrar a los dioses conforme a las costumbres de su país, con pureza, sin descuido, sin negligencia, sin mezquindad y sin reticencia.

32. Cuando recurras a los augures recuerda que ignoras lo que ha de suceder —ya que por eso los consultas— pero la naturaleza de lo que ocurrirá es algo que sabes, al menos si eres un filósofo. Porque si es algo que no depende de ti, de ninguna manera puede ser ni bueno ni malo. Por lo tanto, no le llesves al augur ni deseo ni aversión ya que, si lo haces, te le acercarás temblando. Adquiere primero un conocimiento claro de que todo acontecimiento, sea de la clase que fuere, te es indiferente y no significa nada para ti porque siempre estará en tu poder aprovecharlo para bien y nadie puede impedirte. Acércate luego con confianza a los dioses y considéralos tus consejeros. Luego, cuando te haya sido dado el consejo, recuerda qué clase de consejeros has consultado y el consejo de quién ignorarás si desobedeces.

Recorre al oráculo, como Sócrates lo aconsejó, en aquellos casos en los que toda la cuestión se refiere al azar y no puede ser entendida ni por la razón ni por ningún otro arte. Por consiguiente, cuando nuestro deber es compartir el peligro con un amigo o ir en defensa de la patria, es impropcedente consultar al oráculo sobre si debemos —o no— cumplir con ese deber. Pues, aunque el augur nos presagie que el hado nos es desfavorable, esto significa tan sólo que hay una muerte, una mutilación o un exilio en nuestro futuro. Pero poseemos raciocinio y éste, aun a pesar de los riesgos, nos dirige

² Polinices y Eteocles: eran hijos de los reyes de Tebas. Cuando su padre murió, los dos hermanos se enfrentaron en una guerra en la que ambos murieron.

³ Piedad (pietas): entendida aquí en su acepción original como virtud que inspira, en primer lugar y por el amor a Dios, una devoción a las cosas santas, y, en segundo lugar y por amor al prójimo, actos de amor y compasión. (Cf. Diccionario de la Real Academia).

hacia el más grande de los oráculos —el dios Pytheo⁴— quien expulsó de su templo a quienes no socorrieron a un amigo cuando éste estaba siendo asesinado por otra persona.

33. Asígnate una conducta que puedas mantener tanto en forma privada como en público.

Calla la mayor parte del tiempo, o bien habla sólo lo necesario y con pocas palabras. Podemos, sin embargo, entablar un diálogo moderado si se llega a dar la ocasión, pero abstengámonos de hacerlo sobre cuestiones comunes tales como gladiadores, carreras de caballos, campeones de atletismo o fiestas, que son los temas vulgares de conversación. Pero, principalmente, no hablemos sobre otras personas; así evitaremos reproches, alabanzas y comparaciones. Por lo tanto, si te es posible, dirige la conversación con los demás hacia temas apropiados y, si no puedes hacerlo, guarda silencio.

No te rías como un desaforado, ni siempre, ni constantemente.

Evita los juramentos. Si puedes, no jures nunca; si no puedes, lo menos que te sea posible.

Evita los espectáculos públicos y vulgares. Si ocasionalmente debes asistir a ellos, vigila tu comportamiento a fin de que no caigas imperceptiblemente en actitudes groseras. Ten por seguro que, por más íntegra y sana que sea una persona, si conversa con un compañero infectado, terminará infectado él también.

De las cosas relacionadas con el cuerpo, tales como carne, bebidas, vestimenta, casas y criados, aprovisionate tan sólo de lo necesario. Rechaza y libérate de todo lo relacionado con la ostentación y el lujo.

En la medida de lo posible, prescinde del placer de las mujeres hasta que estés casado; y si gozas de ese placer, hazlo legalmente. Pero no te vanaglories de tu comportamiento ni critiques a quienes viven de otra manera.

Si te comentan que alguien ha hablado mal de ti, no te tomes el trabajo de negar lo que ha dicho. Responde simplemente: «Es que no conoce mis otros defectos. De conocerlos, hubiera hablado mucho más y peor».

No es necesario que concurras con frecuencia a los espectáculos públicos; pero si se presenta una ocasión apropiada para que lo hagas, no parezcas más solícito con otros de lo que eres contigo mismo, esto es: toma las cosas simplemente como son y que el vencedor sea el que ha vencido; de este modo no tendrás dificultades. Evita por completo las aclamaciones, las burlas y las emociones vulgares. Y cuando te retires no hagas largos comentarios sobre lo que ha sucedido y sobre lo que no contribuye en

⁴ Pytheo: Según la mitología griega, Piteo era el rey de Trecén. Se dice que fue tan sabio que comprendió las profecías de Egeo mientras, para todos los demás, las mismas resultaron incomprensibles.

nada a tu propia educación. De otro modo, por medio de tus comentarios darías a conocer que has quedado indebidamente impresionado con la vulgaridad del espectáculo.

