

EL ABC DE LA FELICIDAD

Lou Marinoff

**LA PROPORCIÓN ÁUREA DE ARISTÓTELES:
CÓMO REALIZARSE Y SER FELIZ EN LA INSENSATEZ**

(2° capítulo, págs., 61-93, Ediciones B, grupo zeta, Barcelona, 2006)

La virtud es una posición intermedia [...] entre dos vicios, el uno por exceso y el otro por defecto.

Aristóteles

«El filósofo»

Aristóteles nació en el año 384 a. C. en Estagira, un puerto marítimo tracio colonizado por los griegos. Su padre, Nicómaco, fue el médico de la corte del rey macedonio Amintas, de manera que Aristóteles empezó con buen pie en esta vida. A los diecisiete años fue enviado a la Academia de Platón en Atenas, por aquel entonces el centro intelectual de Occidente, donde estudió durante los veinte años siguientes. Tras la muerte de Platón en el año 347 a. C., Aristóteles abandonó Atenas. Aunque había sido el alumno más destacado de Platón, también había divergido de su maestro en algunos puntos clave y, por ese motivo, no fue elegido para sucederlo como director de la Academia. Aceptó la invitación del rey Filipo de Macedonia para convertirse en preceptor de su hijo Alejandro (el futuro Alejandro Magno), labor a la que se dedicó durante los cinco años posteriores. Tras la muerte de Filipo, Alejandro se embarcó en sus legendarias conquistas y Aristóteles regresó a Atenas para abrir su propia escuela, el Liceo. Allí enseñó durante trece años, impartiendo clases avanzadas a sus alumnos más brillantes y charlas al público en general. Contrajo matrimonio dos veces en su vida y su segunda esposa, Herpílida, alumbró un hijo, Nicómaco, para quien Aristóteles escribió su entrañable *Ética nicomaquea*. Cuando Alejandro Magno falleció en el

año 323 a. C., la opinión política ateniense se volvió contraria a todo lo macedonio y la vida de Aristóteles corrió peligro. El filósofo huyó a Caléis para que, en sus propias palabras, «los atenienses no pudieran tener otra oportunidad de pecar contra la filosofía, como ya habían hecho en la persona de Sócrates». Murió allí en el año 322 a. C.

Aristóteles fue el tercer patriarca filosófico del extraordinario linaje ateniense que forma una hebra de la doble hélice de la civilización occidental. Su maestro, Platón, había puesto por escrito y dramatizado los diálogos de Sócrates, procurando al pensamiento occidental ideas de una novedad sin precedentes. La filosofía platónica revivificó el judaísmo en la Jerusalén posbíblica, sentó las bases metafísicas del cristianismo en la Roma del bajo Imperio y legó a Occidente una versión de idealismo condenada en 1948 por el filósofo judío vienes sir Karl Popper, el único filósofo del siglo XX elegido para la Real Academia de Ciencias, por justificar los excesos políticos de la Alemania nazi y la Rusia soviética.

Sócrates, el maestro de Platón, inventó métodos filosóficos para descubrir la verdad y los aplicó al terreno del conocimiento, la ética, las leyes, el amor, la belleza, la justicia, etc.; gemas verbales en bruto que Platón pulió para convertir en joyas filosóficas escritas. El mismo Sócrates había sido juzgado por corromper a la juventud ateniense, una acusación urdida por sus vengativos enemigos políticos; y había permitido, manteniéndose fiel a sus principios, que lo torturaran en Atenas, en lugar de dejar que amigos influyentes lo sacaran vivo de la cárcel para que se pudiera exiliar a Tebas.

Si usted duda por un instante de la profundidad y duración de la influencia política platónica y socrática en Occidente, lea, por ejemplo, Carta desde la cárcel de Birmingham de Martin Luther King. Aquí redescubrirá la doble hélice cultural de la filosofía helénica y la religión judeocristiana, patente en el movimiento para la defensa de los derechos civiles que surgió en Estados Unidos en la década de 1950, impulsado por el hombre que condujo su pueblo a la libertad utilizando una sensata mezcla de las tradiciones mosaica y socrática, llegadas a él a través de Thoreau y Tolstói, con Ghandi entre líneas.

La magnitud de las aportaciones de Aristóteles, muy superiores a las de Sócrates y Platón, lo hizo tan preeminente que la cita siguiente se encuentra por todo el ciberespacio: *«Aristóteles, más que cualquier otro pensador, determinó la orientación y el contenido de la historia intelectual de Occidente. Fue autor de un sistema filosófico y científico que, con el paso de los siglos, se convirtió en soporte y vehículo tanto del pensamiento erudito medieval cristiano como del pensamiento erudito islámico: hasta finales del siglo XVII, la cultura occidental fue aristotélica. Incluso después de las revoluciones intelectuales de los siglos posteriores, los conceptos y las ideas aristotélicas siguieron impregnando el pensamiento occidental.»*

El mismo plan de estudios de la universidad moderna se forjó en el crisol de la formidable mente de Aristóteles. Asignaturas que él inventó o reinventó incluyen la lógica, la física, la astronomía, la meteorología, la zoología, la etología, la teología, la psicología, la política, la economía, la retórica y la poética. También inventó la taxonomía, el arte y la ciencia de la clasificación. De los productos de los supermercados a los libros de las bibliotecas, de las estrellas y las galaxias a la flora y la fauna, de los elementos de la tabla periódica a los anuncios de los periódicos... todo está clasificado gracias a Aristóteles. El Filósofo también fue el primero en formular las leyes de la lógica binaria y silogística, leyes formales que complementaron los teoremas de la geometría plana catalogados por Euclides. Aristóteles es también un vínculo con el cálculo digital. Tanto la TTL (Lógica transistor-transistor) del hardware como los lenguajes formales de programación del software son ampliaciones directas de la formalización aristotélica de la lógica y la razón. Aristóteles también fue el primero en dedicarse sistemáticamente a lo que hoy denominamos investigación científica, haciendo observaciones de fenómenos concretos, desde los astronómicos hasta los zoológicos, e intentando inferir leyes universales a partir de ellas. Por supuesto, la mayor parte de su ciencia ha sido superada, pero en eso radica precisamente el progreso científico. Gran parte de la ciencia del siglo XX ha sido también superada.

