

A diferencia de la filosofía estoica, de la que se ha escrito mucho, nuestra percepción del epicureísmo suele ser errónea, pues tendemos a confundirlo con el hedonismo. Esta falsa percepción, basada en el ideal epicúreo del placer como bien supremo, en nada representa a esta filosofía, que fue una de las cinco grandes escuelas grecorromanas, junto con el platonismo, el estoicismo, el escepticismo y el aristotelismo. Dadas las malas interpretaciones, vale la pena preguntarnos hoy en qué creían Epicuro y sus seguidores, y cómo podemos hacer uso de sus lecciones en nuestro día a día. Basándose en una sabiduría antigua que reflexiona acerca de la naturaleza, la sociedad y la vida personal desde el optimismo, pero actualizando estas enseñanzas para el público contemporáneo, Catherine Wilson nos revela el pensamiento epicúreo a partir de los principales temas de la existencia. Cómo ser un epicúreo es una guía sobre la importancia de mantener las amistades, vivir con menos miedo y arrepentimientos, saber qué actitud tomar frente a las adversidades y descubrir cuál es la principal fuente de placer en la vida.

# Catherine Wilson

# Cómo ser un epicúreo

Una filosofía para la vida moderna

ePub r1.0 Titivillus 15-10-2021  ${\it T\'itulo\ original: How\ to\ Be\ an\ Epicurean:\ The\ Ancient\ Art\ of\ Living\ Well}$ 

Catherine Wilson, 2020

Traducción: Joan Andreano Weyland

Editor digital: Titivillus

ePub base r2.1

## Índice de contenido

### Cubierta

Cómo ser un epicúreo

Prefacio

Nota acerca del texto

## PARTE I EL MUNDO SEGÚN LOS EPICÚREOS

- 1 Regreso a lo esencial
- 2 ¿Cómo llegamos hasta aquí?
- 3 La mente material
- 4 La historia de la humanidad

### PARTE II VIVIR BIEN Y DE MODO JUSTO

- 5 Ética y el cuidado de uno mismo
- 6 La moral y los otros
- 7 ¡Cuídate del amor!
- 8 Pensar en la muerte

### PARTE III BUSCAR CONOCIMIENTO Y EVITAR EL ERROR

- 9 ¿Qué es real?
- 10 ¿Qué podemos saber?

## PARTE IV EL SER PROPIO EN UN MUNDO COMPLEJO

- 11 Ciencia y escepticismo
- 12 Justicia social para un mundo epicúreo
- 13 Religión desde la perspectiva epicúrea
- 14 Una vida con sentido
- 15 ¿Debería ser un estoico?

## Bibliografía

Agradecimientos

# Notas

## Prefacio

La filosofía se viste con prendas de muchos colores y texturas. Puede unir mediante costuras intrincados análisis o pretenciosa palabrería, profundas reflexiones o seudoprofundidad, consejos imparciales o prejuicios personales. Aparece, con aspecto vistoso o harapiento, en las aulas de universidades, pero también en la sección *New Age* de tu librería, dispuesta junto a libros sobre percepción extrasensorial y meditación. Más allá de su carácter de cajón de sastre, la filosofía te pide que pienses por ti mismo, de un modo lógico y coherente, que crees orden a partir del caos. Se usan ideas y marcos desarrollados por otros, especialmente los grandes filósofos del pasado, como andamios. Pero al final uno crea (y usa) su propio sistema del mundo para decidir en qué creer, qué hacer y qué esperar.

Mi objetivo con este libro es construir para ti un andamio, y hacerlo presentándote el que, para mí, es el sistema filosófico más interesante y relevante de la Antigüedad: el epicureísmo, una «teoría del todo» originada con las observaciones e ideas del filósofo ateniense del siglo III a. C. Epicuro, y traducidas al latín, en verso, por su discípulo y seguidor romano del siglo I a. C., Tito Lucrecio Caro. Aunque el mundo ha cambiado desde que Epicuro escribiera y enseñara, temas como el dinero, el amor, la familia y la política, con los que él se enfrentó, permanecen entre nosotros con nuevas formas. La perspectiva epicúrea sigue siendo, en mi opinión, relevante y valiosa.

El epicureísmo era una de las cinco grandes escuelas filosóficas grecorromanas, y coexistió (y compitió por adeptos) con el platonismo, el estoicismo, el escepticismo y el aristotelismo. A diferencia de los platónicos y los estoicos, que residían en la ciudad, Epicuro había decidido vivir apartado con sus seguidores. Su escuela de filosofía estaba en un jardín (en realidad, una arboleda), que se cree se hallaba situado extramuros de la ciudad, y en ella se debatía de filosofía, se comía y se escribían libros y cartas.

La mayor parte de los escritos originales de Epicuro se ha perdido. La colección más grande de obras suyas y de sus seguidores, que se encontraba en la ciudad de Herculano, cerca de Nápoles, quedó enterrada en cenizas y

lava tras la erupción del Vesubio en el año 79. Pero Lucrecio la había visto y empleado más de un siglo antes, y varias de las cartas filosóficas y epigramas de Epicuro, así como los comentarios de críticos de la Antigüedad, sobrevivieron.

Marco Tulio Cicerón, coetáneo de Lucrecio, se interesó en el epicureísmo, aunque lo criticó duramente. Sus diálogos sobre religión y filosofía moral muestran cómo contrastaba el epicureísmo con su rival, el estoicismo, al menos desde el punto de vista de Cicerón. La filosofía epicúrea, perdida en gran parte (pero no totalmente) para los lectores medievales y renacentistas, resurgió durante el siglo XVII, y ejerció una notable influencia en la filosofía política y moral, así como en la cosmología, la química y la física. Los grandes reformistas utilitaristas de la Gran Bretaña del siglo XIX, así como los redactores de la Constitución estadounidense, rindieron tributo al ideal epicúreo del bienestar humano. Y el poema epicúreo de Lucrecio *De la naturaleza de las cosas*, admirado al principio por su elegante uso del latín, llegó a considerarse un modelo por la vívida y memorable comunicación de ideas científicas abstractas. Al mismo tiempo, como se verá posteriormente, el epicureísmo poseía ciertas características que sorprendían, o al menos perturbaban, a muchos cuando las conocían.

Antes de empezar, un poco acerca de mí: como profesora, he enseñado filosofía en Estados Unidos, Gran Bretaña, Canadá y Alemania. Como investigadora, he trabajado en archivos y bibliotecas, publicado libros y artículos, y me he enzarzado en debates con otros profesores. Muchos de mis trabajos se centran en las ciencias físicas y biológicas de los siglos XVII y XVIII, y especialmente en el concepto del microcosmos de organismos y partículas no visibles. Pero durante todo ese tiempo, gracias a una exposición temprana, trabajando de adolescente en actividades de voluntariado y campos de trabajo, me interesé en los problemas de la guerra, la pobreza y la justicia social. Este libro refleja ambos campos de interés, y quiere tratar con los problemas de la modernidad, tanto teóricos como prácticos, tal y como los enfrentamos en la vida cotidiana.

Como a la mayoría de los lectores, me preocupa toda la gama de problemas políticos y económicos que nos afectan a nosotros y a nuestros hijos, y que nos provocan ansiedad incluso cuando vivimos en condiciones de opulencia. Tenemos una creciente desigualdad económica que alimenta resentimientos y violencia; una corrupción del proceso democrático a escala masiva; amenazas existenciales encarnadas en el cambio climático y las armas nucleares, químicas y biológicas; el agotamiento de los recursos

medioambientales, incluidos el agua y la tierra cultivable; la pérdida de especies animales y vegetales y la intoxicación de nuestro aire y nuestros océanos.

La economía moderna emplea vastas cantidades de energía procedentes del petróleo y el gas (y del átomo) para transformar petróleo y otras materias primas en productos de consumo, de los que tan solo unos cuantos mejoran nuestras vidas. Lo demás ocupa y engorda nuestros armarios y cajones y se apila, en forma de residuos, en basureros. Y no nos hace felices. Trastornos del ánimo, especialmente depresiones, afectan a grandes segmentos de la población, y mucha gente bebe demasiado alcohol o es adicta a estimulantes o tranquilizantes. Más de un tercio de los estadounidenses está «totalmente inactivo», y los trastornos del sueño fruto de la iluminación artificial, así como trastornos inmunitarios, se extienden debido a la falta de exposición a la luz natural. «A todos los efectos —comenta un observador—, los humanos han arrastrado un cuerpo con una larga historia de homínido a un entorno sobrealimentado, malnutrido, sedentario, con deficiencia de luz solar, privado de sueño, competitivo, desigual y de aislamiento social, con consecuencias terribles»[1]. Vivimos más que la mayoría de nuestros ancestros pero de un modo más enfermizo. Y alguien se beneficia de todos y cada uno de nuestros dolores o privaciones. Las multinacionales farmacéuticas se benefician de nuestra diabetes inducida por azúcar y de nuestros problemas de salud mental; las petroleras, de la destrucción del medio ambiente y el envenenamiento de la atmósfera; la industria química y sus accionistas, del uso de plásticos; la industria automovilística, de la ausencia de transporte público, y la industria de presidios, de la desesperación y violencia que caracterizan a los barrios más pobres.

Al mismo tiempo, nos enfrentamos a problemas en nuestras vidas privadas que reflejan la eterna condición humana, intensificada por los cambios sociales de los últimos cincuenta a cien años. Las tensiones de la vida urbana, la monotonía de la vida de clase media, malos trabajos y malos jefes, los depredadores sexuales y la confusión nos afectan a casi todos.

Tratar nuestros problemas superficialmente con velitas aromatizadas, nuevas rutinas de ejercicios y aplicaciones de productividad no nos va a ayudar mucho a largo plazo, y ningún filósofo que sea sincero puede darnos la fórmula de la felicidad... No, al menos, de cómo ser feliz todo el tiempo. Sin embargo, la filosofía puede señalar el camino a las fuentes de satisfacción disponibles a casi todo ser humano, así como estrategias para enfrentarnos a las grandes amenazas para la felicidad humana. Estas amenazas nos acechan

en forma de ambiciones desmedidas, miedo al fracaso y sentimientos de futilidad. La historia de la filosofía también puede hacernos ver la diferencia entre lo que los filósofos llaman «lo necesario» y «lo contingente», o accidental, en nuestras condiciones históricas y sociales, y ver de qué manera el compromiso moral de los individuos marca la diferencia en positivo.

En este libro explicaré cómo los epicúreos veían el mundo y cómo lo ve un epicúreo de la actualidad. Al mismo tiempo, intentaré ser sincera y objetiva. El epicureísmo fue siempre una filosofía controvertida, y requiere repensarla en algunos aspectos. Los filósofos tienen sus propios entusiasmos irracionales, y nunca habría que aceptar sus opiniones en base a la fe, sin un escrutinio crítico. Hasta donde a mí respecta, doy por sentado que los lectores pondrán sus ojos en blanco al leer algunas de mis opiniones. Al final, puede que el sistema epicúreo que presento aquí te resulte atractivo y útil a la hora de elaborar tus propias ideas acerca de cómo vivir. También puede que te resulte repelente y veas en sus propios problemas orientaciones útiles para vivir de un modo diferente. En cualquier caso, el epicureísmo real es, probablemente, bastante diferente de lo que habías creído.

## Como dijo Lucrecio:

Porque viendo [Epicuro] que ya habían / todo lo más preciso los mortales / para vivir y conservar la vida; / que tenían riquezas abundantes, / y honor, y gloria, y bien nacidos hijos; / pero que no dejaban de angustiarse...<sup>[2]</sup>

Los epicúreos creían que la mayoría de las personas tenía una concepción errónea de la naturaleza del universo y de su lugar en él. Querían sustituir el adoctrinamiento y la confusión entre realidad y deseo por el respeto a lo real. Buscaban desvelar las auténticas fuentes de la alegría y la tristeza de nuestras vidas y equilibrar el trato ético a los demás con nuestro interés propio. Esto exigía prestar atención a las oportunidades de elegir o rechazar en la vida cotidiana. Tres de las enseñanzas más famosas (para bien y para mal) de Epicuro eran: en primer lugar, todo lo que existe, incluida la mente humana, está compuesto por átomos materiales; en segundo lugar, si existe un dios o dioses, no creó o crearon nuestro mundo, y no le (o les) importa la humanidad; y en tercer lugar, no hay vida después de la muerte ni otro mundo al que ir.

A partir de estas tres afirmaciones básicas y relacionadas entre sí (la naturaleza material de las cosas, incluida la individualidad humana; la ausencia de supervisión divina del mundo, y lo definitivo y final de la muerte), los epicúreos elaboraron un sistema que abarcaba tanto el mundo natural como el mundo humano. De un modo ambicioso, aunque no siempre

convincente, intentaron explicar los orígenes del cosmos, las causas de los terremotos y volcanes, la evolución de la vida y los orígenes de la guerra, la pobreza, el dominio y la servidumbre, y todo apelando únicamente a procesos físicos e inventos y decisiones humanas. Explicaron de qué tratan la moral y la justicia y advirtieron de los peligros de los gobernantes belicosos o cleptócratas. Ofrecieron sugerencias para vivir con menos miedo y arrepentimientos, y acerca de qué actitud tomar frente a las adversidades. A diferencia de sus rivales filosóficos, los estoicos, no creían que la mente fuera todopoderosa frente a las adversidades, ni que debamos esforzarnos en reprimir nuestras emociones, penas y pasiones. Su filosofía moral, más que individualista, es relacional. Y a diferencia de las otras escuelas de filosofía antigua, más influyentes (especialmente la platónica y la aristotélica), los epicúreos aceptaban a las mujeres en su secta.

Un punto crucial en su comprensión y en su visión de la igualdad social era su distinción entre naturaleza y lo que ellos denominaban «convención». Por naturaleza se referían al reino de las cosas vivas (aquello que llamaríamos reino animal y vegetal), así como al fuego y la luz, los distintos paisajes terrestres y acuáticos del planeta, y los objetos celestes, como el sol, la luna y las estrellas. La naturaleza, señalaban, presenta un espectáculo siempre cambiante, pero predecible de muchos modos. Las estaciones se suceden con un ritmo regular, y los animales tienen camadas similares a sus progenitores, generación tras generación. Se puede dar por seguro que el fuego quemará la paja seca.

Por convención, los epicúreos entendían percepciones, actitudes y creencias dependientes de nuestra constitución específicamente humana, que se reflejan en las categorías y palabras que empleamos. El precedente griego de Epicuro, el también filósofo Demócrito, dijo: «Por convención, el color; por convención, lo dulce; por convención, lo amargo; pero en realidad átomos y vacío». [3] La dulzura de la miel y el sabor amargo de la rúcula dependen de nuestros receptores de gusto, y también los colores son percibidos de modos diferentes por las distintas especies animales e incluso por diferentes individuos. La pobreza y el matrimonio no se encuentran en la naturaleza; diferentes grupos de humanos los conciben de modo distinto y poseen diferentes implicaciones en función de dónde esté uno y de con qué grupo se identifique.

La distinción entre naturaleza y convención ayuda a combatir el egoísmo y el especismo. Mis percepciones no son especialmente objetivas, y mis preferencias (en realidad, los deseos humanos, en términos generales) no

merecen prioridad automática sobre las preferencias de otras personas y animales. La distinción entre naturaleza y convención es también importante a la hora de adoptar una perspectiva crítica hacia la política, la economía y las relaciones sociales. Durante la adolescencia, la mayoría de nosotros llega a un punto en el que nos cuestionamos las normas y estructuras que hemos de obedecer y dentro de las cuales hemos de vivir. Algunas personas mantienen este espíritu inquisitivo, incluso rebelde, durante toda su vida; otras deciden en algún momento que hay buenas razones para que las cosas estén organizadas y administradas como lo están, o que se necesita aceptarlas y conformarse con ellas para salir adelante en la vida. El epicúreo es plenamente consciente de que nuestras instituciones y prácticas (nuestras escuelas, tribunales, sistemas policiales y organismos de gobierno), así como nuestro modo de hacer cosas y venderlas, son convenciones. Nosotros decidimos que tomaran la forma que poseen. Al mismo tiempo, referirnos a «nuestras» decisiones implica pasar por alto el hecho de que las decisiones que realmente dan forma a nuestras vidas rara vez las toman aquellos cuyas vidas son modificadas por ellas.

Se asume que muchas costumbres y políticas puramente convencionales están basadas en lo natural y se las trata como justas, beneficiosas e inmutables. Algunos ejemplos, que trataré más adelante en este libro, son nuestro supuesto egoísmo natural y nuestro aparentemente ilimitado deseo de bienes materiales. La noción de que nuestra codicia es un impulso humano primario proporciona el armazón ideológico para el modo en que organizamos y recompensamos el trabajo. Las diferencias supuestamente naturales entre hombres y mujeres, con respecto a sus habilidades, temperamentos e intereses, proporcionan el armazón ideológico para conceder a las mujeres menos de las cosas que los hombres disfrutan en mayor medida, especialmente libertad social y la oportunidad de desarrollar sus talentos y contribuir a cómo será y funcionará el mundo.

Aunque creo que la filosofía epicúrea constituye una abundante fuente de ideas para reflexionar acerca de la naturaleza, la sociedad y la vida personal, la decisión de escribir acerca del epicureísmo para un público más amplio representó un desafío totalmente diferente de aquellos a los que ya estaba acostumbrada por mi profesión.

En primer lugar, en los más de 2000 años transcurridos desde que Epicuro fundara su escuela de filosofía, el mundo ha sufrido toda una serie de revoluciones tecnológicas y políticas. Hemos vivido la Revolución Industrial, la revolución agrícola, el auge del capitalismo y del trabajo fabril y la

revolución de internet. Poseemos conocimientos de física, química, biología, astronomía, medicina, matemática, ingeniería, informática y ciencias sociales que nos han permitido desarrollar y transformar nuestro entorno, así como acumular y compartir experiencias de modos que nunca se habían previsto. Podemos observar y comunicarnos a la velocidad de la luz con personas que se encuentran al otro lado del mundo. ¿Pueden, realmente, tener relevancia hoy en día las ideas de un antiguo filósofo de una época en que la civilización, si bien no el mundo, era joven, y en la que el conocimiento preciso estaba en manos de una pequeña élite?

En segundo lugar, el epicureísmo es una filosofía optimista, pero no es el equivalente intelectual a comer en busca de consuelo. Lucrecio describía la visión del mundo de Epicuro como una medicina amarga que intentaba endulzar con las sensuales imágenes de su poesía. A los epicúreos les preocupaba poder pensar con claridad y de modo objetivo acerca del mundo y de nuestras relaciones sociales y políticas, y no se arrugaban a la hora de expresar verdades incómodas. ¿Podría yo convencer a los lectores modernos de tomar esa medicina?

En tercer lugar, los términos «Epicuro» y «epicúreo» se asocian al consumo desenfrenado y a la vida lujosa. Si uno piensa visualmente, la primera imagen que viene a la mente es la de un refinado y escuálido aristócrata preocupado por su bodega, o la de un solitario comensal gordo y flácido sentado ante un enorme asado con la servilleta encajada bajo su papada. Lo más seguro es que no piense en una mujer de mediana edad, poseedora de una bicicleta y cuyo frigorífico, en este momento, solo contiene unas cebolletas verdes mustias y medio tarro de mermelada.

En realidad, Epicuro consideraba que el placer, incluido el de comer y beber, no solo era la principal razón para nuestras acciones, sino que era el bien supremo. En sus propias palabras:

El placer es el principio y fin de una vida feliz, porque lo hemos reconocido como un bien primero y congénito, a partir del cual iniciamos cualquier elección o aversión y a él nos referimos al juzgar los bienes según la norma del placer y del dolor. [4]

Puede parecer una inaceptable frivolidad y una afirmación egoísta. ¿Cómo sería el mundo si todos olvidáramos nuestras calorías, familia, objetivos de ventas, fechas de entrega, notas, nación, verdad, honor y responsabilidad y, en lugar de todo ello, nos lanzáramos a la persecución exclusiva del placer? ¿Y las enfermedades de transmisión sexual, las sobredosis y las bancarrotas que inevitablemente se darían? ¿Y qué pasa con los deseos, placeres y elecciones

de los sádicos? ¿No es acaso la persecución del placer cara y ecológicamente irresponsable?

Déjame adelantarte que el auténtico epicureísmo no es ni frívolo, ni peligroso para la salud, ni una amenaza a los demás. El propio Epicuro señaló que la búsqueda directa de sensaciones placenteras suele acabar en derrota. Al mismo tiempo dejó claro que la mejor vida es una libre de privaciones, comenzando por estar libre respecto al hambre, la sed y el frío, y libre con respecto a las ansiedades y miedos persistentes. Vivir bien exige amigos que nos entretengan y nos consuelen y curiosidad acerca de la naturaleza y de cómo funciona el mundo. No requiere logros extraordinarios ni enormes ingresos de dinero. Una vida puede ser (y sentirse) importante incluso sin fe religiosa en el sentido habitual. Aunque pueda parecer sorprendente a la luz de los muchos ataques al epicureísmo por parte de teólogos medievales e incluso actuales debido a su marco ateo, la concepción epicúrea de una vida buena y llena de sentido puede encontrarse incluso en las biblias judías y cristianas. Eclesiastés 8:15 dice: «Por tanto, celebro la alegría, pues no hay para el hombre nada mejor en esta vida que comer, beber y divertirse». Isaías 22:13 dice: «¡Comamos y bebamos, que mañana moriremos!».

Aunque el epicureísmo es un modo de vida, no se trata de un estilo de vida en el sentido actual de la frase. Comenzaré con una generosa porción de física epicúrea, la teoría de la naturaleza y la historia, y con la teoría epicúrea del todo. Mi hilo argumental es que los valores políticos y éticos se basan en modos particulares de ver el mundo, acerca de los cuales no solemos reflexionar. La filosofía lleva estas nociones aceptadas a la superficie y las explicita a fin de que podamos examinarlas y refinarlas o descartarlas. Nuestras elecciones deberían fluir de modo espontáneo a partir del examen de nuestras convicciones, sin necesidad de tener en cuenta y recordar reglas específicas, incluidas las reglas para vivir. No puedo solucionar, para mis lectores, todos (ni siquiera muchos) de los problemas que plantea la vida moderna, pero espero que mi libro ayude a crear un marco para lograr vivir no solo cómoda y felizmente (al menos, tanto como sea posible) sino también de un modo responsable y lleno de sentido.

## Nota acerca del texto

La mayor parte de los escritos originales de Epicuro se han perdido, aunque la colección destruida en la erupción del monte Vesubio, en el año 79, ha sido recientemente rescatada en parte, y parcialmente restaurada hasta resultar legible. He aprovechado al máximo las cartas y epigramas disponibles de Epicuro, así como el poema de Lucrecio *De la naturaleza de las cosas*, basado en el libro aún sin reconstruir de Epicuro, *De la naturaleza*. Al final del libro hay información bibliográfica, así como sugerencias para lecturas posteriores.

# PARTE I EL MUNDO SEGÚN LOS EPICÚREOS

# 1 Regreso a lo esencial

El universo está formado por cuerpos y vacío. [...] Al margen de estas dos cosas no se puede comprender nada [...] Entre los cuerpos, unos son compuestos, y otros son los elementos que sirven para hacer los compuestos. Estos últimos son los átomos indivisibles e inmutables [...]

EPICURO<sup>[1]</sup>

[...] Hay determinados cuerpos cuya convergencia, movimiento, orden, colocación, figuras, engendran el fuego, y, cambiando el orden, cambian de naturaleza, y no son semejantes al fuego ni a ninguna otra cosa [...]

LUCRECIO<sup>[2]</sup>

Comencemos por una serie de preguntas (de grandes preguntas, con implicaciones importantes) para las cuales el epicúreo tiene una respuesta definitiva. ¿Hay algo completamente indestructible y permanente en el universo? Si es así, ¿qué es? Y ¿por qué importa la respuesta epicúrea a una pregunta tan abstracta?

Si pensamos en resistencia, podemos descartar de inmediato mesas y sillas, casas y rascacielos, lápices y bolígrafos y cualquier otro objeto fabricado por el hombre. Todos estos objetos tienen vidas útiles finitas, que oscilan entre unos pocos meses y unos cuantos miles de años. Se puede destrozar cualquiera de estos objetos con una palanca o una bola de demolición, o quebrándolo en dos con las manos, en el caso de los lápices y bolígrafos. Dejados a su suerte, con el paso de cientos o miles de años, estos objetos se convertirán en polvo. Las bolsas de plástico, como hemos descubierto, persistirán, lamentablemente, una cantidad sorprendentemente larga de tiempo, quizá mil años en los vertederos, pero al final incluso ellas acabarán descompuestas por el calor o la luz, o por productos químicos o microorganismos.

Muy bien. ¿Y qué pasa con enormes objetos naturales, como las montañas o los océanos? No es tan fácil destruirlos, pero suficientes armas nucleares o un asteroide muy grande podrían arrasar la cordillera del Himalaya. Y con el tiempo (en cientos o incluso miles de millones de años) toda la vida de

nuestro planeta se habrá extinguido. La Tierra acabará engullida por el Sol dentro de 5000 millones de años, y nuestra galaxia también perecerá.

¿Qué hay, pues, de los elementos químicos (hidrógeno, carbono, uranio, etcétera)? Varios escenarios se disputan el fin del universo tal y como lo conocemos y la desaparición de todas las galaxias, pero en todos ellos también los elementos se desvanecerán.

Incluso el tiempo y el espacio, así como las llamadas partículas elementales, los *quarks*, gluones y bosones, dejarán de existir, según las últimas teorías.

Pero ¡algo ha de permanecer! El universo no puede acabar en la *nada*… el cero… la aniquilación total…

#### EL ÁTOMO EPICÚREO

Los antiguos epicúreos sostenían que todo aquello que conocemos es perecedero y que además perecerá algún día. Pero una vez que *algo* existe, razonaban, no puede convertirse en *nada*. De igual manera, el universo entero no puede haber surgido de la nada. De ello se deduce que el universo ha de haber surgido de *algo* y que algo existirá siempre, sin importar cuán descompuestos puedan llegar a estar los objetos de esta experiencia.

Si tienen razón (y pongamos para el caso que seguimos su razonamiento), tras la destrucción de todos los objetos creados por el hombre, de todo rasgo geográfico, de toda estrella y planeta, de todo elemento químico, incluso tras la desaparición del tiempo y el espacio, *algo* ha de quedar a partir de lo cual se pueda reconstruir un nuevo universo.

Desde la época en que los humanos comenzamos a filosofar, muchos llegaron a la conclusión de que este algo eterno que existía antes de que apareciera el universo, y que puede igualarlo e incluso sobrevivirlo, ha de ser inteligente y creativo: una Mente con un Plan. Las historias de la Creación adquieren muchas y muy variadas formas, pero todas tienen en común la idea de que el mundo tuvo que tener un comienzo definido y que fue un Creador el que le dio forma con algún propósito. Los seres humanos eran la preocupación personal de esta poderosa entidad, y el resto del universo se construyó de acuerdo a las necesidades y características de los seres humanos y del gran plan del Creador para ellos.

Epicuro rechazaba estas nociones. Sostenía, al contrario, que los elementos del universo son eternos e increados. No hay una mente directriz ni

un plan maestro que los dirija. Su razonamiento comienza con la idea de destrucción más que con la de construcción.

La destrucción se da cuando partes de una cosa (sea una roca, una casa o un cuerpo animal) se separan unas de otras debido al uso, la fricción, Las cosas aplastamiento, corte, desgaste O explosión. indestructibles y permanentes que permanecen tras tales sucesos son los «átomos», que en griego significa «indivisibles». Los átomos epicúreos son los antecesores del moderno concepto científico de átomo, pero de algún modo diferentes. Están situados y se mueven en el vacío, el espacio que separa los objetos visibles y que constituye los diminutos huecos entre átomos de distintos tamaños y formas en cada objeto. Más allá de los átomos y del vacío en el que se mueven y agrupan, uniéndose y entrelazándose, no hay nada.

Estos átomos, suponía Epicuro, son demasiado pequeños para poder verlos con ojos humanos. Pero la existencia de minúsculas partículas indestructibles que todo lo componen estaba sugerida no solo por el razonamiento, sino también por observaciones comunes. «El anillo —dice Lucrecio— se gasta en vuestro dedo; el gotear la piedra agujerea [...] con los pasos, los empedrados desgastarse vemos»<sup>[3]</sup>. Se creía que los átomos eran similares a las motas de polvo que se pueden ver flotando en un rayo de luz que entra por una ventana. Según Epicuro, tienen diferentes tamaños y formas, pero están desprovistos de color, sabor y olor. Pueden moverse en todas direcciones y no tienen más tendencia que la de caer, y la capacidad de rebotar entre ellos o unirse con otros átomos para formar objetos físicos de tamaños perceptibles. A menudo un átomo se desvía de un modo impredecible. Si no lo hicieran, acabarían todos formando un montón en el fondo del mundo.

Los epicúreos teorizaban que, con tiempo suficiente, los átomos caerían en patrones estables. Formarían múltiples mundos o *cosmoi*, cada uno de ellos con sus plantas y animales, y sus propias estrellas y sol. Tales mundos, pensaban, estaban constantemente creándose y destruyéndose, proporcionando el material necesario para reciclarse en nuevos mundos.

«Los átomos unidos —apunta Lucrecio— han formado la tierra, el cielo, el mar, el Sol, los astros, y el globo de la Luna: qué animales ha parido la tierra…»<sup>[4]</sup>. Pero si los átomos no tienen más cualidades que el tamaño, la forma y el movimiento, ¿cómo pueden dar lugar a nuestro mundo ruidoso, colorido, con aromas y texturas? La respuesta, explica, es que combinaciones

y disposiciones de átomos pueden adquirir cualidades que ellos no poseen de modo individual. Emplea la analogía de las letras y las palabras.

Las 26 letras del alfabeto latino se pueden combinar para formar al menos 100 000 palabras con sentido, solo en el idioma inglés. Hay lingüistas que sostienen que existen más de un millón de palabras en esa lengua, aunque nadie posee un vocabulario de esa extensión. E incluso a partir de 100 000 crear millones de oraciones inteligibles palabras, se pueden gramaticalmente correctas, que expresen millones de pensamientos, experiencias y observaciones. Las oraciones poseen cualidades emergentes que las letras y los espacios entre ellas no poseen. Pueden ser suaves o insultantes. A diferencia de las letras una a una, pueden comunicar información, convencer, engañar, permitir acciones o iniciar una rebelión. De modo análogo, sugería Lucrecio, y comenzando por combinaciones de elementos primitivos con solo algunas propiedades, se podía producir todo lo que había en el mundo ruidoso y colorido de la experiencia.

Por cuanto respecta a la visión y el oído, los antiguos epicúreos sostenían la interesante teoría de que luces y sonidos eran similares a aromas. «Los sonidos varios —dice Lucrecio— sin cesar por el aire van volando [...] cierto sabor salado afecta el gusto cuando nos paseamos en la playa [...] envían emisiones de sí todos los cuerpos de continuo, que a todas partes giran sin pararse, y sin interrumpir jamás su flujo»<sup>[5]</sup>. Cuando olemos el tocino friéndose en otra habitación u olisqueamos el perfume de otra persona, podemos inferir que diminutas partículas compuestas de átomos aún más minúsculos han penetrado en nuestras fosas nasales desde cierta distancia. Ínfimas partículas fluyen a nuestros ojos y oídos también. Según los epicúreos, cuando veo un árbol, una fina película de partículas de color se desprende del árbol y fluye hasta mis ojos. Los objetos, creían ellos, estaban constantemente emitiendo estas películas desde sus superficies y, por ello mismo, desgastándose, mientras que repostaban su sustancia al absorber partículas del entorno.

Lucrecio señaló cuánto dependían los colores de las condiciones de observación y de la luz. Esto era especialmente visible en el caso del mar, cuyo color varía de hora en hora. El color, infirió, debía depender de la disposición de los átomos de los objetos sólidos y líquidos, y de cuánto afectaban a esta disposición la luz y nuestros ojos. Lo mismo debía suceder con los aromas y sabores: las partículas de lo que olemos y saboreamos entran en nuestros cuerpos y las percibimos como agradables o desagradables, según sea el caso. Señaló que procesos físicos como la fricción podían convertir una

sustancia oscura, como el cuerno, en un polvo blanco. De esto extrajo una conclusión correcta: los objetos no tienen colores fijos y permanentes, aunque los colores parezcan ser relativamente estables. Los tomates de mi cocina, por ejemplo, me devuelven el mismo tono estable de rojo cada vez que los miro, más allá de la luz. Los artistas, sin embargo, están formados para darse cuenta de las sutiles diferencias que dependen de la iluminación.

Hoy en día, nadie que haya estudiado el sistema visual cree que la visión suceda gracias a una película que se desprende de las superficies de los objetos y viaje por el aire. Tampoco creemos que las entidades que sobrevivan al colapso de nuestro universo vayan a ser como una mota de polvo pero más pequeña. Sin embargo, la física epicúrea es la antecesora de la física moderna, y el desarrollo de la noción del átomo puede trazarse desde su primera aparición, en las filosofías india y griega. La química emplea la noción del átomo de cada elemento, como el carbono, el oro o el uranio, y a menudo se describe la luz como un paquete de partículas en movimiento, los fotones. Pero ahora reconocemos que el átomo químico está compuesto por partículas subatómicas, y que se lo puede dividir liberando brutales cantidades de energía, un concepto que los epicúreos no reconocían.

Según la cosmología epicúrea, nada de aquello de lo que somos conscientes y podemos experimentar puede considerarse permanente. Por cuanto atañe al universo que escudriñamos con radiotelescopios y otros aparatos, es probable que dure unos cuantos miles de millones de años más antes de descomponerse nuevamente en sus elementos primigenios, o de mutar a una forma totalmente nueva. Sin embargo, no podemos descartar que alguna singularidad, impredecible por nuestra física actual, cause el fin absoluto de nuestro universo de aquí a dos minutos. Una vez que toda la vida desaparezca de nuestro universo, puede que nunca regrese. Es posible que nuestros universos aparezcan y desaparezcan cíclicamente, reinventando el tiempo, el espacio y la materia, y creando nuevas y maravillosas formas, incluso seres inteligentes.

Entretanto, todo lo que vemos, tocamos y de lo que sabemos no solo puede acabar, sino que acabará reducido a sus desconocidos constituyentes. «El tiempo —explica Lucrecio— destruye totalmente las cosas que aniquila y barre, y engulle toda su sustancia»<sup>[6]</sup>. Nada natural ni hecho por nosotros dura. Esto se aplica a nuestras ropas y muebles, que se desgastan; a nuestros cuerpos, que se debilitan y decaen; a sistemas económicos y a nuestras relaciones con amigos y familiares, incluso a aquellas que tan solo acaban con la muerte.

Sin embargo, en tanto nuestro mundo permanece intacto, nuevas cosas cobran existencia conforme los elementos se mueven, interactúan y se combinan. Nuevas vidas sustituyen a las viejas con el nacimiento de hijos y nietos: «Venus a sacar vuelve todos los seres a la luz de vida». [7] Construimos nuevas casas en nuevos estilos arquitectónicos, cosemos nuevas prendas e inventamos nuevas formas musicales, artísticas y políticas. Aceptamos, y a veces damos la bienvenida, a los cambios en nuestras relaciones y a la formación de otras nuevas. «Luego ningunos cuerpos se aniquilan —señala Lucrecio—, pues la naturaleza los rehace, y con la muerte de unos otro engendra» [8].

### ATOMISMO: TRES CONSECUENCIAS

Los epicúreos extrajeron varias consecuencias importantes de sus posturas sobre la naturaleza de la realidad. El mundo de los objetos conocidos (mesas, sillas, plantas y animales, charcos y pantanos...) y sus colores, olores y sonidos, comprobaron, es solo apariencia. Y aunque todo excepto el átomo es perecedero, hay cosas que son más estables y duran más que otras. Los organismos y las rocas son estables en comparación con las burbujas de jabón o los castillos de naipes.

Desde esta perspectiva, vemos que la percepción de lo que llamamos realidad depende del observador, que no es sino una acumulación de átomos (o de su equivalente moderno). La constitución de los seres humanos es lo suficientemente similar, de persona en persona, como para que todos percibamos mesas y sillas, plantas y animales, aviones sobre nuestras cabezas, velas en el horizonte o semáforos en verde y en rojo cuando se encuentran a una distancia apropiada y nuestros ojos funcionan con normalidad. Y a la vez los cuerpos humanos son suficientemente distintos como para que discutamos sobre qué comidas, combinaciones de colores o perfumes nos resultan más atractivos. Pero el mundo visual de un águila o una pantera; el mundo de los olores de un perro o el de un lagarto capaz de oler la carroña a varios kilómetros de distancia, son necesariamente diferentes de los nuestros, puesto que sus cuerpos y órganos sensoriales están compuestos de partículas combinadas de un modo distinto. No deberíamos dar por sentado que la percepción humana marca un estándar de ningún tipo, como si otros animales disfrutaran de versiones mejoradas (o sufrieran de versiones disminuidas) de nuestras habilidades perceptivas.

En cuanto a los valores (positivos o negativos) que damos a los objetos, situaciones y acontecimientos, o que creemos que les pertenecen, las diferencias individuales pueden ser notablemente marcadas. Creemos que las fresas son realmente rojas y realmente deliciosas cuando están maduras, y que el asesinato premeditado por interés económico es realmente malo. Pero solo podemos pronunciar juicios con tanta confianza porque ciertas disposiciones de partículas (las que componen las fresas, los píxeles de una pantalla de televisión en un momento dado, o los impresos en un artículo de un diario) tienen más o menos el mismo impacto en diferentes sistemas sensoriales y mentes humanas.

Cuando mostramos nuestro desacuerdo en nuestras percepciones o juicios morales, no es difícil suponer a qué se debe. Somos similares, pero no idénticos, y el mundo se presenta de un modo ligeramente diferente a cada uno. Sin embargo, por favor, que nadie saque la conclusión de que un epicúreo es un relativista que cree que el juicio de todo el mundo es igualmente válido en cuestiones de gusto o moral. La posición del epicureísmo actual hacia el relativismo es mucho más sutil.

Para regresar al tema de la realidad atómica, la percepción de que todo es frágil y de que tiende, con el tiempo, a romperse, apunta en dos direcciones. En primer lugar, no debería sorprendernos que nuestras copas de vino se rompan, nuestras casas se derrumben, el mercado de valores se hunda y nuestras relaciones acaben mal. Persona prevenida vale por dos. Al mismo tiempo, podemos apreciar que algunos objetos y situaciones son más propensos a resistir el paso del tiempo, ya sea porque, como las rocas, son grandes, duros y resistentes, o debido a que, como el blando cuerpo humano y algunas relaciones, pueden repararse a sí mismos «desde dentro».

El epicúreo reconoce que la tendencia a decaer está inscrita en la naturaleza de las cosas. Conocedor de ello, conserva, repara y restaura, por cuanto esto está en su mano, y acepta lo inevitable cuando no es así. Más aún: reconoce que el futuro es auténticamente abierto e impredecible. No sabemos qué combinaciones surgirán, o qué desvíos desharán delicados equilibrios y causarán repentinas convulsiones. El epicúreo espera que el futuro sea estable y predecible allá donde la experiencia y la ciencia han demostrado que lo es, pero siempre está preparado para las sorpresas.

# ¿Cómo llegamos hasta aquí?

[...] Después de tanto número de siglos, y conducidos a su mismo peso, cuando de todos modos se juntaron, y cuando todas las combinaciones posibles entre sí experimentaron, después de mucho tiempo y muchas juntas y movimientos, se coordinaron por último, y se hicieron grandes masas [...]

#### LUCRECIO<sup>[1]</sup>

Y entonces fue preciso perecieran muchas especies, y que no pudiesen reproducirse y propagar su vida; porque los animales existentes que ves ahora solo se conservan o por la astucia, o fuerza, o ligereza de que ellos al nacer fueron dotados [...]