No vayas por propia iniciativa a los ensayos de los poetas y los oradores, ni aceptes fácilmente una invitación para hacerlo. Pero si concurre, mantén tu compostura y tu calma, evitando al mismo tiempo parecer malhumorado.

Si conversas con alguien, y especialmente con una persona de mayor nivel, imagínate cómo se hubieran comportado Sócrates o Zenón en una situación similar. De esa forma no perderás la oportunidad de aprovechar correctamente todo lo que se diga.

Si vas a una audiencia con alguien que está en el poder, imagínate que no lo hallarás en su casa, que no te permitirá pasar, que no te abrirá la puerta, que te ignorará. Si aun a pesar de ello es tu deber concurrir, soporta lo que suceda y nunca te digas: «No valió la pena». Porque esto es vulgar y propio del hombre deslumbrado por las cosas externas.

En reuniones y conversaciones evita mencionar en forma excesiva y frecuente tus hazañas y los peligros que has enfrentado. Por más agradable que sea para ti mencionar los riesgos que has corrido, no necesariamente es igual de agradable para los demás el escuchar tus aventuras. Del mismo modo, no te esfuerces por hacer reír a los demás. Ésta es una cuestión resbaladiza que puede hacerte caer en la vulgaridad y, aparte de ello, hacerte perder la estima de tus conocidos. Igual de peligrosos son los intentos de tratar temas indecentes. Por lo tanto, cuando suceda algo así y si hay una oportunidad adecuada para hacerlo, censura al que comienza a hablar de ello o bien, al menos, guarda silencio y muestra tu desagrado con la expresión de tu rostro.

34. Si te asalta la promesa de algún placer, cuídate de no dejarte llevar por ella; deja que la situación aguarde tu decisión y procúrate alguna demora. Luego represéntate dos momentos: aquél durante el cual gozarás de ese placer y aquél durante el cual te arrepentirás de haberlo gozado. Hecho esto, en contraposición con lo anterior, imagínate cómo te sentirás si te abstienes. Y si aun así llegas a la conclusión que puedes gozar razonablemente de ese placer, no te dejes dominar por su seducción y por su fuerza agradable y atractiva; considera que lo más excelso de todo placer es el saber que se lo ha dominado y vencido.
35. Cuando hagas algo que, según tu mejor criterio, debe ser hecho, nunca tengas vergüenza de que te vean haciéndolo, aun cuando todo el mundo pueda formarse una idea equivocada de lo que haces. Porque, si no has de obrar rectamente, desiste de la acción misma; pero si tu obrar es recto, ¿por qué habrías de temer a quienes te juzgan en forma equivocada?
36. Así como la proposición «O bien es de día, o bien es de noche» es muy cierta formulada con partícula disyuntiva y completamente falsa con partícula conjuntiva, del mismo modo el tomar la porción más grande en un banquete es muy apropiado para el apetito

corporal pero completamente inconsistente con el espíritu social de una reunión. Por lo tanto, cuando comas con otros, ten presente no sólo el valor que para tu cuerpo tienen las cosas colocadas sobre la mesa, sino el valor del comportamiento que se le debe a la persona que ofrece el banquete.

37. Si has asumido un cargo superior a tus fuerzas, no sólo tendrás un mal desempeño en él sino que perderás el que hubieras podido ejercer con éxito.
38. Cuando caminas tienes cuidado de no pisar un clavo o de no torcerte en pie. De la misma manera, cuídate de no dañar la facultad que gobierna tu mente. Si respetamos esto en cada acción, todo lo que emprendamos lo haremos con mayor seguridad.
39. Para cada uno, el cuerpo es la medida de lo que le corresponde, así como el pie es la medida del calzado. Por lo cual, si te limitas a ello, mantendrás la medida; pero si vas más allá de ello, si en el calzado excedes la medida de tu pie, pretenderás primero un calzado de oro, luego de púrpura y luego otro cubierto de piedras preciosas. Una vez que hayas excedido la medida adecuada ya no sabrás dónde está el límite.
40. A partir de los catorce años a las mujeres se las halaga con el título de «doncellas». Al percibir que se las considera tan sólo calificadas para darle placer a los hombres, comienzan a adornarse y a poner todas sus esperanzas en su apariencia. Por ello, deberíamos esforzarnos por hacerles ver que las apreciamos, no por sus ornamentos, sino porque son decentes, modestas y discretas.
41. Es un indicio de falta de genio el dedicar demasiado tiempo a las cosas relacionadas con el cuerpo como el perder un tiempo exagerado en ejercicios físicos, en comer, en beber y en las demás funciones corporales. Todo ello debería ser practicado en forma circunstancial y moderada. Nuestra mayor atención debería estar centrada en el entendimiento.
42. Si una persona te perjudica o habla mal de ti, recuerda que actúa suponiendo que está bien actuar así. No es posible pensar en que actuaría según lo que te parece bien a ti pero no le parece bien a él. Por lo tanto, si está juzgando a partir de una falsa apariencia, es él quien se perjudica porque él es quien se engaña. Porque si alguien supone que una proposición verdadera es falsa, la proposición no dejará de ser verdadera, pero el que la supuso falsa se perjudicará por su error. Partiendo, pues, de estos principios, tolera con paciencia a la persona que te injuria y, en cada una de esas ocasiones, dirás tan sólo: «Así le pareció a él».
43. Todo tiene dos caras; siendo que una de ellas es soportable y la otra no lo es. Si tu hermano actúa de un modo injusto, no te aferres a esa acción por la cara de la injusticia porque por ella no lo podrías soportar. Considera la otra cara de la cuestión: es tu hermano y os habéis criado juntos. De esta forma habrás considerado el asunto por el lado en que se lo puede sobrellevar.