Las denominadas «ciencias sociales» (psicología social, antropología cultural, sociología, economía y ciencias políticas) son difusas prolongaciones de la ciencia natural aristotélica (física, química, biología). Estas ciencias fueron aplicando gradualmente a los ámbitos humanos los sólidos conocimientos de la naturaleza adquiridos por la civilización occidental, lo cual permitió a los países de Occidente promover estructuras políticas y socioeconómicas —para bien y para mal, como siempre— que se ceñían a los avances de las teorías y tecnologías de la ciencia natural. La Revolución Industrial no tuvo precedentes en la historia de la humanidad y en aquel momento no podría haber sucedido en ningún otro lugar del mundo, gracias una vez más a la doble hélice cultural de Occidente.

Los romanos construyeron calzadas y dieron orden a sus legiones de que las recorrieran, exportando su versión imperial de la ley, el orden, el progreso y más adelante el cristianismo, a lo que ellos consideraban un mundo incivilizado. Demos un salto hasta el siglo XIX: los británicos controlaron las rutas marítimas y enviaron sus flotas a navegarías, llevando su versión imperial de civilización a lo que ellos también consideraban un mundo incivilizado. A finales del siglo XX y principios del XXI, Estados Unidos controla el espacio aéreo mundial e influye en las economías mundiales, exportando McDonald's y la MTV (el concepto estadounidense de civilización, condensado en sus marcas) a lo que los estadounidenses consideran un mundo incivilizado. En cada caso, Occidente ha llegado al resto del mundo antes de que el resto del mundo llegara a él, gracias en gran parte a las atrevidas iniciativas de librepensadores rebeldes, individualistas convencidos, intrépidos exploradores y ambiciosos pioneros, armados con libertades civiles, arsenales de originalidad y biblias cristianas.

Los amerindios, según nos cuenta Hollywood, llamaron poéticamente a la locomotora «caballo de hierro». Los arquitectos del ferrocarril transamericano eran pragmatistas, no poetas, que, con su mentalidad occidental materialista, habrían llamado a un caballo «locomotora consumidora de heno». La civilización occidental triunfó de forma invariable sobre los pueblos indígenas, precisamente porque Occidente desarrolló ciencias sociales dinámicas en conjunción con

potentes ciencias naturales y actualizó regularmente sus sistemas operativos religioso y político en consonancia con ellas, aunque no sin encarnizados y sangrientos conflictos. Las culturas dinámicas danzan en corro en torno a las estáticas, trazan carreteras a través de ellas y construyen cadenas comerciales, para bien o para mal.

Aristóteles también lo sabía y fue el primero en llamar al hombre «*Homo politicus*», animal político, considerando que toda actividad humana se presta a la politización; pero insinuando, también, que la política no siempre se presta a la humanización. Y Aristóteles fue el primero en desarrollar en Occidente una forma de ética de la virtud, convirtiendo la proporción áurea de la geometría en una brújula moral para la humanidad. Por estas razones, entre otras, Aristóteles reinó merecidamente como «*El Filósofo*» durante dos mil años.

Felicidad, razón y proporción

Para Aristóteles, la felicidad es un fin en sí misma, la única cosa que merece la pena alcanzar en esta vida. «La felicidad es, pues, la cosa mejor, más noble y más placentera del mundo», dice en sus *Éticas*. Si usted no es tan feliz como querría, es posible que la sabiduría de Aristóteles pueda ayudarle. Aristóteles creía firmemente en la finalidad: todo el mundo tiene un propósito en la vida y la felicidad duradera se alcanza realizándolo. Todos tenemos talentos y capacidades, y cultivándolos virtuosamente nos realizamos. También es deber de la familia, y responsabilidad del gobierno, crear entornos que favorezcan el cultivo y la práctica de la virtud, para lo cual «necesitamos los bienes externos también; pues es imposible, o difícil, obrar noblemente sin la debida preparación». Las familias desestructuradas, las culturas disfuncionales y los regímenes despóticos son profundamente no aristotélicos, al igual que los sistemas de creencias que sacrifican el potencial de esta vida por la incierta recompensa, u olvido, de la próxima.

Así pues, Aristóteles abogaba por una vida racional como el primer paso, pero no el último, para alcanzar la felicidad. Sin el ejercicio y la aplicación de la razón, subsistiríamos en una Edad de Piedra tardía, con un estilo de vida descrito por Thomas Hobbes como «solitario, pobre, desagradable, embrutecido y corto». Para Aristóteles, el propósito de la razón no es únicamente teorizar, sino guiar nuestros actos hacia canales virtuosos.

Aristóteles sostenía que ser feliz en esta vida es tanto deseable como posible. Su ética nos enseña a reconocer y eludir los extremos en la vida, puesto que son los extremos, o su deseo, lo que tan a menudo causa infelicidad. No comer suficiente le demacrará, le hará infeliz y le causará la muerte de forma prematura, mientras que comer en exceso le engordará, le hará infeliz y le causará la muerte de forma prematura. Lo que es válido para la comida lo es también para el trabajo, el dinero, el sexo y casi todas las demás cosas que las personas persiguen, producen o consumen en el transcurso normal de su vida. Como explica Aristóteles:

[...] así, el exceso y la falta de ejercicio destruyen la robustez; igualmente, cuando comemos o bebemos en exceso, o insuficientemente, dañamos la salud, mientras que si la cantidad es proporcionada la genera, aumenta y conserva. Lo mismo sucede con la moderación, virilidad y demás virtudes.¹

Aristóteles nos enseña a encontrar un equilibrio entre el exceso y el defecto, un camino medio entre la desmesura y la insuficiencia. La felicidad duradera se alcanza encontrando y manteniendo este equilibrio, que es la proporción áurea, mientras que la infelicidad es fruto de una descompensación hacia uno u otro extremo.

El mundo que habitamos no siempre es justo, equitativo o razonable. La mitad de la población mundial carece de lo básico para vivir decentemente. Incluso las personas que viven decente u holgadamente sufren a causa de imperfecciones suyas, de otros y de la naturaleza misma de las cosas. Las personas de los países en vías de desarrollo sueñan con tener las oportunidades de las que gozan las

¹ Ética nicomaquea.

sociedades más opulentas. En el mundo desarrollado, incluso las personas más ricas o exitosas expresan frustración por su profesión, su familia, su realización.