LUCRECIO<sup>[2]</sup>

El epicúreo cree que siempre hubo algo. Nunca hubo un tiempo en que nada existiera. Este algo no era, ahora lo sabemos, materia, sino el precursor de la materia. Hoy en día nos hablan de fluctuaciones de partículas virtuales, apareciendo y desapareciendo en el vacío cuántico, que dieron lugar al espacio, el tiempo y la materia. Sucesos explosivos tachonaron el espacio con estrellas en las que nacieron los elementos de la tabla periódica, y el mundo que hoy experimentamos nació de un estado desorganizado de la materia en movimiento que adquirió una configuración estable hace, quizá, unos 14 000 millones de años. Nuestra Tierra era una masa de magma expulsada del sol cuyas características geológicas (sus continentes, océanos y montañas) se formaron mediante violentos procesos físicos mientras se enfriaba.

Se cree que en los antiguos mares, unos cientos de millones de años después de la formación del planeta (que tuvo lugar hace unos 4500 millones de años), el bombardeo de luz produjo moléculas orgánicas, entre ellas los aminoácidos, que están compuestos de carbono, nitrógeno, hidrógeno y oxígeno y que son los bloques básicos de formación de las proteínas. Se

trataba de moléculas estables que se unieron para formar cadenas de proteínas que eran también relativamente estables y sirvieron como moldes para formar otras moléculas con cadenas similares. Las otras, sencillamente, desaparecieron.

O quizá estas moléculas orgánicas estables se formaron en algún otro lugar del universo y arraigaron en nuestro planeta, tras llegar en meteoritos o la helada cola de los cometas. En cualquier caso, los primeros organismos unicelulares surgieron hace unos 3850 millones de años. Algunos consiguieron unirse a otros para formar complejos estables más grandes. La lucha por la existencia, pues, se ha ido dando desde hace casi 4000 millones de años. El tiempo, la oportunidad y la operación de fuerzas descritas por la física y la química han sido suficientes para producir todo lo que vemos a nuestro alrededor.

## La teoría epicúrea de la selección natural

A muchos de nosotros nos enseñaron en la escuela, o al menos esa es la impresión que nos quedó, que, hasta que Charles Darwin publicó en 1859 *El origen de las especies*, todos creían que el mundo había sido creado por una deidad en siete días; que Adán y Eva fueron los primeros seres humanos y que el arca de Noé alojó a todos los animales creados originalmente. Esto es incorrecto. Aunque el cristianismo y el judaísmo comparten esta explicación, y aunque la explicación islámica es similar, el hinduismo y el confucianismo poseen sus propias narraciones, y las historias acerca de cómo se creó el mundo se hallan en todas las culturas del planeta.

Además, los antiguos filósofos griegos que precedieron a los epicúreos imaginaban los orígenes del universo y de sus habitantes de modos muy diferentes, como, por ejemplo, surgiendo de las interacciones entre Amor y Discordia. Aunque parezca intrigante, los antiguos epicúreos rozaron el principio básico de «selección natural», y anticiparon algunos elementos de la teoría de la evolución de Darwin sin poseer ninguna noción real de la escala temporal implicada y sin comprender cómo podía una especie dar lugar a otra.

Los epicúreos proponían que combinaciones de átomos que tomaban la forma de los animales se desarrollaban por azar, o a partir de «semillas» atómicas enterradas en el suelo. Aquellos animales con rasgos que favorecían su supervivencia (astucia, coraje, velocidad...) eran capaces de persistir durante más tiempo que los que carecían de ellas. Con el tiempo, y por azar, surgieron animales cuya estructura interna creaba copias de sí mismos que a

su vez se replicaban. Si la naturaleza no hubiera encontrado estos dispositivos en el pasado lejano, no estaríamos aquí para observar otros seres vivos y pensar acerca de los orígenes de la vida. «Debes siempre evitar lo más que puedas —dice Lucrecio— entre otros un error: pensar no debes / que fue criada para ver tan solo / la órbita brillante de los ojos: / y las móviles piernas y los muslos / sobre la base de los pies alzados, / porque alargar pudiéramos los pasos». Todas estas explicaciones, añade, «han sido trastornadas / con interpretaciones semejantes [...] / la vista no nació antes que los ojos». [3]

Durante mucho tiempo se ridiculizó esta posición y se la tildó de absurda. La «colaboración aleatoria de átomos», se alegaba, nunca podría haber producido cuerpos vivos o los movimientos regulares de los cuerpos celestes. Pero gracias a su percibido absurdo, siguió siendo objetivo de críticas y permaneció en las mentes de los filósofos.

No es tan difícil creer que los rasgos geológicos de la Tierra aparecieron debido a las leyes físicas y químicas, que ningún ser inteligente las diseñó y creó. Pero la vida, en toda su complejidad y diversidad, siempre ha supuesto un problema mucho más difícil de explicar. ¿Cómo pueden las rosas, los pavos reales y los tigres, por no hablar de los seres humanos, haber aparecido en el mundo gracias a las leyes de la física y la química? ¿Cómo pueden no solo la estructura, sino las conductas, como la capacidad de las abejas de construir colmenas de celdas hexagonales o la de los pájaros de usar las estrellas para orientarse en su migración, haber surgido del movimiento aleatorio de átomos en el vacío? Estos animales parecen haber sido intencionadamente diseñados para ser bellos y adornar el mundo, o para ser buenos cazadores o voladores, o productores de útiles alimentos para nosotros.

En las tradiciones judía, cristiana e islámica, la acción creadora de Dios se comparaba con la actividad de dar forma a una figura o cuenco con barro; en nuestra literatura son frecuentes las referencias a la «mano» o «manos» y al «dedo» de Dios. Conforme el antiguo pintor relevaba al alfarero, y decoraba el cuenco con figuras de aves, animales y humanos, se pensaba en Dios creando y embelleciendo el mundo. La teoría de la creación divina, lejos de hacerse menos plausible, se hizo más lógica durante la revolución científica del siglo XVII, cuando por primera vez se revelaron, gracias al microscopio, los pormenores de los cuerpos de los insectos y los tejidos de otros animales, y cuando se comenzó a comprender la mecánica del cuerpo humano, considerada como una especie de sistema hidráulico que funcionaba gracias a la presión de la sangre, la linfa y los fluidos cerebroespinales en sus vasos. Un

argumento considerado ampliamente irrefutable, y muy a menudo citado en el siglo XVIII, decía más o menos lo siguiente: si yo encontrara un reloj tirado en la arena, en la playa, nunca supondría que había llegado a existir por azar o solo gracias a las leyes de la física. Ni esperaría que pariera relojitos. Obviamente, un aparato así tuvo que haber sido creado por un ser inteligente con un propósito, en este caso, dar la hora.

El mismo pensamiento le podría haber venido a la mente a cualquiera a principios del siglo XIX que se encontrara con un telar de lana en un claro del bosque, o cualquiera en el siglo XX que hallara una fábrica de automóviles que convirtiera láminas de metal y otros materiales en coches funcionales. Relojes, telares y fábricas tienen que ser detenidamente pensados y ensamblados por un grupo de seres inteligentes y capaces, o por uno extraordinariamente inteligente y capaz, para conseguir tener éxito en sus funciones.

Los animales pueden semejar, hasta cierto punto, relojes, telares y fábricas. Como los relojes, poseen muchas pequeñas partes móviles. Como telares y fábricas, transforman materias inertes básicas (aire, alimento y agua) en tejidos y órganos funcionales. Sus partes individuales trabajan al unísono de modo armonioso e integrado para facilitar la vida y la reproducción, del modo en que los muelles y engranajes del reloj, o los varios componentes de la fábrica o del telar funcionan para hacer girar las manecillas o producir mantas, chales y coches. La conclusión de que los animales (los primeros prototipos, al menos) habían sido diseñados y creados por un ser sobrenatural parecía irrefutable.

A los antiguos epicúreos no les impresionaba mucho la argumentación de que integración y armonía implican una mente creadora o un equipo cooperando y supervisando todo el proceso de manufactura. Pero, dado que en su época los relojes y los automóviles les eran desconocidos, no había nadie para presentarles el argumento de que máquinas tan complejas y funcionales no pueden crearse a sí mismas ni aparecer por azar. Si les hubieran arrojado tales argumentos, seguramente habrían insistido en que un reloj o una fábrica podrían surgir de una combinación aleatoria de átomos. Pero sospecho que habrían tenido que aceptar que es extremadamente improbable que un reloj o una fábrica se ensamblen por azar. Para que eso ocurra, los varios componentes deberían unirse y comenzar a interactuar de la manera exacta. E imaginar una mosca o un elefante surgiendo de este modo estira hasta límites extremos la capacidad de creer. ¿No es esto acaso como

esperar, como decían los críticos de la teoría de la evolución del siglo xx, que monos con máquinas de escribir produzcan las obras de Shakespeare?

Se trataba de una gigantesca roca que parecía dar la ventaja al creacionismo.

Puedo comprender perfectamente que una persona criada con la historia de la creación del universo en siete días del Génesis, sentada en clase escuchando una lección acerca de cómo Darwin descubrió la teoría de la evolución por selección natural, pueda ser escéptica ante este supuesto logro. Esa persona podría, razonablemente, preguntarse: ¿cómo pudo un solo científico del siglo XIX, tras estudiar los picos de los pinzones en las islas Galápagos, y tras hablar con criadores de palomas de Inglaterra, demostrar que hemos evolucionado a lo largo de cientos de millones de años desde simios y monos, que a su vez habían evolucionado de cosas como peces y gusanos?

Incluso si uno prefiere la visión darwinista por encima de la historia del Génesis, es bueno recordar que, a primera vista, parece improbable. Pero de igual modo, si a uno le parece improbable el darwinismo, es útil dejar de pensar en Darwin como alguien que creó solo y de repente una teoría nueva y sorprendente para la que aún hoy en día no existen pruebas concluyentes. Se puede pensar en él, en lugar de esto, como en uno más de una larga línea de pensadores familiarizados con la filosofía epicúrea, que encontró el modo de sortear sus mayores obstáculos con la teoría de la selección natural.

DARWIN ACTUALIZADO:

CÓMO LA SELECCIÓN PROVOCA LA EVOLUCIÓN

La afirmación de Lucrecio de que la naturaleza había experimentado con especies animales fallidas que carecían de la estructura adecuada para mantenerse y reproducirse era muy conocida para los teóricos del siglo XVIII y principios del XIX a los que Darwin había leído. Uno de ellos era su propio abuelo, Erasmus Darwin, autor de un largo poema acerca de los orígenes y evolución de la vida. Las primeras críticas, hostiles, a *El origen de las especies* mencionaban, todas, su relación con el texto de Lucrecio. Por ejemplo, un crítico se quejaba de que no había nada nuevo en la especulativa cosmogonía de Darwin. «Es al menos tan vieja —dice— como Demócrito y Epicuro, y nunca nadie la ha presentado con mayor belleza poética que Lucrecio» [4].

Darwin no relacionó su narración con el epicureísmo, ni especialmente con la versión de Lucrecio, por razones evidentes. En primer lugar, Lucrecio (y el abuelo Darwin) eran famosos ateos, y Darwin mantenía o intentaba mantener su opinión escéptica hacia la religión en privado. En segundo lugar, debía desmontar la acusación de que su teoría de la evolución era una fantasía poética o mera especulación. Entonces, ¿qué consiguió añadir a (y sustraer de ella) la teoría epicúrea de que animales y plantas evolucionaban por azar, que cambiara su estatus en su propia opinión y, finalmente, en las mentes de sus primeros seguidores? ¿Cómo pasó el darwinismo de la especulación a convertirse en una narración aceptada del origen de las especies?

Para cuando llegó el siglo XIX, la mayoría de los naturalistas se mostraban escépticos con respecto a que el ingente número de especies por entonces identificadas (demasiadas como para haber cabido en el arca de Noé), entre ellas cientos de especies diferentes de escarabajos, hubieran sido creadas por parejas y a propósito. Ya se había calculado la auténtica edad del planeta, y la antigua existencia de los dinosaurios y de los mamíferos gigantes que antaño vivieron en Europa y Asia era de sobra conocida. Dos desarrollos científicos convirtieron la teoría epicúrea del origen natural de plantas y animales de especulación un tanto improbable en hipótesis científica con bases sólidas. Fueron la teoría celular y la noción de «variación» de generación en generación.

El descubrimiento (basado en el microscopio, no disponible para los antiguos filósofos) de que todos los animales y plantas eran combinaciones de células vivas individuales, y de que algunas células eran animales independientes, como las amebas, hizo posible pensar en el origen de la vida en términos de la aparición de la primera célula viva. Imaginar, como exigía el epicureísmo, que un elefante apareciera de una combinación de átomos o siquiera de una semilla atómica en la tierra era mucho más difícil que imaginar unas cuantas células formándose por azar y uniéndose para formar unidades celulares más grandes.

Otro obstáculo para la teoría epicúrea era la noción de que los animales siempre daban a luz a otros animales idénticos a ellos. Esto les parecía obvio. Las vacas no parían ovejas, ni de los mirlos se obtenían gorriones. Esto significaba que debían atenerse a su teoría de que los prototipos originales de cada especie habían surgido de la tierra por azar. Aunque creían que no todos esos animales habían conseguido sobrevivir y reproducirse, no eran capaces de imaginar que un tipo de ave o mamífero pudiese proceder de un tipo de ave o mamífero totalmente diferente.

Darwin logró su gran avance cuando pensó en la cría selectiva que habían llevado a cabo los granjeros durante milenios, escogiendo de cada rebaño o piara y uniendo perros, ovejas o vacas con las características que deseaban. Sabía que, dentro del grupo, los individuos varían en sus cualidades, y que su descendencia nunca es exactamente igual a sus padres. Para la idea de variación aplicó la idea epicúrea de selección: éxito o fracaso a la hora de sobrevivir y reproducirse.

Para Darwin, la naturaleza, de un modo inconsciente (a diferencia del criador, que actúa con intención), seleccionó cuando los recursos necesarios para la vida eran limitados y la depredación era la norma. Bacterias, hongos y plantas venenosas mataban animales. Las plantas obtenían su nutrición de animales en descomposición. Los naturalistas se habían preguntado durante mucho tiempo por qué, si el mundo había sido creado por un artesano benevolente y extraordinariamente hábil, las cosas funcionaban así. También se preguntaban por qué los árboles producían tantas semillas inútiles y plántulas de vida tan corta; por qué los humanos producían un exceso de «animales espermáticos» y por qué tantos niños morían durante los primeros años. La terrible verdad era que la competición por la vida era intensa. Muchos individuos de una especie determinada morirían de hambre, serían devorados o fallecerían en accidentes antes de poder reproducirse, o no serían capaces de hallar compañeros de cópula. Darwin sostenía que la aparición de una especie totalmente nueva era el resultado de miles o millones de generaciones de variación y selección en entornos cambiantes. La estabilidad temporal que los epicúreos habían adscrito al mundo, al que veían en constante evolución conforme los átomos caían en nuevas combinaciones, era un rasgo también de cada especie, y la mortalidad del individuo se aplicaba a la especie entera, cuya eventual extinción era, de igual modo, inevitable.

En mi opinión, la contribución de Darwin no se limita a desentrañar cómo funciona la selección natural, sino también a mostrar que se podía considerar un proceso basado en una ley más que uno basado en el azar. Pues la acusación constante hacia los antiguos epicúreos era que la belleza, complejidad y funcionalidad de las múltiples formas de vida no podía surgir de movimientos aleatorios de los átomos. Pero en opinión de Darwin, el criador que intenta mejorar su rebaño de ovejas o de perros de caza, o el colombófilo que presenta sus especímenes con colorido plumaje en la cola o vistosos colores a otros colombófilos, está aplicando una tecnología, y siempre que una tecnología tiene éxito, podemos esperar ver allí leyes

naturales. También la naturaleza, pues, debe estar usando una tecnología para crear la sucesión de formas de vida desde los últimos 4000 millones de años.

Evidentemente, la naturaleza no intenta mejorar especies, ni rebaños, ni la biomasa del propio planeta. No intenta hacer que animales o especies enteras sean más rápidos, listos o bellos. En realidad, la naturaleza no intenta nada. Pero elimina sin piedad a los miembros de cada especie que no están a la altura de los demás a la hora de producir, y en algunos casos, criar hasta la madurez, una descendencia que, a su vez, tendrá su propia descendencia. En consecuencia, la faz de la naturaleza viva cambia de modos que a menudo podemos explicar. A lo largo de eones han aparecido y desaparecido especies, y para que esto haya sucedido, ha de haber leyes naturales subyacentes a estos cambios. El azar (o lo que pensamos como azar, es decir, coincidencia), sin embargo, juega un papel. Muchos organismos perecen no debido a una carencia de fuerza, velocidad, astucia o buen metabolismo, sino por encontrarse en el lugar equivocado en el momento equivocado. Un buen ejemplo es el tipo de dinosaurios que habitó la Tierra hace 65 millones de años cuando el planeta recibió por azar (aunque plenamente de acuerdo con las leyes físicas) el impacto de un asteroide que los aniquiló.

La narración de la formación del cosmos y de la evolución de los animales por Lucrecio y la narración judeocristiana de la creación del mundo ya se percibían como enfrentadas desde inicios de la Edad Media. Su combate ha sido largo y persistente, pero también un poco subterráneo, oculto a la vista, que es la razón por la que se otorga a Darwin demasiado crédito por la idea básica de evolución por selección natural y demasiado poco por darse cuenta de que la variación era la clave que podía resolver el problema del origen de nuevas especies. Esta rivalidad no se manifestó, durante mucho tiempo, como un debate abierto, debido a los graves castigos legales asociados a la blasfemia, un crimen penado con la muerte en períodos tempranos del judaísmo, el cristianismo y el islam, y debido a la ubicuidad de la censura en muchos lugares de Europa.

¿Por qué eran tan peligrosas las ideas acerca de los orígenes de la vida? Se creía que si demasiada gente comenzaba a tomarse en serio las narraciones de los orígenes naturales de la vida, dejarían de creer que habían sido creados por Dios (y debían responder ante él). Si dejaban de creer que debían responder ante Dios, dejarían de creer que la obediencia a los mandamientos divinos y a sus líderes era obligatoria, y que la desobediencia sería gravemente castigada. Si dejaban de creer que la obediencia era obligatoria, se convertirían en libertinos, criminales y revolucionarios.

Hoy en día, el miedo que motivó las ejecuciones por herejía y dio como resultado la prohibición, confiscación y quema de libros científicos adopta una forma diferente. No es el miedo a la violencia revolucionaria el que explica la persistencia del creacionismo y las teorías del diseño inteligente. A algunos creacionistas, sin duda, les encantaría derrocar por las armas a sus gobiernos seculares y sustituirlos por teocracias. El miedo es, más bien, que si la teoría epicúrea-darwinista es cierta, y el diseño inteligente es falso, las divinidades y los libros religiosos no son fuentes de autoridad moral, y la vida eterna no es la recompensa por la fe. En tal caso, no hay razón para obedecer los diez mandamientos ni los preceptos morales de la fe de cada uno. El resultado final será la anarquía moral, término bajo el cual los creacionistas suelen comprender homosexualidad, adulterio, aborto y divorcio, así como la descomposición de la familia y la sociedad.

Si la teoría moral de los mandamientos divinos fuese la única opción, y si la inevitabilidad de la muerte acabara con nuestras vidas, las preocupaciones por los efectos sociales y psicológicos de la aceptación de la teoría de la evolución estarían justificadas. Pero fue el propio Darwin, a partir de la larga tradición de teoría moral secular británica, así como de sus propias observaciones en aves y mamíferos, el primero en objetar que ciertas formas de altruismo caracterizaban los grupos de animales y contribuían a su supervivencia. Inevitablemente, una conciencia o un sentido moral debía surgir, declaró, en cualquier animal social que hubiera desarrollado una inteligencia comparable a la de un ser humano.<sup>[5]</sup>

Estudios más recientes en primates y niños humanos han confirmado que el sentimiento moral de empatía y la disposición a ayudar a los demás, así como una preferencia por lo justo, están hasta cierto punto prefigurados por nuestros ancestros evolutivos y cableados en nosotros desde el nacimiento. Esta herencia se puede fortalecer y extender, como vio Darwin, mediante un aprendizaje formal, o se puede debilitar mediante experiencia o adoctrinamiento. Y pese a carecer por completo de la noción de que una especie pudiera descender de otra totalmente diferente, los antiguos epicúreos poseían una útil teoría de la moral natural que exploraré en el capítulo 6. Demostraron que era posible vivir felizmente y con ética como mortal.

## 3 La mente material

[...] Vemos nacer [el alma] y acrecentarse con el cuerpo, y sucumbir al tiempo fatigada.

LUCRECIO<sup>[1]</sup>

Incluso si no te tienta el creacionismo, puedes preguntarte cómo pudieron surgir de combinaciones de partículas materiales la conciencia, el poder de la percepción y el pensamiento (mente o espíritu). De acuerdo a su escasa ontología de átomos y vacío, los antiguos epicúreos declaraban que el alma — principio de movimiento, sensación, experiencia y pensamiento en los seres vivos—, estaba compuesta de un tipo especial de átomo. Los «átomos del alma», sostenían, eran especialmente pequeños, especialmente móviles y muy vivaces. Inundaban las extremidades del cuerpo humano, y nos permitían pensar, sentir y movernos. A diferencia del alma cristiana y de otras teologías, el alma epicúrea no era inmortal ni objeto de una atención y cuidado especiales en contraste con el cuerpo.

Dice Lucrecio que sentimos y sabemos que estamos totalmente unidos a nuestros cuerpos. «Es imposible que sustancia extraña / con tanta intimidad pudiese unirse / a nuestros cuerpos contra la experiencia; / por venas, nervios, vísceras y huesos / extenderse de modo, que aun los dientes / participan de cierto sentimiento, / como lo indica el mal y tiritona / que causa el agua fría que bebemos / y la piedra mascada en el sustento»<sup>[2]</sup>. Demasiado vino «ataca el alma en nuestro mismo cuerpo». Ahora «están sus miembros graves y pesados, / sus pies entorpecidos tartalean, / la lengua torpe, y embriagada el alma, / fluctuantes los ojos»<sup>[3]</sup>. En un ataque de epilepsia, «del mal la violencia, derramada / por los miembros, sin duda al alma llega / y la trastorna: así en el mar salado / la fuerza impetuosa de los vientos / hace hiervan las ondas espumosas»<sup>[4]</sup>.

Dado que cuerpo y mente están entrelazados, el cuerpo no puede vivir y experimentar sensaciones sin su mente, y esta, separada del cuerpo, no puede producir ningún pensamiento ni movimiento. En el momento de morir, las partículas del alma escapan a la atmósfera circundante sin causar ningún cambio inmediato en el peso o forma del cuerpo. «Así cuando de Baco la flor

se ha disipado, y ha perdido el perfume suave sus olores, o los jugos salieron de algún cuerpo»<sup>[5]</sup>. La muerte del cuerpo implica, con toda certeza, la aniquilación permanente de la mente de ese cuerpo.

## El misterio de la consciencia

El filósofo del siglo XVII René Descartes, que no tenía problema alguno con la narración epicúrea de los orígenes de las plantas y animales no humanos, es célebre por haberse mofado ante la posibilidad de tomar la misma ruta con los humanos. Mientras que animales y plantas eran solo máquinas materiales, sostenía, los seres humanos son máquinas materiales que también poseen un alma incorpórea e inmortal que les dota de consciencia, libre albedrío y racionalidad. Toda alma humana debía tener un origen divino. Esta afirmación no solo le excusaba de intentar explicar la consciencia, el libre albedrío y la racionalidad en términos mecánicos, sino que le permitía que el resto de su por lo demás epicúrea filosofía corpuscular sortease a algunos de los censores, aunque no a todos. Pese a las extensas referencias a Dios y el alma incorpórea, sus libros eran objeto de considerables sospechas y durante un tiempo estuvieron incluidos en el *Índice de libros prohibidos* de la Iglesia católica.

La teoría oficial del alma humana de Descartes le procuró una buena y abundante compañía. La mayoría de los seres humanos creía, en aquella época (y aún lo hace la mayoría), que el alma es algo que vive en el cuerpo. Se piensa en el alma como en una entidad permanente e indestructible que puede sobrevivir a la muerte del cuerpo. No solo la puede sobrevivir, sino que puede unirse a un nuevo cuerpo vivo (ya sea el cuerpo resucitado de la persona que murió o el de uno de sus descendientes, o el de un animal de otra especie) donde continuará viendo, sintiendo y pensando hasta donde ese cuerpo se lo permita. El epicúreo de hoy en día, sin embargo, insistirá en que el alma no se puede separar de su cuerpo original ni unirse a otro cuerpo humano exento de alma. Mi muerte, supondrá, será el fin de toda mi experiencia y pensamiento, y no constituirá el inicio de la experiencia y pensamiento de otro ser, excepto en el sentido de que algunas de las partículas que me componen acabarán finalmente dentro de otro organismo.

Pero si no tenemos almas o mentes inmateriales y potencialmente inmortales, ¿cómo se puede explicar el pensamiento, la experiencia y el movimiento voluntario? Hoy en día nadie puede tomarse en serio la idea de

los átomos de alma. Tal y como lo vemos, hay algo en la manera en que mi cuerpo vivo está dispuesto, a partir de partículas sin vida ni conocimiento, que me permite ser consciente, conocer mi entorno, sentir dolor, iniciar acciones, reflexionar acerca de mí y del mundo, hacer planes y tomar decisiones y construir y crear. Para la experiencia, el pensamiento y el movimiento voluntario no se precisa más que un cerebro, compuesto por moléculas, que a su vez están formadas por átomos, que están compuestos por partículas subatómicas, situado en un cuerpo animal. Y la necesidad de un cerebro para sentir y decidir no es una conclusión obvia. Otras estructuras biológicas halladas en los seres vivos, e incluso otras estructuras o programas que se podrían introducir en ordenadores, podrían facilitar el pensamiento y los sentidos.

### La evolución de la consciencia

Actualmente se cree que la consciencia puede estar mucho más extendida en la naturaleza. Existen escasas dudas de que mamíferos y aves poseen experiencias y sienten emociones, y la sensación de dolor debe haber surgido bastante pronto en la historia evolutiva. Pese a lo difícil que puede ser imaginar las experiencias de un lagarto o de una araña, muchos animales, entre ellos peces, reptiles, cefalópodos como el pulpo o el calamar e incluso insectos poseen una buena consciencia de todo un mundo sensorial de sabores, olores, sonidos y objetos y sustancias visibles y tangibles.

Aun así, puede parecer increíble que la consciencia y todos nuestros poderes mentales, como la toma racional de decisiones, la creatividad o la percepción y los sentidos, puedan surgir de fundamentos puramente físicos, de procesos en nuestro cerebro que tienen lugar de acuerdo a las leyes de la física y de la química. Hasta cierto punto, la analogía del alfabeto consigue explicar cómo elementos individuales (las letras) pueden dar lugar a compuestos (palabras y frases) con nuevas cualidades. Pero aún podemos preguntarnos cómo partiendo de las partículas y fuerzas elementales, carentes de color, de olor, de sabor y de sonido, puede surgir la consciencia para introducirnos en un mundo de sabor, color, aroma y sonido.

Nadie ha explicado, científicamente, cómo podemos ser conscientes del mundo y por qué experimentamos las cualidades que experimentamos: por qué el aroma de las rosas es el que es, y por qué determinadas longitudes de onda de la luz se correlacionan con la experiencia del rojo en lugar de con la del azul. Nadie ha explicado jamás cómo puedo iniciar voluntaria y

deliberadamente una acción. Sin embargo, el epicúreo contemporáneo se pregunta: ¿qué es más probable? ¿Que, podamos explicarlo o no, la consciencia y la mente surjan de fundamentos totalmente físicos, sin que se necesite nada más, o que una entidad no-física viva en nosotros, en algún lugar, y que, cuando se conecte correctamente a un cerebro físico funcional, permita al poseedor de ese cerebro pensar, sentir, percibir y decidir?

Una pregunta más fácil de afrontar que «¿cómo surge la consciencia?» es por qué la consciencia resulta útil. Desarrollar pulmones o alas permitió a los animales prehistóricos explotar rasgos concretos de su entorno: pasar del mar a tierra firme, en busca de nuevas presas que comer, o de tierra firme al aire, donde se podía evitar a muchos depredadores. Pero ¿de qué manera me permite tener consciencia, conocimiento de mi entorno y, con él, conocimiento de cómo se relaciona mi cuerpo con otros cuerpos, conseguir lo que no habría podido conseguir si fuese una máquina inconsciente bien programada? Con la robótica en constante mejora y desarrollando capacidades de reconocimiento y navegación cada vez más notables, esta pregunta resulta de gran actualidad.

Para ver por qué, pese a los avances tecnológicos, la consciencia puede resultar necesaria para muchos seres vivos, pongamos como ejemplo el sencillo robot llamado Roomba. El Roomba es un disco de unos 35 centímetros de diámetro, con dos ruedas que operan de modo independiente y que se enchufa a una toma de pared para cargarse. Una vez cargado, se desplaza por el suelo barriendo migas y polvo. De acuerdo a su publicidad, puede «cambiar de dirección al topar con obstáculos, detectar zonas de suciedad en el suelo y notar desniveles marcados a fin de evitar caer por las escaleras».

El Roomba hace una sola cosa, pero la hace razonablemente bien: busca polvo y suciedad. Le siguen varias generaciones de Roomba conforme los consumidores se muestran dispuestos a pagar por modelos actualizados con menos problemas y más capacidades. Sin embargo, no es una máquina que convierta materias primas en energía y trabajo. No emplea el polvo y suciedad que recoge como fuente de energía. Dado que puede extraer una capacidad ilimitada de electricidad de la toma de pared a fin de recargar sus baterías, no necesita ser capaz de sustentarse. Es totalmente dependiente de su propietario para seguir funcionando, puesto que puede quedar atrapado en el mobiliario y quedarse sin energía.

Ahora imaginemos que queremos construir un robot que recoja alimentos en el exterior, sobre terreno variable, en lugar de sobre polvo y migajas en una superficie lisa e interior, y que convierta esos alimentos en el combustible que alimente sus poderes y movimiento. Ahora se enfrenta a peligros seguros, no solo por parte de rocas afiladas y precipicios del entorno, sino también por parte del calor, el frío y la lluvia, que pueden destruir sus componentes electrónicos. Ha de evitar consumir sustancias que no sean alimentos. Ha de ser suficientemente eficaz a la hora de gastar su energía si desea sobrevivir, puesto que la cantidad de alimentos que puede encontrar, consumir y metabolizar para obtener energía es limitada. El robot es mortal. Se puede desgastar, como el Roomba, a causa de la fricción y la corrosión. Pero también puede morir si sus necesidades energéticas exceden la cantidad de alimento que es capaz de hallar, consumir y convertir en energía, o si no consigue detectar un peligro letal. También puede caer víctima de otro robot que puede consumir su cuerpo como combustible o para piezas, o de un ser humano irritado.

Con la tecnología actual, este robot tendría un software muy complejo. Necesitará percibir la diferencia entre alimentos y no-alimentos que resulten muy similares a alimentos. Precisará una memoria a fin de no desperdiciar energía buscando en lugares donde no se ha hallado alimento recientemente, pero lugares como estos podrían convertirse en buenas fuentes de alimento en el futuro, por lo que necesitará recordar eso. A fin de saber cuándo comenzar a buscar alimento y cuándo parar, necesitará sensores que vigilen sus necesidades energéticas. Requerirá un mecanismo de decisión que pueda enfrentarse a elecciones críticas, como la de continuar con su búsqueda de alimento incluso si sus reservas de energía están tan bajas que puede morir o abandonar la búsqueda para conservar energía y esperar a que más adelante las fuentes de alimento se repongan.

Imaginemos ahora que el robot puede reproducirse. Creará copias de sí mismo que accidentalmente variarán un poco. Bien debe crear copias a tamaño real de sí mismo, bien copias de menor tamaño que crezcan conforme consuman alimento. En el primer caso, gastará enormes cantidades de energía; en el último, necesitará nuevo software para el crecimiento. Un robot que coexistiera con otros robots con los que compitiera por el mismo alimento y refugio, así como por producir más rápido pequeños robots, debería estar dotado de mejores rasgos que la competencia. Si se trata de un robot por reproducción sexual, necesitaría también ser capaz de hallar potenciales compañeros sexuales, y realizar comportamientos de cortejo que tuvieran éxito para inducir al otro robot a cooperar.

A estas alturas debería estar claro que, desde el punto de vista de la ingeniería, resulta imposible acumular todas estas competencias en una máquina inconsciente que funcione con transistores y tenga el tamaño de un Roomba, ni reunirlas en una unidad del tamaño de un ratón utilizando estructuras y materiales como los de un Roomba. Sin embargo, un ratón hace todo lo que hace el Roomba, no lo hace con estructuras ni materiales como los del Roomba, y con toda probabilidad posee consciencia. La capacidad del ratón para tener experiencias, ver, reconocer lugares y cosas, recordar sitios, tomar decisiones, escoger parejas, sentir las emociones que le permiten huir de gatos y zapatos y la emoción del amor, que le impulsa a cuidar de sus hijos mientras son pequeños, constituyen un organismo eficaz y competitivo. Si la evolución puede emplear las leyes de la naturaleza que hacen posible la consciencia, el ratón no necesitará la bonita electrónica ni el tremendo tamaño y complejidad que requeriría un robot capaz de buscar comida y reproducirse si se construyese con tecnología sin consciencia.

Cuando miramos un cerebro humano, una estructura blanda y lobulada con la consistencia de las gachas de avena, es imposible imaginarlo produciendo experiencias e ideas. No es un caso comparable con, por ejemplo, mirar un hígado, otra estructura blanda y lobulada, y preguntarse cómo puede producir enzimas; seguro que alguien puede explicarlo. Y, sin embargo, sabemos que el patrón de excitación de los tres billones de neuronas de promedio del cerebro dan lugar a lo que el neurólogo António Damásio llama «el sentimiento de lo que ocurre». [6] Quizá se consigue mediante los mecanismos clásicos de la física y la química, pero hay una tendencia a creer, cada vez más, que la evolución recurrió a la mecánica cuántica. Si los organismos pueden aprovechar las leyes de la hidrodinámica para nadar y volar eficazmente, y las leyes de acción y reacción para la locomoción terrestre; si pueden usar los fotones para ver y para organizar sus ritmos circadianos, ¿por qué no deberían ser capaces de aprovechar la mecánica cuántica a fin de dominar algunos de los desafíos de la vida?

Tendemos a pensar en la consciencia en términos de todo o nada. Solemos creer que o bien un organismo consciente experimenta el mundo como lo hago yo o es una mera máquina insensible. Pero esto es un error. Ha de haber formas y gradaciones de consciencia que sean apenas similares a las mías, así como otras que se parezcan mucho. Si el sistema nervioso surgió para coordinar el movimiento, podemos imaginar que un efecto secundario de tener un poquito de consciencia del entorno (quizá para el dolor, o para el olfato) podría otorgar a un organismo primitivo una ventaja que la naturaleza

continuaría añadiendo a medida que se inventaban nuevos modos de reunir información del entorno mediante luz, sonido o aromas y conforme nuevas motivaciones perceptivas y emotivas ayudaban con las tareas necesarias para la supervivencia.

Filósofos y neurólogos siguen debatiendo acerca de si la consciencia es accidental o intrínsecamente útil; si alcanza a invertebrados como la abeja o la ostra, y si está tan solo presente en animales con un cerebro de cierta complejidad. El epicúreo no puede sino seguir estos debates con interés, sin dudar nunca de que la mente es, en cualquier caso, una cosa natural, cuya existencia depende de las partículas más elementales y de las fuerzas más sutiles del mundo físico.

## 4 La historia de la humanidad

Y los hombres que dio la tierra entonces eran más vigorosos que al presente [...] ni el frío ni el calor les molestaba, ni les dañaban los sustentos nuevos, ni las enfermedades empecían; vivían un gran número de lustros, errantes a manera de alimañas; lo que el sol y lluvias les alargaban, y lo que la tierra producía de suyo, les bastaba [...]

LUCRECIO<sup>[1]</sup>

Aunque pertenecieron a civilizaciones altamente desarrolladas como las antiguas Grecia y Roma, a los primeros epicúreos les fascinaba darse cuenta de que los seres humanos no siempre habían vivido en ciudades ni practicado la agricultura, la industria y el comercio. Sabían que sus ancestros habían vivido en familias y tribus con escasa organización política. Comprendían que tan solo después habían formado federaciones, habían dado el poder a reyes y magistrados y creado leyes y sistemas de castigo para contravenciones y delitos. Basado en los manuscritos de Epicuro, así como en el conocimiento de sus contemporáneos acerca del pasado lejano, Lucrecio pensó detenidamente en los orígenes de la civilización, y en el quinto libro de *De la naturaleza de las cosas* narró la historia de la humanidad y extrajo importantes conclusiones acerca del progreso tecnológico, la felicidad humana y la opresión política que merecen nuestra continuada atención.

EL ESTADO NATURAL Y EL SURGIMIENTO DE LA CIVILIZACIÓN

Lucrecio retrata una primera fase de la vida humana peligrosa pero, por varias razones, atractiva. Los adultos vivían como animales solitarios buscando comida (se supone que transportando a sus hijos, o seguidos por ellos). Muchos de ellos, «cogidos / y desgarrados con feroces dientes / un pasto vivo daban a las fieras», mientras que otros morían «sin saber qué aplicar a sus heridas». Pero, señala Lucrecio con agudeza, «no daba un solo día / a la muerte millares de guerreros / que seguían banderas diferentes, / ni estrellaban los mares borrascosos / los hombres y navíos en escollos». [2] La

gente moría de hambre, pero no por exceso; se envenenaban accidentalmente al comer algo equivocado, mientras que «a otros con más arte ahora envenenan».

El fuego no fue algo que robaran a los dioses, como en el mito griego de Prometeo, ni fue un regalo divino. Más bien, explica Lucrecio, los incendios forestales eran habituales en aquellos días, a causa de relámpagos o de la fricción entre ramas de árboles. La gente ideó modos de capturar, controlar y conservar el fuego, y esto fue un punto de inflexión. Se acostumbraron al calor y eso los llevó a vivir como familias en chozas. Aprendieron a cocinar su comida, y vivir con mujeres y niños hizo a los hombres menos bruscos y más complacientes. Se inventó el idioma humano (que Lucrecio veía como cualquier otra forma de lenguaje animal) y también artes como el trenzado y el tejido. Aunque luchaban con palos y piedras, los primeros humanos no podían hacerse demasiado daño entre ellos. Había una relativa equidad y una relativa libertad sin sacerdotes y jueces que establecieran leyes y amenazaran con castigos.

Los arqueólogos y los estudiosos de las escasas sociedades de cazadoresrecolectores que quedan han validado en gran medida esta reconstrucción de Lucrecio. [3] Los antropólogos han señalado la «preferencia por la equidad» en sociedades pequeñas y sencillas, y el resentimiento contra cualquiera que comience a actuar de un modo agresivo. En sociedades tribales más grandes puede haber un líder, pero su función principal es negociar con extranjeros, no crear normas para los de la tribu, y normalmente no suele distinguirse de los demás por su indumentaria o su morada. ¿Cómo, pues, pasaron los seres humanos de vivir en sociedades pequeñas e igualitarias a oligarquías y burocracias imperiales? En estas estructuras políticas, la riqueza y el poder se concentran en un reducido número de manos, y muy escasos gobernantes toman decisiones que afectan a las experiencias e incluso a la supervivencia de millones de súbditos. Pues, como Lucrecio subraya, aunque quizá exagera la armonía ininterrumpida de la vida arcaica, la guerra era algo desconocido. Carecían de toda motivación para atacar al vecino, así como de armas eficaces para hacerlo.

Lucrecio es vago acerca de cómo sucedió todo esto. Supone que «aquellos que tenían más ingenio, / y mucho más su espíritu alcanzaba» inventaban nuevas y admirables prácticas, y que aparecían así reyes que recompensaban a sus favoritos y levantaban ciudades. La invención del dinero trajo consigo una nueva época. «Por fin, se introdujeron las riquezas, / y descubriose el oro, que

al momento / envileció la fuerza y hermosura: / por lo común [...] / hacen crecer la corte del más rico»<sup>[4]</sup>.