44. Los siguientes razonamientos no se condicen: «Soy más rico que tú, por lo tanto soy mejor»; «Soy más elocuente que tú, por lo tanto soy mejor». Lo que se condice es más bien lo siguiente: «Soy más rico que tú, por lo tanto mis propiedades son mayores que las tuyas»; «Soy más elocuente que tú, por lo tanto mi estilo es mejor que el tuyo». Sin embargo, después de todo, tú no eres ni una propiedad ni un estilo.
45. ¿Alguien se lava en muy poco tiempo? No digas que se lava mal sino que se lava rápido. ¿Alguien toma una gran cantidad de vino? No digas que no sabe beber, simplemente di que toma mucho. A menos que conozcas la razón por la cual alguien actúa de determinada manera ¿cómo puedes saber si actúa mal? Actuando de esa forma no correrás el riesgo de opinar guiado por las apariencias sino guiado solamente por lo que has comprendido bien.
46. No digas nunca que eres un filósofo ni te pongas a hablar extensamente ante ignorantes sobre los principios que sustentas; límitate a actuar conforme a dichos principios. Así, en un banquete no te pongas a hablar sobre cómo se debe comer sino come como se debe. Recuerda que fue de esta manera que Sócrates evitó toda ostentación. Y cuando se le acercaban personas pidiéndole que las recomendara a algún filósofo, él iba y las recomendaba; tan poco le importaba que lo pasaran por alto.

De modo que si los ignorantes se ponen a hablar de problemas filosóficos en tu presencia, guarda silencio todo lo que te sea posible. Es muy peligroso vomitar lo que todavía no has digerido. Y si alguno te dice que no sabes nada y no te sientes ofendido por ello, ten la seguridad de que estás en el buen camino. Las ovejas no vomitan el pasto para mostrarle a los pastores cuánto han comido; digieren la comida por dentro y por fuera producen lana y leche. Por lo tanto, procede de similar manera y no expongas tus principios a los ignorantes; muéstrales el comportamiento que producen luego de haber sido digeridos.

47. Si has aprendido a satisfacer las necesidades de tu cuerpo con poco, no te vanaglories de ello. Si sólo tomas agua no te pongas a decir en cada ocasión: «Yo tomo agua». Considera primero cuanto más frugales y pacientes en el infortunio que nosotros son los pobres. Pero si alguna vez te dedicas al trabajo intenso, hazlo por ti mismo y no para exhibirlo al mundo entero. No trates de llamar la atención con ello. Si estás muy sediento, enjuágate la boca con un poco de agua fría y no se lo digas a nadie.
48. La condición y característica de una persona vulgar es que nunca espera ni beneficio ni perjuicio por causas propias sino siempre por causas externas. La condición y la característica del filósofo es que espera todo beneficio y todo perjuicio tan sólo de sí mismo. Al hombre culto se lo reconoce por no censurar a nadie, no alabar a nadie y no acusar a nadie. Es alguien que no habla de sí mismo haciéndose el importante o pretendiendo saber algo. Si en cualquier situación tiene dificultades o fracasos, sólo se acusa a sí mismo, Si es alabado, secretamente se ríe de la persona que lo alaba y, si es criticado, no se defiende; pero se mueve con la precaución de los convalecientes,

temiendo mover algo antes de que esté perfectamente curado. El sabio suprime dentro de sí todo deseo, transfiere su aversión sólo a las cosas que menoscaban el empleo adecuado de su libre albedrío. Cuando ejerce un poder activo sobre cualquier cosa lo hace siempre de un modo muy moderado. No le importa parecer estúpido o ignorante y, en una palabra, se considera a sí mismo como un adversario emboscado.