Si el universo es un lugar fundamentalmente ordenado, ¿por qué es a veces tan desordenado el mundo humano? Y si el universo es un lugar fundamentalmente caótico o básicamente desordenado, ¿qué podemos hacer para maximizar el orden en los ámbitos humanos? Podemos hacer uso de la facultad de la razón. Si bien es cierto que la razón no puede por sí sola reparar todos los trágicos problemas de la humanidad, ni puede resolver todos nuestros dilemas, su falta contribuirá ciertamente a aumentar nuestras desgracias y no a resolverlas.

Cuando las personas encuentran a otras irracionales, o encuentran el mundo injusto, en realidad están diciendo que determinadas prioridades o acontecimientos parecen estar mal ordenados. ¿En virtud de qué orden deberían estructurarse los valores, las personas y los sistemas? Ésta es una pregunta fundamental que plantea y se plantea nuestra facultad racional. Como advierte Aristóteles en su *Ética nicomáquea*: **«Muy deficiente justificación sería confiar al azar lo más grande y noble que existe.»**

La proporción áurea

¿Por qué se inspiró Aristóteles de forma tan ostensible en la geometría, arte deductivo y ciencia espacial, para procurar un marco a su ética? Primero, porque concebía el mundo natural como un lugar sujeto a leyes y orden, y quería que el mundo humano estuviera tan sujeto a leyes y orden como la naturaleza. El interés humano por la ley y el orden, dos nociones afines, es constante. Segundo, Aristóteles percibía la belleza estética de la naturaleza y sabía que se basaba en las «justas» proporciones. Esto inspiró su brillante idea de que las conductas humanas moralmente loables también debían basarse en las «justas» proporciones.

Aristóteles entendía que la naturaleza humana posee potencial tanto para el bien como para el mal y que nosotros somos naturalmente aptos para adquirir costumbres, para bien o para mal. Las buenas costumbres son virtudes; las malas, vicios. Casi todas las personas experimentan ambas cosas en el transcurso de sus vidas. La práctica de costumbres virtuosas conduce a la felicidad; la de costumbres viciosas, a la infelicidad. Y, así, Aristóteles escribió: **«De manera que ni naturalmente ni contra natura están las virtudes en nosotros, sino que nosotros somos naturalmente aptos para recibirlas, y por costumbre después las confirmamos.»**

Las virtudes no pueden ser impuestas por leyes legisladas ni por órdenes políticos. Las leyes hechas por el hombre pueden burlarse y violarse, pueden ser injustas en su enunciado o en su aplicación, pueden quedar desfasadas o ser anuladas. Por tanto, no se puede permitir que las leyes hechas por el hombre constituyan la base de las conductas morales. En cambio, legislamos contra los vicios cuya práctica deseamos no presenciar en la sociedad civil, pero cada individuo decide si obedece o burla las leyes. Las leyes que sigamos deben reflejar, pero no pueden dictar, nuestra moralidad.

Aristóteles también sabía que el orden moral no podía ser impuesto a una sociedad más de lo que podía ser legislado, pues su imposición sólo puede producirse conjuntamente con la represión del desarrollo individual y la limitación del libre albedrío personal. La moralidad occidental se sustenta enteramente en la facultad individual para decidir y depende de la preferencia de una mayoría por pensamientos, palabras y hechos que sean virtuosos. Imponer la moralidad es una afrenta a su significado mismo. Puede hacerse, aunque sólo mediante la tiranía política. Y Aristóteles sabía que los tiranos no emprendían habitualmente campañas de edificación moral. Los déspotas benevolentes pueden contarse con los dedos de la mano.

Así que Aristóteles acudió a la geometría, como ya había hecho para su física. Se equivocó con la física, pero acertó con la ética. Las virtudes son

análogas a formas bien proporcionadas; los vicios, a formas mal proporcionadas. La ética de la virtud aristotélica es una geometría de la moralidad. (...)

Imprecisión y moderación; terrorismo y tolerancia

Aristóteles reparó en que no podemos medir las cualidades morales con la misma precisión que las físicas: **«Así pues, todo conocedor evita el exceso y el defecto, y busca el término medio y lo prefiere; pero no el término medio de la cosa, sino el relativo a nosotros.»** Deberíamos comer, beber y dormir con moderación; pero el ajuste de las proporciones, la localización del **«término medio»** virtuoso, depende de cada individuo. La proporción áurea de la moralidad se alcanza logrando un término medio entre dos extremos: el exceso y el defecto, la desmesura y la insuficiencia. No obstante, puesto que todos tenemos gustos, preferencias y capacidades distintos, no habrá dos personas para las cuales el término medio sea idéntico.

En lugar de concebir el bien y el mal como dos fuerzas cósmicas opuestas enfrentadas en una perpetua lucha titánica (una visión que ha perdurado desde los zoroastras de Persia hasta La guerra de las Galaxias del Hollywood moderno), y en lugar de concebir la «bondad» como una esencia que emana de la forma pura de «Lo bueno» (como enseñaba Platón), Aristóteles sugería que la bondad es fruto de practicar las virtudes y que la mayoría de las virtudes se practica siguiendo un término medio (la proporción áurea) entre dos extremos viciosos.

Una virtud clásica es la templanza, que comúnmente significa ejercer la moderación en lo que consumimos. Por ejemplo, ¿cuánto alcohol debería usted beber? Hay distintas formas de aproximarse a la proporción áurea. Una forma consiste en calcular el promedio de lo que consume. Por ejemplo, usted puede no beber nada de alcohol durante la semana y salir a emborracharse todos los fines de semana. Esto equivale a alternar el vicio de la abstinencia con el vicio de la desmesura, pero genera un consumo que parece virtuoso en su conjunto. Usted también puede beber cantidades moderadas de alcohol a diario, consumiendo un

vaso de cerveza o una copa de vino con la cena. En ambos casos, está evitando los auténticos extremos que Aristóteles llamaría vicios: el extremo del alcoholismo, por una parte, y el extremo de ser abstemio, por otra.