En la narración de Lucrecio, la sociedad arcaica llegó a su fin debido a un descubrimiento por azar, el de los metales: cobre, oro, hierro, plata y plomo. La gente observó cómo, tras un incendio forestal, los metales manaban, líquidos, de algunas rocas, y se solidificaban adquiriendo nuevas formas. He aquí un material mucho más duro y duradero que la madera y que, a diferencia de la piedra, podía moldearse a voluntad. El ingenio humano se hizo cargo del resto, y con la tecnología del metal llegó la esclavitud agrícola, las divisiones de clase y la conquista brutal. «Se labraba la tierra con el cobre, / y con cobre se daban los combates, / se sembraba la muerte y se robaban / los campos y ganados; pues desnudos / e inermes se rendían fácilmente / a gente armada»<sup>[5]</sup>.

La arqueología contemporánea corrobora la opinión de Lucrecio de que las ciudades, el comercio y la guerra evolucionaron rápidamente con la introducción de la tecnología metalúrgica. Ahora, con el arado y los animales de tiro, los humanos podían labrar vastos campos y cultivar, almacenar y comerciar con cereales, el nuevo alimento básico en la dieta de los pobres. Con sierras y martillos podían construir casas, muros y vallas para mantener a la gente dentro y al ganado, separado. Se podía equipar con ruedas a las carretas para viajar y comerciar, y hacer que las tiraran animales domesticados. Las herramientas, aplicadas a la minería, extraían metales preciosos y gemas. Con la nueva abundancia de alimento extraído del suelo, las poblaciones crecieron y los mercados se expandieron. El arte de la construcción naviera hizo posible el viaje a larga distancia. Comenzó a abrirse una gran brecha entre ricos y pobres. Los ricos eran aquellos que convencían u obligaban a otros a trabajar por ellos en los campos, a fabricar herramientas y adornos, a construirles edificios y a luchar en sus batallas. Los pobres eran quienes no tenían más opción que esclavizarse a los ricos.

Este proceso implicó ganancias y pérdidas. La vida, en ciertos aspectos, se volvió más segura, y las campiñas se embellecieron, «doquiera divididas / o guarnecidas de árboles frutales». La vida en las aldeas seguía siendo idílica, pensaba Lucrecio. La gente se tendía en el césped en amistosa compañía y «entonces era el tiempo de las danzas, / entonces de las pláticas, entonces / de las dulces risadas». Tocados con guirnaldas de flores, se divertían mutuamente con danzas sencillas, si no torpes. Cantar es un buen remedio contra el insomnio.

Al mismo tiempo, todo empeoró en otros aspectos. La fabricación de barcos posibilitó la guerra a distancia. Las lanzas de hierro eran mucho más letales que las armas de la Edad de Piedra, y ahora había más por lo que luchar. En las ciudades, los ricos comenzaron a competir entre sí por riquezas y poder, y esto provocó un período de derramamiento de sangre y de caos. «La autoridad suprema se volvía / al pueblo entonces y a la muchedumbre: / y cada cual el cetro demandaba, / el sumo imperio y la soberanía. / Eligieron de entre ellos magistrados, / que obedecieron voluntariamente: / porque el género humano, fatigado / de vivir en la dura servidumbre, / y con enemistades extenuado, / más de su grado recibió las leyes [...] como / el enojo llevase la venganza / mucho más lejos de lo que las leyes / permiten al presente, se cansaron / de la anarquía y las venganzas fieras»<sup>[6]</sup>. Si los humanos no hubiesen inventado la ley y la burocracia habría sido el fin de nuestra especie. Pero lo hicieron. Se suprimió la criminalidad y esto permitió que las civilizaciones ricas avanzasen aún más con la construcción de caminos, la erección de palacios y la creación de obras de arte.

Como sabemos hoy en día, la artesanía, en la Antigüedad, creaba bellos objetos útiles para comerciar con ellos y para su uso doméstico, pero solo mediante el uso de obra de mano esclava en grandes talleres urbanos. La concentración de poblaciones en un lugar estable impulsó el aprendizaje de matemáticas, astronomía, filosofía y otras ciencias, así como grandes logros en ingeniería. También creó una clase alta parasitaria que vivía del trabajo duro de los otros, disfrutando de sus rentas, tributos y herencias, pero al mismo tiempo consumida por la ansiedad de gestionar y mantener su riqueza. Rico o pobre, observó Lucrecio, «en vano se afana el hombre siempre / y de continuo se atormenta en vano, / y en cuidados superfluos gasta el tiempo, / porque no pone límite al deseo, / y porque no conoce hasta qué punto / el placer verdadero va creciendo». Ambición, agresión y corrupción van pudriendo internamente sociedades que por fuera aparentan ser opulentas y florecientes.

#### Autoridad y desigualdad

Hay dos rasgos especialmente importantes en la prehistoria epicúrea. En primer lugar, la narración epicúrea nos invita a reflexionar sobre la naturaleza del poder y de la autoridad política. En segundo lugar, la lista de beneficios y pérdidas de la civilización que enumera Lucrecio tendrá algo que decir a toda

persona que se preocupe por los efectos del progreso tecnológico y el desarrollo en el bienestar humano y en el de la demás vida en nuestro planeta.

En la visión epicúrea, la autoridad política no pertenece a la naturaleza. Existe por convención. Esto significa que hay muchas formas de gobierno, todas las cuales dependen de alguna forma de aquiescencia humana, y que lo que definimos como conducta criminal y qué castigos imponemos a quienes infringen la ley son asuntos de decisión humana. Normas tales como «ojo por ojo» no constituyen justicia natural; más bien reflejan buenas o malas decisiones acerca del castigo adecuado. Penas como cierta cantidad de años en la cárcel por secuestro, asesinato o fraude no se ajustan al delito en un sentido objetivo. Sencillamente los legisladores han juzgado que son adecuadas, a veces sin ninguna razón.

Las implicaciones de esta visión epicúrea fueron considerables. Desafiaba la noción predominante de que la autoridad y la justicia estaban definidas previamente a las decisiones humanas y sus acuerdos. Los epicúreos nos invitan a distinguir entre *autoridad desnuda* (el ejercicio crudo del *poder*: para legislar, para establecer reglas para las instituciones, para infligir sufrimiento a otros o para recompensarlos con lo que ellos valoren) y *autoridad legítima*, que surge del acuerdo entre humanos.

La interpretación original de la autoridad política era teológica. En las sociedades tribales y arcaicas, los dioses eran o son concebidos como propietarios de la tierra y de sus seres vivos. Se supone que ellos, o espíritus subordinados, otorgan leyes relativas a acciones permitidas o prohibidas en lo que respecta al resto de la naturaleza y a otras personas. En algunas sociedades tribales, esta propiedad divina implicaba un uso juicioso de los recursos naturales, especialmente la caza, junto a otras normas de vida, impuestas de un modo más o menos estricto.

En cualquier caso, las narraciones teológicas de la autoridad política enfatizan el poder de los dioses para castigar acciones que escapan a la conciencia humana. La Biblia judeocristiana-islámica comienza con una narración del poder creativo de Dios y de su autoridad legislativa. Describe sus órdenes a la primera pareja humana en su propio jardín personal, la desobediencia de ellos y las terribles consecuencias de esta desobediencia. La autoridad del primer profeta de Dios, Moisés, que ordena a su pueblo abandonar Egipto y formar una nueva nación, es una autoridad conferida por Dios. Y en la teoría política cristiana se teoriza que Dios coloca y mantiene en el poder a los gobernantes temporales, por lo que se les debe obediencia en virtud de su origen. Para la persona religiosa ortodoxa, si Dios no quisiera que

una determinada persona fuera presidente de Estados Unidos, esa persona no sería presidente, de modo que todo aquello que haga esa persona ha de ser coherente con la voluntad de Dios.

Una tradición rival e igualmente influyente veía la autoridad política como algo construido en la estructura misma del universo. El predecesor de Epicuro, el filósofo griego Aristóteles, creía que era obvio que el cosmos estaba jerárquicamente organizado. Lo superior, decía, siempre gobierna sobre lo inferior. Los cielos dictan sobre la Tierra, y provocan las estaciones, que a su vez causan el clima, que determina el suministro de alimentos y la conducta reproductiva. Muchas especies animales poseen individuos dominantes; los amos gobiernan sobre sus esclavos; los hombres gobiernan sobre las mujeres; las mujeres gobiernan sobre los niños. Es el orden natural de las cosas, sostenía, y sería perverso cuestionarlo. Su visión de la dominación natural ofrecía una interpretación lamentable del antiguo ideal de «vida según la naturaleza».

Durante la Edad Media y a principios de la era moderna podía haber tensión y conflictos entre la Iglesia, con su opulenta jerarquía constituida por el papa, los arzobispos, obispos y clero inferior, y los emperadores, reyes y príncipes seculares. Ambas facciones poseían la prerrogativa de gravar impuestos y dictar leyes. Ninguna persona común, fuese granjero, mercader, artesano o pequeño terrateniente, podía dudar de que el poder de ordenar, castigar y recompensar procedía de arriba. La forma que adquirían estas órdenes, castigos y recompensas no dependía del acuerdo de aquellos a quienes afectaba, sino tan solo de la clase social en que nacían. En consecuencia, había diferentes estándares legales para los privilegiados y para los pobres, para hombres y para mujeres, y para distintas categorías de personas, como la nobleza hereditaria y el clero. La relativa invulnerabilidad de los socialmente poderosos permitía extraordinarios abusos: librar guerras privadas para incrementar la propia riqueza y dominio, la ejecución de rivales y confiscación de sus posesiones, favoritismos hacia incompetentes y abusos sexuales hacia mujeres y niños.

Se ha calculado que durante la Edad Media y principios de la era moderna, entre un 80 y un 90 por ciento de la población del Sacro Imperio estaba constituida por agricultores o arrendatarios de tierras ligados a ella, que pagaban diezmos, alquileres o impuestos a su terrateniente y que servían como soldados cuando se les exigía. El clero, la aristocracia y los artesanos constituían el resto de la población. El adoctrinamiento, en forma de sermones semanales, inculcaba el deber de la obediencia. La revolución, en el sentido

literal de dar la vuelta a las relaciones sociales, poniendo arriba a quienes estaban abajo y abajo a quienes estaban arriba, se consideraba un crimen contra Dios y contra la naturaleza. Cada semana se repetía la promesa de que el Cielo esperaba a quienes soportaban sus sufrimientos y privaciones y practicaban pacientemente la humildad. Los sufrimientos y privaciones de la gente eran, por implicación, triviales comparados con los de los grandes mártires, incluido el propio Jesús, como subrayaba la iconografía de las iglesias.

pasivamente aquellos que Aceptaban ع se encontraban subordinación? vidas uniformemente Eran sus tristes? historiadores nos han demostrado, la vida en las aldeas tenía su parte de alegría y su parte de tristeza. Aun así, en la historia abundan las revueltas de esclavos y las rebeliones campesinas, provocadas por los aumentos de impuestos y las hambrunas. La mayoría de estas rebeliones se conseguían sofocar con éxito, pero entre los siglos XVII y mediados del XIX se dieron cambios gigantescos. La transformación de esas sociedades feudales basadas en los privilegios y derechos de los distintos estratos sociales en sociedades comerciales, basadas en la idea de contratos entre iguales, se ha estudiado desde muchos puntos de vista. La recuperación de la historia epicúrea de la humanidad, la distinción entre naturaleza y convención y la concepción epicúrea de justicia como acuerdo para evitar dañar y ser dañado jugaron un papel importante a la hora de repensar cuestiones acerca de la legitimidad y alcance de los poderes mundanos.

Hasta mediados del siglo XVII, cuando Thomas Hobbes hizo su entrada en escena, no se habían cuestionado, en gran medida, las ideas de dominación natural y de legislación divina. La recuperación, por parte de Hobbes, de la idea epicúrea de «contrato social» (que exploraré en el capítulo 12), aunque aún más autoritaria que democrática, se convierte en la base de una gran parte de la teoría política moderna, con su clara insistencia en que el gobierno existe tan solo por el bien de los gobernados.

## LECCIONES DEL PASADO

Una de las lecciones más importantes que podemos aprender de la prehistoria de Lucrecio y de su posterior tratamiento es que el objetivo de la autoridad política es reducir la violencia interpersonal y hacer que la vida sea segura para todos. Una segunda lección es que nuestros sistemas político y legal se

han visto moldeados por descubrimientos debidos al azar y por nuevas tecnologías. Una tercera es que mientras que la vida en civilización ofrece una gama de maravillosos bienes y experiencias, la riqueza y la ambición descontroladas hacen que la explotación, la guerra y la corrupción sean inevitables.

No existe ningún plan cósmico en la historia; no hay un destino ineludible hacia el que nos dirijamos inevitablemente. Ninguna divinidad nos guía ni vigila que no cometamos errores que provoquen la guerra nuclear o que extingan a la mayoría de las especies y dejen la Tierra inhabitable. Los descubrimientos por azar son aún posibles, y el ingenio humano parece inagotable. Pero la sed de poder y gratificación de unos pocos a expensas de la mayoría es un rasgo inevitable de la civilización que se podría controlar mejor de lo que hacemos, aunque nunca pueda ser totalmente desterrado.

Otra idea importante surge de la historia epicúrea de la humanidad. Los seres humanos inventaron el gobierno. Nos gusta pensar en el gobierno como una autoridad concedida a aquellos que más se la merecen, a gente que ha demostrado su compromiso con el bienestar general y su comprensión de cómo funciona el mundo tras presentar públicamente sus creencias y planes, soportar interrogatorios y competir con otros. Pero hemos de tener en cuenta que los modernos gobiernos son los sucesores de regímenes originalmente cleptócratas y basados en clanes, que se apoyaban en el secretismo, las conspiraciones, la violencia y la intimidación para obtener y mantener su poder y riquezas y ejercer la violencia contra otros grupos. En mayor o menor medida, han mantenido o se han deshecho de esas primitivas características de gobierno. Los mejores gobiernos son aquellos que han trascendido sus orígenes, rechazado la toma de poder por la fuerza y el fraude y se dedican ahora no a enriquecer al clan, sino al bienestar y a los intereses de los gobernados. Los peores gobiernos son aquellos en los que la mayoría de aquellos rasgos de gobierno originales se han mantenido intactos.

## PARTE II VIVIR BIEN Y DE MODO JUSTO

## 5 Ética y el cuidado de uno mismo

El grito del cuerpo es este: no tener hambre, no tener sed, no tener frío. Pues quien consiga eso y confíe que lo obtendrá competiría incluso con Zeus en cuestión de felicidad.

EPICURO<sup>[1]</sup>

Pues al menos yo no sé qué pensar del bien si excluyo el gozo proporcionado por el gusto, si excluyo el proporcionado por las relaciones sexuales, si excluyo el proporcionado por el oído y si excluyo las dulces emociones que a través de las formas llegan a la vista.

EPICURO<sup>[2]</sup>

La ética es el estudio de cómo vivir y qué hacer. Como dice Epicuro, trata acerca de «elección y rechazo» personal. Trata de mis elecciones acerca de qué buscar y qué evitar, y evitar, el rechazo, es tan importante como escoger.

PLACER Y DOLOR

El epicúreo cree que la naturaleza es la fuente definitiva de deberes, permisos y prohibiciones que juegan un importante papel en la vida humana. Considera que los placeres sensoriales, emocionales e intelectuales son los bienes dignos de escoger... aunque la ética, como mostrarán los siguientes capítulos, limita estas elecciones. Considera que el dolor físico y el psicológico son los males que hay que evitar y prevenir. Nadie, piensa Epicuro, ha de ordenarnos que cuidemos de nosotros mismos de esa manera. Nadie busca naturalmente situaciones de dolor físico, ansiedad y miedo; nadie evita situaciones que proporcionan gratificación, gozo y alivio de tensiones. Esto también vale para los llamados masoquistas. Los masoquistas buscan y obtienen placer y liberar tensiones estimulando sus receptores del miedo y del dolor.

Si crees, como Epicuro, que el placer es nuestro «primer y único bien», no te encuentras entre los sabios, al menos en la tradición filosófica occidental. Los grandes filósofos han denigrado y advertido contra el placer desde tiempos inmemoriales. Por ejemplo:

PLATÓN: «El placer es el mayor incentivo para el mal».

ARISTÓTELES: «Ningún placer es un bien».

EPICTETO: «Es la naturaleza del sabio resistirse al placer».

KANT: «Quien desee ser feliz ha de permanecer indiferente ante el dolor y el placer».

Para ser justos, estas citas están descontextualizadas, y al menos en algunos de estos escritores se pueden hallar defensas del placer con las oportunas reservas. Por ejemplo, los placeres del cielo pueden juzgarse deseables, y la persecución de la virtud moral puede dar lugar a una aceptable forma de placer. Pero el placer sensorial y especialmente el sexual suelen quedar, gracias a filósofos de la moral y a teólogos, claramente delimitados con advertencias. Uno tiende a creer que es su trabajo hacerlo. Los filósofos pueden aceptar que en general los animales buscan el placer, pero a menudo señalan que el ser humano es superior a los demás animales por ser capaz de reprimir sus deseos. De aquí que crean que ha de practicar su superioridad haciendo justamente esto. Rutinas ascéticas como ayunar, pasar frío o vestir ropas incómodas se suelen asociar, en muchas culturas, con la santidad y con un estatus superior al de la persona común.

¿Qué argumentos hay contra el placer? Rara vez se los explicita, lo que indica quizá que los humanos tienen una ambivalencia profundamente arraigada hacia el placer que tan solo necesita que se la refresque de tanto en tanto mediante recordatorios filosóficos y religiosos. Todos parecemos saber intuitivamente que placer y peligro van de la mano, y que el sexual es el más peligroso de todos los placeres, excediendo con mucho, a este respecto, a los placeres de la comida, la bebida o gozar en exceso del arte, la música, la danza o los viajes. En realidad, estas otras actividades suelen verse manchadas por la asociación ocasional con el placer sexual. Incluso la teoría epicúrea viene con su propio juego de advertencias acerca del placer.

#### LA PRUDENCIA Y SUS LÍMITES

A la pregunta «¿deberíamos hacer lo que más deseemos en cada momento, dado que nuestra afición al placer y nuestra aversión al dolor son naturales y fundamentales?», la respuesta epicúrea es «en absoluto». Para explicar esta respuesta primero expondré lo que los filósofos llaman «acciones que atañen exclusivamente al individuo», es decir, acciones que tienen escaso o ningún impacto en otras personas, pero un efecto perceptible en uno mismo. El siguiente capítulo describe las acciones «que atañen a los demás» desde una perspectiva epicúrea.

Por cuanto respecta a las acciones que solo atañen a uno mismo, Epicuro nos recuerda que la búsqueda de pequeños placeres inmediatos puede provocarnos graves dolores más tarde, mientras que soportar ciertos dolores ahora puede traernos más placeres pasado el tiempo. He de escoger y rechazar con prudencia, a la vista de los efectos previsibles a largo plazo de nuestras acciones. Lo sensato es pasar por el dolor leve de una limpieza bucal para evitar los grandes problemas futuros de que los dientes se pudran y se caigan, o sufrir el pinchazo de una vacuna para huir de una enfermedad invalidante. Se pueden justificar más intervenciones médicas dolorosas y agotadoras por su impacto positivo en la función general una vez hayan sanado las heridas. Limitar los gastos de vacaciones para asegurarnos una vejez cómoda y reducir el consumo de deliciosa pastelería para evitar la diabetes en la mediana edad es, según los epicúreos, un cuidado de uno mismo previsor y racional. Negarse a pensar en las consecuencias a largo plazo puede ser agradable ahora, pero las consecuencias a largo plazo de negarse a pensar en esas consecuencias pueden ser muy dolorosas.

Al mismo tiempo es posible estar demasiado orientado hacia el futuro. Una resaca puede ser un precio justo a pagar por una noche realmente fantástica, incluso si una caída en los terrores de la adicción es un precio demasiado elevado por una serie de noches realmente fantásticas. Nuestra capacidad de predecir el futuro es limitada, y en una vida buena y feliz cabe cierto riesgo. Hay muchos intereses comerciales puestos en vendernos productos basados en la prudencia, como exámenes médicos, operaciones y pólizas de seguros que no necesitamos pero nos convencen fácilmente (provocando miedo y ansiedad, psicológicamente desagradables) de que las necesitamos. Por ejemplo, la empresa suministradora de agua de mi localidad ofreció hace un tiempo a sus clientes un seguro por si una de sus tuberías subterráneas reventaba e inundaba sus casas. Esto sería una enorme molestia si ocurriese, me dice mi imaginación, y sería agradable que la compañía suministradora de agua secase y reparase mi casa. Pero probablemente el riesgo es suficientemente bajo como para usar mejor mi dinero en alguna otra cosa.

Los epicúreos de hoy en día creen que la pregunta «¿cuán prudente debería ser en este caso?» debería investigarse empíricamente siempre, incluso si la decisión, al final, depende de tus preferencias. Con las estadísticas en la mano, uno puede decidir que realmente no necesita el seguro de las tuberías del agua, ni una garantía extendida para el nuevo lavavajillas, ni beneficiarse de esa mamografía. Pero ¿y si esas garantías y pruebas te

producen una enorme comodidad y seguridad? Si, una vez posees los datos, hasta donde se los conoce, acerca de las probabilidades de varios resultados, solo puedes aliviar tus miedos y ansiedades mediante estas pruebas y garantías, un epicúreo te recomendaría que te libraras de la carga de esos dolores. De igual modo, si has leído la literatura médica acerca de, digamos, fumar, y estás bien informado acerca de sus efectos en tu corazón, pulmones, piel, sistema circulatorio, dientes, etcétera, pero te encanta fumar, en ese caso, y en condiciones en las que tu humo no moleste a nadie más, y si a nadie hace daño tu avance prematuro hacia la decrepitud y la muerte, o nadie imita tu ejemplo, el consejo del epicúreo será: «Adelante, fuma».

Aunque la persona epicúrea emplea este tipo de aproximación sensata y equilibrada, se trata, técnicamente, de una hedonista. Y no son solo los viejos filósofos severos los que habitualmente piensan en el hedonismo como algo esencialmente frívolo y que ocupa el lugar de búsquedas dignas aunque no tan placenteras.

#### EL HEDONISMO Y SUS PROBLEMAS

Solemos pensar en un hedonista como en alguien que se da baños de espuma, masajes y almuerza con champán. La publicidad insta a las consumidoras a «mimarse», con lo que realmente quieren decir que consumas dulces «pecaminosos» o «suntuosos» y compres complejos vitamínicos y sesiones de sauna con infrarrojos. Un artículo en *Cosmopolitan* acerca de cómo mimarte te recomienda consumir chocolate, ir de tiendas en busca de un lápiz de labios o de «calcetines con efecto purpurina», no acudir al trabajo «porque sí», comprar gel de baño de yogur y lavarte los pies con él, emplear crema hidratante con albaricoque y miel en tu cuerpo y cenar en la cama unas tostadas con aguacate y guindillas.<sup>[3]</sup> El hedonismo masculino, según lo retratan la publicidad y los periodistas extasiados por ella, toma un aspecto distinto. Se asocia con viajes a destinos turísticos exóticos y con la compra de caros relojes, cinturones, anillos y brazaletes; con conducir coches deportivos, beber whisky, y con sexo sin compromiso y bajo demanda. Puede que no haya importantes dolores a largo plazo asociados a estas actividades, pero todo esto suena muy poco a consejos éticos. Más bien suena a consumismo desnudo y ausencia de esfuerzo mental.

El auténtico epicúreo contempla estos consejos con sentimientos encontrados. Los placeres que se pueden obtener huyendo del ajetreo cotidiano mediante sexo, comida, bebida y entornos cómodos son innegables.

Pero la compra de accesorios inteligentes no habría entrado en la idea de Epicuro o Lucrecio de algo especialmente placentero, y estas imágenes de supuesta buena vida poseen aún más particularidades.

En primer lugar, en estas presentaciones se asocia el hedonismo femenino con el refugio en un espacio seguro en casa, en la cama, y con mimos y cuidados estéticos de bajo coste económico; el hedonismo masculino se asocia con aventuras lejanas y una exhibición llamativa de gasto económico. Estas diferencias nos dicen bastante acerca de nuestra sociedad, de qué sexo controla el dinero, qué sexo es más probable que disfrute de su trabajo y de qué atributos (pies suaves o cronómetros de lujo) se cree que atraerán a eventuales parejas sexuales. Los hedonistas presentados por los publicistas están eludiendo responsabilidades (no acudiendo a trabajar «porque sí») o tienen tanta autonomía que son libres de largarse a los trópicos cuando quieran.

Los publicistas comprenden perfectamente cómo apelar a los cinco sentidos con los productos adecuados. Pero resulta descorazonador pensar que para disfrutar de las experiencias más placenteras que pueden pagarse con dinero tenemos que enroscarnos en la cama o tomarnos unas vacaciones muy lejanas y entrar en un mundo de fantasía de playas de arenas blancas y palmeras. Las vacaciones pueden ser maravillosas y memorables, pero resulta incluso mejor incorporar ciertos valores epicúreos a nuestro mundo cotidiano de trabajo y vida familiar.

El epicúreo no te dará una lista de cosas que hacer para disfrutar, pero puede recordarte las riquezas del mundo sensorial y animarte a que disfrutes. A diferencia de la mayoría de los filósofos, pasados y presentes, te da permiso para ser descaradamente sensual, y ejercer tanto el rechazo como la elección. A modo de recordatorio, he aquí un rápido itinerario por lo que hay disponible. Estas listas no pretenden de ningún modo ser exhaustivas ni encajar en las preferencias de todo el mundo. Pero son ejemplos de placeres al alcance de la mayoría de las personas... y desafortunados recordatorios de que el entorno sensorial que la mayoría de nosotros cree normal es, en realidad, una fuente de dolor sensorial.

VISTAS AGRADABLES: El mar. El cielo nocturno. Plantas verdes. Muebles, colores de paredes, ropa de mesa y vestimenta bien escogidos. Iluminación interior cálida.

SONIDOS AGRADABLES: Música de propia elección. El canto de las aves. Las olas.

AROMAS AGRADABLES: Flores. Hierbas y especias como la lavanda, la nuez moscada o la vainilla. El olor natural de algunos humanos sanos.

SABORES AGRADABLES: Carnes, quesos, fruta y verduras. Vinos y otras bebidas fermentadas o destiladas. Pan. Té, café y caca

- TACTOS AGRADABLES: Seda, terciopelo, cuero. El pelaje de los animales. Piel suave. Instrumentos y herramientas bien moldeados.
- VISTAS DOLOROSAS: Arrabales y guetos. Juguetes de plástico. Interiores de instituciones como pasillos de hospitales, escuelas y nodos de transporte público.
- SONIDOS DOLOROSOS: Sirenas, cláxones, tráfico. La música de otras personas. Perros ladrando. Llanto de bebés. Agua goteando.
- AROMAS DOLOROSOS: Moho. Excrementos. La mayoría de los perfumes químicos y productos de limpieza. Basura en putrefacción.
- SABORES DOLOROSOS: Comida pasada. Sabores artificiales. Comida demasiado salada o demasiado dulce.
- TACTOS DOLOROSOS: Ropa que pica, que hace sudar, demasiado ajustada. Utensilios que funcionan mal. Suelo de cemento.

Una manera de mejorar tu entorno de inmediato y sin casi coste es retirar toda botella, tubo o envase de plástico con etiquetas de tu vista en el baño y en la cocina. El galimatías semántico desaparecerá, junto a muchos productos que no estás usando y que probablemente nunca usarás.

Sin embargo, una aparente dificultad para intentar vivir una vida epicúrea es que los placeres sensoriales suelen tener un alto precio. Los mejores alimentos y perfumes, las texturas más lujosas y los muebles y entornos más bellos son más raros y notablemente más caros que la comida basura, los aromas baratos, la ropa de poliéster, la vida en un entorno urbano y las actividades realizadas en entornos públicos construidos sin tener la estética en mente. Mucha gente, incluso en prósperas sociedades democráticas, no tiene suficiente dinero para vivir relativamente libre de persecuciones, ansiedad y privaciones. No puede permitirse comprar flores o visitar la costa, y sus entornos sensoriales, según los estándares anteriormente expuestos, son claramente desagradables. Para el epicúreo, tanto la identificación del placer con el lujo como la penuria de la pobreza son motivo de preocupaciones que la filosofía ha de tratar.

Para la mayoría de nosotros, la pregunta con respecto a cuidarnos no es tanto «¿puedo conseguir lo mejor de lo mejor?» como «¿puedo mejorar mi entorno sensorial con respecto al nivel en que está ahora?». Aunque tengamos un control muy pequeño sobre el entorno sensorial, y aunque los estímulos dolorosos abunden en nuestras vidas, habitualmente podemos hacer algo más a fin de evitar el dolor y aumentar nuestra exposición a fuentes de placer sensorial.

Aunque es ya un tópico decir que las mejores cosas de la vida son gratuitas, lo cierto es que psicólogos que investigaban la felicidad humana se hicieron eco de que las cosas que más se disfrutan en la vida no exigen ni tecnologías sofisticadas ni grandes dispendios de dinero.<sup>[4]</sup> La gente

encuestada respondía acerca de las actividades que más disfrutaba en su vida cotidiana: relaciones íntimas, vida social tras el trabajo, relajarse, cenar, la hora de la comida y el ejercicio físico. Los viajes hacia y desde el lugar de trabajo, el trabajo en sí y el cuidado de los niños son las actividades que obtenían una puntuación más baja en la lista de actividades a disfrutar, un argumento al que regresaré a la hora de hablar de trabajo y vida familiar. Aunque se puede estimular en los seres humanos el apetito por una notable gama de deseos de nuevos objetos y experiencias, se ha comprobado que los ingresos y posesiones, a partir de un determinado umbral, no ejercen un efecto subjetivo en el bienestar, con la excepción de que la gente suele ser sensible a las diferencias y está dispuesta a juzgar su propio valor, con referencia a los demás, en base a cuánto tienen los otros y cómo se les paga. [5]

Pero la mayoría de nosotros somos un tanto irracionales, de algún modo u otro. Muchas personas que no pueden permitírselo derrochan en compras que no les reportan un gran placer. Otros, que poseen mucho dinero, se comportan como si no merecieran tener a su alrededor belleza y comodidades y escatiman, sacrificando la calidad en comida y bebida. Puede que subconscientemente crean que sacrificar en esos apartados les proporcione redención, que muestran, ganan o recuperan virtud moral al ahorrar dinero en esas áreas. Esperan para mejorar su estándar de vida a que los niños se vayan de casa... a tener novio... o a ganar la lotería. Aunque demorar mejoras y disfrutes pueda resultar prudente, la gente podría, muy a menudo, efectuar cambios beneficiosos de inmediato. Podrían permitírselo, o podrían permitírselo si reorganizaran sus prioridades de un modo razonable. Pero aceptan un entorno lúgubre y sus propias penalidades como castigo por delitos imaginarios y desconocidos de los que se sienten culpables, o sienten que están preparando un glorioso futuro que nunca llegará, en realidad, si no se ponen manos a la obra.

Acaba con estas supersticiones, dice el epicúreo. Ni mereces el castigo ni mereces mimarte. En realidad, no tiene nada que ver con merecer.

Dado que el epicureísmo es una filosofía de, entre muchas otras cosas, comer, hablemos de comida. El propio Epicuro aseguraba que se sentía satisfecho con un poco de pan, queso, agua y vino diluido, pero no se puede recomendar una dieta así. Es monótona y, además, poco saludable. Sospecho que la complementaba con aceitunas, uvas, higos, repollo y otras verduras de temporada, aunque probablemente no con demasiada carne o siquiera pescado, que Epicuro consideraba un lujo. A modo de contraste, la moderna dieta occidental consiste en sustancias fáciles de masticar, disponibles todo el

año y altas en calorías; por norma general bajas en vitaminas, oligoelementos, enzimas y bacterias beneficiosas y con un alto contenido en sal y azúcar. Los actuales estadounidenses consumen una media de solo treinta alimentos distintos, y un 60 por ciento de su consumo de origen vegetal consiste en patatas, lechuga y tomate. Hay abundancia de almidones como el pan, el arroz y la pasta, y se suelen consumir dulces o bebidas azucaradas en todas las comidas e incluso entre comidas.

La dieta culturalmente predominante lleva a sufrir diabetes, caries y enfermedades cardiovasculares. Así pues, ¿por qué la escoge la gente? Tienen prisa, la comida es barata, conocida y sacia, y sus efectos sobre la salud no se notan de inmediato. Pero están haciéndose daño y probablemente causando dolor y problemas para sus cónyuges e hijos, de modo que se trata de un tema ético y de prudencia. De acuerdo a la tónica general de las recomendaciones de Epicuro, hoy en día el modo de vida epicúreo exige evitar la dieta generalizada y escoger, siempre que sea posible, una alimentación variada, hecha por ti a partir de alimentos no preparados, evitando comidas y bebidas enlatadas, envasadas, embotelladas, procesadas y saladas, y no ingerir más de 450 gramos de sal y 225 gramos de azúcar por persona al año. Hay muchas razones para ir a un restaurante en lugar de comer en casa, pero pocos restaurantes cocinan mejor que la persona media con un libro de cocina y tiempo, y con seguridad es menos saludable y económico.

Ir a restaurantes es placentero y de vez en cuando puede ser memorable. Ofrecen un ambiente tranquilo o bullicioso, una decoración interesante, la oportunidad de probar nuevos platos o tus favoritos del menú; la oportunidad de ver a otros miembros de tu especie, generalmente vestidos de un modo más esmerado, y cotillear las conversaciones ajenas, y todo mientras nos ahorramos planear, comprar y preparar el menú. Las amistades florecen en los restaurantes. Los epicúreos respetan ambos conjuntos de valores: nutrición y sabor en un caso, entretenimiento y huida de la rutina en el otro, e intentarán mantener un equilibrio entre ambos.

El epicúreo dado a la reflexión intentará sopesar con sinceridad qué compras le han procurado verdadero placer y cuáles no valían la pena o el desembolso económico. Piensa en aquellas de las que no te arrepientes: puede que realmente adores tu crema hidratante de pies con base de yogur, o tu nuevo sofá de color crema, o tu elegante reloj. Piensa en aquellas de las que sí te arrepientes: la máquina de ejercicios que nunca usas, las sábanas de diseñador que ahora parecen sábanas normales. ¿Te ha procurado tu gran coche la felicidad que esperabas? ¿Te ha dejado esa fiesta salvaje, este fin de

semana, recuerdos de los grandes momentos que pasaste? ¿Se te sale el corazón del pecho cuando abres tu cajón y ves esos calcetines con efecto purpurina? Si la respuesta es positiva, fue dinero bien gastado. Y ahora pasa un poco de tiempo sopesando si las obras en el hogar o las actividades de bricolaje te traen felicidad o lo opuesto. Aunque muchas personas disfrutan haciendo trabajos de este tipo en casa, puede haber placer en no hacer estas cosas. Quizá debas pagar a un trabajador para la casa, o contratar un servicio de planchado, o hacer que un profesional pinte las paredes por ti.

Los psicólogos han descubierto y debatido la «paradoja hedonista», la «adaptación hedónica» y el «punto establecido hedónico». La paradoja consiste en que perseguir directamente el placer (especialmente si se siguen los consejos de un periodista con fechas de entrega en su revista, o de un astuto publicista) no es la manera de obtenerlo. El placer surge como producto indirecto cuando nos motiva lo que hacemos o experimentamos, y a la gente le gustan y le motivan actividades muy diferentes.

A mucha gente le resulta muy placentero tocar un instrumento musical. Las flores frescas y las plantas, en una habitación, suelen proporcionar placer a la mayoría de las personas. Pero seguramente apuntarse con gesto adusto a las clases de música que se detestaba de niño, o marchar por la mañana resueltamente a comprar plantas y flores a fin de obtener placer por la tarde no funcionará. Es más: la persona que sale en búsqueda directa del placer seguramente experimentará un subidón temporal que se desvanecerá rápidamente, dejándola aburrida y vacía y en busca del siguiente. La teoría del punto establecido dice que la gente tiene un nivel subjetivo de felicidad casi desde su nacimiento, y que la aguja marca un alza tan solo temporal como respuesta a acontecimientos gratificantes, como ganar un premio o conseguir un aumento, antes de regresar al punto anterior.

¿Ha demostrado la moderna psicología que el epicureísmo es una filosofía inútil? De ningún modo. Muchísimas personas leen artículos con consejos, compran libros de autoayuda y visitan a profesionales de la salud mental porque sufren o, directamente, no disfrutan la vida. La idea es que, mediante el conocimiento y la comprensión, su situación mejore. En algunos casos la terapia implica el minucioso examen de la infancia del paciente, o la interpretación de sus sueños, o enfrentarse a sus miedos mediante un proceso de desensibilización a través de fotos u otros medios.

Otras veces, empero, el método terapéutico es esencialmente filosófico. A partir de su experiencia y de los informes que han leído en casos clínicos y escuchado a sus pacientes, los terapeutas ofrecen reflexiones acerca de cómo

está estructurada la realidad, cómo funciona en términos generales el mundo social y qué suele pasar cuando una persona sigue un comportamiento determinado en lugar de otro. Enseñan al paciente a pensar más conscientemente en sus patrones de elección y rechazo y, tal y como aconsejaría Epicuro, a mostrar prudencia a la hora de anticipar los probables resultados. Por último, y manteniendo la distancia requerida por la profesionalidad, proporcionan una suerte de amistad en la que dan al paciente comprensión e intimidad. Aunque no se trata de una auténtica amistad, pues no se comparte recíprocamente esa comprensión e intimidad, y porque hay un pago de por medio, se basa, idealmente, en la confianza y la empatía.

De modo que, aunque los descubrimientos de la moderna psicología experimental parezcan socavar el hedonismo como filosofía vital, las prácticas terapéuticas de la moderna psicología clínica apoyan poderosamente la versión de Epicuro. Si la teoría del punto establecido fuera toda la verdad, la terapia sería inútil al ciento por ciento; nadie conseguiría ser más feliz y la profesión al completo debería agachar la cabeza, avergonzada de extraer el dinero a pacientes vulnerables e incurables un día tras otro. De igual modo, si la terapia no es inútil al ciento por ciento a la hora de permitir a la gente vivir una vida mejor, es porque se asienta en métodos sensatos, de los que los de mayor éxito podrían ser, en realidad, filosóficos.

Cuando no se dedican a señalar las paradojas y problemas del hedonismo, los investigadores de psicología que trabajan en este tema nos aconsejan buscar experiencias placenteras en lugar de comprar cosas. Esto suele considerarse un buen consejo, pero ¿no es acaso el objetivo de toda compra tener una experiencia agradable con la cosa en cuestión? ¿Y no es comprar cosas, intrínsecamente, una experiencia placentera para todo aquel que no odie ir de compras?

Estos son buenos argumentos. Pero no está de más recordar que comprar un lápiz de labios o unos calcetines con purpurina puede resultar considerablemente más divertido que poseer e incluso que ponerse el lápiz de labios o los calcetines. Comprar un producto primorosamente empaquetado y con un agradable aroma a albaricoque y miel puede ser más divertido que cubrirte el cuerpo con una crema pegajosa. Si quieres gastar dinero en esas cosas, ten en cuenta que el placer que obtengas puede que se limite al momento de la compra.

Como cualquier postura, el hedonismo (la doctrina de que el placer es el único bien, y el dolor, el único mal) puede llevarse a extremos absurdos e insostenibles que los epicúreos, del pasado o del presente, nunca pretendieron.

Imaginemos, por ejemplo, que se inventa una nueva droga de fácil acceso a todo el mundo que, por unas pocas monedas al día, permite a quienes la toman vivir en un éxtasis permanente del alba al anochecer, y a la vez les permite llevar a cabo las tareas más repetitivas y degradantes en condiciones objetivamente terribles, entre ratas, pulgas y cucarachas. Ya existen drogas que permiten a los soldados, en misiones de combate, matar en un estado de alegre entusiasmo y sin dolorosos escrúpulos. ¿Pensarías que tienes una vida agradable en la primera situación? Si la respuesta es no, está claro que no entendemos por placer un sentimiento subjetivo que no guarda relación intrínseca con las circunstancias y el entorno. Tampoco puede el epicúreo, por razones que exploraremos a fondo en el próximo capítulo, considerar que la existencia de drogas que permiten matar alegremente y sin conciencia (en oposición a las drogas que alivian los dolores físicos agudos, crónicos o incurables) es un bien para la humanidad. Tampoco las vicisitudes de la adicción, según atestiguan los adictos y las personas que viven con ellos, contribuyen a una vida placentera.