49. Cuando alguien se vanaglorie de su capacidad para comprender e interpretar los libros de Crisipo⁵ piensa lo siguiente: «Si Crisipo no hubiera escrito en forma oscura, esta persona no tendría de qué envanecerse. Pues ¿qué es lo que busco? Mi objetivo es comprender a la Naturaleza y seguirla. Cuando pregunto quién la ha interpretado, encuentro a Crisipo y recorro a él; y si no lo entiendo busco a alguien que me lo interprete».

Pero hasta aquí no he hecho nada loable, porque cuando haya encontrado ese intérprete, todavía me faltará lo principal, que es seguir sus instrucciones; pues si me quedo admirando tan sólo la interpretación, no me convertiré en filósofo sino en literato. Tan sólo que, en lugar de explicar a Homero⁶, disertaré sobre Crisipo. Por lo tanto, si alguien me pide que le lea a Crisipo, lo que me da vergüenza no es no entenderle, sino que no puedo demostrar que mis actos se hallan de acuerdo y en consonancia con su discursos.

50. Sean cuales fueren las reglas morales que te has propuesto, respétalas como si fuesen leyes, como si cometieses sacrilegio al violar cualquiera de ellas. No te preocupes por lo que digan de ti porque, al fin y al cabo, eso no es algo que te deba importar.

¿Cuánto tiempo más piensas tardar en ser digno de los más elevados progresos y en seguir los dictados de la razón? Has recibido los principios filosóficos con los cuales debes estar familiarizado. ¿Qué otro maestro estás esperando para comenzar a enmendarte? Ya no eres un adolescente sino un adulto. Por consiguiente, si continúas siendo negligente y perezoso, y siempre aplazas las cosas añadiendo excusas a más excusas, posponiendo el día en que te dedicarás a ti mismo, se te pasará la vida sin darte cuenta y, sin haber progresado, seguirás siendo alguien del vulgo hasta el día de tu muerte.

En este mismo instante, pues, piensa que eres digno de vivir como un adulto que se perfecciona. Considera todo lo óptimo como una ley inviolable. Y si se te presenta un

⁵ Crisipo de Soli: (Siglo III a. C.) fue uno de los más grandes estoicos. Discípulo de Cleantes es considerado uno de los máximos exponentes de la filosofía estoica. Diógenes Laercio llegó a decir de él: «Si los dioses se ocuparan de dialéctica, utilizarían la dialéctica de Crisipo».

⁶ Homero: (Siglo VIII a. C.) con este nombre se conoce a un poeta y rapsoda griego al que se le atribuyen las principales poesías épicas griegas: la Ilíada y la Odisea.

momento de dolor o de placer, de gloria o de desgracia, recuerda que el combate es ahora. Ahora es cuando comienza la Olimpíada, y no puede ser postergada.

Si te dejas vencer una vez y te entregas, tu progreso se habrá perdido; procediendo de la forma contraria, lo mantendrás. Así es como Sócrates se volvió perfecto, aprovechándolo todo para ser mejor y no escuchando otro consejo que el de la razón. Si bien todavía no eres un Sócrates, debes, sin embargo, vivir como alguien que se ha propuesto ser como él.

51. La primera y más indispensable cuestión en filosofía es la aplicación de los principios morales tales como: «No mentirás». La segunda es la de las demostraciones, tales como: «Cual es el origen de nuestra obligación de no mentir». La tercera consolida y articula las primeras dos estableciendo, por ejemplo: «Cual es el origen de esta demostración». Porque, ¿qué es una demostración? ¿Qué es una consecuencia? ¿Qué es contradicción? ¿Qué es la verdad? ¿Qué es falso? La tercera cuestión es, pues, necesaria para la segunda y la segunda para la primera. Pero la más necesaria de todas es la primera y es a ella que debemos atenernos.

Y, sin embargo, por lo general, hacemos justamente lo contrario: perdemos todo nuestro tiempo en la tercera cuestión, descuidando por completo la primera. Por lo que mentimos, e inmediatamente nos disponemos a explicar cómo se demuestra que no está bien mentir.

52. En toda ocasión deberíamos tener siempre a mano las siguientes máximas:

*«Júpiter y Décima, conducidme
doquier vuestros decretos han establecido mi puesto.
Obedezco alegremente, y de no hacerlo,
malvado y arruinado igual tendré que obedecer».*
CLEANTES.

*«Quien obedece correctamente al Destino
sabio es entre los hombres
porque conoce las leyes del cielo».*
EURÍPIDES, Frag. 965

Y este tercero:

*«Oh Critón, si así place a los dioses, deja que así sea.
Anito y Melito pueden matarme, por cierto; pero hacerme daño, no pueden.*
PLATÓN: Critón y Apología de Sócrates.