Las personas que, por un motivo u otro, desarrollan una toxicomanía o adicción no son capaces de un consumo moderado y, por tanto, deben abstenerse. Los alcohólicos no pueden beber ni una sola copa; los adictos a la nicotina no pueden fumar ni un solo cigarrillo; los ludópatas no pueden comprar ni un solo boleto de lotería. Una vez que empiezan, les resulta imposible parar. Así que no deben empezar en primer lugar. Aristóteles también contempló este estado, en el que no podemos hallar una proporción áurea y estamos, por tanto, obligados a elegir lo que él llamó **«el menor de dos males»**. El extremo de la abstención es normalmente un vicio menor que el extremo de la adicción (de igual forma que los pecados por omisión son menores que los pecados por acción) y, no obstante, la abstención continúa siendo un extremo.

Las culturas a menudo intentan prohibir lo que ellas llaman «vicios» imponiendo la abstención, habitualmente mediante la ilegalización o proscripción religiosa de sustancias o prácticas temidas. Aristotélicamente hablando, esta conducta puede tornarse un vicio en sí misma, entre otras cosas impidiendo que las personas hallen su propio término medio virtuoso. La ley seca de Estados Unidos fue uno de estos ejemplos; en el cual una minoría de abstemios manipuló al gobierno federal para que ilegalizara la fabricación y venta de alcohol, poniéndolo de esta forma (como era de prever) en manos del crimen organizado. (La ley seca fue revocada en 1934.)

No obstante, en el otro extremo, el de la adicción, personas ebrias se ponen al volante de sus vehículos y destruyen vidas de forma irresponsable. En las carreteras estadounidenses hay más de 50.000 accidentes mortales al año, y en muchos de ellos participan conductores borrachos. Conducir ebrio es un delito en Estados Unidos, un abuso de la libertad personal que pone a otros innecesariamente en peligro; pero se incide más en la acción judicial que en la prevención. La proporción áurea evita ambos extremos, la prohibición y la falta de

inhibición, y consiste en el consumo responsable de cantidades moderadas de alcohol.

Cuánto se beba exactamente, entre estos dos extremos, depende una vez más de cada individuo. Como explica Aristóteles: **«Llamo término medio de una cosa al que dista lo mismo de ambos extremos, y éste es uno y el mismo para todos; en relación con nosotros, al que ni excede ni se queda corto, y éste no es ni uno ni el mismo para todos.»** Así, por ejemplo, si buscamos un punto que esté situado entre cero y noventa grados, todos coincidiremos en que es cuarenta y cinco grados. Pero si todos consumimos alcohol moderadamente a lo largo de una semana, no habrá dos de nosotros que beban exactamente las mismas cantidades ni las mismas bebidas. La virtud de la moderación es aplicable a todos nosotros, pero cómo se aplique a las costumbres dependerá de cada individuo.

¿Qué hay pues de las religiones que predicán o imponen diversas clases de abstención? El islam prohíbe consumir alcohol; el hinduismo prohíbe comer carne de vaca; el judaísmo y el islam prohíben comer cerdo; algunas sectas budistas prohíben ingerir estupefacientes de cualquier tipo, incluidos los medicamentos analgésicos; los testigos de Jehová prohíben las transfusiones de sangre; algunas órdenes sagradas cristianas (entre otras) prohíben el matrimonio. La proscripción religiosa es un tema polémico, y los helenos también la conocían bien; ellos incineraban a sus muertos y les horrorizó encontrar otras tribus que se comían a los suyos. Como dijo Heródoto, *«la costumbre es el rey»*.

Quienes viajan regularmente de un barrio de la aldea global a otro se topan con extremos aparentemente irreconciliables de este tipo. Un mes de abril, yo me encontraba en El Cairo, una ciudad con más de 20 millones de habitantes, donde el consumo de alcohol está en su mayor parte limitado a un minúsculo barrio que posee unos cuantos restaurantes con bar de corte europeo. Más tarde ese mismo mes, terminé en Nueva Orleans, una ciudad donde el alcohol había fluido en otros tiempos con mayor abundancia que el caudaloso Misisipí (y espero que pronto vuelva a hacerlo). Es extremadamente difícil encontrar algo que beber en El Cairo

a cualquier hora del día, y extremadamente difícil no hacerlo en Nueva Orleans a cualquier hora del día, cualquier día de la semana. ¿Cómo reconciamos eso? No haciendo un llamamiento a la moderación, lo cual no surtirá efecto en ninguno de los dos sitios.

Para reconciliar estos extremos, debemos apelar a otra virtud: la tolerancia. La voz de la tolerancia dice tres cosas: primero, yo debería ser libre de optar por abstenerme de beber alcohol, pero no libre de imponerle mi elección a usted. Segundo, yo debería ser libre de optar por beber más de la cuenta (siempre que no ponga en peligro a otros), pero no libre de imponerle mi elección a usted. Tercero, yo debería ser libre de optar por beber con moderación, pero no libre de imponerle mi elección a usted.

Entre muchas metrópolis modernas, Nueva York da claras muestras de toda clase de extremos tolerantes. Usted puede visitar barrios musulmanes fundamentalistas donde no se vende ni consume alcohol; sin embargo, estos barrios no engendran extremistas intolerantes que matan a alcohólicos para protestar contra el consumo excesivo ni destrozan licorerías para protestar contra la moderación. También puede visitar las calles donde se refugian los vagabundos y borrachos que basan su vida en el consumo constante de alcohol. No obstante, estos alcohólicos no abordan a ningún musulmán por la calle, intentando arrastrarlo a la bebida. También puede visitar millares de restaurantes y millones de hogares en los que el alcohol se consume con moderación, pero no se impone. Muchos neoyorquinos, si no la mayoría, beben con moderación, pero no imponen moderación a nadie. La moderación se elige libremente y se puede practicar de forma responsable. Es mucho más difícil practicar el extremismo de manera responsable, pero los extremos tolerantes son mucho menos dañinos que los intolerantes.

Los alcohólicos heredan o se imponen una enfermedad devastadora, convirtiéndose en esclavos del alcohol; por lo cual no se puede confiar en que actúen de forma responsable mientras no comiencen a recuperarse. Los alcohólicos pueden destruirse a sí mismos, perjudicar a sus familias y matar a

otras personas si se ponen al volante. No obstante, no imponen su alcoholismo a nadie, ni se inmolan en barrios musulmanes para protestar contra la abstinencia ni en lugares públicos para protestar contra la moderación. Y, no obstante, los extremismos religiosos y políticos sí imponen abstinencias a todo el mundo, precisamente porque no están dispuestos a tolerar la moderación. Por eso no escogió Al Qaeda el barrio francés de Nueva Orleans como objetivo de sus atentados del 11-S. No estaba atacando su extremo opuesto: un consumo excesivo de alcohol; estaba atacando algo mucho más importante: la cultura de la moderación, que tolera ambos extremos.