## No sufras en silencio!

Además de darte permiso para mejorar, el epicureísmo, con prudencia, te anima a lidiar con tus dolores, evitando el martirio. A menudo se nos dice que deberíamos ignorar las molestias leves. El epicúreo toma el partido opuesto. ¿Ese padrastro en el dedo te molesta? Córtatelo ahora mismo. ¿La bombilla del salón se ha fundido? Ve a por la escalera. ¿Tienes demasiadas llaves y no sabes diferenciarlas? Sepáralas por colores. ¿Tus niños te dicen frases hirientes? Diles que paren.

Las peores enfermedades que se puede sufrir son aquellas en las que el dolor es punzante o abrasador, con fiebre alta, dolor en las extremidades, náuseas y mareos, dolor pulsante en una muela, ruidos ensordecedores o un hambre atroz. En el lado de lo psicológico, los peores trastornos son la desesperanza, el terror, los celos y una ansiedad implacable. Algunas situaciones de la vida son sencillamente desagradables, pero no terribles como los extremos de dolor físico y mental que acabamos de describir: son estar estresado, aburrido, cansado y con frío. Estos estados físicos y mentales pueden arruinarle a uno la vida, o al menos el momento actual, e impedirnos disfrutar de las cosas buenas a nuestro alcance.

Cuando te aprietan los zapatos es difícil disfrutar de esa arquitectura que has ido a ver tras viajar kilómetros. Por encima de todo, hay que resistirse a la

superstición y la tentación de hacer del dolor una virtud moral. Una larga tradición, no solo de la filosofía occidental, sino también de muchas otras filosofías y religiones, enseña que el sufrimiento es bueno y que nos proporciona compensaciones futuras o en otra vida. Durante siglos se urgió a la gente a soportar sus penalidades e injusticias, asegurándole que al final todo acabaría bien para ellos. Y a veces estamos demasiado cansados, distraídos o perezosos como para hacer que las cosas mejoren. Seguro que tienes zapatos que aprietan, una chaqueta que te hace parecer desaliñado, un cubrecamas de un color que sencillamente no te gusta. ¿Por qué sigues vistiendo o usando esas cosas? ¿Es porque esos zapatos son preciosos y crees que te ves fenomenal con ellos? ¿Porque la chaqueta, al menos, es cálida, y el cubrecamas posee un valor sentimental? No. Probablemente es porque pagaste un buen dinero por ellos, y al quedártelos te estás castigando por tu mala elección. A esto se lo llama «darles un buen uso», o «hasta que encuentre algo mejor».

Para el epicúreo, esta actitud lleva a una vida dolorosa y cara.

Líbrate de esas cosas. Limita tus pérdidas. Si puedes vivir sin ellas, tanto mejor. Si no, el momento de buscar algo mejor es ahora. Has aprendido algo acerca de elección y rechazo, y en el futuro te lo pensarás antes de gastar dinero en cosas que no te deleiten ahora y tengan excelentes probabilidades de deleitarte en el futuro. Ciertamente, objetos muy prometedores pueden revelarse como errores, pero es poco frecuente que algo que creías maravilloso (no solamente bueno) cuando lo compraste resulte ser una decepción mayúscula más tarde.

Evitar el dolor es más importante, para una satisfacción vital general, que la búsqueda del placer, y hay en nuestras vidas muchas fuentes innecesarias de problemas e irritaciones. Los coches y las mascotas son buenos ejemplos. Hay personas que necesitan tener un coche, pero para otras tenerlo es solo una convención, y quienes se han quitado de encima la carga de uno ya no tienen que molestarse negociando la compra de uno, manteniéndolo, reparándolo, pasando inspecciones, adquiriendo licencias, repostándolo o revendiéndolo. La interacción con mascotas puede conllevar mucho placer. La devoción que muestra la gente por sus perros y gatos es prueba suficiente de ello, pero si no tienes suficientes horas al día y tienes una mascota, o estás pensando en tener una, piensa bien en el tiempo, esfuerzo y gastos que supone.

Ir al médico, y llevar a miembros de la familia o a la mascota al médico, supone un gasto de tiempo y suele ser caro. Una lámina publicitaria de una consulta sin reserva horaria en Estados Unidos, donde cualquier visita al

médico implica papeleo y habitualmente dinero, reza: «¿Por qué esperar 48 horas por un virus de 24?». Como solían decirnos en clase de matemáticas, la pregunta contiene toda la información necesaria para resolver el problema. Los propios médicos te dirán que no vale la pena ir al médico a menos que hayan surgido nuevos y alarmantes síntomas o que no hayas podido realizar actividades necesarias o placenteras desde hace días. Puedes comprobar tus sarpullidos por internet: algunos son peligrosos; la mayoría, no. Casi todo ha mejorado a la mañana siguiente.

El consejo de esperar y reposar no vale para síntomas inusuales o que nunca antes hayas tenido, ni para dolor grave o crónico, un tema importante del que hablaré en el capítulo 8. Nuestras vidas cada vez más largas nos condenan a articulaciones desgastadas y huesos quebradizos. Si sufres dolor grave o crónico, has de ir al médico, e insistir en que se te diagnostique y trate. Las mujeres tenemos especial dificultad en que se reconozcan e investiguen nuestros síntomas.

El mundo laboral ofrece menos oportunidades para la elección y el rechazo, pero habitualmente puedes hacer algunas cosas. Si eres director y epicúreo, puedes ayudar, en menor o quizá, mayor medida, a que el tiempo que se pasa en el trabajo sea más agradable y menos estresante. En mi último trabajo, el director se aseguró de que hubiera un cuenco con abundante fruta junto a la máquina del café de la sala del personal. Entrar allí y ver naranjas, plátanos y ciruelas era un placer. El director de mi actual trabajo nos ha asegurado que el cielo no caerá sobre nuestras cabezas si los empleados no envían correos electrónicos en fin de semana o a partir de las cinco y media de la tarde. El departamento acabará sus tareas igualmente. Las reuniones ya no se planifican a última hora sino después de comer, de modo que la gente pueda regresar a casa a tiempo para cocinar y cenar con su familia.

Si tu trabajo te reporta poco placer, piensa bien en ello. ¿Cuánto dinero necesitas en realidad? Una y otra vez se ha demostrado que menos horas de trabajo reducen el estrés y proporcionan una división más equitativa de las tareas de casa. También dejan más tiempo libre para la vida social, para el voluntariado y para la acción política.

Como se ha señalado antes, se puede sufrir por una buena causa. Mary paga las facturas y John limpia el frigorífico. Es algo cansado, pero evita futuros incidentes desagradables. Sam podría acabar rápidamente con su leve dolor de cabeza consumiendo algún potente opiáceo que puede comprar en la calle, pero no quiere codearse con camellos. Vencer a la adversidad puede comportar un placer que supere a la adversidad. Pero darse de cabezazos

contra una pared, o una pelota, o cualquier otra cosa, por cualquier razón, es imprudente, sin importar lo agradable que sea la sensación cuando dejas de hacerlo. Es muy perjudicial para tu cerebro, que necesitas para pensar, para sentir y para experimentar.

Pero la vida es complicada. Si bien es fácil donar esos zapatos a una organización caritativa, o presionar para conseguir cambios en el ambiente laboral, otras personas causan dolor en toda una variedad de intensidades y formas que conlleva confusión y, a veces, parálisis.

La mayoría de las cartas a las secciones de ayuda de las revistas presentan la siguiente forma: «Me molesta mucho cómo me trata mi novia/marido/jefe. Me causa un dolor terrible. ¿Debería decir algo o debería cortar/abandonarlo/dejar el trabajo? ¿Debería guardar silencio y aguantar? Me gusta/amo a mi novia/marido/trabajo, y espero que las cosas mejoren».

Esta fórmula, la fórmula del dilema, se repite una y otra vez. Las respuestas de los expertos serán versiones de «evidentemente, deberías...» o, si no, de «nadie puede tomar esta decisión por ti». Habitualmente es esta última, y el que ha escrito la carta puede sentirse decepcionado. La razón principal para escribir a la revista era conseguir una orientación clara y objetiva que le protegiera contra eventuales arrepentimientos más adelante. Pero la verdad es que nada nos protege contra el arrepentimiento.

Los estudiantes de sociología, tras el camino abierto por Albert Hirschman, saben que hay tres posibles respuestas a los dilemas presentados por el deterioro de las relaciones, incluidos los expuestos por los que escriben las cartas a las revistas: salida, voz y lealtad. La parte descontenta o que sufre puede irse, sacrificando los beneficios que haya en la relación, pero evitando una confrontación; puede protestar enérgicamente contra el trato que recibe, de un modo suficientemente explícito como para ser tomada en cuenta, o puede decidir aguantar la situación porque fuera no hay, en realidad, mejores alternativas.

El epicúreo no puede decirte mejor que cualquier columnista de revista qué hacer exactamente para salir de una relación dolorosa, del mismo modo que tampoco puede decirte qué hacer para obtener más placer en tu vida. Pero te urge a que hagas algo: salir de allí de un modo elegante y discreto, reunir el coraje para una confrontación que puede (o no) dar los resultados que quieres, o tomar la decisión deliberada de soportar la situación.

Más allá de los problemas que otras personas nos puedan causar, Epicuro creía que las relaciones humanas íntimas eran la más importante fuente de placer en la vida. «De todos los medios de los que se arma la sabiduría para

alcanzar la dicha en la vida, el más importante, con mucho, es el tesoro de la amistad»<sup>[7]</sup>. La amistad ofrece la oportunidad de desarrollar la atención compartida, un aspecto característico de la conducta humana que otros animales presentan de forma solo pasajera, y para el pleno uso de nuestras facultades de humor, apreciación estética y especulación. Los niños se señalan entre sí objetos de interés incluso antes de poder hablar. Con la adolescencia, chicos y chicas desarrollan una potente capacidad para la intimidad emocional y para la dependencia, expandiéndose hacia fuera de la familia. En la vida adulta, los amigos ven películas juntos, se prestan libros, viajan o pasean juntos, especulan acerca de los acontecimientos del mundo y comparten cotilleos acerca de sus conocidos. Ayudan con proyectos que precisan de más de un par de manos, e incluso si rara vez o nunca tienen una emergencia médica o económica, existe la seguridad, dice Epicuro, de que nos ayudarían.

A diferencia de Aristóteles, Epicuro no moralizaba acerca de los criterios a emplear para escoger bien a los amigos. En efecto, rara vez hay una reflexión consciente en el proceso de formar amistades; las personas hallan la conversación o la compañía de cierta gente agradable; la de otras, no tanto, y acaban asociándose entre sí sin necesidad de rellenar formularios. Pero elección y rechazo juegan un papel, en la medida en que cultivar una amistad requiere pensamiento y planificación. Epicuro señaló que alguien ha de realizar el primer movimiento, y que no todo aquel que apuesta por una amistad en especial tiene éxito.

La pérdida de una amistad por muerte o por traslado, o debido a una pelea, es dolorosa en una medida en que el desgaste gradual de esa misma amistad no lo es. Aunque la impermanencia es un rasgo, para los epicúreos, de todas las cosas y relaciones complejas, nos hacemos una idea de cuánto deberían durar algunas cosas, como explicaré en el capítulo 8. Cuando acaban de un modo prematuro, el duelo es la emoción apropiada que hay que experimentar. Sin embargo, la prudencia no nos pide que renunciemos a la amistad solo porque más adelante podamos sufrir una pérdida. Vivimos en medio de muchas cosas más o menos frágiles, y la amistad es tan solo una de ellas.

#### Los mercaderes del placer

El epicúreo cree que, de modo natural, tendemos a evitar y a remediar el dolor físico y mental, y damos la bienvenida al placer, todo de un modo prudente.

Deberíamos hacerlo sin sentirnos culpables ni especialmente merecedores de ello. Sin embargo, demasiada prudencia es tan desaconsejable como muy poca. Cada vez que organizaciones con ánimo de lucro ofrecen seguros que cubren bienes materiales y procedimientos médicos diagnósticos, tienden a venderse en exceso. Algunas acciones impulsivas (fugarte con tu amante, hacer una oferta inmediata por la casa de tus sueños, abandonar tu trabajo y contactar con un cazatalentos) pueden ofrecer una enorme satisfacción.

Al mismo tiempo, es importante recordar que, a diferencia de la Antigüedad, vivimos en una sociedad comercial y psicológicamente sofisticada. Aunque para el epicúreo la experiencia personal es la piedra de toque de la verdad, las primeras impresiones no son siempre de fiar. Las personas que nos venden cosas, desde un lápiz de labios a coches, detergentes o garantías de electrodomésticos, saben cómo apelar a nuestros sentidos, así como a nuestras esperanzas, miedos y ansiedades. Todos los anuncios tocan estas teclas sensoriales y emotivas. A modo de autodefensa, resulta útil preguntarse, ante cada anuncio tentador que uno ve, a qué esperanza, miedo o ansiedad (y toda esperanza es un tipo de miedo) está apelando. Los mercaderes del placer han hecho extensos estudios, y saben, a partir de sus cifras de ventas, qué tipo de llamada hará que se vendan mejor los productos de las estanterías. Pero su interés en nuestra felicidad es solo fingido. La modelo dispuesta a todo no viene con el coche, y el coche no te ayudará a conseguirla. La mujer que aparece en la caja no ha usado el tinte de pelo de la caja, y una vez que te lo hayas aplicado no te parecerás en nada a ella.

Los filósofos no serán una excepción, debes estar pensando. También ellos te venden algo apelando a tus deseos y vulnerabilidades. ¿Por qué debería importarles lo más mínimo el bienestar y la ilustración de personas que jamás han conocido?

Sería difícil exonerar totalmente a los filósofos de esta acusación, de modo que deberías acercarte a la filosofía con precaución. Sin embargo, una diferencia importante entre ideas y argumentaciones filosóficas y otros productos en oferta es que la filosofía, como otras formas de enseñanza y curación, es una vocación. El médico, el profesor de matemáticas o de historia, el entrenador de béisbol y el filósofo se ganan la vida impartiendo lo que esperan que sean conocimientos útiles y empleando tecnologías especializadas, materiales y psicológicas. Con algunas evidentes excepciones, lo hacen con escasas esperanzas o intenciones de amasar una fortuna u obtener fama. No hay que subestimar el alcance del auténtico altruismo y del compromiso en el mundo. Es más: el filósofo rara vez te dirá exactamente lo

que quieres oír, e incluso más raro es que afirme que todos tus deseos merecen cumplirse.

# 6 La moral y los otros

La justicia fijada por la Naturaleza es la piedra de toque de la conveniencia de no perjudicar ni ser perjudicado uno por otro [...] La justicia vista en sí misma no es nada sino un pacto de no perjudicar ni ser perjudicado en ningún momento en los tratos entre unos y otros y que afecta a la extensión de espacio que sea.

EPICURO<sup>[1]</sup>

No hay una vida gozosa sin una sensata, bella y justa, ni tampoco una sensata, bella y justa, sin una gozosa.

EPICURO<sup>[2]</sup>

La ética filosófica tiene mucho que decir sobre la diferencia entre necesidades y deseos reales y deseos inducidos mediante manipulación. Nos insta a distinguir entre placeres fugaces y aquellos más duraderos, y a pensar profundamente y con coraje acerca de la gestión del riesgo personal. Pero la ética filosófica posee otro importante objetivo: explorar la cuestión de cómo tratar a los demás y por qué los deberíamos tratar así; cuán justo o correcto es tratarlos así.

El epicureísmo no es una filosofía que defienda el mero egoísmo. La enseñanza de que el placer es el único bien real y el dolor, el único mal real, no se aplica solo a uno mismo, sino a todo el mundo. Y es obvio que el disfrute de mis placeres puede ser perjudicial para ti o para otros, lo que te causaría dolor a ti o a otros, o te impediría o les impediría disfrutar.

### Moral contra prudencia

La prudencia pone límites a nuestro goce y causa una cierta cantidad de dolor inmediato, con la esperanza de que la suma final de placer y dolor será favorable al placer tras el intervalo en cuestión. La prudencia es, por lo tanto, una parte crucial de la ética que trata del cuidado de uno mismo.

Pongámonos realistas. ¿No es a menudo prudente ser inmoral? Un modo de evitarme o de atenuar experiencias dolorosas y de incrementar mi propio

placer es imponerte cargas que te impidan experimentar placeres que de otro modo disfrutarías. Mentir (por ejemplo, negar que diseminé feos cotilleos acerca de ti, o que rompí la antena del televisor, o que dejé que el gato escapara) puede evitarme situaciones desagradables, reproches y represalias. Alegar que tengo un compromiso previo cuando no lo tengo puede evitarme un encuentro desagradable. Robar en el supermercado puede atenuar mi hambre atroz. Apoyar compañías que son crueles con sus trabajadores o que hacen daño a animales me puede reportar ropas agradables y abrigadas. Robar del mostrador de la joyería puede aumentar mi colección de objetos bonitos. Obedecer a impulsos lujuriosos penados por la ley puede ofrecerme gratificación sexual. Hacer que maten a un esquiador rival puede disparar mis oportunidades de ganar la medalla de oro en los Juegos Olímpicos, lo que me haría muy feliz, al menos durante un tiempo.

No importa cuánto nos intenten convencer los teóricos de la moral de que los deleites de una conducta virtuosa superan toda posible gratificación obtenida de los vicios comunes de la insinceridad, el robo y, en general, la irresponsabilidad; tenemos razones para ser escépticos. Si hay buenas razones para no mentir, robar, actuar según deseos ilegales o inapropiados, cooperar con explotadores o matar gente para obtener ventaja, no será porque no haya gratificación o reducción de dolor que obtener actuando de esa manera.

Si no hay un Dios que me castigue por mi crueldad o engaños, ni para recompensar mi buena conducta, ¿por qué no debería hacer lo que me parezca más ventajoso en cada momento, si puedo salir indemne? ¿Quién o qué me va a decir lo que debo hacer, puedo hacer o debería evitar hacer? Por exponerlo de un modo sencillo: la prudencia y el interés propio pueden chocar directamente con lo que habitualmente entendemos por normas morales. Si la vida es estrictamente finita, si estamos aquí por azar, si la vida carece de un significado o propósito cósmico, sino solo posee los significados o propósitos que nosotros le demos, ¿cómo se me puede prohibir, permitir o exigir cualquier conducta? Los epicúreos eran muy conscientes de este problema, y lo abordaron como sigue.

La moral, para Epicuro, es un conjunto de convenciones destinadas a reducir el dolor. Si recordamos la distinción entre naturaleza y convención, podríamos decir que la búsqueda del placer y el rechazo del dolor, el cuidado de uno mismo, es algo natural. Lo que yo debo escoger y evitar, por cuanto concierne a acciones que solo me afectan a mí mismo, depende de mis gustos y preferencias, y tan solo exige la corrección de la prudencia: una atención moderada a las consecuencias a medio plazo para mí. La moral, a la que

Epicuro denomina «justicia», es similar en algunos aspectos pero diferente en otros. Tanto la prudencia como la moral imponen límites a mi goce inmediato, y me obligan a una cierta cantidad de dolor o de privaciones en el mismo momento. Así como quien se beneficiará de la prudencia no es mi yo actual, sino mi yo futuro, quien se beneficiará de la moral no seré yo en absoluto, sino otra persona o un conjunto totalmente diferente de personas. Su propósito correctivo es asegurarse de que lo que yo gano mediante mis elecciones y rechazos no te imponga a ti un dolor inaceptable, ni te prive, de modo inaceptable, de placeres que de otro modo disfrutarías.

El marqués de Sade era famoso por defender todo lo que se proponía hacer a sus víctimas en base a que seguía su naturaleza y que el placer era el bien supremo. Se trataba de una evidente interpretación errónea de la filosofía epicúrea. Aunque sujetas a una gran dosis de libertina teoría seudoepicúrea en las novelas que escribió en prisión, las imaginarias víctimas de Sade no son tratadas ni como amigos ni como extraños con derecho a justicia. Sus auténticas víctimas probablemente se libraron de las lecciones de filosofía, pero sufrieron abusos que ningún auténtico seguidor de Epicuro habría aprobado.

Todas las sociedades humanas (pese al egoísmo y sadismo de los ik, una tribu africana totalmente desmoralizada por una hambruna de dos años)<sup>[3]</sup> poseen reglas que ordenan la distribución del dolor y del placer, y se solapan de un modo notable. La mayor parte de los códigos morales refrenan de algún modo la agresión, el engaño y el fraude, los insultos y los daños a la reputación, así como la conducta sexual. Son convencionales en la medida en que se basan en cálculos de daños permisibles y no permisibles. Los códigos evolucionan junto a los cálculos de quién resulta dañado y cuánto, en respuesta a nueva información y a la adopción de perspectivas diferentes.

Esto puede parecer una manera un tanto anémica, y hasta cierto punto lúgubre, de ver la moral. ¿No trata la moral de la generosidad, la amabilidad, la sinceridad y la buena voluntad? ¿No trata acaso acerca de nuestras obligaciones reales hacia los demás, y, por tanto, trasciende un mero conjunto de convenciones? Una larga tradición de filosofía moral insiste en que «derechos», «deberes» y «obligaciones» pertenecen al tejido mismo del universo. Hoy en día muchos filósofos creen que los hechos morales acerca de cómo tratar a los demás humanos y a los animales son como verdades matemáticas que uno puede descubrir mediante la razón y el pensamiento analítico. Pero ¿por qué debería preocuparme de nada de todo esto si el

beneficiario inmediato no soy yo? Si miro a largo plazo, la prudencia juega a favor de mis propios intereses, pero ¿lo hace también la moral?

La posición epicúrea es que la amabilidad y generosidad para con los amigos surge de forma natural de nuestro afecto por ellos, y no requiere de una convención que la instaure. Recoges a tu amigo en el aeropuerto; él te ayuda a montar tus estanterías; puede que os hagáis regalos espontáneos solo por el placer de escogerlos y ofrecerlos. Pero tu ayuda espontánea y tu buena voluntad hacia tus amigos, dicen los epicúreos, no tienen nada que ver con la moralidad. Al contrario, evitar y prevenir el dolor, especialmente a extraños, no surge de sentimientos amistosos o cálidos hacia ellos. Y se pueden obtener enormes beneficios al engañar a la gente, explotarla, restringir sus libertades y hacerse con sus posesiones, siempre que no se den cuenta de lo que está pasando o de que no tengan suficiente poder para resistirse. Esto puede ocurrir, y en realidad ocurre, incluso entre amigos.

Dado que el epicúreo cree que todos los animales sintientes tienden por naturaleza a buscar el placer y evitar el dolor, es realista con respecto a la necesidad de convenciones morales que refrenen y corrijan lo que surge de un modo natural. Sin enseñanzas morales explícitas acerca de cómo no tratar a otras personas, sin el desarrollo de la conciencia del alumno, la gente se comportaría de un modo mucho más oportunista y dañino que como habitualmente lo hace. Y como la represalia contra quien nos hace daño es también algo natural, y lleva a peleas inacabables y a menudo sangrientas, necesitamos instituciones que administren los castigos con justicia y equidad, tras tomar en consideración las circunstancias y efectos del delito y de la respuesta a él.

#### m Verdad moral y progreso moral

Para el epicúreo, «deberes morales», «obligaciones morales», «prohibiciones morales» y «leyes morales» existen en el extremo opuesto de la escala de realidad que los átomos y el vacío. Dependen de las necesidades e intereses humanos, y cambian y evolucionan debido a dos razones importantes.

Una razón es que las sociedades desarrollan nuevas formas de organización y nuevas tecnologías. La moral ha de intentar ponerse a la altura conforme los humanos ingenian nuevos modos de engañar, usar, coaccionar y robarse entre sí que antes no existían. Como señaló Lucrecio, la invención del metal introdujo nuevas maneras de combatir y nuevos modos de trabajar. La mayor parte de los inventos, a lo largo de nuestra historia, se han usado tanto

para ayudar como para perjudicar. La invención de la imprenta facilitó la educación de las masas, pero también la aparición de propaganda, desinformación y manipulación. La Revolución Industrial abarató muchos productos, pero condenó a muchas personas a un trabajo monótono y agotador a cambio de apenas el dinero suficiente para mantenerse con vida y trabajando.

Podemos multiplicar hasta el infinito estos ejemplos. Más recientemente, internet, la robótica y las tecnologías reproductivas han revelado problemas morales debido al potencial para que una persona haga daño a otras mediante ellas. Las redes sociales permiten un contacto cálido y útil entre las personas, pero también dan lugar al auge del acoso, de las amenazas, del chantaje y de la posibilidad de avergonzar a los demás. Se han tenido que erigir nuevas normas morales, tras discusiones y debates públicos, en las que han intervenido filósofos y periodistas, y nuevas formas de conciencia instauradas por los educadores. También estas normas estarán sujetas a revisión en función de las circunstancias cambiantes.

Cuando declaramos que una u otra norma moral es absoluta (por ejemplo, la prohibición de matar a otra persona para beneficio personal) estamos expresando la convicción de que ningún cambio en las circunstancias podría causar un cambio en esta norma, siquiera como resultado de un debate bien argumentado. Puede resultar satisfactorio expresar compromisos tan generales, pero es importante preguntarse si respetamos esos compromisos en nuestras acciones. Por ignorancia o hipocresía podemos acabar ayudando o votando a legisladores que apoyen políticas de, por ejemplo, desregulación medioambiental, que acaben matando a personas por beneficios económicos. Nuestros antepasados no veían nada malo en atacar naciones extranjeras por sus recursos económicos, y algunos de los líderes de la línea dura de la industria armamentística (la llamada «industria de defensa») tampoco parecen tener muchos escrúpulos al respecto, aunque expresarían horror ante la idea de matar a su vecino por beneficio económico.

La segunda razón por la que la moral cambia y evoluciona al margen de la innovación tecnológica es que aprendemos más acerca del mundo. La investigación activa y el descubrimiento de los mecanismos causales reales (y la eliminación de los imaginarios) erradican la superstición. El miedo, la repulsión y la ansiedad en torno a la menstruación o la homosexualidad han disminuido conforme hemos adquirido una comprensión científica de su importancia biológica. Gracias a los análisis de economistas y sociólogos

abrimos los ojos y aprendemos cómo se toman las decisiones organizativas y quién se beneficia de aprovecharse de la debilidad o ignorancia ajenas.

El epicúreo de hoy en día respeta la moral, aunque considera que se necesita ajustarla a las circunstancias actuales y que se la puede revisar a la luz de la experiencia. Y del mismo modo en que los sacrificios de la prudencia, en lo que respecta a planificación a largo plazo, no siempre están garantizados, porque interfieren con mi goce actual, una sociedad puede decidir permitir ciertos daños porque los beneficios a otros son más grandes. Permitir automóviles por las calles perjudica a aquellas personas que pierden sus vidas o quedan malheridas en accidentes, pero juzgamos que el beneficio para la mayoría supera a los daños hacia esta desafortunada minoría. Gravar a los más ricos con impuestos más altos, aunque no les priva ni de sus necesidades ni de satisfacer la mayoría de sus deseos, puede hacer que se enfaden o enfurezcan porque percibimos cono dañino el perder algo que teníamos. Pero estos dolores experimentados por los ricos son moralmente aceptables debido a la enorme ayuda a los pobres que su dinero puede proporcionar. Dado que los epicúreos no otorgan ningún valor al mérito personal, a merecer o no merecer algo, no les conmueven las argumentaciones de que los ricos merecen sus riquezas y los pobres no deben tener parte en ella.

## ¿Por qué ser moral?

A la pregunta «¿Por qué debería ser moral?» el epicúreo ofrece las siguientes respuestas: en primer lugar, porque comprendes por qué, en vista de la naturaleza humana y de las ilimitadas posibilidades que ofrece la vida para dañar a los demás, la moral es un invento humano necesario. En segundo lugar, porque si crees que las actuales normas morales están caducas y basadas en información errónea, puedes esforzarte por cambiarlas. En tercer lugar, dado que vives en una sociedad a la que sí le importa la moral, si actúas de modo inmoral y te descubren, serás castigado. La última razón, que hace que la conformidad moral sea un acto de prudencia, requiere de un poco más de explicación. Faltas y ofensas que van desde ser grosero y poco cooperativo al engaño, fraude, latrocinio, agresión física y asesinato, se castigan de alguna de estas dos maneras (o ambas): informalmente, expresando la desaprobación social, la crítica verbal y la retirada de la amistad; formalmente, infligiendo dolor e incomodidad al delincuente, por lo general mediante multas o prisión, y a veces quitándole la vida. Saber que existen estos mecanismos de castigo

suele mantenernos a raya, en la medida en que rechazamos el dolor. Estas consideraciones, pensaban los epicúreos, deberían ser suficientes para cualquiera con un mínimo de decencia y racionalidad. Y cualquier persona que no quede convencida quedará, sin embargo, sujeta a las instituciones de una sociedad que sí se preocupa por la moral y que detecta y castiga las faltas morales.

Al final resulta inevitable que se descubran tus delitos, sostenía Epicuro. Aunque la revelación pública de tus delitos no sea inmediata, tu conciencia no dejará de roerte por dentro, y vivirás con el doloroso miedo a que se sepa. Lucrecio sostiene que los horrores del infierno «ni existen, ni existir pueden de cierto. Porque aquí los insignes malhechores con miedo igual a sus delitos pagan su merecido». [4] Continúa enumerando una serie de castigos romanos, entre ellos, ser arrojado a un calabozo, arrojado por un precipicio o quemado con una tea o brea.

Cuán eficaces eran tales procedimientos, en realidad, a la hora de impedir el delito es una cuestión empírica, y hasta dónde se puede llegar para detener el crimen es una cuestión moral. Nuestras modernas prisiones son lugares terribles, habitados por el sadismo y el abuso, que no son ni eficaces ni moralmente justificables. No es necesario estar a favor de las formas actuales de castigo para ver la necesidad de buscar respuestas a la criminalidad que disminuyan su probabilidad de suceder.

## ¿En qué se diferencia la moral epicúrea?

Se puede comparar la moral epicúrea con la ética teológica, con el realismo moral y con el estoicismo.

La ética teológica funciona de arriba abajo. Postula un legislador divino que ha establecido sabiamente normas permanentes para la conducta humana, como las que se hallan en los diversos libros del Antiguo Testamento judeocristiano y el Corán islámico, y que obliga a que se cumplan con castigos y recompensas en este mundo y/o el próximo. En esta visión, las normas morales se aprenden a partir de los textos sagrados y de interpretaciones de esos mismos textos realizadas por una élite sacerdotal. Aunque las normas, desde que se enunciaron por primera vez en las sociedades de pastores nómadas del segundo milenio antes de la era cristiana, requieren a veces interpretaciones en función de las nuevas circunstancias y conocimientos, están fijadas, en lo elemental, de forma perenne. Para el epicúreo, esta narración es incompatible con su visión de lo que realmente

existe, con su visión de cómo ha evolucionado realmente la historia humana y con su epistemología, que no reconoce una categoría especial de texto sagrado.

El realismo moral postula hechos morales o verdades morales, algunos de los cuales, a semejanza de algunas verdades matemáticas, se han descubierto, mientras que otros esperan que los descubramos. Por ejemplo, se ha dicho a veces que siempre fue cierto que «la esclavitud es mala» del mismo modo que siempre ha sido cierto que 2 + 2 = 4, incluso en el momento del Big Bang, aunque se tardó muchos milenios en descubrir esto (y, ciertamente, nadie aprendería la verdad de la esclavitud leyendo el Antiguo Testamento). Y se podría pensar que algún día descubriremos si es obligatorio ser vegetarianos y si la tortura es moralmente permisible: la obligación y el permiso o existen, o no.

Para el epicúreo, nuestras futuras experiencias y reflexiones sobre esas experiencias deberían determinar nuestras decisiones y guiar nuestra práctica. Pero nuestra práctica cambiará, no porque hayamos descubierto una verdad preexistente pero hasta entonces desconocida, ni porque hayamos demostrado un teorema mediante el análisis, sino porque habremos tenido que cambiar nuestros cálculos acerca de quién resulta dañado o beneficiado, y cuánto, y nuestras opiniones sobre esos daños y beneficios son importantes.

Por último, podemos comparar la moral epicúrea con la influyente teoría estoica de la virtud. Las cuatro virtudes estoicas eran la sabiduría, la templanza, el coraje y la justicia. Para los estoicos, la moral no solo exige el sacrificio del interés propio, sino que puede requerir también infligirse dolor e incluso la muerte por el principio mismo. La justicia puede exigir la ejecución del propio hijo, del mismo modo que el coraje puede pedir la disposición a morir en batalla por el país. Ni la compasión ni la benevolencia hacia los demás forman parte de las virtudes estoicas.

El epicúreo está de acuerdo con que deberíamos realizar acciones sabias, valientes y justas, y con que ser moderado es mejor que ser disoluto. Pero considera que la sabiduría es agradable y útil, más que moral. La búsqueda del conocimiento y la adquisición de hábitos moderados benefician al individuo como fuentes de placer a largo plazo. Con respecto al coraje y a la justicia, las otras virtudes en cuestión, alberga más dudas. El estoicismo fue (y hasta cierto punto sigue siendo) apreciado especialmente en contextos militares. Y cuando el coraje implica infligir miedo, dolor y muerte a otros seres humanos, y exponerse uno mismo al miedo, el dolor y la muerte, no es una cualidad que el epicúreo pueda admirar. No consigue ver ningún bien

moral en sacrificar la propia seguridad, y posiblemente la salud y la vida, por los intereses geopolíticos o económicos de otros. El patriotismo no es algo natural, y hay que cuestionar la lealtad ciega a un país aun cuando inflama los corazones y proporciona alegría. ¿Es realmente mi país tan admirable en todos los aspectos? ¿Merecen sus políticas mi apoyo incondicional? El coraje individual y colectivo en política es totalmente diferente del valor, individual y colectivo, en batalla.

¿Ha de ser el epicúreo un pacifista a causa de la moral? Lucrecio señalaba claramente que las causas de la guerra son la codicia y la ambición. Pero el epicúreo puede ser antibelicista sin ser pacifista. Epicuro reconocía que la política es necesaria y que puede requerir el uso de la fuerza, incluso letal. En una concepción epicúrea se requiere de acuerdos internacionales que legitimen el uso de la fuerza en el extranjero, y que solo pueden estar dirigidos, como la propia política, a prevenir el crimen, y nunca a perseguir los intereses nacionales. Cuando, en acciones policiales, hay víctimas inocentes, se exigen responsabilidades a la policía, y lo mismo se debería hacer siempre que se ataca a civiles en nombre del mantenimiento de la paz internacional.

El epicúreo cree que las leyes que en una determinada sociedad se aceptan como justas condenan a algunos de sus ciudadanos a la miseria en forma de hambre, enfermedades, sordidez y abusos. Entre estas leyes se encuentran las restricciones a importaciones y las leyes que gobiernan la conducta corporativa, por ejemplo: las que permiten a las multinacionales fijar el precio que deseen a los fármacos. El llamado sistema de justicia penal condena a más de dos millones de estadounidenses, casi un tercio de los cuales es joven y negro, a una terrorífica experiencia en prisión que rara vez ha reformado a nadie. No deberíamos idolatrar las virtudes estoicas o el concepto de justicia sin reflexionar antes acerca de si determinados actos de la llamada justicia encaminan al ser humano al bienestar o no lo hacen.

# 7 ¡Cuídate del amor!

[...] Del mismo modo engaña a los amantes

Venus con simulacros: ni la vista
de un cuerpo hermoso hartura puede darlos,
ni quitar de sus miembros delicados
alguna parte pueden con sus manos
que inciertas manosean todo el cuerpo.

#### LUCRECIO<sup>[1]</sup>

[...] O bien sea que una palabra equívoca tirada por el objeto amado, como flecha, traspasa el corazón apasionado y toma en él fomento como fuego; o bien celoso observa en sus miradas distracción hacia él mirando a otro, o ve en su cara risa mofadora.

LUCRECIO<sup>[2]</sup>

Hasta ahora hemos explicado qué piensa un epicúreo de las relaciones con uno mismo en el presente, con uno mismo en el futuro y con los amigos y extraños en los que pensamos de un modo moral. Pero ¿qué hay de las relaciones románticas y sexuales, dentro y fuera del matrimonio?

Basándonos en los escritos suyos que conocemos, sabemos que Epicuro mantuvo toda su vida una actitud sensata hacia tales relaciones. El tratamiento que hace Lucrecio de la pasión romántica, que tocaré después, es, en contraste, tremendamente exhaustivo. Como él bien sabía, el enamoramiento, cuando todo va bien, es sin duda el estado más feliz que puede disfrutar un ser humano, más placentero que el goce proporcionado por la riqueza o la fama, o incluso que el alivio y la alegría que se siente al recuperarse de una enfermedad grave. De igual modo, la pérdida o distanciamiento, o incluso el miedo a la pérdida o distanciamiento, de una pareja amada provoca una angustia psicológica tan solo inferior a la pérdida de un hijo o la muerte. La desesperación por no conseguir a la persona deseada, «encadenado por el amor, desgarrado por criaturas aladas», como describe Lucrecio, nos puede destrozar, o llevarnos al asesinato o al suicidio. El suicidio del propio

Lucrecio, mediada ya su cuarentena, parece haber estado relacionado de algún modo con motivos románticos, un destino de lo más inusual para un filósofo, y que causó también numerosos comentarios burlones acerca de los fracasos de la filosofía epicúrea.

Por favor, no sigas su ejemplo a este respecto. En el próximo capítulo te daré razones para no matarte por amor. Pero está claro que si los dioses hubieran diseñado el mundo pensando en la tranquilidad de los humanos, no nos habrían dotado con las emociones y temperamento que poseemos. Como la drogadicción, con la que el enamoramiento tiene mucho en común desde un punto de vista bioquímico, el amor romántico suscita importantes cuestiones de prudencia y moral, en tanto afecta a nuestros intereses a largo plazo y afecta a otras personas. El epicúreo contempla el mundo de un modo realista, aunque no cínico. Una persona epicúrea siempre sopesará en su balanza el placer y el dolor en las relaciones íntimas, así como la distinción entre convención y naturaleza y el papel de la imaginación. Si conseguimos comprender por qué las relaciones íntimas son tan problemáticas, y por qué son tan gratificantes, quizá podamos huir de algunas de las tristezas a las que, de otro modo, somos tan propensos. Teniendo en mente que los nuevos conocimientos y las nuevas tecnologías son las bases del cambio moral, podemos preguntarnos qué es tan diferente hoy en día como para dejar obsoletas las viejas actitudes.

#### LA EXCEPCIÓN EPICÚREA

La escuela epicúrea fue la única escuela filosófica griega o romana que admitía mujeres, promovía la amistad entre hombres y mujeres y otorgaba a las mujeres una libertad sexual comparable a la de los hombres. Los oponentes filosóficos de Epicuro creían que esto era escandaloso. Epicuro parece haber escrito constantemente a mujeres en términos afectuosos, haberles enviado libros e invitado a acudir a verle. Esta conducta es compatible con el tipo de explotación que siempre se da en sectas con líderes carismáticos, y no podemos estar seguros de si estas relaciones estaban basadas en más (o en menos) que en la atracción e interés mutuos. Pero resulta útil recordar que cualquier *quid pro quo* debe haber sido mínimo: Epicuro no podía ofrecer grandes riquezas, papeles en películas, cartas de referencia ni contactos capaces de hacer despegar carreras.

La sociedad de la antigua Grecia, de la que Epicuro intentaba distanciarse, restringía al hogar a las mujeres respetables casadas, las esposas de la gente a

la que se dirigía la mayor parte de la filosofía. Reconocía otras tres clases de mujeres: las esclavas, las prostitutas y las *hetairai*, una palabra que se suele traducir como «cortesanas». Se concebía a las mujeres en términos de su función para los hombres. Las mujeres servían para formar alianzas familiares y gestar herederos varones e hijas casaderas; las esclavas eran para el trabajo manual; las prostitutas, para el alivio rápido y barato de la tensión, y las cortesanas servían para la conversación inteligente y para relaciones emocionalmente intensas. Las cortesanas solían ser educadas, cultivadas y extranjeras. Pero dependían de los hombres para su subsistencia o adquisición de riquezas, de modo que, a efectos prácticos, eran «queridas» a largo o corto plazo.