La virtud de la moderación puede tolerar extremos tolerantes que se eligen voluntariamente, pero que no tratan de imponerse por la fuerza a los demás. Sin embargo, la virtud de la moderación no puede tolerar los extremos intolerantes, porque éstos utilizan la tolerancia de la moderación como un arma contra ella misma. Los extremistas no atacan nuestros vicios, sino nuestras virtudes, tales como la moderación en la libertad, confianza y tolerancia que concedemos a nuestros congéneres. La moderación y la tolerancia fueron los principales objetivos de los atentados del 11-S, al igual que lo son en todos los bombardeos suicidas de esta clase, sean grandes o pequeños.

Practicantes del budismo, tanto del Tíbet como del sureste asiático o Japón, buscaron y hallaron refugio político y posibilidades creativas en el moderado y tolerante Occidente. En cierto sentido (por el camino medio), el budismo es lo opuesto del terrorismo: concibe la vida humana como un valioso regalo, no como un instrumento de asesinato suicida. En todas las capitales del moderado y tolerante Occidente —Washington D. C., Ottawa, Londres, París, Madrid, Lisboa, Ámsterdam, Berlín, Roma y Jerusalén, entre muchas otras— es posible hallar budistas entonando diariamente cantos en favor de la paz. Cuando encuentre budistas entonando diariamente cantos a favor de la paz en Casablanca, Argel, Trípoli, Jartum, El Cairo, Damasco, Ramala, Ammán, Bagdad, Riyadh, Teherán, Islamabad y Kabul entre otros lugares, sabrá que sus cantos habrán surtido, en parte, el efecto deseado: instaurar la paz en el mundo. Entretanto, la tolerante

moderación de Occidente ha contraído una considerable deuda con la proporción áurea de Aristóteles.

El proceso central de la ética aristotélica, como hemos mencionado, consiste en alcanzar la felicidad desarrollando nuestro potencial y cultivando nuestras virtudes, conforme a la moderación. Éste es también un rasgo distintivo del individualismo occidental, ya que presupone que todos poseemos talentos y habilidades diferentes y que nos realizamos en esta vida desarrollando nuestros talentos únicos y perfeccionando nuestras habilidades concretas, una vez más en conformidad con la virtud. El concepto aristotélico de realización individual requiere la tolerancia de la no uniformidad e incluso de la no conformidad en una sociedad dada, para que las personas puedan expresar su individualidad. Aristóteles escribió: **«Porque tanto el carpintero como el geómetra investigan el ángulo recto desde varios puntos de vista: el primero lo efectúa en cuanto que el ángulo recto le es útil para su trabajo; mientras que el segundo inquiere lo que es o qué género de cosa es, porque es espectador de la verdad.»** Qué atractivas son las Éticas de Aristóteles: nos invitan a contemplar el mayor espectáculo del mundo, la verdad.

Carpinteros y geómetras pueden ambos realizarse, pero, de igual forma que difieren sus talentos e intereses, también varía su instrumental. El carpintero necesita componer ángulos rectos utilizando madera para poder fabricar muebles o viviendas, mientras que el geómetra necesita comprender las propiedades abstractas de los ángulos rectos utilizando ideas para poder fabricar teoremas y demostraciones. El carpintero y el geómetra son idénticos en valía moral; no obstante, el modo en que practican sus virtudes es distinto.

Movimiento hacia una reforma moderada

Si Aristóteles viviera, y si estudiara la historia occidental, observaría un movimiento gradual en casi todas las religiones mundiales que lleva siglos produciéndose, un movimiento de la ortodoxia a la reforma, de menos a más tolerancia, de menos a más libertades individuales. Los fundamentalistas religiosos, de cualquier religión, prefieren interpretar sus doctrinas y observar sus leyes de un modo estricto o ultraortodoxo. Esto no supone un problema, siempre y cuando su libertad para hacerlo esté garantizada por una autoridad política laica que también los obligue a ser tolerantes con ortodoxias religiosas distintas a la suya y con los fieles reformados de su propia doctrina. En este contexto de tolerancia, el fundamentalismo religioso es ortodoxo pero no fanático.

Son principalmente los fanáticos religiosos (y políticos) los que no pueden tolerar doctrinas distintas a las suyas. Los fanáticos son peligrosamente intolerantes, y a veces incluso violentos, con las creencias ajenas; mientras que los fundamentalistas están apasionadamente comprometidos con sus propias creencias, pero por lo general no suponen ninguna amenaza para quienes profesan una fe distinta. Yo vivo en un condado del estado de Nueva York habitada por comunidades de judíos fundamentalistas, cristianos fundamentalistas y musulmanes fundamentalistas, así como por moderados y agnósticos convencidos, ninguno de los cuales molesta, amenaza ni perjudica a los demás en ningún sentido. Se saludan con respeto y tolerancia en los lugares públicos. Además, algunos son buenos vecinos de todos. Aristóteles diría que esto se debe, no a que tengan que responder ante sus dioses en el otro mundo, sino a que deban hacerlo ante autoridades políticas laicas en éste, autoridades cuyas leyes les garantizan una vida decente en este mundo, para así poder (si lo desean) consagrarse, en un entorno de paz y seguridad, a su preparación para la otra.

La propia reforma religiosa ha alcanzado ahora el otro extremo en Occidente, cuyas sociedades, de América del Sur o del Norte a Europa, se han liberalizado tanto que millones de sus habitantes carecen por completo de fe religiosa. Esto los hace extremadamente vulnerables a la anarquía moral, por una

parte, y a las cruzadas políticas, por otra. Aristóteles habría lamentado este extremo tan profundamente como el otro.

¿Todo con moderación?

¿Están todas las conductas humanas sujetas a la proporción áurea de Aristóteles? ¿Permite Aristóteles cualquier cosa hecha con moderación? Por supuesto que no. Después de exponer su regla del término medio, Aristóteles se apresura a nombrar sus excepciones: actos que no pueden ser nunca virtuosos, aunque se realicen con moderación. El asesinato, el robo, la calumnia y el adulterio se cuentan entre los actos proscritos por la ética de la virtud aristotélica. Destruir vidas con moderación, robar con moderación, mentir con moderación, cometer adulterio con moderación no puede ser ético en el sistema aristotélico. Fíjese en cómo ha anticipado o reinventado Aristóteles algunas de las normas que caracterizan los códigos de conducta de las religiones abrahámicas, entre otras religiones organizadas. La cuestión es que, en la ética aristotélica, al igual que en la budista y la confuciana, estas leyes no han sido decretadas por un dios, sino descubiertas por el hombre. Esto ilustra una importante coincidencia entre las cuestiones racionales y las religiosas.

La ciencia occidental, iniciada por Aristóteles, y la religión occidental, iniciada por las doctrinas abrahámicas, han estado tanto aliadas como enfrentadas durante su largo desarrollo. El fanatismo cristiano ha impedido reiteradamente el progreso científico tanto en Europa como en Estados Unidos y, no obstante, la alianza entre las hebras judeocristiana y helénica de la civilización occidental ha producido avances científicos y tecnológicos sin precedentes, no igualados por las otras grandes civilizaciones. Esto refleja la verdad taoísta de que tener una fuerte convicción religiosa y llevar a cabo una búsqueda escéptica de la verdad son complementarios en el ser humano.

Las culturas que hacen demasiado hincapié en la religión y demasiado poco en la ciencia no se desarrollan por vías que permiten el pleno desarrollo humano.

Éste es un problema que afligió enormemente a las culturas cristianas fanatizadas de Europa hace unos cuantos siglos, de igual forma que aflige hoy a las culturas islámicas fanatizadas. Por otra parte, hacer demasiado hincapié en la ciencia y no suficiente en la religión crea una clase de desequilibrio distinta, exacerbando el materialismo y atrofiando la espiritualidad. Aristóteles elogiaría sin ninguna duda la alianza de la fe y la razón que estimuló la genialidad científica de Newton, Darwin y Einstein, todos los cuales creyeron con devoción, aunque cada vez más en contra de la moda, en un poder superior al intelecto humano. Una vez más, la proporción áurea es una guía útil para nivelar estas dos poderosas fuerzas, fe y razón, que están siempre presentes y a menudo reñidas en la conciencia humana.

Sea como fuere, las éticas de la virtud de los filósofos ABC coinciden con la moralidad de las religiones abrahámicas en su condena de actos perniciosos tales como el asesinato, el robo y el adulterio. Definir las normas morales correspondientes y sus excepciones no es tarea fácil.

Realización, mérito y trabajo

La proporción áurea de Aristóteles procura una brújula moral con la que los individuos pueden navegar por sus vidas cotidianas. ¿Cuál es el destino de tal viaje? Para Aristóteles, la principal finalidad de practicar las virtudes es ésta: nos ayudan a realizarnos en la vida. De hecho, Aristóteles, Buda y Confucio coinciden todos en este punto fundamental. A diferencia de las plantas y otros animales, los seres humanos poseemos una capacidad única para realizarnos, una capacidad que va más allá de fotosintetizar la luz solar como hacen las plantas y de satisfacer los apetitos como hacen los animales. De entre todos los seres vivos de la Tierra, únicamente los humanos experimentamos emociones extremas que nos llenan de júbilo o nos hundan en la desesperación. No obstante, también somos capaces de alcanzar una felicidad duradera, de una clase desconocida para la flora y la fauna. Aristotélicamente hablando, existe una clase de felicidad «sostenible» o perdurable que no depende de cosas externas ni de otras

personas, sino de la mejora personal a través de la práctica de la virtud. El término aristotélico para esta felicidad sostenible es **«eudemonia»**.

Nadie puede arrebatarse esta clase de felicidad sostenible. Usted puede perder a su familia, su empleo, su coche, sus posesiones, incluso la vida. Pero no puede perder su realización. Si muere realizado, ha tenido una vida buena; la mejor vida posible, según Aristóteles.

Si reflexiona sobre formas de felicidad más superficiales y transitorias, comprenderá mejor la realización aristotélica. Si usted piensa que **«felicidad»** significa placer o euforia, seguro que no habrá tardado en familiarizarse con la infelicidad. La mayoría de las personas que buscan la felicidad a través del placer y la euforia se sienten cada vez más desgraciadas. Esto es demostrable en muchos ámbitos distintos. Los psicólogos y economistas, por ejemplo, lo plantean como una ley de rendimientos decrecientes. Suponga que toma su sopa preferida para cenar. Está riquísima, y eso le hace feliz. Suponga que la vuelve a tomar a la noche siguiente. Estará ligeramente menos rica, y le hará ligeramente menos feliz. Si continúa así, su plato «preferido» pronto dejará por completo de hacerle feliz, aunque siga saciando su apetito físico. Usted se siente ahíto, pero insatisfecho. Además, puede incluso comenzar a perder interés por él e incluso comenzar a odiarlo, porque ya no le procura la realización que usted espera. Fíjese que este plato no ha cambiado en lo más mínimo: es su deseo de él lo que se ha transformado en aversión, su placer lo que se ha convertido en displacer, irónicamente, al ser satisfecho. La moraleja es que obtener lo que quiere puede hacerle realmente infeliz.

Lo mismo ocurre con el amor erótico, y con su expresión en el interminable ciclo de relaciones humanas que pueden empezar tan bien y terminar tan mal. También sucede con la ambición o la avaricia, o con cualquier apetito que necesita ser saciado por algún medio ajeno a uno mismo. De esta forma, se pueden obtener un placer o una euforia temporales; pero éstos nunca duran mucho, y a menudo conducen a más displacer que placer, o más disforia que euforia. ¿Por qué? Porque, explicaría Aristóteles, las personas que buscan la felicidad fuera de

sí mismas no pueden realizarse de esta forma. El placer momentáneo no es lo mismo que la alegría duradera.