Dado que nunca teorizaron sobre las mujeres como posesiones del hombre para ser utilizadas para el sexo y el trabajo doméstico, los epicúreos se separaron de la corriente de pensamiento dominante. A diferencia de Platón en *La República*, no dejaron planes para la correcta gestión de la mujer con objeto de procreación. A su entender, la relación más placentera que podía mantener un hombre era una relación no vinculante con una mujer con una educación comparable a la suya, interesada en las mismas ideas y con libertad para debatir acerca de ellas, y que no le preocupara la supuesta virtud de la castidad. Ni esposas ni prostitutas podían cumplir este papel; solo las *hetairai*. Las mujeres epicúreas, podemos suponer, valoraban la atención que sus compañeros prestaban a sus mentes, su libertad con respecto a la servidumbre doméstica y a la carga de tener que mantener su reputación de castas.

#### Dolores y placeres del amor

Epicuro no tenía inclinaciones hacia el matrimonio, aunque dejaba la cuestión a criterio de sus seguidores. Creía que el matrimonio conllevaba muchos cuidados y molestias, y pensaba que los niños eran un engorro. Lucrecio, en contraste, adoptó una perspectiva más favorable hacia la vida familiar y los niños. Señalaba que «engendra cariño el mucho trato» y que incluso una mujer no demasiado bella «hace que se acostumbre el hombre fácilmente a vivir en su trato y compañía» si es limpia y obediente. Describe de un modo encantador el amor de las madres por sus hijos en los animales; y simpatiza con los hombres que temen que los dioses les impidan «el propagar la especie, y que le llamen padre de sus dulces hijos [...] y vivan en un perpetuo estéril himeneo». [3] Su problema, dice, es fisiológico, no consecuencia de una maldición, y podría curarse con un cambio en la dieta o hallando una

compañera «con la que tengan más analogía». Lo mismo vale para las mujeres que intentan, sin éxito, tener hijos.

Sin embargo, Lucrecio pone a las sencillas pero agradables esposas y a las madres amadas por sus cualidades familiares en una categoría diferente a la de las mujeres por las que un hombre enloquece y a la de aquellas que enloquecen por un hombre. Por ejemplo, señala que las esposas no deberían moverse mucho cuando tienen relaciones sexuales, pues esto interfiere en la concepción. El otro tipo de mujer sí parece moverse mucho. Señala que aunque a veces una mujer pueda fingir el placer durante el acto sexual, a menudo «su amor es verdadero» y desea «que concluya la carrera del amor»; hembras de otras especies animales experimentan, obviamente, «deleites recíprocos». Por cuanto respecta a la pasión sexual, mezcla la sátira con cierta admiración. Para él, la pasión no es una enfermedad mental, como para los estoicos. Es el modo por el que la naturaleza renueva la vida; si los animales, incluidos los seres humanos, no contaran con poderosos impulsos y fijaciones, sus especies se habrían extinguido. Pero la fijación de los amantes humanos por sus parejas lleva a todo tipo de problemas, y a ojos del observador desapasionado parecen estar trastornados. Están ciegos a los defectos de sus parejas y sordos a los consejos de otros. El dinero no supone un problema; se vuelven temerarios. Intentan desesperadamente fundir sus cuerpos en uno solo, pese a que sea algo imposible.

Una persona prudente ha de reconocer que el amor puede ser doloroso. Una fuente natural de este sufrimiento es que las relaciones humanas, cuando no están preparadas de antemano por terceros, suponen la valoración personal de potenciales parejas, seguida por la elección o rechazo. El aspecto, modales, conversación, aroma o estatus económico de la otra persona puede disparar nuestros sentimientos de atracción, repulsión o indiferencia, y si la atracción solo se da en un lado, resultará dolorosa. Para el epicúreo se trata de mala suerte que hay que soportar. A menudo el amor no es correspondido, o lo siente más intensamente una parte que la otra. ¿Cómo aliviar el dolor de los celos o de la incertidumbre? Lucrecio recomienda, sabiamente, que cuando estés obsesionado por una persona a la que no le importes, debes recordar que «no faltan en el mundo otras hermosas, y sin ellas pasamos».[4] Intenta distraerte con aventuras pasajeras mientras superas el rechazo, e intenta pensar en las funciones menos agradables del cuerpo por el que estás obsesionado. Epicuro fue quizá la primera persona en descubrir la eficacia de «cortar el contacto». «Si se prescinde de la contemplación, de la conversación y trato con la persona querida se desvanece toda pasión erótica», señala.<sup>[5]</sup>

Incluso cuando están basados en el aprecio mutuo, los enredos pasionales causan ansiedad. ¿Quiere la persona amada un futuro conmigo? ¿Desea de mí más de lo que puedo o estoy preparado para darle? Los celos (si no por el afecto de otros competidores en el presente, por el pasado de la persona amada, y con quién y con cuántos) a menudo se convierten en un problema en la mayoría de las relaciones que se forman en la vida adulta. Algunas sociedades intentan prevenir estos problemas casando a personas jóvenes y sin experiencia con otras personas escogidas por sus padres, e imponiendo enormes obstáculos al divorcio. Estos sistemas tienen sus propias desventajas. No evitan que tanto hombres como mujeres sientan intensas atracciones hacia otros. El resultado es un doble estándar en el que se dan infidelidades pero solo se castiga por ello a las mujeres.

La atracción natural, e incluso la atracción mutua, pueden coexistir con la idea de que la otra persona es inalcanzable, bien porque está casada, bien porque es pobre; porque es demasiado vieja o demasiado joven, o pertenece a una familia inapropiada, o a una religión inadecuada. En una sociedad totalmente epicúrea no se puede elegir ni dejar de elegir a alguien por razones tan convencionales. La riqueza y el estatus no hacen a los hombres especialmente atractivos para las mujeres, y la religión no desempeña ningún tipo de papel, aunque una filosofía de vida compartida sí lo hace. La obstrucción y el juicio social no surgen de supuestos inconvenientes. Pero supongamos que soy una persona epicúrea en una sociedad no epicúrea, en la que las relaciones se juzgan de acuerdo a estándares convencionales. En tal caso, debo actuar con prudencia. ¿Supera el placer del amor correspondido al dolor causado por la desaprobación social? ¿Puedo hacer que la comunidad cambie de opinión sin demasiado dolor?

Estas preguntas resultaron cruciales en el siglo pasado para homosexuales que se sentían mutuamente atraídos, pero cuyos deseos se calificaban de inmorales y antinaturales, cuando en realidad solo eran no convencionales y no más dañinos, para nadie, que sus equivalentes heterosexuales. Desde la perspectiva empírica, las relaciones homosexuales, comunes en otros animales, incluidos los insectos, nunca han supuesto un obstáculo para la supervivencia de las varias especies, y aunque la homosexualidad masculina no posee un beneficio darwinista para el individuo, incrementando el número de descendientes, sí se ha observado que puede tener uno para su parentela femenina.<sup>[6]</sup>

La creencia supersticiosa de que la homosexualidad era una enfermedad o una perversa y criminal elección ha causado enormes sufrimientos. Algunas parejas desafiaban las convenciones, intentando ser discretas o uniéndose a subculturas que aceptaban otras convenciones, y a menudo sus familias las obligaban a separarse y eran incapaces de formar familias propias. Otras juzgaban que desafiar al entorno social era demasiado difícil y sacrificaban sus pasiones. Tan solo recientemente estas convenciones han cambiado. Esto sucedió no solo debido a que la investigación científica reveló que el amor y el deseo homosexuales se daban de forma natural en el reino animal y en el mundo humano, sino también porque los testimonios de las alegrías y penas del amor correspondido y no correspondido no eran diferentes en las parejas homosexuales y en las heterosexuales.

## Moral sexual: minimizar el daño a los otros

Aunque en nuestra cultura es habitual pensar en términos de «moral sexual», no se trataba de un concepto familiar para los filósofos de la Antigüedad fuera de la tradición judeocristiana-islámica. A diferencia de Jehová, Dios y Alá, a los que se representaba con un activo interés por la vida íntima de las personas, y en posición de imponer su ley, Zeus o Júpiter no tenían autoridad alguna al respecto. Los dioses griegos eran más caprichosos y libertinos que los mortales, y no se proponían gobernarlos mediante normas, sino mediante ocasionales intervenciones. Aunque obedecían normas y reglas con respecto al incesto y despreciaban a quienes se dejaban usar de modo sexual, los antiguos (y, entre ellos, los epicúreos) solían pensar en las relaciones íntimas en términos de prudencia y decoro, más que en su moralidad. Es decir, pensaban en términos de potenciales daños. La suya es una perspectiva útil, incluso si desde entonces hemos descubierto que las relaciones dan pie a auténticos problemas morales, así como a cuestiones de prudencia.

En el caso de la atracción que va más allá de los lazos del matrimonio, los problemas surgen inevitablemente. Es natural que en los humanos los vínculos de atracción duren meses e incluso años; el matrimonio, sin embargo, es una convención casi universal que se ha instituido, apoyado o forzado mediante coacción de modos un tanto diferentes en cada sociedad, incluidas las culturas cazadoras-recolectoras. La fidelidad sexual absoluta durante toda la vida, dentro de la convención del matrimonio, y tanto para hombres como para mujeres, es más la excepción que la regla. Los secretos, la hipocresía y la represión, y la difamación a la mujer en la división entre santas y putas implícita en el doble estándar, surgen del conflicto entre

naturaleza y convención. Si los seres humanos fuéramos monógamos por naturaleza, como los cisnes, estos conflictos no existirían.

La solución de Epicuro fue despreciar el matrimonio y los hijos y tener enredos amorosos con las mujeres que quería. La solución de Lucrecio parece haber sido la aplicación de una versión del doble estándar: las cortesanas eran para el amor, el sexo y la estimulación psicológica; las esposas eran para la procreación, el mantenimiento de la casa y para proporcionar formalidad. Sus soluciones individuales eran ciertamente prudentes a la hora de minimizar sus riesgos personales y maximizar sus placeres personales, pero sus preocupaciones eran bastante mojigatas para los estándares de hoy en día, y pasaban por alto los aspectos morales de las relaciones íntimas en cuanto potenciales causas de dolor a otras personas.

Siempre que existe la posibilidad de procrear hijos, incurrir en gastos, disgustar a parientes o tener que cambiar de casa o de trabajo, surgen cuestiones de prudencia que afectan a la elección de una pareja. El adulterio causa incluso más preguntas: si me descubren, ¿perderé mi hogar, mi fortuna, mi reputación, un cónyuge que aún me gusta y acceso a mis hijos? Según los abogados especialistas en divorcios, la mayoría de las personas con líos extramaritales no se hace estas preguntas hasta que es demasiado tarde. Un epicúreo intentará prever. Como comenta Lucrecio, «más fácil es evitar las redes, que escaparse y de Venus romper los fuertes lazos cuando el amor nos tiene ya prendidos».<sup>[7]</sup>

Dejando de lado estas consideraciones propias de la prudencia, la moral entra en juego siempre que el engaño, la manipulación o el aprovechamiento infectan una relación entre dos personas, y siempre que sus actividades amenazan con empeorar las vidas de otros. Puede resultar extraño, a menos que se posea una enfermedad contagiosa, que uno pueda dañar a otra persona solo teniendo relaciones sexuales con ella, o intentándolo; como si se pudiera hacer daño a alguien dándole, u ofreciéndole, una taza de té o una porción de pastel. Esta podría ser la razón por la que a tantos hombres les causa perplejidad que lo que creían una generosa oferta sea rechazada o constituya acoso sexual. En realidad, los casos son diferentes, incluso si dejamos de lado la posibilidad de un embarazo no deseado en el caso del té y el pastel.

En primer lugar, aunque puede que la oferta de té y pastel no sea del todo altruista, cualquier placer por parte del donante requiere placer por parte del receptor. Esto no es siempre así en escenarios relacionados con la seducción. En segundo lugar, se puede provocar ansiedad, esperanzas vanas e incluso expectativas absurdas más fácilmente en el receptor de una oferta sexual que

en el de quien recibe una oferta de té y pastel. En tercer lugar, aceptar una taza de té o una porción de pastel no implica desnudarse ni rebajarse con su consiguiente y dolorosa vergüenza. En cuarto lugar, no se insulta a nadie por ofrecerle té, incluso si crees que lo va a rechazar, pero sí se puede ofender ofreciendo sexo, pues a muchas personas las ofende verse reducidas a un cuerpo bonito.

Los adúlteros que actúan en secreto pueden no darse cuenta de que a menudo causan daño no imaginario cuando descuidan a su cónyuge e hijos y crean confusión y angustia al despertar sospechas. Pero el epicúreo no juzga de un modo automático. Es posible que el esposo o esposa adúltero esté probando y disfrutando de su poder sobre una tercera persona, causándole daño, pero también es posible que sufra confinado en el matrimonio. Cuando una persona hambrienta roba un bollo del mostrador comete un acto antisocial que reduce su dolor y le proporciona el intenso placer de consumirlo. Ha de saber que será castigado si no consigue suscitar compasión en la comunidad, y ha de sopesar si la empresa de robar el bollo vale la pena. Del mismo modo, los amantes adúlteros deben considerar el daño que causan en los demás y hacer un esfuerzo por mitigarlo. Puede que también ellos estén muriendo de hambre, pero que sus acciones les reporten castigo o compasión queda, en su mayor parte, más allá de su control.

## Usa tu cabeza

Los epicúreos de hoy en día valoran la amistad entre hombres y mujeres, al tiempo que respetan la pasión. Nos instan a pensar detenidamente en la distinción entre naturaleza y convención y las implicaciones que posee para las relaciones humanas y las decisiones políticas. También reconocen que las relaciones plantean problemas morales, dado que la felicidad de una o dos personas puede tener como precio dolor y dificultades para otras. El epicúreo no espera que la vida romántica ni la familiar sean una balsa de aceite. El amor y la pasión conllevan altibajos, así que ¡hay que prepararse! No te castigues a ti mismo, ni a la otra persona, con demasiada severidad. No juzgues los problemas de los demás. La angustia y la incertidumbre, los altibajos, pertenecen a la naturaleza de las cosas.

El epicúreo será moral a la vez que prudente. La moral nos impele a minimizar el daño a otros, incluso si infligir tal daño ofrece claras ventajas en prudencia a quien perpetra el acto. Obligar por la fuerza a mantener actos sexuales, o exigir un *quid pro quo* a alguien que no te considera atractivo es

algo malo, puesto que la experiencia siguiente será extremadamente desagradable para la otra persona. Es malo generar en otra persona falsas expectativas de permanencia solo para obtener sexo a corto plazo. Es malo intentar controlar la conducta de otra persona mientras uno disfruta de libertad en secreto. Es malo convertir a un cónyuge en esclavo de tu salario o en tu sirviente doméstico.

Los epicúreos que escogen tener hijos (o que, en cualquier caso, no hacen nada por evitarlo) se esfuerzan por hacer de la experiencia algo tan agradable para ellos como para los niños. Les muestran todas las fuentes de placer en la vida: la comida y la bebida, jardines, arquitectura, música, pintura, viajes y conocimiento. Pero ambos, padre y madre, prosiguen su investigación del mundo con personas de su edad. No sacrifican sus intereses y relaciones adultas atendiendo y disponiendo celosamente su vida en función de la vida y caprichos de sus hijos.

En términos generales, hombres y mujeres consideran misteriosas y atractivas a otras personas, y, como señalaban los epicúreos, a veces irresistibles. La vulnerabilidad hacia otros y su amor por ellos les permite formar relaciones de cooperación, engendrar y criar hijos, lo hagan o no, y afrontar desafíos diarios como proporcionarse mutuamente, y a descendencia, comida, techo, diversión y educación. Cuanto más disfruten mutuamente de su compañía, y cuanto más dispuestos y capaces sean de cooperar, más éxito tendrán en su empresa. En ese sentido, a la naturaleza le importa nuestra felicidad. Al mismo tiempo, los conflictos son inevitables. La gente que convive en intimidad no siempre se complace mutuamente, y, como lamenta Lucrecio, a veces las preferencias en compañeros cambian. No hay razones para pensar que la naturaleza nos ha dotado de emociones y temperamentos capaces de generar relaciones sin problemas, sino solo lo suficiente como para garantizar la continuación de la especie. Allá donde la naturaleza nos deja indefensos, los recuerdos de tiempos mejores, la prudencia con respecto al futuro y los acuerdos entre humanos han de tomar el relevo.

# 8 Pensar en la muerte

La muerte nada es, ni nos importa, puesto que es de mortal naturaleza [...] luego que no existamos, y la muerte hubiere separado cuerpo y alma, los que forman unidos nuestra esencia, nada podrá sin duda acaecernos y darnos sentimiento, no existiendo [...]

#### LUCRECIO<sup>[1]</sup>

¿Por qué, ¡oh mortal!, te desesperas tanto?
¿Por qué te das a llanto desmedido?
¿Por qué gimes y lloras tú la muerte?
Si la pasada vida te fue grata,
si como en vaso agujereado y roto
no fueron derramados tus placeres, [...]
¿por qué no te retiras de la vida
cual de la mesa el convidado ahíto? [...]

LUCRECIO<sup>[2]</sup>

Árboles que han permanecido erguidos durante milenios caen alcanzados por el rayo o se pudren, y animales longevos como elefantes, loros y tortugas sucumben a accidentes y enfermedades. Las plantas se pudren y se convierten en fuentes de alimento para otras plantas, que a su vez se convierten en alimento para animales. Las montañas se erosionan, los mares se secan y las galaxias se deshacen. Todo acaba reducido a sus partículas constituyentes, que la naturaleza recicla para crear nuevos seres, vivos e inertes.

Estamos seguros de que la renovación de la vida en el planeta Tierra llegará a su fin. Nuestro sol se consumirá a sí mismo una vez que todo su combustible se agote, en unos cuantos miles de millones de años, y muchos físicos están convencidos de que el universo entero ha gastado ya tres cuartas partes de su tiempo de vida, y que regresará a su estado original en 5000 millones de años. Entretanto (y hay que admitir que es mucho tiempo), nuestros zapatos se desgastan y nuestras ropas se convierten en harapos inservibles. Moho, hongos y bacterias descomponen comida que hemos

esperado demasiado para comer y se propagan. Polillas y termitas arruinan nuestras ropas y casas.

Los seres humanos no somos una excepción a la ley de límites, que Lucrecio llamó «los límites precisos que la Naturaleza ha señalado» a todo excepto a los átomos. El sentimiento subjetivo de ser un yo indestructible (y algunos filósofos, entre ellos Descartes, parecen haber creído que podían intuir o demostrar su propia inmortalidad) es una ilusión.

¿Cómo deberíamos afrontar, pues, el hecho de que el futuro es finito? ¿De que no habrá una segunda oportunidad para nuestras vidas, de que algún día no habrá seres humanos? Es harto improbable que las partículas de las que estamos compuestos se reagrupen tras nuestra muerte y compongan espontáneamente cuerpos conscientes idénticos a como éramos en nuestra plenitud, e incluso si lo hicieran, esa nueva persona no sería yo. Si la muerte fuese solo una forma de dormir, podría esperar despertar como yo mismo, pero la descomposición del cuerpo impide que así sea. La posibilidad de que, tras nuestra muerte, podamos experimentar el paraíso, reunidos con nuestros amigos y parientes muertos tiempo atrás, o de que despertemos en el infierno, privados por siempre de su compañía, es insostenible, como lo son sus variantes teológicas. A este respecto, no hay nada que esperar ni que temer.

#### La visión epicúrea de la muerte

La posición epicúrea implica tres ideas principales: no hay que temer a la muerte; la muerte no es dolorosa ni desagradable; la muerte es el final: no hay vida después de la muerte.

Pero así como creía que la muerte no era un mal, Epicuro opinaba que ser privado de la vida era lo peor que le podía pasar a un individuo. Esto puede parecer desconcertante: ¿por qué es malo que te prive de la vida, por poner algunos ejemplos, un autobús que te atropella, o un asesinato, una negligencia médica, o tus propios malos hábitos, si la muerte no es dolorosa y no hay que tenerle miedo? Exploraré esta aparente paradoja y luego debatiré las implicaciones sociales de la ausencia de vida después de la muerte.

El miedo a la muerte motiva gran parte de nuestros esfuerzos cotidianos y de nuestra investigación científica. Nos esforzamos por mantenernos con vida respetando los semáforos, obedeciendo las órdenes del médico, sometiéndonos a cirugía y a otros procedimientos cuando es necesario, y evitamos países y vecindarios peligrosos. Cuando el cáncer acaba con vidas, o sucede la muerte por el tráfico, o por accidentes deportivos, o por dementes

armados, lo consideramos trágico y carente de sentido. Incluso cuando la vida se ve gravemente debilitada, aunque no acabe, debido a la vejez y al desgaste de la capacidad del cuerpo para mantenerse y repararse a sí mismo, vemos la vejez como una desgracia, como lo peor que pudo suceder a quien muere. Hay investigadores que dedican su carrera a descubrir nuevas curas y mejores procedimientos quirúrgicos, y la dilación de la senectud y el alargamiento de la vida por medio de procesos tan tétricos como la animación suspendida en tanques de criogenización o las transfusiones de sangre, así como pastillas e inyecciones, son cada día más populares. La manipulación genética para prolongar la vida es una estrategia ya en nuestro horizonte.

Por un lado, es racional temer a la muerte y tomar precauciones para evitar morir o que nos maten. El cuerpo es un sistema de mecanismos para luchar contra la muerte: tenemos un sistema inmunitario, sistemas reguladores para lidiar con el frío y el calor, para mantener el azúcar en la sangre dentro de límites vitales, para desintoxicarnos y eliminar venenos. La naturaleza nos ha construido para que sintamos placer por estar vivos. Un organismo que no valore implícitamente su vida y busque preservarla no sobreviviría para dejar un linaje, dada la cantidad y variedad de amenazas a la existencia que contiene nuestro mundo.

En su mejor momento y hasta bien pasado este, todo animal se defiende contra la muerte, y lucha por escapar de sus depredadores o contraatacar contra ellos, evita ahogarse o morir asfixiado, y los humanos que no quedan paralizados por el miedo, ni escogen el martirio ni son suicidas, harán lo mismo. Incluso los muy ancianos piden a veces gestos médicos heroicos a fin de disfrutar de unos cuantos días, semanas o meses más de vida. Reconocemos el valor moral de intentar evitar que maten a otros, o que mueran prematuramente, mediante legislaciones para evitar masacres y asesinatos, controlando el acceso a las armas y venenos y la exposición a toxinas medioambientales, y la regulación de maquinaria como los automóviles y aviones. La investigación médica para curar enfermedades o prevenir los trastornos fisiológicos que causan mortalidad infantil es digna de elogio. ¿Cómo es posible que los epicúreos opinaran que la muerte no era un mal y que no debíamos temerla?

Una idea crucial en el epicureísmo es la noción del «límite natural». Podemos pensar en todos los utensilios domésticos y su fecha de caducidad, con respecto a los intereses de los humanos: esperamos que algunas cosas en especial duren mucho. Esto no se aplica a los huevos y la leche, pero sí a las aspiradoras y al coche. El uso y desgaste de las partes móviles; el deterioro

químico debido al calor, oxígeno y humedad y la acumulación de polvo y minerales hacen que nuestros aparatos eléctricos y electrónicos se estropeen al cabo de un determinado período de años.

Generalmente, hay un período de deterioro antes de que el objeto se vuelva totalmente inservible. Esta fecha puede adelantarse o retrasarse, hasta cierto punto, con una conducta prudente o descuidada, y unas medidas sencillas pueden prolongar la vida útil de los objetos cotidianos. Pero suele tener un coste. La invención del envasado en lata incrementó drásticamente la vida útil de frutas, verduras y carnes, pero al coste de su sabor y textura. Sustancias como la creosota, que conservan la madera, prolongan la vida de las verjas, pero al coste de la salud de los humanos, expuestos a derivados tóxicos del alquitrán mineral. Los fármacos que prolongan la vida tienen efectos secundarios peligrosos y desagradables.

Una persona razonable acepta que la ropa, la comida y los electrodomésticos duren un tiempo razonable, y es razonable que se enfade cuando, pese a niveles normales de prudencia, la comida se echa a perder, los electrodomésticos se estropean y la ropa se rasga. En este caso no se llegó al límite natural, a menudo debido a fallos, indiferencia o incluso maldad humana, como se suele dar en fábricas cuando empleados insatisfechos deciden castigar al empleador o consumidores saboteando el producto. Las cosas deberían durar, creemos, un determinado lapso de tiempo.

El epicúreo piensa de un modo análogo en la vida humana. Hay un límite natural y una fecha de caducidad, aunque la vida puede ofrecer aún suficiente placer incluso mucho después de esta fecha. En el curso natural de los acontecimientos, nos deterioramos y luego morimos debido a ataques de otros seres vivos. Bacterias y virus se alimentan de nosotros; el calor y el oxígeno crean depósitos en nuestros órganos y vasos, y el uso y desgaste acaba afectando a nuestras articulaciones y músculos. Acciones prudentes e imprudentes pueden alterar hacia delante o hacia atrás nuestras fechas de caducidad hasta cierto punto, pero el límite natural sigue invariable. No se sabe de ningún ser humano que haya superado los 122 años de edad, y muy pocas personas, quizá menos del 0,1 por ciento de la población, sobrepasa hoy en día en el Reino Unido los noventa años. Casi todos ellos sufren trastornos de salud que afectan al corazón, pulmones, huesos, articulaciones, cerebro, piel y otros órganos; muy pocos de ellos viven activos y con salud.

La mayoría de nosotros acordaremos que «todos los hombres son mortales», pero muchos de nosotros (pese a las precauciones que tomamos y a la tristeza que nos produce la muerte de otras personas) nunca llegamos a aceptar internamente la verdad de que la generalización también nos afecta personalmente. Vendrá un año que será mi último año, y un día que será mi último día, no solo «sobre la tierra», sino en cualquier sitio. No habrá nada más que puedan hacer los doctores, o al menos nada más que yo, o quienes ostenten la autoridad para tomar decisiones en mi nombre, acuerden que se me haga para prolongar médicamente mi vida.

Este día no está prefijado, porque cuánto viva depende de las elecciones que tome con respecto a mi dieta, a hábitos como fumar, a la elección de medios de transporte, de las velocidades a las que conduzca, de la participación en deportes peligrosos, de si tomar ciertos fármacos o someterme a ciertas operaciones quirúrgicas y mucho más. También depende del azar, o como mínimo de la coincidencia: por ejemplo, que coincida que esté conduciendo sobre un puente en el momento en que se derrumba. En cualquier caso, ese día llegará, y conforme me haga más y más viejo, tendrá menos sentido culpar a cualquier hábito u operación por mi muerte. No será culpa del médico que no pudo detener mi cáncer, sustituir mi corazón o mis riñones en mal estado a causa de mi vejez.

Enfrentarse a la propia mortalidad, así como al declive que suele precederla, resulta difícil para la mayoría de la gente, y lo es aún más debido a una cultura que tiende a percibir y anotar los decesos ya como falta moral del difunto, ya del doctor; como un fracaso a la hora de seguir esperando y luchando en lugar de como otro ejemplo del límite natural. Cuando debido a accidentes, negligencias o asesinato no se alcanza este límite natural, buscamos a quien culpar e intentamos compensación o reajustes sociales que reduzcan las probabilidades de que más personas sean víctimas de accidentes, negligencias o asesinatos. Esto es racional. Lo que no es racional es culpar de la muerte de una persona muy anciana a la negligencia médica, o a su adicción al helado. Incluso si el difunto era todavía una persona activa, lúcida y competente, el uso y desgaste de las partes de su cuerpo invisibles a nuestras miradas era considerable. Nadie tiene la culpa de su deceso.

Imaginamos que estar muertos es una experiencia terrible. Allí estoy, encerrado en mi ataúd cerrado bajo un metro noventa de tierra, con mi carne pudriéndose y siendo devorada por gusanos, hongos y bacterias. O me están introduciendo en el crematorio, y mis huesos, pulverizados.

«Cuando existimos nosotros —decía Epicuro—, la muerte no está presente, y cuando la muerte está presente, entonces nosotros no existimos»<sup>[3]</sup>. Si estoy muerto no estoy experimentando nada, ni bueno ni malo. Quienes dicen de mí «ya se acabaron sus problemas» tienen razón, pero

quienes dicen de mí «ahora descansa en paz» se equivocan. En tanto experimente lo bueno y lo malo, estoy vivo. Si estoy descansando en paz, definitivamente estoy vivo.

Pero ¿no debería temer el proceso de morir, que podría ser terriblemente doloroso? Epicuro aseguraba que conforme la vida se evaporaba del cuerpo, también lo hacía su capacidad de sentir, percibir y pensar. «El dolor no se prolonga indefinidamente en la carne, sino que el dolor extremo dura poquísimo tiempo, y el que solo consigue superar el gozo que embarga a la carne no acompaña a este durante muchos días».

¿Es esta postura coherente con la medicina moderna o tan solo confunde deseo con realidad? A menudo se dice que la experiencia sensorial, incluido el dolor, disminuye en los últimos días y horas de vida; que el sentido del oído es el último en desaparecer y que cerebro y cuerpo pueden verse inundados por endorfinas, al encontrarse bajo condiciones de estrés extremo, con lo que se induce una sensación de paz y tranquilidad. Sin embargo, muchas enfermedades que causan una muerte lenta, de meses o incluso años, o que sencillamente acompañan a la vejez, son extremadamente dolorosas, como los cánceres, las enfermedades pulmonares y la artrosis. Epicuro sufrió numerosos problemas de salud, especialmente piedras en los riñones, uno de los trastornos más dolorosos que se conocen en medicina. Y hemos aprendido, gracias al trabajo de múltiples equipos médicos, algo de lo que Epicuro no parece haberse dado cuenta: cuán extendido está el sufrimiento causado por enfermedades, con al menos 61 millones de personas afectadas en todo el mundo. Un artículo reciente en la revista médica The Lancet calcula que, a escala mundial, el 45 por ciento de quienes mueren (la mayoría de ellos en entornos de ingresos medios y bajos) experimenta grave sufrimiento.<sup>[4]</sup> Aunque el dolor forma parte de la vida, una legislación nacional dirigida a la sanidad, al precio de los medicamentos y a los cuidados paliativos ayudaría a muchas de estas personas. Aunque en la teoría se reconoce la importancia de un adecuado alivio del dolor mediante el empleo de fármacos en la vejez y al final de la vida, en la práctica estamos muy lejos. La preocupación por la adicción a los opiáceos no debería ser razón para no dispensar estos piadosos y eficaces compuestos.

Podría parecer que los epicúreos otorgan poca importancia al miedo instintivo a la muerte. Aunque niegan que la muerte sea como una especie de sueño, nos animan a pensar en ella de ese modo, como un bienvenido descanso del agotamiento y exceso de estímulos o aburrimiento. Podemos acordar que las actividades de un solo día pueden ser agradables y tener

importancia incluso si al final necesitaremos ir a dormir, y hasta podemos predecir, aproximadamente, cuándo sucumbiremos a esa necesidad. Pero la virtual certeza de que despertaré para disfrutar de otro día evita que esta necesidad de ir a dormir sea terrorífica. Además, la mayoría de la gente de mi localidad está también durmiendo, de modo que no tengo un especial miedo a perderme algo. Si yo creyera que mañana no iba a despertar, mi placer de hoy se perdería rápidamente. ¿Cómo podemos evitar que el miedo a la muerte haga menguar el placer de vivir el ahora y superar el miedo a perder algo? Para alguien condenado a morir en el cadalso mañana, el miedo y la ira no son irracionales, y la filosofía no puede hacer nada para impedirlos. De modo que ¿cómo impedirlo para los demás?

# Muerte en los momentos correctos y equivocados

Cuando los alimentos, ropa y electrodomésticos no duran todo lo que se supone que deberían durar, podemos quejarnos al fabricante o vendedor, o evitar el producto en el futuro. Cuando los niños, los jóvenes o los adultos no duran el tiempo que juzgamos apropiado, no podemos quejarnos al fabricante ni podemos decidir no comprar el producto en el futuro, y nos sentimos impotentes, furiosos y afligidos. Tenemos razón para sentirnos así, y cuando en nuestra madurez sentimos nuestra vida amenazada por enfermedades inesperadas está justificado que nos sintamos impotentes, furiosos y afligidos. En todos estos casos resulta apropiado preguntarse si alguien tiene la culpa, así como qué pasos tomar para reducir este tipo de muerte prematura en el futuro. Pero la muerte que se da cerca del límite natural de la vida no es culpa de nadie y no se la debería contemplar de esa manera. En lugar de ello, deberíamos prestar más atención a casos en los que no dejar que alguien muera, mediante alimentación forzosa o intubación contra su voluntad, resulta moralmente cuestionable.

Lucrecio reconoce que cuando alguien muere en la flor de la vida estamos ante una auténtica tragedia. Esa persona está perdiéndose mucho. «No te verá ya, empero, alegre casa, no te verá la esposa virtuosa, ni los dulces hijuelos al encuentro saldrán corriendo a arrebatar tus besos de tácita dulzura hinchiendo el pecho», dicen quienes se lamentan. Para la gente de la Antigüedad, morir a una edad temprana en la guerra, en un naufragio o por infecciones era algo mucho más común de lo que es actualmente. Para la gente de la actualidad, si uno es joven y tiene salud, y toma precauciones razonables (pero no excesivas) debería ser capaz de reducir al mínimo su miedo a morir y a

perderse algo. Una persona prudente no se enrola voluntariamente en el ejército, ni, en opinión de Lucrecio, se hace a la mar. Contra las fiebres mortales y algunos trastornos genéticos, sin embargo, somos sencillamente impotentes. Si eres joven y sufres una enfermedad mortal, perecerás. En efecto, la naturaleza te ha repartido malas cartas, o, por decirlo de otro modo, te ha señalado. Tienes derecho a llorar tu destino y a expresar tus sentimientos de radical injusticia.

Sin embargo, Lucrecio no tiene ninguna simpatía para los muy viejos que se dan «a llanto desmedido». Si la naturaleza pudiese hablar, dice, con razón les diría, implacable: «Vete de aquí, insensato [...] ¡Tú, que has gozado de todos los placeres de la vida, aún te arrastras en ella! Consumido en los deseos del placer ausente, despreciaste el actual, y así tu vida se deslizó imperfecta y disgustada [...] la hora es ya llegada: deja tú mis presentes; no son propios de la edad tuya: deja resignado que gocen otros, como es ley forzosa». [6]

Puede parecer duro. Incluso los viejos tienen derecho a lamentarse por lo que se perderán. No verán crecer a sus bisnietos, no verán el regreso del cometa Halley, no disfrutarán cien helados más, ni más partidas de canasta. Nunca sabrán quién será el próximo presidente, ni el que le siga, ni si hay vida en Marte, ni podrán jamás saber muchas cosas que siempre quisieron saber. Estas ansias no parecen indecorosas, ni parece en absoluto inapropiado que los ancianos expresen estos reproches, que, al fin y al cabo, no son sino una reafirmación de la vida y sus placeres y de su amor por los demás. Pero estos lamentos por lo que se van a perder los deberían expresar con calma y dignidad. Si eres viejo, acepta lo inevitable. Intenta minimizar los problemas a tus descendientes dejando tus asuntos económicos en orden, y evita así añadir confusión a los sentimientos de dolor que probablemente sentirán con tu muerte. Su dolor, el dolor de los vivos, es de todo menos irracional. Les ha sido arrebatada una fuente de placer: tu presencia, tus cuidados, tu ayuda y amistad.

Mucha gente no quiere pensar en la muerte ni planear su eventual desaparición, asegurarse de que su testamento está en orden y refleja sus deseos, y dejar claramente por escrito cómo desean que transcurran sus últimos meses, días y horas. Sin embargo, quienes sí toman esas medidas sufren menos ansiedad, en sus últimos días, que aquellos que evitan el tema por completo. La idea de que no veré a mis hijos alcanzar la edad que tengo ahora me entristece, pero es una razón más para hablar con ellos acerca de sus esperanzas y expectativas de futuro y expresarles mi amor. En la vejez más

avanzada, muchas personas intentan volver a conectar con amigos perdidos hace tiempo, reparar amistades rotas y perdonar a viejos enemigos, lo que proporciona cierta paz.

La opinión epicúrea es que es malo perder tu vida a manos de otros, o tuyas, o por causas externas, antes de alcanzar el límite natural fijado por el cuerpo humano. El hecho de que la muerte sea natural no puede ser malo para el individuo y de que morir no tiene por qué ser doloroso no implica que deba ser buena en todas las circunstancias. Como hemos señalado, cuando un niño muere de leucemia, una mujer de mediana edad sucumbe al cáncer de mama o un anciano es atropellado por un autobús, se trata de una desgracia; es tan desafortunado como ser apuñalado o acribillado a tiros.

#### Aborto contra infanticidio

Si estar muerto no es malo, y si podemos aceptar que la muerte, en algunos casos, es una cosa buena, que deja espacio en el mundo para vida nueva y vigorosa, ¿qué hay de malo en el asesinato y en la pena capital? ¿O, ya puestos, en el infanticidio? Y si morir no tiene necesariamente que ser doloroso, ¿por qué deberíamos desalentar el suicidio entre los abatidos?

Para muchas personas el aborto es perturbador, y lo perciben como un asesinato, no muy diferente, en principio, de un infanticidio. En ambos casos hay una vida que lucha por existir: en un caso, se trata de un feto que depende del sistema circulatorio de su madre para obtener oxígeno y nutrirse; en el otro, ya ha nacido, respira aire y mama leche, pero ¿por qué, dicen, debería esto suponer una diferencia?

En ambos casos, al parecer, acabamos con una vida que, en el curso natural de los acontecimientos, habría vivido el lapso de tiempo habitual, y que podría haber sido feliz, o al menos habría tenido una mezcla de felicidad e infelicidad. En ambos casos podríamos estar aliviando los problemas de alguien, causados por cuidar de un bebé o un niño. De modo que ¿por qué deberíamos ver de distinta manera un aborto y un infanticidio? ¿No deberían estar ambos bien permitidos, bien prohibidos?

He aquí dos argumentaciones habituales que, para un epicúreo, no tienen ningún peso.

• Soportar el embarazo y la responsabilidad de criar a un bebé en circunstancias adversas constituye el castigo por practicar sexo fuera

- del matrimonio. Negar el aborto a las mujeres provocará una conducta más responsable.
- Una mujer tiene derecho a decidir qué hacer con su propio cuerpo. Antes de nacer, el feto es parte de su cuerpo, de modo que la mujer posee el derecho a decidir si aborta o no.

Los epicúreos no creen que el sexo fuera del matrimonio sea un crimen, de modo que el argumento de la disuasión es irrelevante. Consideran inmoral imponer pesadas cargas y dificultades, como las que implica estar embarazada y criar a un bebé, a gente que no lo quiere o no tan pronto. Pero los epicúreos también consideran que los derechos son una convención cultural. El derecho al propio cuerpo y a sus contenidos no puede existir antes de que se haya tomado la decisión de reconocerlos, y es precisamente esa decisión la que está debatiéndose.

Dado que la ley, cuando se basa en preocupaciones morales, tiene la función de impedir el daño a los individuos, según los epicúreos, los argumentos a favor del aborto y en contra del infanticidio solo pueden concernir al equilibrio entre daño y ayuda causado por permitir o prohibir el aborto contra el grado de daño y ayuda causados por permitir o prohibir el infanticidio en la cultura en cuestión.

Permitir el aborto evita ciertos perjuicios graves. Entre ellos, el empobrecimiento de padres que no pueden permitirse tener hijos; el abandono de padres obligados a trabajar para sobrevivir y que no reciben ayuda alguna; el abuso a bebés y niños no deseados. También evita los daños causados por el aborto clandestino, las lesiones físicas, infecciones y, a veces, la muerte. Aunque no todas las mujeres que abortan están evitando un grave sufrimiento para sí mismas o para sus hijos, y aunque sin duda se están privando de los placeres de criar a un hijo, los costes de una política antiabortista son mucho mayores que los beneficios de obligar a traer nueva vida al mundo siempre que se produzca una concepción. Solo alguien como el cristiano Agustín de Hipona, quien dijo «no alcanzo a ver qué utilidad puede tener la mujer para el hombre, si se excluye la función de concebir niños», puede desdeñar totalmente los planes que las mujeres tienen para sus vidas y que no incluyen dar a luz a un niño de aquí a nueve meses.

Aunque los epicúreos no elaboraron (al menos, hasta donde sabemos) una opinión acerca del aborto ni del infanticidio, podríamos reconstruir su opinión acerca de la diferencia entre ambos conceptos de la manera siguiente: permitir el infanticidio o asesinato de niños podría evitar algunos de los mismos

perjuicios que el aborto, como la pobreza, el abandono y los abusos. Pero el bebé, a diferencia del feto, es un miembro de la sociedad humana incluso antes de que su aparato sensorial funcione bien y antes de poder hablar. Incluso si no es un bebé deseado por sus padres, es capaz de hacer evidentes sus necesidades, y estas necesidades se pueden satisfacer, y solo se pueden satisfacer mediante la atención humana, con un esfuerzo dirigido a ello. Lo moral es satisfacer las necesidades del bebé mediante la adopción o los centros de acogida. El feto no es miembro de la sociedad humana, aunque el aborto lo hiere y acaba con su vida. No existe forma de acogida concebible para un feto, ni siquiera por parte de los más endurecidos adversarios del aborto. Una política dirigida contra el infanticidio salvará las vidas de muchos niños que, de otro modo, se encontrarían en peligro de muerte, pese a pertenecer a la sociedad humana; una política contra el aborto no lo hace.

#### Suicidio contra eutanasia

El suicidio nos presenta otro difícil problema. Si el dolor es el único mal auténtico, y si la muerte no es ni dolorosa ni un mal, parecería que si uno está sufriendo un dolor físico o mental grave, hay una manera fácil de librarse de él. Tan solo hay que matarse de algún modo indoloro o, al menos, que duela poco. Los estoicos recomendaban el suicidio por toda suerte de razones, como la caída en desgracia política, hacerse viejo y frágil o cansarse de la vida.

La objeción epicúrea a esta argumentación es que el suicidio suele ser tanto imprudente como inmoral. «Es ridículo que te apresures a la muerte por hastío de la vida —se dice que dijo Epicuro—, siendo así que ha sido tu clase de vida la que ha determinado tu carrera hacia la muerte»<sup>[7]</sup>. Aunque el suicidio de Lucrecio, a los aproximadamente cuarenta y cinco años de edad, parece contradecir el pensamiento de Epicuro, no deja de ser notable que lo realizó, según testigos de la Antigüedad, bajo la influencia de una droga venenosa.

El suicidio se basa casi siempre en una valoración errónea de las circunstancias actuales, y en un fracaso a la hora de apreciar las acciones que podrían eliminar el sufrimiento. Es abrumadoramente probable que el sufrimiento de la persona desesperada, pese a que nadie pone en cuestión su gravedad, no dure tanto como la persona cree. Matarte por amor en la creencia de que la persona inalcanzable era la única perfecta para ti demuestra que eres presa de un espejismo. Dado que los cargos, la riqueza y la

influencia dependen de la convención, y son antinaturales e innecesarios, es absurdo sacrificar la vida por ellos cuando se pierden.

Incluso la ceguera, pensaba Epicuro, es soportable. Su opinión se ve corroborada por estudios que demuestran que la mayoría de la gente se adapta a condiciones que para una persona joven y activa parecerían insoportables, como quedarse tetrapléjico. Al cabo de unos doce meses acaban aceptando su condición y comienzan nuevamente a disfrutar de lo que la vida les ofrece. Esta capacidad para recuperar el equilibrio puede verse puesta a prueba durante una enfermedad, cuando nos sentimos fatal, pero tiende a funcionar hasta que llegamos al límite natural de la vida. De igual modo la mente puede lidiar con la frustración y el dolor, facilitándonos olvidar y permitiéndonos recordar tiempos más felices, así como esperar su regreso.

Es más: el suicidio suele perjudicar gravemente a otras personas, y por lo tanto es habitualmente inmoral. Es cruel para los padres, hijos o amigos del suicida, que pueden arrastrar ese dolor el resto de sus vidas. Puede que intente castigar a otras personas por su abandono o maldad, pero es un castigo mucho peor que el crimen, y es improbable que tenga una influencia positiva.

Pero tomemos un caso difícil. Sufres un dolor físico intratable; respirar es agónico y no hay nada que los doctores puedan hacer. A tu familia y amigos les atormenta tu sufrimiento y tampoco hay nada que puedan hacer. O has llegado a una edad avanzada: ninguno de tus amigos vive ya; tus hijos no sienten ningún interés en ti; sufres numerosas enfermedades; estás perdiendo la vista, el oído, el gusto y comienzas a perder la capacidad de recordar; ya no te queda forma alguna de disfrutar. ¿Deberías poner fin a tu vida en esas terribles condiciones? Para los epicúreos, no hay duda alguna acerca de tu derecho a morir, pero es probablemente imprudente que continúes viviendo. No cometes perjuicio alguno si ingieres demasiados somníferos o pides ayuda a un doctor empático.

## RESISTIR Y ACEPTAR LA MORTALIDAD

Muchos científicos esperan descubrir la clave para regenerar nuestros cansados órganos, para implantar robustos órganos artificiales que sustituyan los nuestros de carne y hueso, o para crear terapias genéticas que nos vuelvan inmortales. Aunque prevenir el dolor y remediar la invalidez mediante terapias médicas son objetivos que los epicúreos apoyarían, lograr la inmortalidad mediante la tecnología no lo es.

Puede ser razonable desear vivir, digamos, noventa y cinco años en un estado de salud precario en lugar de vivir ochenta y cinco con una salud decente, pero el prolongamiento indefinido de la vida, tal y como sueñan algunos futuristas, es un objetivo corto de miras. Es imprudente desear vivir tanto como para sobrevivir a todos tus amigos, tus hijos y otros de tu generación, incluso si lo puedes hacer con buena salud gracias a manipulación genética y fármacos. No habrá nadie con quien compartir los recuerdos del pasado. Ver morir a tus hijos, tras haber visto morir a tus padres, sería un dolor insoportable. ¿Compensará realmente ver la evolución de la política y la cultura en el siglo XXII, ver más películas y disfrutar más paseos, la pérdida de tus seres amados? ¿Quizá tus hijos y amigos (y sus hijos y amigos) vivirán también largo tiempo? La necesidad de alimentos, agua y espacio vital descarta la posibilidad de que todo el mundo pueda vivir para siempre, a menos que colonicemos nuevos planetas en los que tendríamos que vivir bajo cúpulas de cristal y respirar aire artificial, y tras vivir lo suficiente habrás perdido la cuenta de quiénes son tus descendientes y dónde están.

La perspectiva que se nos ofrece cuando aceptamos la mortalidad en el límite natural tiene consecuencias. Debemos recordar que nuestras mentes, así como nuestros cuerpos, están bajo un ataque constante de entidades vivas: virus, hongos y bacterias que luchan por existir a nuestra costa. También nos atacan diminutas partículas tóxicas y complejos de partículas flotando en el aire, en el agua y en los alimentos, que no poseen intención parasitaria pero resultan perjudiciales para el cuerpo, como las partículas metálicas emitidas por los tubos de escape de los automóviles, o las moléculas de fructosa, o los aldehídos creados en el metabolismo del alcohol. El sufrimiento y la muerte pueden llegar demasiado pronto, no solo debido a decisiones individuales, sino también a decisiones políticas y por falta de voluntad política. Es importante comprender el papel de estas diminutas entidades, los productos de desecho de nuestra civilización. Empleamos antibióticos y antivirales; intentamos filtrar el benceno y el arsénico del agua potable y partículas del aire que respiramos, y buscamos limitar la exposición a rayos X y radiación electromagnética. Cuando la gente no se preocupa y no realiza los pasos necesarios para impedir el daño causado por estas diminutas partículas, siendo fácil hacerlo, deja de prevenir sufrimientos innecesarios y muertes prematuras.

No podemos hacer que el entorno sea totalmente seguro. Pero dado que esta vida biológica es la única que tendremos, deberíamos dar la bienvenida a toda legislación que reconozca el papel de estas entidades invisibles incluso

cuando (como ocurre con cada nuevo control de emisiones de los motores diésel o del tabaco, o con el aumento de precios de las bebidas azucaradas, o la prohibición de aditivos y colorantes venenosos en los alimentos) nos causa incomodidades. Una diferencia de unos pocos años de salud o vida, especialmente vida sin dolor, es irrelevante en la historia del universo. Pero para mí, desde mi punto de vista en primera persona, y para quienes se encuentran cercanos a mí en sus propios puntos de vista, incluso una corta prórroga es importante.

El otro lado de la cáustica burla de Lucrecio hacia los ancianos que se quejan de que la vida es demasiado corta es su imperativo de que no pospongamos los placeres, seas joven o seas viejo. Cuando eres joven, recuerda que algún día serás demasiado viejo y frágil para viajar a destinos lejanos, o para comer frutos secos y zanahoria cruda, o para quedarte hasta tarde pegándote atracones de series de televisión. Haz todas esas actividades agradables mientras puedas. Después, cuando seas viejo, date cuenta de que los sacrificios que en nombre de la prudencia se recomendarían a un joven ya no se te aplican. Si quieres devorar un litro de helado al día o fumar cigarrillos con ochenta y cinco años, nadie debería impedírtelo sobre la base de que esos placeres podrían acortar tu vida.

Aceptar la mortalidad en cuanto implica el final de toda elección, rechazo y experiencia y, a la vez, valorar la vida, es un acto de equilibrio conceptual, pero no es imposible. Desde la perspectiva cosmológica del epicureísmo, la integridad de mente y cuerpo es un fenómeno maravilloso. La absorción de partículas mediante respiración y nutrición, su pérdida por excreción y abrasión, los procesos de reparación y los de deterioro se dan en un cuerpo que apenas varía cada día, siempre que no sufra un accidente violento, y dentro de una mente que se siente cada día en gran parte del mismo modo. Pero las personas son entidades temporales como las demás: resistentes en una perspectiva a corto plazo, pero frágiles en una perspectiva a largo plazo. Mi muerte libera las partículas de las que estoy compuesto para que formen entidades más vigorosas. Hago espacio para más gente que viva las experiencias de la niñez, del descubrimiento, del crecimiento y del aprendizaje, que no podrían tener si personas como yo viviéramos vidas indefinidamente largas. Sacrifico mi hambre de experiencias, conocimientos y sensaciones; me habría gustado tener más, pero lo que he tenido será suficiente cuando llegue la hora. Entretanto, he de cultivar amistades, enmendar errores y disfrutar de los días y horas que me queden.

«Empero ya las Furias y Cerbero —dice Lucrecio, en referencia al perro de tres cabezas que custodiaba las puertas del infierno en la mitología clásica—, lanzando horribles llamaradas por sus bocas, ni existen, ni existir pueden de cierto». Una razón para lo extendido de la creencia en la inmortalidad del alma y la existencia de una vida después de la muerte es que los seres humanos poseen un intenso sentido de la justicia y el mérito. Tendemos a creer firmemente que los perjuicios a otras personas merecen castigo, y que fuerzas sobrehumanas proporcionarán ese castigo cuando las fuerzas humanas no lo hagan. Suponemos que, gracias a esas poderosas fuerzas, el que la hace, la paga.

La mayoría de las religiones del mundo explicitan que las fechorías serán siempre castigadas, y que la paciente resignación y el sufrimiento se verán recompensados. Aseguran a sus creyentes que toda la tristeza inmerecida será recompensada con felicidad e incluso con bienaventuranza, y que todo beneficio y placer disfrutados por los malvados en vida será pagado mil veces en tormentos. Si esto no ocurre en vida del individuo, ha de suceder en la vida o vidas a las que despertaremos tras la muerte, reencarnados en animales, bebés, ángeles o habitantes del cielo o del infierno. De este modo, la injusticia se percibe como una circunstancia temporal con la que hay que lidiar por el momento. De igual modo, parecería que si los seres humanos son realmente mortales, no hay certidumbre de que se vaya a hacer realmente justicia. A menos que la gente crea de verdad que no puede irse de rositas indefinidamente, dará rienda suelta a sus peores apetitos.

La ética epicúrea, como hemos visto en el capítulo 6, considera que la sociedad es relativamente eficaz a la hora de observar una conducta buena y virtuosa, gracias a que poseemos una conciencia que nos induce sentimiento de culpa y mediante el castigo de los seres humanos por otros seres humanos. Al mismo tiempo, los epicúreos reconocen que es posible irse de rositas tras perjudicar a los demás y que alguna gente no sufre remordimientos de conciencia porque carece de ella. Hay ataques, asesinatos y violaciones que nunca son castigados porque nunca se identifica al culpable. Hay secuestros, atracos a bancos y robos de arte que constituyen auténticos éxitos desde el punto de vista de los criminales. Otras personas pueden herir nuestros sentimientos, arruinar nuestras perspectivas de trabajo y robarnos a nuestras parejas y no sufrir nunca sentimientos de culpa ni ostracismo social. Los belicistas han causado muerte, mutilaciones y desplazamientos a millones de

personas y han vivido vidas largas y felices. Y los ricos explotan económicamente a los pobres y los mantienen en estado de postración controlando la política y las leyes, y tampoco experimentan el más mínimo remordimiento.

Las personas que se saben o se creen especialmente listas y poderosas no temen la denuncia pública y el castigo. Los psicópatas, que sienten placer manipulando y atormentando a sus víctimas, no sufren remordimientos ni culpa. Su creencia en que es improbable que los atrapen y castiguen puede ser errónea, pero las ideas epicúreas no los van a disuadir, e incluso puede que los animen si saben que no tienen nada que temer de la mirada de Dios o de los dioses.

El epicúreo ha de aceptar las implicaciones de que no hay garantía de justicia a largo plazo. Ningún proceso cósmico lo asegura, y la esperanza en una vida después de la muerte (o el miedo a ella) no proporciona razones sólidas para vivir una vida buena y justa y apartarse del delito. Nuestro compromiso con la moral ha de basarse en una preferencia por la compasión, el respeto y la equidad, y apoyarse en un deseo de aprobación, interiorizado como autoaprobación, y el miedo a los demás y al dolor de una mala conciencia.

Si hay que asegurar que se haga justicia para el individuo, ha de ser en vida, preferiblemente cuando aún importa, y la justicia para grupos de personas ha de hacerse en vida del grupo. Los grandes movimientos sociales de los siglos XIX y XX, incluidas las reformas en prisiones y centros de acogida, la abolición de la esclavitud en Estados Unidos y la aprobación de legislación laboral, fueron impulsados por el estímulo del reconocimiento de que la vida importa, porque es la única vida que tendremos. La esperanza de que los sufrimientos de los mansos y pobres serían ampliamente recompensados en el cielo siempre que obedecieran a los sacerdotes y gobernantes, y de que los depredadores y malvados tendrían su justo castigo en el infierno ya no era suficientemente poderosa para justificar la complacencia. La justicia social, se dieron cuenta los reformadores, competía a los propios seres humanos, y especialmente a los más comprometidos con la compasión, el respeto y la equidad.

# PARTE III BUSCAR CONOCIMIENTO Y EVITAR EL ERROR

# 9 ¿Qué es real?

Las propiedades son inseparables del sujeto; tan solamente cesan cuando este es destruido; así en la piedra tal es la pesadez, tal en el fuego es el calor, fluidez tal en el agua, la tangibilidad tal en los cuerpos y tal su privación en el vacío.

Los que llamar solemos accidentes, como la libertad y servidumbre, la pobreza y caudales desmedidos, la paz y guerra, solo son maneras de ser, que con su ausencia o su presencia lo esencial no trastornan del sujeto.

LUCRECIO<sup>[1]</sup>

Ya puedes ver que todos los sucesos que agitan y revuelven nuestro globo no existen en verdad como los cuerpos [...]

LUCRECIO<sup>[2]</sup>

## Naturaleza y convención

En la cita previa, Lucrecio señala la distinción entre, por una parte, el peso de las rocas o el calor del fuego y, por la otra, la pobreza de una persona o el acuerdo entre dos naciones. Lo que sugiere es que el peso y el calor pertenecen de un modo más intrínseco y duradero a algunas cosas que la pobreza o la concordia a otras.

El tema de las naturalezas esenciales es importante porque muchos errores de juicio surgen de confundir «propiedades accidentales» con «propiedades esenciales», y por confundir lo convencional con lo natural. La pobreza, por ejemplo, no es una propiedad irremediable de muchos de los residentes de nuestras ciudades, aunque pueda parecerlo. De igual modo tendemos a caracterizar las naciones extranjeras como beligerantes tan solo en tanto se sientan amenazadas o alberguen fantasías de dominación. La masculinidad y la femineidad, pese a poseer una base biológica, se asocian, por pura

convención cultural, con modos distintos y exagerados de vestir, hablar, de conducta y empleo. La manera en que reaccionamos a la pobreza, la beligerancia y a la masculinidad está en su mayor parte condicionada por nuestras distintas educaciones, nuestra exposición a diferentes medios de comunicación, nuestra propia y limitada experiencia y el trabajo de nuestras siempre activas imaginaciones.

Demos un paso atrás antes de internarnos en esta línea de pensamiento: si todo lo que existe es, en realidad, átomos y vacío, ¿qué deberíamos pensar de los objetos de tamaño medio que nos rodean, y de nuestros propios cuerpos? ¿No son acaso, como la gente y las naciones, cosas que vienen y van, accidentes, un tipo de ilusiones?

Algunas tradiciones filosóficas, especialmente algunas originarias de la India (donde se cree que nació el atomismo antes de extenderse a Grecia), sostienen que la experiencia del mundo es una ilusión. Pero ¿cómo podrían el sol o el fuego calentarnos si son meras ilusiones? ¿Por qué tomar una aspirina para curar un dolor de cabeza si el dolor de cabeza es ilusorio y también las aspirinas son ilusiones visuales? Si los objetos, los paisajes y las personas son ilusiones creadas por nuestros engañosos cerebros, sería poco prudente considerar los sentidos como base de nuestro conocimiento.

De un modo implícito, el epicúreo distingue entre tres niveles de realidad: las cosas eternas e indestructibles (los átomos); compuestos naturales de átomos como animales, plantas o formaciones geológicas, y cosas convencionales, como los permisos de conducción, la realeza, los relojes y los juegos de ajedrez.

Las cosas naturales son activas. Poseen poderes causales que surgen de sus constituciones invisibles. Los humanos y otros animales actúan sobre sus entornos al comer, construir refugios y mover cosas de un lugar a otro. Las plantas poseen propiedades nutritivas y venenosas. Otras cosas no vivas también poseen poderes causales. Las grandes rocas presentan obstáculos a algunos animales que se arrastran o trepan, pero constituyen buenos hábitats para otros. Las estrellas iluminan el cielo nocturno. Incluso si todos los humanos perecieran por culpa de un virus que solo afectase a nuestra especie, pero lo hiciera rápidamente y de modo fulminante, las cosas naturales seguirían existiendo y ejerciendo sus poderes causales sobre otras cosas.

Las cosas convencionales, pese a que nos las encontramos a diario en nuestra experiencia cotidiana, parecen pertenecer a una categoría totalmente diferente de la de las cosas naturales. Carecen de poderes causales propios. Dependen, para su existencia, del acuerdo y del esfuerzo colaborativo humanos. Nosotros las creamos y las usamos. Sirven de un modo específico a necesidades e intereses humanos, y estos intereses cambian frecuentemente. Cuando así sucede podemos perder el interés en crearlas, emplearlas o cuidar de ellas. Entre otros ejemplos de cosas convencionales podemos hallar los relojes, el dinero, los permisos de conducción, la aristocracia y los tableros de ajedrez.

Si un virus aniquilase nuestra especie, supongo que seguiría habiendo permisos de conducir y billetes en nuestras carteras, aristócratas muertos, relojes que finalmente dejarían de funcionar y tableros y piezas de ajedrez en sus estanterías. Pero si nuestra especie jamás hubiera existido, ninguna de estas cosas habría existido tampoco. Puedo imaginar objetos físicos exactamente iguales a las monedas de una libra, o a los relojes de cuco, formándose al azar en un mundo sin seres humanos. Puedo incluso formar la imagen mental de un grupo de dinosaurios contemplando con curiosidad un reloj, pero también puedo imaginar un grupo de dinosaurios contemplando con curiosidad a la reina Victoria. Eso no implica que la reina Victoria pudiera haber existido en la época de los dinosaurios. Si, por azar, en la antigua Siria se hubiera formado un objeto idéntico a una moneda de una libra, no sería una moneda de una libra.

Para que el dinero funcione como dinero, la gente tiene que creer que no es solo un papel con un dibujo y números. Tienen que creer que vale la pena conseguirlo, y que es fácil intercambiarlo por otras cosas. La realeza, la aristocracia y los comunes solo existen porque, como sociedad, creemos que existen. Establecimos ciertas normas que especifican quién es un aristócrata y de qué tipo, del mismo modo que creamos reglas para el ajedrez. Los aristócratas y la realeza juegan a ser gente especial con títulos como vizcondes, princesas y marqueses, y muchos de nosotros les seguimos el juego.

Puedes objetar que el dinero, los permisos de conducir y el ajedrez poseen poderes causales sobre el mundo y que, por lo tanto, no son en realidad diferentes de las cosas naturales. Se suele decir que el dinero es lo que mueve el mundo. Los permisos de conducción hacen que adolescentes se inscriban en las autoescuelas. El ajedrez llega a ser una obsesión para muchas personas y da lugar a lucrativas competiciones. Pero por sí solo, el dinero no hace que las cajas registradoras muestren números, ni que los alimentos aparezcan en mi despensa, ni que los magnates de los almacenes estén alegres o desesperados. Las causas de estos fenómenos relacionados entre sí son las creencias de las personas que persiguen y emplean el dinero; creencias que

dependen de que otros a su alrededor las compartan: la creencia de que el dinero es deseable, de que se puede intercambiar por bienes y servicios y de que uno no lo puede fabricar por sí mismo y ha de obtenerlo de alguien que lo tiene y que quiere algo de ti. Que la princesa Margarita fuese una aristócrata no era lo que la hacía comportarse de un modo tan arrogante, ni lo que impidió su matrimonio con el plebeyo Peter Townsend. La causa de su comportamiento arrogante era algún tipo de configuración neurológica unida a sus experiencias vitales, y fueron las acciones de personas poderosas de su entorno las que impidieron su matrimonio.

# Lo que hay en medio

Se puede objetar que la distinción entre natural y convencional no es precisa, y sería cierto. Aunque los humanos nunca hemos creado una nueva especie, hemos creado animales híbridos y razas de perros, ovejas y vacas, así como muchos frutos que de otro modo no existirían en la naturaleza. Estas solo existen gracias al esfuerzo humano. Pero poseen los mismos poderes causales que los animales salvajes y las frutas silvestres, y resulta extraño decir que los perros salchicha y las ciruelas existen solo por convención, basándonos en que si no existieran los humanos no habría ni los unos ni las otras. La guerra, por emplear el ejemplo de Lucrecio de algo que no es tan real como el calor, está definida por los juristas. La pobreza, por los burócratas. Ninguno de los dos casos es una categoría que un biólogo reconocería. En este sentido, la guerra y la pobreza existen por convención. Pero intenta explicar este descubrimiento filosófico a una persona que pide monedas para poder comer, o a alguien atrapado en una batalla. La pobreza y la guerra tienen efectos reales.

Muchas otras cosas son difíciles de encajar en categorías. Tomemos la idea de un insecticida. Desde cierta perspectiva, los insecticidas son totalmente naturales. Se trata de sustancias tóxicas que se hallan en raíces, hojas y semillas pertenecientes a los sistemas defensivos de plantas silvestres. Su función es evitar que insectos, aves y mamíferos acorten o acaben con la vida de la planta. Los humanos empleamos algunas de estas sustancias naturales, como las presentes en los crisantemos y la citronela.

Desde otra perspectiva, la idea misma del insecticida depende de las concepciones humanas de lo que es dañino y lo que es beneficioso, y la mayoría de los insecticidas son compuestos sintéticos artificiales que no existen en la naturaleza. Los humanos agricultores, que aparecieron alrededor

del siglo x a. C., desarrollaron el concepto de un insecto molesto y experimentaron con humos y venenos que aplicar a sus cosechas para eliminarlo. La palabra insecticida, sin embargo, no llega al idioma inglés hasta 1939. Es más: nuestra comprensión del término ha cambiado de un modo drástico desde la década de 1990 debido a que nos preocupan cosas diferentes que anteriormente, y a que vemos el mundo de modos distintos. Con anterioridad, nuestra cultura percibía los insecticidas como productos químicos sintéticos beneficiosos que mejoraban nuestra vida, y que proporcionaban alimento y beneficios a cientos de millones de personas. Hoy en día se los percibe mayoritariamente como venenos creados por cínicas corporaciones, que matan de modo indiscriminado, destruyen equilibrios medioambientales establecidos desde hace milenios y tienen efectos nocivos sobre la salud humana.

¿Podría haber insecticidas en un mundo sin seres humanos? En un planeta en el que los humanos hubieran sido erradicados podrían persistir algunas latas de Raid, y en un mundo sin seres humanos podrían formarse por azar objetos idénticos a latas de Raid, pero serían tan inútiles como las monedas de una libra tras la plaga universal.

Si no hubiera seres humanos para tomar decisiones, para crear nuevas sustancias y animales y para inventar terminología, no habría guerras, no habría pobreza, ni perros salchicha, aristócratas o insecticidas en el sentido que la mayoría de nosotros damos a estos términos. Pero también es cierto que no se identificaría nada como «un átomo» o «una partícula elemental» porque no habría nadie para hacer ciencia. No habría reglas explicadas en forma de definiciones de lo que constituye «una partícula elemental». Aun así, seguirían existiendo y actuando los átomos, *quarks*, gluones, bosones, etcétera.

Es, por lo tanto, imposible trazar una línea definitiva entre «cosas cuya existencia depende de nuestras necesidades, intereses, decisiones e invenciones» y «cosas con existencia independiente». Sin embargo, pensar como un epicúreo implica ser consciente de cuán diferentes son la realidad social y la realidad natural. La realidad social comprende leyes ideadas por los humanos, y con ellas, juicios, prisiones y condenas de cárcel, prácticas como la ganadería o el trabajo fabril e instituciones como universidades, senados y estudios cinematográficos. Estos elementos de la vida social solo existen en virtud de nuestras creencias en cuanto a su importancia y utilidad, y de nuestra cooperación para que sigan existiendo. Cualquiera de ellas podría desaparecer de aquí a un siglo. Sin embargo, la realidad social ejerce un

profundo efecto sobre la naturaleza a través de nuestras leyes, prácticas e instituciones. Cambiamos la naturaleza a un ritmo más rápido que el que tardaría la propia naturaleza en cambiar por sí sola. Y esto suscita problemas éticos de los que los propios epicúreos nada sabían, pero que deben preocupar al epicúreo de hoy en día.

# DERECHOS HUMANOS: ¿NATURALES O CONVENCIONALES?

En 1948, la ONU aprobó una innovadora resolución en la que reconocía treinta derechos humanos, entre ellos el derecho a la igualdad, a la seguridad social, al descanso y al ocio, a la libertad con respecto a la esclavitud y la tortura, y a salir libremente del propio país.

A menudo se dice que los derechos son «naturales». La idea sugiere que, como el calor del fuego y el peso de las rocas, pertenecen intrínsecamente a los seres humanos en lugar de ser accidentes que aparecen y desaparecen, como la pobreza o la concordia. Suponemos que aunque, como sucede en realidad, algunas personas carecen de lo necesario para tener seguridad social, o no pueden abandonar sus países, sin embargo sí que tienen el derecho a ello, un derecho que no están reconociendo quienes ostentan el poder. Pero ¿descubrieron los políticos, mirando en el interior del ser humano, que estos derechos le pertenecían de forma natural, pese a no haber sido reconocidos con anterioridad? ¿O fue acaso que la ONU enunció una lista de nuevas convenciones que, estimaba, debían ser respetadas (otra cosa es que no lo fueran) por sus Estados miembros?

Los antiguos estoicos, que fueron los primeros en enunciar el concepto de derecho natural, extendieron la idea a partir de una noción de derecho a la autodefensa, a partir de la observación de que todos los animales intentan seguir con vida y defenderse. Partiendo de esta observación de la naturaleza, negaron que el derecho a la autoconservación fuera meramente convencional. La ley humana debía apoyarlo y obligar a su cumplimiento, pero el derecho, creían, existía desde antes que las leyes diseñadas para protegerlo. Hoy en día la noción de un derecho a la vida arraigado en la naturaleza se aplica a temas tan variados como el aborto, la pena capital, la guerra, la eutanasia y la sanidad. La creencia en el derecho natural a la vida puede justificar bombas en clínicas abortistas, así como el rechazo de los pacifistas a tomar parte en cualquier forma de violencia entre humanos. Puede motivar protestas y esfuerzos por legislar contra la pena de muerte o el suicidio médicamente asistido, y a favor de la sanidad gratuita.

Jeremy Bentham, un filósofo epicúreo del siglo XIX, se hizo famoso por describir los derechos como «disparates sobre zancos». Desde el punto de vista epicúreo, los derechos solo existen por convención y no se encuentran en la naturaleza. Derechos legalmente reconocidos que a nuestros ojos parecen obvios por convencionales, como el que asistía a los nobles, en el siglo XVIII, para pegar a sus sirvientes, les parecían mucho más naturales a nuestros antepasados, y Bentham era sensible a este tipo de abusos.

Para el epicúreo, por cuanto respecta a la autoconservación, hay un amplio acuerdo entre los humanos en que podemos tomar medidas con impunidad a fin de salvar nuestras vidas, incluso si esas medidas dañan o incomodan a otros. Podemos considerar que la ONU estableció una agenda razonada de cuáles son los estándares mínimos para una vida humana decente, que las instituciones humanas tienen la responsabilidad de asegurar. Pero los derechos carecen de poder causal: no pueden hacer que las cosas pasen. Tan solo la decisión humana de defender los derechos, es decir, la insistencia en que se apliquen legalmente derechos, pueden hacer que las cosas sucedan. Es por eso por lo que muchos de los derechos enumerados por la ONU, como la prohibición de la tortura y la esclavitud, se violan una y otra vez.

Dado que los derechos se crean mediante acuerdos, en lugar de aparecer en la naturaleza, suelen ser objeto de desacuerdos. No es sorprendente que la gente discuta en cuanto a los derechos de los no nacidos, los derechos de los animales o el derecho a portar armas. Si esas cosas existiesen en la naturaleza, las habríamos descubierto por observación. Pero no es así como llegaron a debatirse. Podemos consagrar como convención, por ley o mediante la costumbre en nuestras prácticas, el derecho a la vida, pero es cosa nuestra decidir en qué casos debemos invocar ese derecho y obligar a su cumplimiento y en qué casos negar su aplicación. Antimilitaristas y antiabortistas pueden hallarse en bandos diferentes, aunque ambos citen el derecho a la vida como base de sus posiciones. Pretendidos derechos como el de libre expresión o el derecho a portar armas son también convencionales, y no naturales, y, por tanto, están escasamente definidos. Una vez más nos compete a nosotros decidir cómo interpretamos el derecho a cada uno, así como qué permitir, y qué prohibir, específicamente, en su nombre.

Lo imaginario: las no-cosas

Una cuarta categoría implícita en la teoría epicúrea, además de los átomos, las cosas naturales y las cosas convencionales, es la que comprende lo imaginario. Se cree que cosas imaginarias existen en la naturaleza y se les adjudican explícitamente enormes poderes causales. Sin embargo, según nuestras mejores teorías, no existen.

He aquí algunos ejemplos de no-cosas: fantasmas, ángeles, unicornios, la hechicería, el flogisto y los números de la suerte.

La creencia en los fantasmas está notablemente extendida, y existe en todas las culturas. Por todo el planeta hay gente que cree que los espíritus de los muertos vagan por el mundo y visitan a los vivos para aterrorizarlos, advertirles o aconsejarles. Pagan a médiums para que contacten con los fallecidos. Abundan narraciones de personas que han visto un fantasma, y recientemente, en internet, también fotos de fantasmas, tomadas con teléfonos móviles. Aunque se los considera muy activos, e incluso se les atribuyen poderes sobrenaturales como atravesar paredes, los fantasmas no se comportan como las demás personas: no tienen dirección, no necesitan comer, no pueden dar a luz, etcétera.

¿Existen los fantasmas? La respuesta es ¡sí, por supuesto! Bueno, si por existir entendemos que todos sabemos qué es un fantasma, que la mayoría de las culturas tienen una palabra en sus idiomas que significa «fantasma» y que la mayoría de las personas pueden enumerar las cualidades de los fantasmas en sus respectivas tradiciones culturales. En la nuestra, los fantasmas son traslúcidos, blanquecinos y aparecen y desaparecen de repente. En otras tradiciones son idénticos a las personas vivas o asumen la apariencia de zorros. Los unicornios, la hechicería y los números de la suerte existen en este mismo sentido que los fantasmas, como el flogisto, una sustancia incandescente que los químicos del siglo xviii creían que se desprendía de los materiales inflamables cuando ardían. En el mismo sentido que antes, también existen todos los dioses griegos y romanos. La gente puede estar convencida de estar embrujada o protegida por ángeles, de modo que, en cierto sentido, la brujería y los ángeles existen.

Sin embargo, cuando hacemos ciertos descubrimientos acerca del mundo y de las causas de nuestras experiencias, sacamos cosas de la categoría de lo real. Vemos que fenómenos que creíamos que se daban debido a ciertas causas se pueden explicar de otra manera. Aquellos solitarios marineros que parecían divisar sirenas encaramadas a distantes rocas veían mamíferos marinos sin relación alguna con las mujeres. Las sirenas son no-cosas.

Lucrecio, servicial, promete explicar por qué «parece contemplamos y hablamos cara a cara con los muertos, abrazando la tierra ya sus huesos». [3] El aire, dice, está lleno de imágenes, algunas de las cuales se forman espontáneamente a partir de átomos errantes desprendidos de cuerpos reales. Algunos de ellos entran en nuestra cabeza mientras dormimos, causando sueños; otras, mientras estamos despiertos, causando alucinaciones. Las imágenes son «especies de membranas, que, de las superficies de los cuerpos desprendidos, voltean por el aire al azar, de continuo, noche y día, y al espíritu agitan con terrores, nos hacen ver figuras monstruosas y espectros y fantasmas horrorosos que el sueño nos arrancan muchas veces». Esta no es exactamente la explicación que damos hoy en día a la ubicuidad de la creencia en fantasmas, y puede que pienses que hace demasiado materiales a los espectros, pero la argumentación es clara. Los muertos no tienen existencia alguna en el mundo de los vivos, excepto como ideas e imágenes. Los fantasmas son imágenes que no poseen poderes causales sobre nada excepto la mente humana.

La categoría «cosas que hemos aprendido que no son reales» es importante por varias razones. En primer lugar, la creencia en no-cosas lleva a acciones inútiles y dañinas, y bloquea descubrimientos relevantes. La química no pudo progresar hasta que descartó el flogisto a favor de una mejor teoría de la combustión. Basarse en números de la buena y de la mala suerte puede llevar a malas decisiones en la mesa de juego o en compras inmobiliarias. Puede que resulte difícil imaginar las desventajas de creer en los ángeles, pero si no das por sentado que tu ángel de la guarda te va a salvar, puede que evites exponerte a ciertos desastres.

Aún más importante: el miedo y el desdén son emociones que van unidas a las no-cosas. Se puede aliviar el miedo y la ansiedad al descubrir que los fantasmas y la hechicería no existen. Ha muerto gente de miedo al creerse poseída. Darse cuenta de que la hechicería no existe puede salvarte de la angustiosa creencia de que eres la infeliz víctima de un brujo que te ha maldecido.

Muchas otras no-cosas dan lugar al miedo o al desdén, como la «conspiración judía para dominar el mundo» o la «inferioridad racial». Quienes creen en ellas dan por sentado que son poderosas causas de lo que vemos en el mundo.

Algunas personas creen que la inferioridad racial y étnica es la causa de la pobreza y degradación de los pueblos que, según ellos, pertenecen a razas y etnias inferiores. Suponen que es una condición natural, y muchos científicos,

que en su día gozaban de gran reputación, proporcionaron pruebas (pruebas cuestionables) de la superioridad e inferioridad de las razas.

Se supone que uno puede comprobar a simple vista cómo la inferioridad racial ejerce sus poderosos efectos. Los escritores de la época victoriana comparaban la vida rural en África o la de los salvajes desnudos de Sudamérica con la vida en los salones bien tapizados, con diarios y lámparas de gas. Los nativos parecían no haber conseguido fabricar armas de fuego o motores de vapor, ni haber comprendido el arte de usar vestimenta que tapase de la cabeza a los pies. El estado de cosas parecía indicar claramente a los victorianos que los ingleses poseían una inteligencia, un impulso y una ética superiores, y que a los otros les correspondía exclusivamente la estupidez, la holgazanería y la excesiva sensualidad. Hasta que la antropología y la historia comenzaron a escribirse de otro modo fue difícil comprender que los caminos emprendidos por las distintas poblaciones, entre el primer milenio a. C. hasta aproximadamente el siglo II d. C., fueron diferentes, y que implicaron tanto el azar (el viraje) como la elección, y que las superioridades o inferioridades intrínsecas no tenían nada que ver con ello.

Hoy en día una inferencia similar a la victoriana tienta a muchas personas. Ven vecindarios urbanos habitados mayoritariamente por gente de piel oscura que parece pobre y desempleada, y, en contraste, vecindarios habitados predominantemente por gente de piel blanca que parece ocupada y próspera. Sus ojos no los engañan. Muchos estudios sociológicos precisos les confirmarán que sus percepciones son correctas.<sup>[4]</sup> La proporción de pobres entre estadounidenses negros es más del doble de la proporción de pobres entre los estadounidenses blancos, y la proporción de desempleados también es de más del doble. Es fácil darse cuenta de por qué se hace la inferencia de la superioridad e inferioridad racial intrínseca, en la medida en que las auténticas causas del fenómeno son invisibles a la percepción directa. Pero la inferioridad racial, considerada como factor causal cuyos efectos son la pobreza y la criminalidad, es una no-cosa, tanto como la superioridad racial, considerada como factor causal cuyos efectos son el cumplimiento de la ley y la riqueza. Esto se puede comprobar a través de los terribles efectos de los cambios de política de los últimos veinte años. La extendida noción de que, dado que los pobres son intrínsecamente vagos, motivar a hombres y mujeres a buscar trabajo en el sector privado mediante recortes del Estado del bienestar acabaría con la pobreza resultó ser un engaño. Puedes comprobar con tus propios ojos que no funcionó si paseas por ciertas partes del este de Londres o por el sur del Bronx en Nueva York. Los seres humanos no han cambiado en sus motivaciones y talentos intrínsecos en los últimos veinte años; lo que ha fracasado, o no ha conseguido mejorar, son las políticas de alojamiento, zonificación, construcción en ciudades y suburbios y subsidios. [5]

Del mismo modo que la creencia en fantasmas puede tener un efecto poderoso sobre la mente humana, la creencia en razas inferiores y superiores, y la creencia de la gente en cuanto a su pertenencia a una u otra, puede tener poderosos mecanismos causales. Estas creencias se forman gracias a leyes y costumbres (y luego se juntan con ellas) que causan y mantienen la pobreza, incluidas, en Estados Unidos, leyes de zonificación, la costumbre de financiar escuelas según los impuestos a la propiedad, la costumbre de cobrar por sanidad y guarderías y prácticas habituales de los agentes inmobiliarios. Nada de esto tiene que ver con naturalezas intrínsecas. Las falsas creencias y las malas prácticas son suficientes para explicar las diferencias entre la comunidad próspera y ocupada y la comunidad pobre y desocupada.