Estados Unidos es el país más rico de la Tierra y, no obstante, alberga a algunas de las personas más infelices del mundo. ¿Por qué? Ante todo, porque el concepto estadounidense de felicidad es profundamente no aristotélico. El conocido preámbulo de la Constitución de Estados Unidos garantiza a sus ciudadanos el derecho inalienable a la «vida, la libertad y la búsqueda de la felicidad». He puesto esta frase en cursiva para recalcar su fallo. La felicidad no es un objeto que se pueda buscar, como tampoco es una presa que se pueda atrapar. Al contrario, las personas que buscan la felicidad terminan atrapando infelicidad. La virtud y el mérito están dentro de usted, no fuera. Su realización procede del cultivo de estos atributos, no de su deseo de atrapar el espejismo de la felicidad. Además, y en contraste con las religiones providenciales, los filósofos ABC enseñan que es posible realizarse en esta vida. El Cielo y el Infierno están aquí en la Tierra; y en cualquier instante usted puede experimentar la alegría y la paz de la realización perdurable o, si lo prefiere o insiste en ello, el tormento y las contradicciones de la insatisfacción perdurable.

Aristóteles, que era un optimista, se centró en la importancia de las costumbres virtuosas, aunque sabía (por Sócrates, a través de Platón) que cualquier talento puede servir a buenos o malos propósitos. El talento no asegura por sí solo la bondad. Los delincuentes pueden ser muy hábiles en la perpetración de delitos dolorosos; por ejemplo, los asesinos en serie o los genocidas son expertos en segar vidas. Ahora bien, su pericia se canaliza por vías perniciosas. Su «pericia» es moralmente deplorable y habitualmente depravada, lo opuesto a la noción aristotélica de arete: mérito y virtud.

Como hemos visto, Aristóteles es prácticamente igualitarista en este sentido: sostiene que todo el mundo tiene algún talento, algún mérito que se puede cultivar; aunque, como es lógico, advierte que no hay dos personas que compartan exactamente los mismos dones o manifiesten talentos similares de manera idéntica. Por ejemplo, usted puede estar dotado para el deporte. De ser

así, Aristóteles le aconsejaría que practique un deporte o deportes en los que su talento deportivo pueda realizarse más plenamente. Si sus dotes deportivas son magníficas, es posible que encuentre su arete dedicándose profesionalmente al deporte o compitiendo en las Olimpíadas. Y tome nota de la diversidad de deportes que existen: hay muchos entre los que elegir, cada uno con una combinación específica de habilidades atléticas. Aunque usted sea únicamente un aficionado, puede realizarse desarrollando sus capacidades atléticas en todo su potencial. La gran mayoría de las personas que juegan y practican deportes no son atletas profesionales ni olímpicos y, no obstante, se realizan como deportistas aficionados o practicándolos los fines de semana. Su realización personal no depende de cuánto talento tengan, sino de que lo desarrollen en todo su potencial.

El mismo razonamiento es aplicable a cualquier ámbito: música, matemática, medicina, partería, hacer el amor, cortar el césped o mezclar cemento. Si bien hay diferencias en la clase de talentos necesarios para hacer bien estas cosas, no hay diferencia en la realización que experimentamos haciéndolas bien. Es cierto que Aristóteles considera que la vida contemplativa es la que más favorece una felicidad duradera, y esto guarda un paralelismo tanto con la tradición budista como con la confuciana. Al mismo tiempo, los filósofos ABC recalcan que ningún trabajo es degradante en sí mismo. Por ejemplo, Aristóteles valoraría la pulcritud como una virtud y buscaría una proporción áurea en mantener su persona pulcra y su hogar ordenado. Vivir en un estado desaliñado, en un entorno sucio y miserable, es un vicio en un extremo. Lavarse las manos de forma obsesiva y limpiar constantemente la casa es un vicio en el extremo opuesto. Si usted es tan afortunado que tiene cuarto de baño, del que aún carece la mitad de la población mundial, es una virtud aristotélica mantenerlo razonablemente limpio. Los budistas y los confucianos comparten esta visión. Limpiar su hogar y sacar la basura también es un trabajo importante y se puede hacer bien o mal, con o sin atención. Una persona virtuosa se esfuerza por hacer bien las cosas, y con atención.

La virtud no reside en su titulación profesional; reside en realizar bien su trabajo. Sea cual sea el trabajo que usted acometa, debería esforzarse por hacerlo bien. Y si tiene la suerte de adorar su trabajo, es decir, si lo que hace le permite expresar sus talentos individuales, seguro que podrá cumplir con sus obligaciones de una forma meritoria y virtuosa.

No obstante, conozco a muchas personas, sobre todo en la civilización occidental, que afirman «odiar» su trabajo. Es una situación trágica. La vida en este planeta, en forma humana, está en gran parte consagrada al trabajo. La holgazanería y la pereza afligen a ricos y a pobres por igual, así como a miembros de las clases medias, y estas costumbres siempre crean infelicidad. El desempleo obligado, que también afecta a muchas personas de vez en cuando, causa incluso más infelicidad, a menudo acompañada de depresión y desesperación. ¿Por qué? Aristóteles diría que todo ser humano está aquí para cumplir un propósito en la vida, y que cada individuo sólo lo puede cumplir si cultiva sus talentos guiándose por la brújula moral común de la proporción áurea. Descubrirlos y cultivarlos requiere trabajo. Igualmente, navegar por canales virtuosos y eludir los extremos viciosos también requiere trabajo.

Así pues, quienes terminan librando lo que llamamos lucha competitiva son personas que se han quedado atrapadas en un sistema que las gratifica momentáneamente sin valorar su trabajo. Al apoyar este sistema, también respaldan la devaluación de su propio trabajo. Respaldar la devaluación de su trabajo es lo opuesto a cultivar sus talentos. Es cultivar su inutilidad. No es extraño que estas personas sean infelices. ¿Cómo han caído en esta trampa? Hay muchas razones, pero una de las más importantes es no hacer, o no aspirar a hacer, lo que más sentido tiene en su vida; a cambio de una seguridad o algún premio que al principio parece compensarles, pero que pronto las encadena o encarcela a un estilo de vida desleal a sus aspiraciones más íntimas. Sin lugar a dudas, esta falta de realización las hará infelices, o aún peor.