Tan perniciosa como la creencia en que palabras y frases en circulación siempre se refieren a algo que existe y posee poderes causales más allá de las creencias y preferencias humanas es la opinión de que solo lo que podemos ver con nuestros ojos es real y con poderes causales. La gente teme morir en un accidente aéreo o como consecuencia de un atentado terrorista porque ve esos acontecimientos en la televisión y confía, como debería, en informes de testigos fiables acerca de ellos. Estos acontecimientos se dan, y causan una impresión visual y auditiva vívida. Pero son muy raros. Las probabilidades de morir en un acontecimiento así son mucho más bajas que las de morir en un accidente de tránsito común. La gente no teme, al menos tanto como debería por prudencia, a formas invisibles de radiación en los rayos X dentales, o a la radiación electromagnética emitida por electrodomésticos y teléfonos móviles, o a los átomos de productos químicos tóxicos presentes en plásticos, insecticidas y cigarrillos. No supongas que lo que no puedes ver o sentir de cualquier otra manera es una no-cosa sin poderes causales.

Pero, puede que te preguntes, ¿no sería bueno, al menos a veces, olvidar los poderes causales de potentes cosas invisibles y, en consecuencia, creer en no-cosas con potentes poderes causales? Puede causar mucho estrés intentar defenderse contra rayos X, microondas, moléculas de benceno en el agua potable, parásitos y bacterias en nuestros alimentos y partículas dañinas en los tubos de escape de coches y camiones. De igual modo, confiar en no-cosas como el poder curativo de los cristales o los calcetines de la buena suerte puede resultar tranquilizador y reafirmarte. Puede que sí, pero el epicúreo tendrá clara la diferencia entre los auténticos poderes causales de cosas

invisibles y la genuina impotencia de cosas cuyos efectos, si los hay, son solo los efectos de su propia mente.

### La realidad del pasado

¿Cómo interpretar las palabras de Lucrecio de que los acontecimientos no tienen existencia independiente? «Cuando nos dicen haber sido robada Helena y las troyanas gentes haber sido con guerra sujetadas —nos pide—, nadie nos fuerce a confesar que pueden existir por sí mismos estos hechos, después que el tiempo irrevocable hubo los siglos y sucesos engullido». Si no hubiera habido sustancia material, átomos, Lucrecio asegura que «la hermosura de Helena nunca hubiera los célebres combates encendido de una guerra cruel que fomentaba el pecho ardiente de Alejandro frigio [Paris]». [6]

A primera vista, este parece un argumento extraño. El que, si nunca hubiera habido materia ni personas, no hubiera existido la guerra de Troya no implica que no se diera. Al fin y al cabo hay materia, y ¿no es el mundo del modo determinado en que es debido a las disposiciones y actividades de sus elementos subyacentes? ¿No hay acaso un modo determinado en el que fueron las cosas en el pasado debido a cómo fueron las disposiciones y actividades de los elementos subyacentes? ¿Puede alguien negar que ocurrieran realmente el Holocausto, los genocidios camboyano y armenio y alguna versión de la guerra de Troya?

Aunque no podemos señalar a Helena, Aquiles o los demás participantes de la guerra de Troya como partícipes de acciones y experiencias, con toda seguridad un testimonio que pasa de generación en generación ha de ser fiable, incluso si parte de él no lo es.

El término clave es «existencia independiente». Lucrecio (quien parece tomarse la historia de Helena más en serio que los actuales estudiosos) no niega que la guerra de Troya tuviera lugar del mismo modo en que un revisionista de hoy en día niega que sucediera el Holocausto, o en que algunos teóricos de la conspiración niegan que los humanos alunizaran. Su argumento puede expresarse de la siguiente manera. El que hubiera un Holocausto tiene una existencia dependiente. Desde la perspectiva del universo, los átomos se recombinaron en formas diferentes. Desde nuestra perspectiva humana, tuvo lugar un acontecimiento de enorme importancia, uno que nos importa por el sufrimiento que causó, y porque aún nos resulta difícil comprender cómo la tortura y persecución de humanos a manos de otros humanos a tal escala pudo suceder. Para que haya hechos se necesita la

evaluación humana, así como el lenguaje y la experiencia, y esto se aplica tanto al pasado como al presente.

Además, hay que reconstruir los acontecimientos históricos a partir de informes de testigos presenciales, de los registros y listas que deciden guardar y de sus memorias. A fin de tener una narrativa histórica hay que unirlos y encajar las piezas. Los historiadores se esfuerzan por ser objetivos. Trabajan a partir de datos escritos y orales, e intentan dejar fuera la propaganda política, los prejuicios y las puras invenciones. Leemos libros de historia con el objetivo de saber qué ocurrió realmente, y enseñamos a nuestros niños con libros de texto que insistimos en que sean precisos y separen mitos de realidades. Pero el análisis epicúreo del conocimiento se basa en la experiencia subjetiva y corregible, y, dependiente como es de categorías inventadas por los humanos y evaluaciones parcialmente compartidas, implica que no hay nada parecido a una sola narración comprehensiva de un acontecimiento histórico.

La noción de que hay múltiples perspectivas y puntos de vista disponibles ha de ir de la mano del respeto a las pruebas que superen el escrutinio. No solo la narración de la historia, sino también las noticias, que proporcionan material para la historia del futuro, reflejan lo que Epicuro denominaba necesidad de «elección y rechazo». Escribir sobre historia implica escribir una historia, una narración de acontecimientos conectados. Esto implica decidir cuál será el acontecimiento o período a describir, desde qué punto de vista se narrará la historia, qué se incluirá y qué resulta periférico, y cómo se juzgarán (moralmente y en la práctica) las decisiones y acciones de los protagonistas de la historia: sabias, temerarias, corruptas, valientes, brutales... En su mayor parte, los libros de historia todavía se centran en batallas, disputas territoriales, legislación y tratados. Estas elecciones implican que esos acontecimientos, y la gente que jugó un papel en ellos, son las cosas y las personas más importantes del pasado, y que es importante conocer las fechas exactas en que sucedieron los hechos.

Mientras tanto, en nuestro currículo académico se ignoran muchas cosas. Para aprender cómo vivió realmente la gente en los siglos precedentes, hay que pagar y visitar un museo, o algún tipo de complejo de entretenimiento de época, y rápidamente olvidarás la mayor parte de la información suministrada. Si quieres saber cómo era el matrimonio y la crianza de los hijos; qué enfermedades laborales y epidemias sufría la población y cómo se trataban; por qué los vecinos litigaban unos contra otros y qué castigos se aplicaba a los diferentes crímenes, o cómo era ser un soldado en primera línea

de combate, o un obrero textil, no te lo enseñarán en la escuela. Puede que tampoco tengas la oportunidad de aprenderlo en la universidad. Nuestras decisiones como votantes y legisladores serían muchísimo más lógicas y sensatas si supiéramos más acerca de la historia del matrimonio, de la crianza, de la experiencia de la guerra, de las enfermedades y prácticas laborales, y podríamos hacer comparaciones con más sentido. Para el epicúreo, tan solo la perspectiva compartida en primera persona y el reconocimiento de su multiplicidad pueden llevar a decisiones sensatas, tanto en el reino de lo público como en el de lo privado.

El epicúreo de hoy en día concuerda con los filósofos de la Antigüedad en que no se llega a una comprensión de la historia y de la sociedad solo a partir de la percepción inmediata. Pero busca en la investigación histórica un intento de evitar el sesgo y el error y de ampliar su foco, para construir una imagen compartida de la realidad que reduzca la tentación de introducir o mantener prácticas inútiles o dañinas. Deberíamos tratar la historia como una rica e importante fuente de información relevante para tomar decisiones políticas, y reconocer que se narra desde un determinado punto de vista en cuanto a qué es importante. Reducir la historia a las historias de reyes y príncipes (y unas cuantas reinas y princesas), primeros ministros, presidentes, cancilleres y embajadores, y a batallas, derrotas y victorias, es hacer una selección restrictiva. Evaluar luego acciones políticas solo en términos de los éxitos o fracasos de determinados individuos a la hora de lograr sus objetivos estratégicos, más que en términos de sus efectos en el bienestar humano, parece objetivo cuando es, en realidad, un modo de silenciar importantes verdades. Aunque no hay hechos alternativos, hay maneras alternativas de usar los hechos existentes para narrar historias alternativas.

# 10 ¿Qué podemos saber?

[...] Hay que prestar atención a todos los elementos de juicio, tanto a los que nos asisten permanentemente como a las sensaciones percibidas en un momento determinado, a las sensaciones comunes a todos en problemas comunes a todos, y a los particulares en problemas particulares, y hay que prestar atención también a todo tipo de evidencias presentes en cada uno de los elementos de juicio.

EPICURO<sup>[1]</sup>

Si el mundo visible y tangible es una apariencia basada en la imperceptible realidad de los átomos y el vacío (o sus equivalentes modernos), ¿qué es lo que entendemos por verdad? ¿Cómo puede haber verdades sobre las que ponernos de acuerdo para que nos guíen en nuestros asuntos cotidianos?

### La importancia de la experiencia personal

Una de las más antiguas e intrigantes áreas de la filosofía es la teoría del conocimiento o epistemología. Aunque contiene ciertos aspectos esotéricos, las cuestiones que trata y sus respuestas epicúreas se pueden explicar de un modo sencillo e intuitivo. Estas respuestas contienen implicaciones para la ciencia, la política y la religión, que se tratan en los capítulos 11 a 13. De momento quiero centrarme en nuestro conocimiento de los asuntos cotidianos.

Para el realista ingenuo, como se define a este tipo de gente en filosofía, el mundo está compuesto por mesas y sillas, personas y sus mascotas, edificios, árboles, ríos y montañas, automóviles y teléfonos, etcétera. Percibimos el mundo a través de los cinco sentidos (vista, tacto, olfato, gusto y oído) y así, sostiene el realista ingenuo, es como llegamos a conocer los objetos, acontecimientos, situaciones y otras personas en nuestra cercanía inmediata. En tanto no seas ciego, miope o padezcas de un astigmatismo importante, y en tanto no alucines ni sufras una ilusión óptica, ves estas cosas tal y como son.

Según Lucrecio, que no es un realista ingenuo, percibimos conjuntos de átomos cohesionados en forma de objetos cotidianos, de gente y de rasgos del paisaje, porque estas diminutas partículas se difuminan. Ofrece una imagen espléndidamente poética de un rebaño de ovejas en una ladera distante. «Frecuentemente las ovejas paciendo alegres pastos por los cerros, trepan por do las llaman y convidan las frescas hierbas, que el rocío esmalta, mientras que los corderos hartos juegan y topan blandamente; lo cual todo vemos confusamente desde lejos: parece la verdura del collado contrastar la blancura del ganado» [2]. Las cualidades (la transparencia del agua, el color amarillo de la caléndula) surgen de la disposición de los átomos que las componen, y cambian según nuestra perspectiva y la luz. Así el mar, cuya constitución subyacente no cambia, puede ofrecer muchos tonos diferentes de gris, azul, negro, verde o, si el viento lo azota, blanco. El olor del incienso y el sabor de la sal, aseguraban los atomistas, surgen de la acción de partículas inodoras e insípidas cuyas formas nos estimulan de modos especiales y particulares.

Lo que llamamos «ver» y «saborear» es en realidad, pues, «ver según» y «saborear según», y esto abre todo un perturbador conjunto de problemas. No puedo dar por sentado que los objetos parezcan tener el mismo color para mí que para ti, ni que las guindillas o el brócoli nos ofrezcan a ambos la misma experiencia gustativa. ¿Quién puede asegurar que ve el mundo «como es realmente»? Si toda percepción es «percepción según», ¿no percibimos cada uno un mundo diferente, y no hay tantas verdades como personas las perciben, muchas de ellas contradictorias? Si pudiéramos ver los propios átomos (las cosas que, supuestamente, existen más allá de nuestras percepciones), seguiríamos viéndolos de modos diferentes. Y verlos no nos ayudaría a diferenciar lo real de lo falso en el mundo cargado de cualidades en el que vivimos. El moderno especialista en física de partículas no tendrá ninguna aportación profesional con respecto a las cualidades de los distintos aceites de oliva o las calidades de la lana.

Si sumamos todos los demás factores relativos a las diferentes educaciones y experiencias a las diferencias en el equipamiento sensorial básico y los distintos niveles de motivación que tiene la gente a la hora de discriminar con precisión, parecería que nadie puede asegurar que percibe el mundo como realmente es mediante sus cinco sentidos. El problema de la objetividad se vuelve incluso más serio si tenemos en cuenta la influencia de nuestras constituciones, experiencias e intereses en nuestras percepciones. ¿Cómo solventar los desacuerdos entre individuos, partidos políticos o

naciones si las partes perciben mundos diferentes desde toda una gama de perspectivas?

Algunos filósofos han argumentado que la verdad solo se puede hallar en áreas del conocimiento humano que no dependan del uso de los sentidos, o de nuestros recuerdos personales y hábitos de lectura, y que no impliquen nuestras emociones. Esto deja tan solo, en el mejor de los casos, las matemáticas y la lógica. Lamentablemente, si estuviéramos totalmente privados de nuestros sentidos y solo pudiéramos hacer cálculos y demostrar teoremas en nuestra cabeza, las matemáticas y la lógica carecerían de utilidad para nosotros. Para aplicar matemáticas y lógica; para construir puentes; para deducir correctamente a partir de experimentos médicos; para seguir el rastro del dinero e incluso para aprender matemáticas y lógica, en primer lugar, necesitamos ver e interactuar físicamente con un mundo de objetos, personas, acontecimientos y situaciones, y estar razonablemente seguros de que percibimos las cosas tal y como son en realidad.

Y en cualquier caso, pese a carecer de la capacidad de percibir directamente la realidad fundamental de partículas y fuerzas, y pese a la individualidad de mi sistema sensorial, de mi educación y de mis experiencias pasadas, puedo afirmar razonablemente que sé mucho del mundo que hay más allá de mi imaginación. Si no supiera que hay un suelo sólido bajo mis pies, dudaría antes de dar un paso. No lo hago, de modo que debo saber eso. Si no supiera que hay leche en la nevera, estaría preguntándome adónde ir a comprar. Pero sé que la hay porque acabo de mirar, de modo que no considero la posibilidad de ir a comprar leche. Mi comprensión de lo que sucede en el mundo parece ser suficientemente buena como para permitirme alimentarme, viajar en trenes y autobuses, realizar reparaciones en la casa, etcétera. Tampoco estoy en constante desacuerdo (solo a veces) con las demás personas en cuanto a gustos y colores, o acerca de lo que acaba de pasar según el telediario y qué significa. Es obvio que sé muchas cosas, y que gran parte de lo que sé es conocimiento compartido con otros.

Epicuro aferró este problema por los cuernos. Aunque la percepción es relativa a los observadores y a sus posiciones, y aunque a menudo diferentes observadores ven las cosas de distinto modo, la experiencia personal del mundo según los sentidos es la piedra angular de la verdad. Se trata, en pocas palabras, de lo mejor que podemos hacer. Si has experimentado en persona y de cerca un acontecimiento, por ejemplo, un incendio en la casa de tu vecino, creerás, como es necesario, que ha ocurrido. Si otra persona te informa de que ha presenciado un acontecimiento, como un incendio en la casa de tu vecino,

podrás o no podrás creerlo. Dependerá de si consideras que ha estado en posición de saber, de si tiene motivos para engañarte y de si está bien informado con respecto a qué casa es la de tu vecino. Si tienes cualquier razón para dudar de sus cualificaciones como informador o de su sinceridad, no deberías creer en su testimonio hasta que hayas realizado más pesquisas por tu cuenta. Por norma general, no se deberían creer las afirmaciones que no dependan de experiencia de primera mano o de testimonios fiables.

Se conoce esta posición como empirismo, y con el tiempo la adoptaron muchos filósofos. El empirismo rechaza la afirmación de que la mente humana puede tener un acceso directo, un conocimiento intuitivo de la naturaleza, o, ya puestos, de lo sobrenatural.

Epicuro reconocía que no todas las experiencias de primera mano revelan la verdad. Torres de planta cuadrada parecen de planta redonda cuando se ven a gran distancia, y podría ser que lo que creí que era un caballo en un campo resultara ser una vaca. Pero, continuó, solo los sentidos pueden corregir a los sentidos. Puedo corregir mis errores acercándome al objeto y dándome cuenta de que, de cerca y desde un nuevo ángulo, la torre es definitivamente de planta cuadrada, y de que el animal es, finalmente, una vaca. También puedo confiar en tu testimonio fiable de que la torre es de planta cuadrada. En última instancia, sin embargo, para que mi juicio sea cierto la torre debe parecer de planta cuadrada a todo aquel con buena vista que la vea desde una posición mejor que la mía. La idea de «distancia visual óptima» es vaga y muy probablemente no se pueda definir con precisión, pero en contextos ordinarios tenemos una buena idea de cuánto es necesario acercarse a una flor o a un edificio para identificarlo como tal.

#### Resolver los desacuerdos

Si tú y yo tenemos un desacuerdo con respecto a qué es verdad, el modo habitual de determinar quién tiene la razón es diagnosticar y corregir todo efecto distorsionador de nuestras experiencias personales.

Supongamos que crees que hay un olor extraño en la habitación y yo lo niego. Parece que hay varias posibilidades, como por ejemplo:

- 1. Estás imaginando o alucinando. No hay olor extraño en la habitación.
- 2. Estoy resfriada y no consigo oler nada. Hay un olor extraño en la habitación.

A menudo podemos solventar desacuerdos al descubrir que uno u otro no se encuentra en condiciones ideales para efectuar juicios sensoriales. Pero ¿qué pasaría si...

- 3. ... yo supiese que tú tienes una nariz más sensible que el 99 por ciento de la población? ¿Hay un olor extraño en la habitación o no?
- 4. ... ni estás imaginando, ni estás alucinando, ni tienes un supersentido del olfato, ni yo estoy resfriada, ni poseo ninguna otra deficiencia? ¿Hay un olor extraño en la habitación o no?

El desacuerdo no es tan fácil de solventar. En el caso 3, tus facultades para detectar olores no son defectuosas. Son excelentes. Pero no son normales, así que ¿por qué deberían tus superpoderes olfativos determinar qué es realidad? En la opción 4, por mucho que queramos no conseguiremos ponernos de acuerdo. Puede que nuestra disputa sea insuperable, incluso tras haber investigado nuestros equipamientos sensoriales tanto como sea posible.

Podríamos acordar que estamos en desacuerdo sobre la base de que es irrelevante. Tú, con tu supersentido del olfato, puedes salir de la habitación para alejarte del olor que solo tú puedes percibir. O puedo complacerte y abrir la ventana para despejar ese olor que yo no huelo. Pero nuestro desacuerdo puede convertirse en conflicto. Insistes en que abra la ventana para despejar el ambiente, y yo me niego porque estoy resfriada. Nuestras distintas maneras de percibir la realidad amenazan con desencadenar una pelea. Ahora competimos por determinar quién sufre más y quién merece más poner remedio a su mal: tu sufrimiento por el olor que solo tú hueles o mi resfriado si abres la ventana para aliviarlo. Gran parte de las disputas domésticas implican juicios de percepción acerca de la vestimenta adecuada, de comida bien o mal preparada, un desorden inaceptable y sutilezas similares. Las cosas se pueden poner feas cuando la gente ve el mundo de manera diferente y cree que está siendo atacada debido a las percepciones erróneas de la realidad de otras personas.

En este caso, la moraleja es que aunque nadie puede asegurar que percibe directamente la realidad, el desacuerdo acerca de qué está pasando puede tener consecuencias desafortunadas. A veces se pueden solventar desacuerdos y evitar prácticas dañinas si se identifican y eliminan las influencias que distorsionan la percepción. Pero las dos partes en disputa pueden no ponerse de acuerdo. Por ejemplo, tu hijo adolescente puede pensar que hay factores que afectan de modo adverso a tu juicio acerca de cómo se debe vestir en la

escuela, es decir: que estás pasada de moda y no tienes una experiencia escolar reciente. Tú crees que apelas a estándares atemporales de buen gusto. Lo que para ti es descuidado o cutre, para él es ropa ideal para la escuela. Esto puede causar gritos, lágrimas y dolor de cabeza. El desacuerdo no solo es desagradable; en realidad importa quién tiene la razón. Tus estándares de buen gusto pueden exponer a tu hijo a innecesarias humillaciones; por el contrario, su obstinación en sus preferencias puede causar juicios erróneos acerca de sus capacidades.

En este punto de la situación resulta útil intentar comprender las causas y efectos, así como los miedos que distorsionan la percepción. ¿Se pondrá en peligro tu hijo o hija adolescente por salir de casa vestido de esa manera? ¿Está realmente internándose por un camino de malas elecciones de vestimenta que le impedirá conseguir un trabajo por el resto de su vida? De igual modo, ¿puedes aliviar la ansiedad de tu madre o calmar a tu padre vistiendo cualquier otra cosa que no afecte a tu estatus en la escuela?

Responder estas preguntas requerirá, una vez más, juicios de percepción acerca de situaciones peligrosas e inocuas, ansiedad razonable e irracional, ira justificable e injustificable, etcétera. Pero en tanto ambas partes valoren no solo el placer de la armonía por encima del conflicto, sino que acuerden que el objetivo de resolver el desacuerdo y adoptar el curso de acción es evitar molestias, incomodidades y daño a otros, hay esperanza.

Pensemos ahora en un serio desacuerdo político. Ahora hay mucho más en juego que la comodidad o incomodidad personal, la vergüenza o la ansiedad. Ahora el bienestar de otras personas entra en juego.

Los desacuerdos políticos se basan en juicios de percepción y suelen implicar miedo. ¿Ves el mundo plagado de gandules y parásitos, con gente inferior e infieles? O al contrario, ¿crees que la clase capitalista de banqueros, jefes y emprendedores son despiadados explotadores que mantienen a sus subordinados en la pobreza y la ignorancia? ¿Crees que las mujeres amenazan con tomar de algún modo el poder y subordinar a los hombres, oprimidos y desgraciados, en casa, en el trabajo y en todas las demás esferas? Si es así, tienes fuertes convicciones políticas que te unen a otros que ven el mundo como tú y que te ponen en conflicto con otros que no.

Supongamos que yo creo que el gobierno mima a los pobres y les quita incentivos para trabajar mediante limosnas como los vales de comida. Supongamos que tú crees que el gobierno actúa para salvar vidas allá donde el mercado ha sido incapaz de proporcionar trabajos aceptables. Si yo tengo razón, esta práctica de entregar vales de comida es socialmente dañina y hay

que detenerla. Si tú tienes razón, esta práctica de distribuir vales de comida es socialmente útil y hay que continuarla.

### He aquí algunas posibilidades:

Mi opinión no procede de pasar tiempo con gente que recibe vales de comida ni de ver en persona los efectos negativos que los vales de comida tienen en ellos. Mi opinión tampoco procede de hablar con testigos fiables que trabajan en barrios pobres, ni de leer los informes estadísticos de quienes han estudiado en persona la relación entre pobreza y programas de ayuda social. Más bien me parece tremendamente evidente que las ayudas generan dependencia, y la gente con la que hablo y los artículos que leo me reafirman en mi opinión.

Tu opinión acerca de los beneficios de los vales de comida no procede de tu experiencia personal ni de testigos fiables ni especialistas que hayan estudiado la relación entre pobreza y programas de ayuda social en persona. Tus opiniones solo se basan en tu buena disposición general y algunos programas de crímenes en la televisión, en los que gente hambrienta y desmoralizada era incapaz de encontrar trabajo y cuidar de sus hijos, y era víctima de caseros y pandilleros.

Aunque puede que tú y yo nunca nos encontremos y, por tanto, expresemos nuestro desacuerdo, dado que tan solo hablamos con personas que creemos que piensan como nosotros, importa quién tiene razón. Hay dos razones para intentar averiguar quién tiene razón, o quién tiene más razón. En primer lugar, porque el conflicto social basado en diferentes miedos y percepciones es, en sí mismo, profundamente desagradable; en segundo lugar, porque si tenemos el mismo poder para influir en política ocupando cargos, apoyando a candidatos o sencillamente votando, tenemos la posibilidad de cambiar el equilibrio entre placer y sufrimiento, para quienes reciben los vales de comida o para los contribuyentes, al desmantelar el programa de vales de comida o al apoyarlo y reforzarlo. Como en el caso anterior, debemos adoptar una actitud crítica hacia nuestros respectivos miedos y buscar pruebas sólidas de que están fundamentados o de que no lo están.

Cuando una disputa acerca de qué hacer en base a percepciones diferentes se hace irresoluble, es el momento de buscar pruebas sólidas en cuanto a causas y efectos. Puede que una u otra política ya se hayan ensayado. ¿Eran las circunstancias similares? Y si lo eran, ¿qué sucedió en realidad? O puede que se haya realizado por primera vez un experimento y se haya registrado el resultado. ¿Está la gente más motivada y es más capaz de encontrar un empleo remunerado cuando se dejan de repartir vales de comida? ¿Están sus hijos suficientemente alimentados como para aprender en la escuela y hacer sus propias contribuciones? ¿Perciben realmente los contribuyentes los beneficios y viven mejor gracias a que se reduce su carga impositiva, o apenas notan el ahorro y se ven incluso más agobiados por los costes legales y policiales?

Las respuestas a muchas de estas preguntas están disponibles para cualquiera que las busque. Sabemos, por ejemplo, que la pobreza ha disminuido en el Reino Unido en los últimos veinte años, gracias en gran medida a las disposiciones de beneficios a ancianos y desempleados y a los subsidios de vivienda. También sabemos que, tras decrecer en Estados Unidos en la década de 1990 gracias a políticas similares, la pobreza ha repuntado de un modo dramático desde que se suprimieron las políticas de bienestar social a principios de este siglo. En Estados Unidos, el número de personas que viven en guetos o barrios marginales se ha casi duplicado desde 2000<sup>[3]</sup>.

Por escoger otro ejemplo, tomemos el actual debate en Estados Unidos acerca del control de armas y los miedos y percepciones que están creando un serio conflicto social. Referirnos a abstractos conceptos de libertad, reverenciar decisiones que se tomaron hace siglos, en circunstancias totalmente diferentes, y sacar a colación coloridas especulaciones acerca de la necesidad de una resistencia armada contra el Gobierno o el IRS<sup>[\*]</sup> no vincula tus políticas a la realidad cotidiana. Para poder decidir qué legislación adoptar, necesitamos pruebas sólidas acerca de tasas de asesinatos y suicidios en países con controles estrictos de armas y en países sin ellos. También necesitamos, para comparar, pruebas sólidas de cuántas personas se han salvado de tentativas de asesinato o daños graves gracias a la posesión de un arma de fuego. Esta información ha de presentarse repetidamente y en un formato legible y fácil de recordar.

Pero se requerirá más para solventar este debate, de larguísima duración. El objetivo del epicúreo es mitigar el miedo, el dolor y la ansiedad. Para planificar la mejor dirección a seguir, necesita estadísticas y gráficos, pero no solo estadísticas y gráficos. Quiere oír hablar a gente, desde la que tiene miedo de irse a dormir sin un arma bajo la almohada o la que lamenta la pérdida de un niño en un accidente con armas de fuego, a adolescentes cuyas escuelas cuentan ahora con guardias armados.

Los debates más importantes de nuestro tiempo con respecto a la pobreza y la violencia comparten estructura con debates aparentemente triviales acerca de clases saturadas y ropas presuntamente inapropiadas para la escuela. En todos estos casos entran en juego juicios de percepción, y no es sorprendente que la gente experimente el mundo de formas tan dispares. Estas disputas son tan difíciles de resolver porque sentimos que nuestras percepciones individuales son auténticas y porque sentimos que nuestros miedos individuales están bien fundados, y porque, como decía Epicuro, la experiencia personal es la piedra angular de la verdad. Y aunque no puede

pasar gran cosa por confundir una vaca con un caballo o una torre de planta redonda con una de planta cuadrada, los errores de percepción, en la vida familiar y en la política, pueden conllevar las consecuencias más dolorosas y destructivas. Aunque hay percepciones alternativas, no hay hechos alternativos. Aunque puede que ninguna de las dos partes implicadas en una disputa factual tenga toda la razón en sus argumentos, a lo sumo una de las dos partes de una disputa factual puede tener la razón en su totalidad.

### ¿Tiene razón el empirismo?

El empirismo es una doctrina atractiva, pero si se la interpreta de un modo excesivamente simplista, se enfrenta a varias objeciones.

PRIMERA: La verdad del empirismo no se puede percibir mediante los sentidos. Epicuro dice que debemos aceptarlo, pero ¿por qué deberíamos fiarnos de su testimonio? ¿No está acaso el empirismo refutándose a sí mismo cuando asegura que los sentidos son la base de nuestro conocimiento, y que solo deberíamos aceptar testimonios que podamos rastrear hasta una experiencia personal?

SEGUNDA: Las teorías científicas hacen referencia a objetos como *quarks* y «ondas gravitatorias» que nadie ha visto ni sentido, ni experimentado de ninguna otra manera. En realidad, gran parte de la ciencia parece producto exclusivo de la razón pura. Esto incluye el propio atomismo. ¿No debería el empírico rechazar la ciencia?

Con respecto al primer argumento, debemos acordar que no hay modo alguno de demostrar la verdad del empirismo mediante el uso de los sentidos. Y sería absurdo intentar ofrecer un argumento racionalista acerca de por qué el empirismo es el modo correcto de poner a prueba nuestras creencias. ¿Significa esto que el empirismo es cuestión de fe, que hemos de aceptar la verdad revelada de Epicuro? También esto parece absurdo.

La mejor respuesta a este dilema es que el empirismo no es una afirmación que se pueda calificar de verdadera o falsa, sino más bien, como sostiene el filósofo Bas van Fraassen, una postura que puedo *escoger* adoptar. Una razón para hacerlo es pragmática. La política de fiarme de mi experiencia personal ha tenido bastante éxito a la hora de mantenerme con vida y razonablemente satisfecha. Confío en mis ojos y oídos cuando me encuentro en medio de tráfico peligroso, o cuando me veo amenazada por un animal, y confío en mis sensaciones corporales cuando necesito comida, agua y refugio. Mis sentidos me informan de qué alimentos es más probable que me gusten, qué perfumes debería escoger y rechazar y cómo decorar de un modo atractivo una habitación, y mis sentimientos subjetivos me informan de

si vale la pena ver una película hasta el final. Tomaré el testimonio de otras personas a estos respectos más o menos en serio en función de cuán fiables las crea como testigos.

Otra razón para adoptar el punto de vista empirista es que recibo de buen grado muchas innovaciones, como el desarrollo de fármacos y técnicas médicas, que dependen de una minuciosa observación personal, experimentos y testimonios fiables. El ritmo de surgimiento de innovaciones se aceleró cuando se redescubrió y volvió a aplicar el empirismo, con la llamada Revolución Industrial. Este período coincidió con un mayor aprecio por la filosofía epicúrea. De modo que no hay refutación en el hecho de adoptar el empirismo como punto de vista ventajoso para la vida.

Ciertamente, el empirismo no ha sido una bendición absoluta. El poder sobre la naturaleza que conllevó la adopción del punto de vista empírico nos ha causado muchos males que no habríamos sufrido si la química y la física hubieran permanecido en la condición previa al siglo XVII. Hay algunas cosas que hubiera sido mejor no conocer, como saber fabricar armas atómicas. La posición empírica sin duda nos llevará a saber cómo crear animales probeta, nuevos virus y nuevos métodos de vigilancia y de transferencia de pensamiento, y una vez que uno sabe hacer algo resulta muy difícil no hacerlo. Qué tipo de conocimiento deseamos buscar y qué hacer con el conocimiento que tenemos son importantes cuestiones éticas.

El segundo problema con el empirismo concierne a la naturaleza inobservable de muchas entidades científicas, incluido el propio átomo epicúreo. Como evidenció el capítulo anterior, la inferencia de la existencia de los átomos dependió de una analogía (las partículas de polvo en suspensión en un rayo de luz) y en observaciones como el desgaste y la abrasión. Aunque instrumentos científicos como el microscopio o el telescopio pueden compensar algunas limitaciones de nuestras capacidades sensoriales, a menudo el conocimiento científico se adquiere gracias a la imaginación y a largas cadenas de razonamiento. La teoría de la evolución por selección natural de Charles Darwin dependía de analogías y extrapolaciones, y hasta hace poco nadie afirmó haber presenciado el surgimiento de una nueva especie. Es evidente que no somos capaces de experimentar la atracción recíproca de todas las masas en el universo, pero Newton propuso su teoría de la gravitación universal como mejor explicación para el movimiento de los planetas en torno al sol, y con razón. Habitualmente necesitamos análisis matemáticos y estadísticos para revelar relaciones de causa y efecto no obvias, y que no podemos percibir ni siquiera con microscopios y telescopios.

El epicúreo considera que toda teoría acerca de entidades no observables es provisional. Al mismo tiempo, como explicaré en el siguiente capítulo, el consenso científico merece respeto. La ciencia surge de una tradición comprometida con la eliminación de las fuentes de error en nuestra subjetividad y de los errores que surgen de inadecuadas condiciones de percepción.

# PARTE IV EL SER PROPIO EN UN MUNDO COMPLEJO

## 11 Ciencia y escepticismo

No vale de nada procurarse seguridad frente a los hombres mientras continúen siendo motivo de desconfianza los cuerpos celestes, los situados bajo tierra y, en suma, los del universo.

EPICURO<sup>[1]</sup>

Pues se debe dar cuenta de la naturaleza no de acuerdo con axiomas y leyes vanas sino según demandan los hechos visibles, pues nuestra vida no tiene necesidad ya de irracionalidad y vana presunción, sino de que vivamos sin sobresaltos.

EPICURO<sup>[2]</sup>

La seguridad política (lo que Epicuro denominaba «seguridad frente a las personas») consiste en liberarse del miedo a ataques militares y a perder la propia vida, o a perder familiares y amigos en la batalla, así como en estar libre de violaciones, robo, intimidación policial y castigos abiertamente duros por parte del sistema judicial. Consiste en la carencia de ansiedad con respecto a la disponibilidad de comida, refugio y asistencia médica; la confianza en que otros más codiciosos no nos privarán de todo ello. En ausencia de estas formas de seguridad política, nadie puede llevar una buena vida: son la condición previa para toda forma de disfrute.

Pero la seguridad política no es la única forma de seguridad que necesitamos, señala Epicuro. Mucho de lo que pasa por encima de nuestra cabeza, incluyendo el tiempo, y mucho de lo que sucede bajo la tierra, como la extracción de petróleo, plutonio y diamantes, mengua nuestra seguridad. Otro tanto con lo que ocurre dentro de nuestros cuerpos.

Por cuanto respecta a los epicúreos de la Antigüedad, no podían estar totalmente seguros de por qué sucedían las cosas por encima de nuestra cabeza como eclipses, relámpagos y tornados, ni las cosas por debajo de la tierra, como los terremotos. Tampoco podían predecir su advenimiento ni controlarlas. Aun así, el creer que eran explicables en términos físicos, que no estaban causadas por poderes sobrenaturales, dominó el miedo. Los movimientos del Sol, de la Luna y de las estrellas, aseguraron, no demostraban la existencia de poderosas divinidades a las que hubiera que

complacer y reverenciar para que todo siguiera su curso, ni tampoco los desastres naturales indicaban que esos dioses castigasen a los mortales por misteriosas razones y que hubiera que apaciguarlos mediante sacrificios. Excepto en cuanto a los movimientos del Sol, de la Luna y de las estrellas (un auténtico problema para la teoría de la naturaleza basada en el átomo), los antiguos epicúreos tenían una perspectiva que iba de abajo arriba (en lugar de arriba abajo) acerca de lo que sucede en el mundo.

La explicación científica de las cosas que hay encima, debajo y en la superficie de la tierra nos resulta importante hoy en día porque, a diferencia de los antiguos, podemos predecir y controlar gran parte de lo que ocurre en el mundo, y la predicción y el control se basan en nuestro conocimiento de la realidad atómica que yace bajo las apariencias. En consecuencia, disponemos de muchas más oportunidades de elección y rechazo, tanto a escala personal como política, que la que tuvieron ellos. Aun así, también nosotros nos enfrentamos al mismo problema conceptual con el que se dieron de bruces los antiguos epicúreos: que los sucesos naturales dependen de causas demasiado pequeñas y demasiado complejas como para que ojos humanos las puedan observar directamente.

Hoy en día, pese al ritmo sin precedentes del avance científico y tecnológico, muchas personas recelan de las afirmaciones científicas que se publican a diario en los medios. Hay varias razones para ello. En primer lugar, el periodismo científico es a menudo, en los diarios, sensacionalista e impreciso. Demasiados presuntos descubrimientos no han conducido a nada, y los consejos nutricionales parecen contradecirse de semana en semana. Fórmulas sagradas como la de beber ocho vasos de agua al día resultan ser invenciones sin base. [3] En segundo lugar, somos mucho más conscientes de cómo en el pasado las nociones de superioridad e inferioridad racial, y otros distorsionaron la ciencia, y continúan apareciendo contribuciones al viejo género literario de la inferioridad intrínseca. En tercer lugar, se ha monetizado cada vez más el conocimiento científico en cuanto a producción, divulgación y consumo. Los intereses financieros de las industrias farmacéuticas y de dispositivos médicos, de las grandes agrícolas, del tabaco y del sector energético se encuentran ahora enredados con la investigación científica como nunca lo estuvieron en Investigadores independientes han puesto en duda informes (pagados por las industrias) sobre eficacia y seguridad. [4] En consecuencia, tenemos buenas razones para mostrarnos escépticos acerca de los descubrimientos de hoy en día.

El epicúreo de la actualidad busca un equilibrio. Reconoce que es notablemente difícil saber qué ocurre a escala microscópica. Las pruebas científicas siempre se quedan cortas en cuanto a certeza lógica, el tipo de certeza que nos permite inferir con seguridad que si todos los gatos son mamíferos, y *Carolina* es una gata, *Carolina* es un mamífero (si quieres argumentar que si *Carolina* es una gata de peluche, no es un mamífero, estoy de tu parte, pero para defender esa afirmación tendrás que internarte en la literatura técnica acerca de semántica e inferencia lógica). Las opiniones científicas cambian a menudo, y en ningún ámbito es esto tan evidente como en los muchos debates nada concluyentes acerca de estilos de vida y salud que trataré en un momento. Pero ignorar el consenso científico porque no está a la altura del siempre escurridizo estándar de prueba lógica es irracional. Antes de pasar a los temas actuales de dieta, cambio climático y evolución, he aquí un breve resumen del enfoque epicúreo a la explicación científica.

### EXPLICACIÓN CIENTÍFICA

Según los epicúreos, diminutas partículas invisibles, que interactúan y se combinan, son las responsables de los fenómenos habituales de la naturaleza. Así es como creían que funcionaban las cosas:

- AROMAS Y SABORES: Partículas de determinadas formas resultan tranquilizadoras a la nariz o boca, y por lo tanto son agradables; o bien resultan ásperas y rugosas y, por lo tanto, desagradables.
- SUEÑOS: Las mismas «películas» emitidas por los objetos y que nos permiten verlos se mezclan y se cuelan en las cabezas de quienes duermen.
- REPRODUCCIÓN: Partículas exudadas de todas partes de los padres, macho y hembra, se mezclan durante el acto sexual y sirven como andamios para la construcción del cuerpo del hijo por adición de más partículas.
- ENFERMEDADES: Las semillas tóxicas o gérmenes son partículas que interfieren en la estructura y movimiento de las partículas que componen el cuerpo, y hacen que funcione mal.

Aunque estas explicaciones no se aguantan, en su mayor parte, hoy en día, con algunas más cerca de la diana que otras, la noción de que lo que sucede a escala de nuestra experiencia cotidiana depende de sucesos microscópicos es la base de la ciencia moderna.

A veces se señala que las diminutas partículas no lo explican todo. Las partículas no explican por qué los tacos cuadrados no encajan en los agujeros redondos, ni, ya puestos, por qué los triángulos tienen tres lados, por qué 2 + 2 = 4, o por qué sacrificar a tu reina es habitualmente (aunque no siempre)

una mala jugada en ajedrez. Las partículas no explican por qué la hija de tu hermana es tu sobrina. Ni explican los orígenes de la Primera Guerra Mundial. Pero si dejas de lado las matemáticas y los fenómenos sociales y miras en la química, la biología y la medicina, las partículas explican la mayor parte de lo que sucede en el mundo.