Usted puede necesitar un valor considerable para cultivar sus talentos, sobre todo cuando hacerlo le induce a explorar vías desconocidas o le lleva por

caminos que divergen de los que han pisado su familia, su comunidad, sus compañeros. Porque valor no sólo significa demostrar bravura en combates a muerte, catástrofes naturales, momentos de riesgo económico u otros peligros inminentes; también significa tener valentía suficiente para ser uno mismo frente a la presión para amoldarse de su familia, su comunidad o sus compañeros. Usted necesita ser valiente para vivir con autenticidad, y no conformarse con la vida que otros han trazado para usted. Una vida realizada es una vida auténtica.

Así pues, no es ninguna casualidad que el valor sea tanto una virtud clásica que data de la Antigüedad como una virtud contemporánea. La prescripción de Aristóteles para ser valiente radica en hallar la proporción áurea entre los dos vicios de cada extremo. En un extremo, un exceso de valor es lo que comúnmente llamamos «temeridad». Concebida de esta forma, la virtud del valor equivale en realidad a tener una moderada cantidad de miedo. Las personas cobardes permiten que el miedo las paralice y, por tanto, no pueden actuar cuando es necesario hacerlo. Las personas temerarias tienden a no sentir miedo y, por tanto, actúan cuando es imprudente hacerlo. Las personas valientes sienten miedo, pero no permiten que éste les impida actuar cuando es necesario hacerlo. Por otra parte, la valentía también permite que la precaución, o prudencia, frene actos temerarios o arriesgados. Como escribió Aristóteles:

Porque el que huye de todo, tiene miedo y no resiste nada se vuelve cobarde; y el que no teme absolutamente a nada y se lanza a todos los peligros, temerario.²

El menor de dos males

Aristóteles sabía perfectamente que no siempre es posible encontrar una proporción áurea. A veces, nos enfrentamos a dos opciones, ninguna de las cuales es agradable. Por ejemplo, una mujer puede tener un marido que los maltrata tanto a ella como a sus hijos. (También los hombres pueden ser

² Ética nicomaquea.

maltratados por sus mujeres, pero pongamos por caso que aquí se trata de mujeres y niños.) Una mujer en esta situación a menudo se siente atrapada, pues sus dos principales opciones son desagradables. Por una parte, puede intentar quedarse junto a su marido, porque es lo mejor para todos si el matrimonio se puede salvar. Pero, en ese caso, corre el riesgo de que ella y sus hijos sufran daños permanentes a causa de los malos tratos. Por otra parte, puede intentar huir de su matrimonio, buscando refugio para ella y sus hijos. Pero, en ese caso, corre el riesgo de ser incapaz de cuidar de sí misma y de sus hijos y de tener que soportar la lacra de un fracaso matrimonial o recriminaciones por haberse visto obligada a acudir a sus padres. Pongamos otro ejemplo: un hombre puede tener un jefe que lo maltrata. Si se queda, también él corre el riesgo de sufrir daños permanentes. En cambio, si se marcha, corre el riesgo de sufrir privaciones económicas, lo cual puede ser inaceptable para él si mantiene a una familia.

¿Cuál es el consejo de Aristóteles en estas situaciones, en que no es posible encontrar una proporción áurea inmediata? Naturalmente, la mujer maltratada puede intentar modificar la conducta de su marido, lo mejor para todas las personas implicadas. No obstante, esto suele resultar difícil en la práctica, porque las conductas de maltrato acostumbran estar muy arraigadas y resistirse al cambio. Y si desea cambiar su situación, la mujer también va a tener que cambiar, puesto que un maltratador depende siempre de la complicidad del maltratado; por lo que debe de haber algo en su carácter que ha inducido a su marido a maltratarla en primer lugar. Esto es habitualmente una calle de doble sentido. Igualmente, el hombre del otro ejemplo puede intentar pactar una solución con su jefe para poner fin o limitar el maltrato, pero esto también será difícil en la práctica por razones similares. De la misma manera que un marido sádico necesita una mujer masoquista como cómplice de su maltrato, un jefe sádico necesita también un empleado masoquista.

Así, en casos donde no es fácil hallar una proporción áurea entre dos extremos y donde la situación parece, contemplada más de cerca, un dilema que lo pone entre la espada y la pared, Aristóteles le sugiere que escoja el menor de

los dos males a los que se enfrenta. Aunque esta estrategia no es ni mucho menos ideal, al menos minimiza el daño que usted debe sufrir. El principal obstáculo para tomar esta decisión reside en encontrar un modo de valorar el mal «mayor» frente al «menor». Esta perspectiva puede ser desalentadora. El bien y el mal no se pesan en una balanza, como tantas frutas y verduras. Por lo que usted necesita realizar una valoración cualitativa, no cuantitativa, de los méritos y deméritos de su situación. Para ello, puede recurrir a un consejero filosófico.³ Aunque no le dirá qué hacer, le ayudará a analizar sus opciones para que usted pueda decidir cuál es realmente el menor de los dos males.

Puede que usted pregunte: después de llegar a un punto tan beneficioso mediante la práctica de la virtud aristotélica, ¿seguimos estando condenados a encontrarnos en situaciones que nos obligan a escoger entre el menor de dos males en lugar de entre el mayor de dos bienes? Si esto representa un límite a la ética de Aristóteles, ¿podemos trascenderlo? Mi respuesta es que sí podemos trascender este límite y que la forma de hacerlo es, ni más ni menos, el camino medio de Buda.

Al igual que Buda y Confucio, Aristóteles era optimista con la naturaleza humana. Si bien nuestros genes desempeñan un papel dominante en la determinación de nuestros rasgos físicos e incluso psicológicos, es evidente que las virtudes y los vicios se parecen a buenas y malas costumbres, respectivamente. Las buenas costumbres se pueden adquirir; las malas, se pueden vencer. Aunque eso se diga pronto, merece la pena intentarlo, y la filosofía de Aristóteles nos dice por qué. Como destacó en sus *Éticas*: **«Así, el adquirir un modo de ser de tal o cual manera desde la juventud tiene no poca importancia, sino muchísima, o mejor aún, total.»** ¿Para qué? Para una felicidad duradera.***

³ Los lectores que conocen mis anteriores libros *Más Platón y menos Prozac* y *Pregúntale a Platón* saben que los consejeros filosóficos ayudan a las personas a resolver o abordar problemas cotidianos que no son enfermedades mentales.