La formación de un copo de nieve, el surgimiento del autismo o de la esquizofrenia, los acontecimientos que llevan a un infarto de miocardio y el cambio climático son moleculares. La conciencia debe depender, de algún modo, de partículas microscópicas, y si la PES<sup>[\*]</sup> resulta ser posible, tendrá una explicación en términos de entidades y fuerzas postuladas por la física. Esas entidades no serán objetos sólidos, como las veían los antiguos atomistas, y sus fuerzas no serán las de impacto y resistencia, pero serán naturales. Comprenderíamos cómo surgen fenómenos como esos y, en algunos casos, cómo intervenir en su producción, si tan solo pudiéramos comprender lo que ocurre a escala microscópica.

Los epicúreos se dieron cuenta de que, dado que los átomos que postulaban eran demasiado pequeños como para ser visibles, no podían saber con certeza las explicaciones a fenómenos complejos. Se podían sugerir muchas explicaciones diferentes y posibles, y no se podía verificar ninguna de ellas como explicación única y verdadera de manera concluyente. Y ahí está el problema. Si todo depende de lo que hacen los átomos en la naturaleza, sean lo que sean realmente estas unidades definitivas, y si quedan fuera de nuestra percepción directa, ¿cómo podemos saber acerca de ellas? ¿No es la ciencia una cuestión de conjeturar y de lo que, al final, creemos más plausible? Y si es así, ¿es realmente la ciencia tan distinta de la religión?

Es una pregunta complicada, y su respuesta es importante, porque la elección y el rechazo dependen de qué explicación decidamos que es la correcta. Para el antiguo epicúreo, aunque era importante mostrar cómo se podían explicar los fenómenos, llegar a la explicación única y verdadera sencillamente no era relevante, porque las manos humanas no podían manipular el mundo natural, ni a escala astronómica ni a escala atómica. Para ellos era suficiente saber que todo lo que sucedía tenía una causa natural, y no sobrenatural.

Para nosotros, hoy en día, sin embargo, llegar a la respuesta correcta sí que importa. Estamos en una posición totalmente distinta. No podemos controlar el sol, la luna y las estrellas para que sirvan a nuestros intereses, incluso si viéramos alguna ventaja en, digamos, hacer que la luna fuese más brillante o más apagada, o pudiéramos subir o bajar un punto la temperatura

del sol. Pero hemos logrado un control enorme sobre el mundo microscópico, tras haber averiguado, a lo largo de siglos, qué partículas existen, cómo combinarlas y separarlas, y qué pueden hacer al combinarse.

La teoría basada en partículas de la química subyace en todos los modernos procesos de fabricación, desde las tradicionales artes de fabricar queso y tintes hasta el desarrollo de fármacos y la fabricación de bombas. Los antiguos no previeron nada de esto. Su ética no se enfrentaba a los problemas surgidos por el poder de las modernas física, química y fisiología para cambiar el devenir de la naturaleza. Su epistemología no contemplaba la introducción de instrumentos y métodos científicos ni las complicaciones que implica asegurarse de haber llegado a la explicación correcta. Porque si «explicas» algo pero lo explicas de forma errónea, e intentas controlarlo, probablemente fracasarás al final, y puedes hacer mucho daño.

### ¿PODEMOS CONFIAR EN LOS CIENTÍFICOS?

Entre la década de 1980 y final de siglo, los cardiólogos recomendaban casi unánimemente a la gente que abandonase la mantequilla y optase por la margarina. La mantequilla es un producto antiquísimo que los humanos han consumido desde hace milenios. La margarina es un invento sintético hecho a partir de aceite vegetal solidificado, leche en polvo desnatada y colorante amarillo artificial que estaba destinado, originalmente, a solucionar la escasez de grasa animal en tiempos de guerra. La mantequilla, al parecer, contenía partículas de colesterol que se adherían a las paredes arteriales hasta que los vasos se bloqueaban, como si de tuberías se tratase, a lo que seguía un infarto de miocardio repentino. Se creía que la margarina se descomponía en elementos que pasaban fácilmente por las venas.

Se trataba de una teoría muy plausible. Cualquiera que hubiera lidiado con un sumidero atascado en la cocina podía comprenderla, y fue ampliamente aceptada e incluso algunas estadísticas parecían corroborarla. Pero en realidad los infartos de miocardio, entre quienes habían sustituido la mantequilla por margarina, aumentaban, y se descubrió que las grasas trans saturadas (hidrogenadas) de la margarina eran más dañinas que la mantequilla. Desde entonces esas grasas se han prohibido en muchos lugares, y los fabricantes de margarina han alterado sus fórmulas.

Posteriores investigaciones han demostrado que los experimentos con conejos y los estudios observacionales en los que se basaban las recomendaciones a favor de la margarina no justificaban las conclusiones

extraídas, y la fisiología de la ateroesclerosis se reveló mucho más complicada que el modelo de las tuberías taponadas. También se demostró que el investigador que más recomendó usar margarina, Ancel Keys, no solo empleó margarina hidrogenada como sustituto de la mantequilla en sus experimentos (lo que, de algún modo, invalidaba su argumentación), sino que ignoró los datos que contradecían su hipótesis. [6] La industria azucarera había aprovechado sus afirmaciones y proporcionado incentivos financieros a varios investigadores de la Universidad de Harvard para que exoneraran al azúcar y los carbohidratos refinados y culparan a las grasas saturadas de la génesis de la enfermedad cardiovascular. [7]

El antiguo consenso acerca de que comer grasas saturadas, incluida la mantequilla, causa depósitos de colesterol en las arterias está cediendo ante la sospecha de que la ateroesclerosis es fruto de una inflamación, y que el cuerpo deposita partículas de grasa para intentar proteger las paredes arteriales. Pero el jurado se encuentra aún debatiendo acerca de la pregunta, aparentemente sencilla y fácil de responder: ¿qué tipo de grasa, y en qué cantidad, debería ingerir para mantenerme sano tanto tiempo como sea posible? La mantequilla, ahora lo sabemos, contiene grasas trans.

La mejor manera de responder a esta pregunta desde una perspectiva científica sería emparejar dos grupos idénticos en todo lo que fuera relevante y obligar a un grupo a ingerir cantidades prescritas de grasas A, probablemente peligrosas, y al otro, a ingerir cantidades prescritas de grasas B, también probablemente peligrosas. Entonces comprobaríamos su estado de salud y cada cierto tiempo, con un intervalo de unos veinte o treinta años, comprobaríamos que aún viven. Pero desde un punto de vista ético no podemos experimentar así con la gente, obligándola a adherirse a una dieta en particular durante un período tan largo. Además, desde una perspectiva práctica, no sabemos cuáles son las maneras relevantes de emparejar ambos grupos, y la gente no siempre sabe qué hay en su comida. Por ello, los investigadores intentan identificar grupos que encajen en características como edad, sexo y promedio de peso. Analizan informes de lo que ha comido la gente, por consejo médico o por propia voluntad, y comparan los resultados. Luego se construyen modelos fisiológicos para explicar el resultado del modo más plausible, tal y como pensaba Epicuro. Sin embargo, nunca estamos totalmente seguros de este proceder. Solo podemos esperar que, conforme se identifican más variables, más modelos se demuestren falsables, y conforme más gente siga las recomendaciones provisionales, la ciencia pueda dirigirse hacia un nuevo consenso.

Si miras la literatura médica profesional, comprobarás que los estudios que intentan demostrar un efecto sobre la salud (por ejemplo, los daños o beneficios de la proteína de soja para el cerebro) son a menudo contradictorios. Según los investigadores, el alcohol parece tener efectos tanto neuroprotectores como neurotóxicos. Cambiar el tipo o la cantidad de grasas que ingieres puede reducir tus probabilidades de sufrir un infarto de miocardio, pero incrementar las probabilidades de que sufras cáncer o demencia. Muchas conclusiones se tienen que rechazar porque se basan en estudios mal diseñados, o que han enrolado a muy pocos sujetos, o que han permitido que se extraigan consecuencias de un grupo muy limitado de personas, por ejemplo, hombres finlandeses de mediana edad. A los investigadores, como a los dentistas y los peluqueros, les encanta calificar la última investigación de esfuerzo metodológicamente fallido.

Es aún imposible, en el siglo xxI, responder con certeza a la prudencial pregunta «¿qué tipo de grasa, y en qué cantidad, debería ingerir para mantenerme sano tanto tiempo como sea posible?» porque carecemos de un conocimiento completo de la micromecánica del metabolismo humano. Sin embargo, el actual consenso parece favorecer la dieta mediterránea de frutas y verduras de brillantes colores, pescado, vino, legumbres, aceite de oliva y pequeñas cantidades de carne y pan, que ha sustentado a la gente desde hace miles de años. Epicuro habría considerado este despliegue un tanto lujoso, especialmente en cuanto al vino y al pescado, pero es a la vez agradable y prudente. Ancel Keys vivió hasta los cien años. Según su necrológica del *New York Times*, seguía una dieta mediterránea con mucho aceite de oliva, y es de suponer que sin margarina.

En las décadas de 1970 y 1980, ignorar los consejos nutricionales de los médicos, incluidos los cardiólogos, sobre qué producto untar en tu tostada y quedarte con la clásica mantequilla habría sido la mejor opción. Esto se aplica muchos escándalos médicos, en los que los especialistas recomendaban fármacos peligrosos o intervenciones quirúrgicas inútiles, innecesarias o discapacitantes. Te sorprendería el nivel de controversia científica que existe en cuanto a los riesgos y beneficios de intervenciones tan populares como la terapia con estatinas o las mamografías. Reducir los niveles colesterol, ejemplo, protege contra enfermedades por cardiovasculares en un grupo selecto de personas, pero lamentablemente no conlleva una vida más larga para la mayoría. [8]

¿Debería el epicúreo de hoy en día guardar por norma escepticismo ante los consejos de los expertos y quedarse con sus costumbres de toda la vida siempre que las recomendaciones de cambio no cuenten con el acuerdo unánime de la comunidad científica y la aceptación de esos resultados por la industria?

Tomemos como ejemplo el caso del cambio climático y lo que está sucediendo por encima de nuestra cabeza. El Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático, que cuenta ya con treinta y un años de existencia, revisa críticamente toda investigación publicada acerca de las causas, progreso e impacto social del cambio climático. El consenso es que la Tierra se está calentando debido a la emisión de invisibles partículas de dióxido de carbono a la atmósfera por parte de la industria y el transporte. Este proceso puede ralentizarse e incluso revertirse controlando la emisión de estas partículas. Comprendemos perfectamente el mecanismo por el que el exceso de dióxido de carbono causa el calentamiento global. Los efectos que se han predicho para el cambio climático comprenden la extensión de enfermedades e infecciones tropicales a climas anteriormente fríos, desastres agrícolas, inundaciones en algunas regiones y escasez de agua en otras, y un cada vez mayor desplazamiento de personas y animales, migraciones y conflictos armados. Una pequeña minoría de científicos niegan que se esté dando un cambio climático producido por el hombre. No niegan que las temperaturas hayan aumentado desde la Revolución Industrial, sino que sostienen que hay otras causas en juego y que controlar las emisiones de dióxido de carbono no tendrá ningún efecto. Señalan que a lo largo de determinados períodos de nuestra historia la Tierra fue, de hecho, mucho más cálida que hoy en día (antaño crecía trigo en Groenlandia). Sostienen que temperaturas más altas y más CO<sub>2</sub> en la atmósfera serán un incentivo para la agricultura, que otros efectos predichos son intentos de sembrar el miedo y especulaciones, y que la naturaleza se adaptará como ha hecho en el pasado.

De modo que ¿quizá la minoría que niega el cambio climático producido por el hombre, al igual que los escasos defensores de la mantequilla que podemos imaginar que había en la década de 1970, tiene razón?

En ninguno de los dos casos, las grasas o el cambio climático, podemos esperar para saber cuál será el consenso tras veinticinco años más de investigación. Los problemas personales de elección o rechazo nos afectan ahora, mientras decidimos si reutilizar y reciclar o no molestarnos en ello; si resulta prudente abandonar el coche o comprar propiedades en la playa. Los problemas políticos de elección o rechazo afectan a legisladores y votantes que deciden sobre las políticas energéticas y las regulaciones de control de contaminación.

Un rasgo importante de la ciencia es que mejora sus métodos de diseño de experimentos, de series de observaciones y de análisis de datos, al tiempo que amplía el espectro de datos. Exigimos múltiples estudios, revisados en busca de sesgos de muestreo y comprobando la lógica de sus inferencias. Ningún investigador de hoy en día se habría quedado convencido con los informes originales de Ancel Keys acerca de la margarina y la mantequilla.

Por cuanto concierne al cambio climático, hay evidencia disponible de mucha calidad. La afirmación de que la tendencia al aumento de temperaturas es inocua o beneficiosa y de que, en cualquier caso, la naturaleza está siempre cambiando, es ingenua. Las tendencias al calentamiento no eran tan devastadoras en el relativamente despoblado siglo XII, cuando las poblaciones podían desplazarse con mayor facilidad. Hoy en día los problemas provocados por el desplazamiento de personas desde las regiones más pobres del planeta y su competición por los escasos recursos son gigantescos. El cambio climático es un tema moral porque implica daños reales. En las naciones ricas nos beneficiamos de los procesos causantes de las emisiones de dióxido de carbono, y los más ricos de entre nosotros son capaces de protegerse de los efectos del cambio climático. La carga recae en los pobres y los desprotegidos. Aunque aproximadamente la mitad de la población estadounidense sigue el consenso científico y acepta que el cambio climático causado por el hombre es un hecho, y comprende que es necesario un cambio en la legislación y en los hábitos cotidianos, solo un 20 por ciento de las personas recientemente encuestadas, en todos los niveles educativos, desde graduados en secundaria a doctorados, está de acuerdo con el consenso científico de que el ser humano evolucionó sin ayuda ni supervisión divina. [9] El 80 por ciento restante, incluidos algunos científicos, cree que Dios creó a los seres humanos en su actual forma o que dirigió el proceso evolutivo. ¿Nos arriesgamos a perjudicar a nuestros estudiantes si no enseñamos la teoría del diseño inteligente junto a la teoría de la evolución por selección natural? ¿O sería dañino hacerlo?

El darwinismo, actualizado por la moderna biología, propone que las frecuencias de genes (diminutas entidades invisibles) cambian porque algunos organismos que las poseen no consiguen prosperar y reproducirse en los entornos en los que se encuentran. Los cambios en la frecuencia de genes producen cambios en la apariencia, funcionamiento y conducta de plantas y animales. Los epicúreos, como vimos con anterioridad, anticiparon la idea de selección y, añadiendo el descubrimiento de estas unidades de herencia y el concepto de variación, se acabó aceptando el darwinismo como la narrativa

correcta (la teoría correcta en términos generales, si se prefiere) del origen de las especies existentes y de la extinción de muchas en el pasado, en lugar de considerarla una «mera especulación». El empirista acepta este resultado, pese a que nadie ha observado, en persona, la evolución de simio a humano, o de ninguna especie a partir de otra especie.

La evolución darwinista es una teoría no asentada en el siguiente sentido: no todos los investigadores están de acuerdo en que la evolución dependa totalmente de variaciones aleatorias surgidas de mutaciones al azar en genes con programas fijados, seguidas por la selección. El propio Darwin no sostenía que toda variación se debiera al azar. La epigenética es un área actual de investigación que nos exige abandonar todo determinismo, así como ideas simplistas acerca de genes únicos responsables de rasgos complejos como la inteligencia o la aparición de enfermedades como la demencia. Como la capacidad atlética, estas manifestaciones dependen de los ambientales desencadenantes que activan o desactivan los genes, así como del balance de contribuciones positivas o negativas de esos genes. Las decisiones que tomamos, así como los entornos a los que involuntariamente nos vemos sujetos, pueden afectar a nuestros genes y a los de nuestros descendientes. Sin embargo, los efectos epigenéticos acabarán explicándose en términos de la misma física y química subvacentes a otras áreas de la fisiología humana; en conjunto son coherentes con la narrativa darwiniana.

La conclusión es que deberíamos mantener una mente abierta acerca de la gama de causas para la especiación y evolución en plantas y animales, que construya y corrija sobre lo que se ha establecido hasta ahora. Los desafíos planteados al darwinismo por parte de los partidarios del diseño inteligente, como el problema de las brechas en el registro fósil, o el supuesto ajuste de las constantes fundamentales de la física, deberían debatirse, y sus respuestas, evaluarse. Sin embargo, no hay ningún riesgo intelectual ni moral en ignorar el diseño inteligente en las clases de biología, y hay, en cambio, riesgo intelectual y moral en enseñarlo como una opción válida. La honestidad intelectual exige presentarlo, con respeto, como una opinión antiguamente poderosa pero que ha sido superada por una opinión empíricamente más adecuada. Por razones morales, debemos combatir la visión de que el destino de todas las plantas, animales y seres humanos reside en una deidad amorosa e inteligente que con seguridad ordena todo con la mejor intención.

VIVIR CON INCERTIDUMBRE

Para concluir: nuestra experiencia cotidiana del mundo, y de lo que sucede a la gente y a las personas que hay en él, nos muestra algunas causas y sus efectos, pero la mayor parte de la causalidad queda oculta a nuestros ojos. Como señalaron Epicuro y Lucrecio, lo que ocurre en el mundo microscópico nos atañe en nuestros intereses vitales, pero no podemos observar a simple vista sus mecanismos en el cuerpo humano y en el resto de la naturaleza. Los sistemas naturales son complicados, y podemos esperar desacuerdos científicos siempre que haya implicados procesos invisibles. Allá donde los expertos discrepan es muy probable que haya muchos factores que desentrañar a fin de separar causas y correlaciones.

Si hay una relación causa-efecto fuerte y determinada entre dos acontecimientos que se pueden percibir directamente y a simple vista, lo más probable es que seamos más conscientes de ella y sepamos si debemos aprovecharla o impedirla. Todos sabemos que beber los líquidos que se pueden encontrar en un garaje o bajo el lavadero conlleva gravísimas consecuencias. Pero hay muchas cosas que no podemos ver, saborear o sentir que pueden hacernos daño de modos que no son del conocimiento general. Como ya se ha señalado, esto se aplica a contaminantes en el aire y en el agua potable, a sustancias químicas en productos del hogar, cosméticos y envasado de alimentos, a las radiaciones, a los insecticidas y herbicidas y a las nanopartículas. También se aplica a las partículas protectoras (y a las tóxicas) de frutas y verduras y a las posiblemente perjudiciales partículas que coexisten en la carne junto a las nutritivas, así como a las propiedades dañinas de las moléculas de azúcar, que producen también sensaciones agradables y proporcionan energía.

Debemos ser conscientes de la invisibilidad y de la complejidad, del modo en que la ausencia de conocimiento general basado en experiencias personales y testimonios fiables proporciona oportunidades para que nos manipulen y engañen. Los fabricantes quieren que creas ciertas cosas acerca de los poderes causales de sus productos, los posean o no, y no quieren que sepas acerca de ciertos poderes causales que sus productos sí poseen. ¿Te proporcionan los cigarrillos sensaciones agradables una vez que te has acostumbrado a ellos? Todos sabemos que sí. ¿Tienen el poder de hacerte más atractivo a potenciales parejas? Generalmente no, aunque los fabricantes querrían que pensaras que sí. ¿Tienen el poder de causarte numerosas enfermedades e incapacidades? Sí, y los fabricantes quieren que creas que esto no se te aplica a ti, personalmente.

Las actuales controversias acerca de los combustibles fósiles, de los organismos modificados genéticamente, del uso de drogas psicoactivas contra la depresión y de los suplementos vitamínicos dependen de la invisibilidad y de las diminutas partículas de materia que componen todo lo que nos rodea, y de los muy indirectos métodos que podemos emplear para saber qué están haciendo. Y en todos estos casos, lo que hay en juego son enormes ganancias y pérdidas económicas que dependen de lo que nosotros, como consumidores, escojamos o rechacemos. Cuando tengas que evaluar cuán perjudicial o beneficiosa es alguna práctica o sustancia, busca la información más actualizada posible. Mira cómo responden a la crítica de sus argumentos ambas partes y si son capaces de hacerlo de un modo satisfactorio. Pregúntate quién sale ganando económicamente de que la gente crea y actúe en un sentido o el otro, y cuán poderosos son ya esos beneficiarios.

## 12 Justicia social para un mundo epicúreo

A levantar ciudades empezaron y a construir alcázares los reyes, do pudiesen tener seguro asilo: repartieron las tierras y ganados conforme a la belleza y al ingenio y la fuerza y valor de cada hombre, [...] por fin, se introdujeron las riquezas, y descubriose el oro, [...] La autoridad suprema se volvía al pueblo entonces y a la muchedumbre: y cada cual el cetro demandaba, el sumo imperio y la soberanía.

LUCRECIO<sup>[1]</sup>

Una vida libre no puede conseguir muchas riquezas, porque eso no es fácil de hacer sin dar cabida al servilismo de la turba o de los poderosos [...] Pero si por casualidad consigue muchas riquezas, incluso esas llegaría a distribuirlas sin dificultad alguna para hacerse con la benevolencia del prójimo.

EPICURO<sup>[2]</sup>

La historia epicúrea de la humanidad nos cuenta que nuestros gobiernos surgieron gradualmente de los regímenes cleptocráticos que robaron la propiedad, desplazaron a los nativos de las regiones conquistadas, exigieron diezmos y entregaron tierras, títulos, rentas e influencia a sus favoritos. La competencia entre gobernantes devastó las tierras y propiedades y costó las vidas de hombres, mujeres y niños que no tenían culpa en aquellas guerras. Algunos gobernantes eran realmente benevolentes y justos, pero tan solo gracias a la presión popular y filosófica estos gobiernos evolucionaron y se convirtieron en servidores del pueblo hasta el punto en que lo han hecho. Es importante saber de dónde procede el gobierno para comprender dónde está ahora y hacia dónde podría ir. Poder, dinero y favoritismo —el trío lucreciano de fuerzas que se puede girar contra la humanidad— continúan operando siempre que ven una posibilidad, y benefician a individuos y grupos egoístas y amorales. Hoy en día estas fuerzas actúan contra el interés general de la

población, bloqueando o desalentando la inversión en el sector público, como el transporte, la sanidad universal, la educación y el acceso a la cultura y a una naturaleza intacta.

El materialismo epicúreo es, a mi entender, una buena base para la acción política ilustrada y humana. Esto puede parecer sorprendente. Hay historiadores que argumentan que la Revolución francesa —no solo en sus idealistas primeras fases, sino también durante el Terror, cuando la ira contra la aristocracia y el clero llevó a un terrible baño de sangre— estaba inspirada en la filosofía materialista del siglo XVIII. Algunas de las peores atrocidades del siglo XX las perpetró Iósif Stalin, autor de un libro titulado *Sobre el materialismo dialéctico y el materialismo histórico*. Más que irrelevante o anticuado, el epicureísmo parecería irresponsable, poco realista y peligroso.

¿Qué se puede argumentar en su defensa? Para responder a esta pregunta, quisiera echar un vistazo más de cerca a su influencia positiva y progresista en épocas anteriores, cuando los líderes políticos y los legisladores estaban versados en filosofía y en los clásicos.

A inicios del siglo XIX, cuando el jurista y filósofo inglés Jeremy Bentham declaró que «la naturaleza ha colocado a la humanidad bajo el gobierno de dos amos soberanos: el dolor y el placer», consiguió, hasta cierto punto, expurgar la corrupción de la ley y la administración y reformar, también hasta cierto punto, el cruel sistema inglés de prisiones. Bentham argumentó que ni la tradición ni la religión debían determinar la ley y la política estatal. La única pregunta relevante, declaró, que cabía hacerse a la hora de debatir una política era la siguiente: ¿contribuirá la aplicación de esta política al bien mayor, en términos de librar del dolor y proporcionar placer, para la mayor cantidad posible de personas? John Stuart Mill, otro admirador de Epicuro, escribió y habló de modo influyente en el Parlamento británico acerca de la libertad de expresión, la emancipación de la mujer y la reforma de las leyes de pobreza.

En Estados Unidos, una buena parte de los padres fundadores del siglo XVIII eran epicúreos, y creían que la verdadera función del gobierno era impulsar «la vida, la libertad y la búsqueda de la felicidad», como oposición a una extensión y defensa del imperio. En 1819, Thomas Jefferson, lector entusiasta de Lucrecio, escribió a un corresponsal: «Yo también soy epicúreo, como vos decís que sois. Considero que las doctrinas genuinas (no las imputadas) de Epicuro contienen cuanto de racional nos han dejado Roma y Grecia en materia de filosofía moral». [\*] Jefferson acusaba a los tradicionales

rivales de los epicúreos, los estoicos, y especialmente a Cicerón, de desfigurar su doctrina, de hipocresía y de «irritabilidad».

El mayor impacto de la filosofía política epicúrea tuvo lugar, empero, a través de su desarrollo por parte de tres figuras, cada una de las cuales se vio obligada a repensar los problemas específicos de su sociedad a través de la historia de la humanidad de Lucrecio. Los tres filósofos que tengo en mente son Thomas Hobbes, que escribió a mediados del siglo XVII a favor de un gobierno centralizado; Jean-Jacques Rousseau, que escribió a mediados del siglo XVIII a favor de una democracia de base comunal, y Karl Marx, quien a mediados del siglo XIX escribía a favor de la propiedad de los medios de producción por parte de los trabajadores. Vale la pena revisar sus ideas debido a su potencial aplicación a los problemas de nuestra época.

Tres filósofos epicúreos hablan de la guerra, la desigualdad y el trabajo

Hobbes era un materialista epicúreo que declaraba que «todo es cuerpo». En su propia historia de la humanidad, que escribió más como ficción ilustrativa que como una narración antropológicamente correcta, ignoró la narración de Lucrecio de sociedades pastorales idílicas y felices en una era dorada antes de la civilización y en lugar de ella pintó un salto radical desde una época de forrajeo individual a otra de «guerra de todos contra todos».

La historia de Lucrecio explica que la gente se hartó del caos y del derramamiento de sangre y que, para ponerles fin, instituyó leyes y personas para obligar a su cumplimiento. Hobbes creía que este proceso no había ido lo bastante lejos porque el gobierno no estaba suficientemente centralizado y carecía de eficacia. Había vivido la guerra civil inglesa de la década de 1640 y creía que, además de la criminalidad cotidiana, los robos y los ataques físicos, los conflictos religiosos y el recurrente caos a escala nacional, así como los derramamientos de sangre, serían inevitables bajo el sistema de gobierno de la época. Para evitar esto, argumentaba, todo el mundo, especialmente los díscolos aristócratas en busca de poder para sí mismos y los profetas religiosos que intentaban provocar una revolución popular, debían acordar someterse a una única autoridad central. La única responsabilidad real de este leviatán sería gestionar una burocracia que impusiera la paz: la costosa expansión del territorio nacional no era, como suponían tantos príncipes y cabezas coronadas, el propósito del gobierno. Con protección garantizada contra la violencia interpersonal, las manufacturas, el comercio y los viajes se

verían impulsados, haciendo que la vida humana fuera más lujosa y placentera. La tendencia de las naciones contemporáneas a la centralización del poder y la sumisión de las naciones individuales a autoridades multinacionales como la ONU o el Tribunal Europeo de Justicia, así como a legislación supranacional como los Convenios de Ginebra, el Tratado de No Proliferación Nuclear o los Acuerdos de París sobre Cambio Climático, tienen una inspiración hobbesiana y son factores muy bienvenidos.

En la muy diferente narración de Jean-Jacques Rousseau, la centralización hobbesiana supone un riesgo demasiado elevado de autocracia y represión. Tomando muchos elementos de Lucrecio para su Discurso sobre el origen y los fundamentos de la desigualdad entre los hombres, así como para El contrato social, Rousseau argumentaba que la sociedad política debería intentar recuperar la equidad de las arcaicas comunidades pequeñas descritas en la narración lucreciana de la edad de oro anterior a la agricultura y a la formación de ejércitos. El desarrollo del comercio y de la burocracia, creía Rousseau, había llevado a la miseria y a la opresión de una población campesina explotada y que soportaba un exceso de impuestos, así como a la decadencia de unas clases altas parasitarias. Se debían tomar acciones políticas con el bien común como objetivo a fin de desarrollar democracias participativas a escala provincial. No había que buscar el lujo y el placer, sino la probidad y la virtud. La crítica de Rousseau y su utopismo han tenido eco en eminentes antropólogos como Marshall Sahlins, quien contrasta la mentalidad los cazadores-recolectores —«la de sociedad original»—, satisfechos con lo que poseen, con la visión de los economistas clásicos del ser humano como criatura de ambiciones casi ilimitadas y medios limitados para satisfacerlas. «Existir en una economía de mercado —dice Sahlins— es vivir una doble tragedia, que comienza por la inadecuación y acaba en desesperación»<sup>[3]</sup>.

A los filósofos del siglo XIX Karl Marx y Friedrich Engels les atrajo la idea lucreciana de que el cambio tecnológico provocaba la reorganización social fundamental. Marx había escrito una tesis acerca de Epicuro, y Engels había sido un devoto estudioso de la ciencia y la filosofía materialista. Engels creía que las contribuciones epicúreas a la ilustración eran su compromiso «con el bien original y la igual dotación intelectual del hombre, la omnipotencia de la experiencia, el hábito y la educación, la influencia del entorno en el hombre, la gran importancia de la industria [y] la justificación del placer». [4] Allá donde Lucrecio se había centrado en el control del fuego y la metalurgia como factores de cambio social, la particular innovación de

Marx y Engels se centraba en la industrialización del siglo XIX. Apreciaban el argumento lucreciano de que, con la invención del dinero, los ricos habían acabado ejerciendo todo el poder político en la sociedad. Su solución era aplicar los principios democráticos de Rousseau a la industria. Los beneficios del trabajo debían revertir directamente en la gente que manufacturaba los bienes que creaban ese beneficio. Marx y Engels no preveían el surgimiento de un Estado opresivo y director como el estalinista; según ellos, el belicoso «Estado» nacional debía «marchitarse» hasta desaparecer. Sus ideales recuerdan a los actuales planes de reparto de beneficios, pero sin que directivos e inversores esquilmen la parte superior del pastel.

Como Marx dejó en dolorosa evidencia, la producción en masa requiere que la mayoría de los trabajadores del mundo efectúen trabajos aburridos, repetitivos y estresantes, y los beneficios de su trabajo se los quedan en su mayor parte el empleador o sus inversores. Lo mismo vale para gran parte del trabajo de oficina actual. Postergamos el placer para las tardes y los fines de semana. Pero por la tarde la mayoría de los trabajadores está demasiado cansada como para comprar flores de camino a casa o cocinar una comida sabrosa, y desde luego demasiado cansada como para darse el gusto de leer ciencia o filosofía, y más inclinado a atontarse con alcohol o drogas. Marx sostenía que la propiedad de las compañías por parte de los obreros distribuiría las riquezas de una sociedad de acuerdo a las capacidades reales y necesidades de los individuos. Con el tiempo, el progreso tecnológico acabaría pasando el trabajo de las manos de los obreros a máquinas, liberándolos para disfrutar de toda una gama de actividades personales valiosas. Marx creía que la sociedad del futuro, en lugar de estar basada en trabajos monótonos y alienantes en fábricas y oficinas, sería recreativa y permitiría satisfacer los caprichos y preferencias de cada individuo. La utopía que describe en uno de sus primeros escritos, en la que puedo «dedicarme hoy a esto y mañana a aquello, que pueda por la mañana cazar, por la tarde pescar y por la noche apacentar el ganado, y después de comer, si me place, dedicarme a criticar, sin necesidad de ser exclusivamente cazador, pescador, pastor o crítico, según los casos», suena como una versión del Jardín epicúreo, aunque con más énfasis en el ganado y la caza de lo que favorece nuestra ética actual.

Nadie niega que el sistema capitalista funciona mejor que una economía planificada y comunista a la hora de estimular la innovación y poner toda una variedad de bienes nuevos y mejorados a nuestra disposición. Tan solo mira la cantidad de marcas y estilos de champú, dentífricos, lápices de ojos y joyería

que puedes escoger o rechazar. Sin embargo, allí donde, como señalaba Rousseau, los humanos disfrutaban de su trabajo (su caza, su pesca y sus artesanías) la mayor parte de las personas hoy en día no lo hace. Tanto el feudalismo, en el que una clase campesina trabaja para sus señores y está controlada por ellos, como el capitalismo, en el que casi todo el mundo es un empleado, destruyen la autonomía personal, alienan nuestro trabajo e impiden que las personas desarrollen sus capacidades intelectuales, sociales y estéticas innatas. Aquellos de nosotros que disfrutamos de nuestro trabajo —la mayoría del tiempo— y que podemos disfrutar de una gama de experiencias estéticas e intelectuales, somos extraordinariamente afortunados. Pero somos una minoría.

### Principios de política epicúrea

Aunque el Jardín epicúreo no proporciona un modelo sostenible para ninguna economía, la voluntad política nos puede impulsar en esa dirección. Reducir la jornada laboral de las ocho horas, marcadas por las interrupciones de la hora de comer y los cafés, a dos turnos de cinco horas —pongamos por caso, de ocho de la mañana a una de la tarde y de dos a siete de la tarde— cubiertos por diferentes personas, no sería popular en la industria, que prefiere maximizar el rendimiento, minimizar personal y aumentar cuanto sea posible las horas individuales de trabajo. Pero aumentaría las cifras de empleo, reduciría la desigualdad económica entre hombres y mujeres, resolvería el problema de los cuidados infantiles y permitiría que la gente tuviera aficiones, se especializara, se afiliara a grupos, hiciera ejercicio, visitara a otras personas, cocinara, jugara, apostara, leyera y se implicara en la gama de actividades humanas que se supone nos debe ofrecer la civilización. Los turnos de noche —entre las siete de la tarde y las ocho de la mañana podrían abolirse por constituir una crueldad hacia una especie diurna cuyos hijos exigen compañía nocturna. Se produciría menos, se consumiría menos y se tiraría menos basura. Vivir en un sistema así ejemplificaría lo que Epicuro llamaba «prosperidad»: el Estado de prosperar.

No es muy probable que los directivos de las actuales juntas apunten en esta dirección. Pero los ejemplos que acabamos de ver de reforma política, ya se hayan introducido, ya se hayan presentado o meramente se debatan, demuestran que si te apasiona la tolerancia y te gusta la acción política puedes reflexionar y actuar según principios epicúreos y, a la vez, involucrarte en la vida política y comercial.

El epicúreo con inquietudes políticas no percibe beneficio alguno en el crecimiento económico o en la productividad por sí mismos. En su opinión, las únicas políticas buenas son las que alivian el hambre, la enfermedad, el estrés, el miedo, la ansiedad y la incomodidad. Ante cada propuesta que se lance a la opinión pública y los representantes de la sociedad democrática — reformas impositivas, control de armas, normativas de salud y seguridad, política referente a transporte y alojamiento—, deberíamos preguntarnos: ¿es esta propuesta útil? ¿Aliviará los males más básicos, como la falta de acceso a buenos alimentos, a agua y aire sin contaminar o a una buena educación? ¿O es más probable que cause más enfermedades y pérdidas de vidas? ¿Está pensada para enriquecer aún más a los ya ricos?

Como se ha indicado con anterioridad, el epicúreo mantiene una postura en general escéptica en cuanto a derechos y tradiciones. No reconoce derechos naturales, tan solo aquellos que decidimos que deben ser consagrados y protegidos por la ley. Nuestras decisiones se deberían basar en qué impacto tendría la propuesta en el bienestar, y esto puede cambiar con el paso del tiempo. Por ejemplo, la Segunda Enmienda de la Constitución de Estados Unidos, tal y como actualmente se la interpreta y se la cumple, representa una decisión social. Esta decisión consiste en que el asesinato de personas indefensas y las masacres de grupos enteros de niños a manos de individuos perturbados es un precio aceptable por el beneficio de que comprar y vender armas de fuego sea fácil. Para el epicúreo, esta decisión es errónea en este momento y lugar, especialmente cuando las armas de destrucción masiva son tan accesibles para gente furiosa y desesperada. Desde una perspectiva empírica, las vidas de propietarios salvadas por tener a mano un arma en casa, incluso aceptando que esta es la justificación más aceptable para poseer un arma, no se puede comparar con la cantidad de vidas perdidas. Según un estudio bien realizado, por cada ejemplo de autodefensa con éxito o de homicidio justificable con arma de fuego, hubo veintidós casos de ataque u homicidio criminal, homicidio accidental o intento de suicidio con un arma.<sup>[5]</sup>

Pero ¿no necesitamos derechos y tradiciones, además de nuestros cálculos de placer y dolor, o incluso en lugar de ellos? Por cuanto concierne a derechos, sin duda las ejecuciones públicas deben haber provocado escalofríos y entretenimiento a las multitudes en siglos previos, a expensas de la muerte prematura de una sola persona, pero a menudo se ha dicho que el Estado no tiene derecho a cometer asesinatos. Muchos creemos que la tortura no tiene justificación moral, ni siquiera si revela información valiosa (algo

que raramente ocurre) y que el confinamiento solitario en las cárceles es inaceptable y lo sería incluso si poseyera valor disuasorio.

En estos contextos, los cálculos de dolor contra placer mayoritario parecen repugnantes, y lo que Adam Smith e Immanuel Kant denominaban lo sagrado del individuo parece ser el concepto más fructífero y necesario. Incluso creemos que sería malo extraer, mediante fraude, un céntimo de las cuentas bancarias de 100 000 personas y reunir así 1000 dólares para comprar entradas de circo para 100 niños pobres, incluso si la primera acción no produce daño alguno y la segunda, en cambio, produce placer a muchos. Pensamos que el derecho a un juicio justo no se puede sacrificar en nombre de ningún otro bien.

El epicúreo responderá que el derecho a un juicio justo, como otros supuestos derechos, es una valiosa convención porque evita el daño a personas que de otro modo se produciría. Pero ni el derecho a que no te saquen dinero de tu cuenta bancaria, siquiera por una buena causa, ni el derecho a no ser torturado por la policía como sospechoso de un delito, hacen referencia a una misteriosa propiedad de inviolabilidad personal. Para el teórico político epicúreo, aquello a lo que nos referimos como derechos son firmes decisiones basadas en cálculos de las consecuencias a largo plazo de permitir el robo de escasa cuantía a gran escala o de instituir la tortura como método permitido de obtener información deseable. No intentamos calcular costes y beneficios a escala individual a la hora de extender multas de aparcamiento, ni intentamos decidir qué tipos de extracciones casi imperceptibles de las cuentas bancarias ajenas puede producir placer; tan solo mantenemos las normas como instituciones socialmente beneficiosas, a menos que decidamos cambiarlas o revocarlas.

¿Pueden las tradiciones justificar prácticas políticas aunque sean perjudiciales para la gente? El epicúreo cree, decididamente, que no; que una ley o práctica haya existido durante largo tiempo no es un argumento a favor de su bondad moral, ni siquiera de su aceptabilidad moral. Restringir el matrimonio a un hombre y una mujer es tradicional, pero la tradición perjudica a muchas personas, y los supuestos beneficios son también imaginarios. Resulta difícil ver en qué puede ayudar a mi matrimonio impedir que los homosexuales se casen. La mutilación genital femenina es un ejemplo de práctica tradicional realizada a niñas demasiado jóvenes como para negarse a ello; la circuncisión de niños es otra. La primera tiene dolorosos efectos en niñas y mujeres, que duran toda la vida. La segunda produce dolor a los niños y puede tener otros efectos nocivos en la vida posterior. Los

beneficios que se logran no son médicos, como se creía anteriormente, sino disciplinarios, simbólicos o decorativos. Aunque encajar con los demás y realizar la operación quirúrgica a la siguiente generación puede ofrecer algún tipo de satisfacción, si se dejara al individuo maduro la opción de sufrir el corte y la costura posterior, esas motivaciones, con toda seguridad, desaparecerían muy pronto. En la mayor parte de las comunidades se restringen las prácticas decorativas o simbólicas del tatuaje y los *piercings* a adultos informados, de más de dieciocho años de edad, y hay muchos clientes dispuestos, pero este tipo de cirugías no serían tan populares.

En resumen, el epicúreo activo aprobará muchas prohibiciones que apelan a la ficción de los derechos humanos, en tanto estas normas estén destinadas a prevenir y logren evitar graves perjuicios a individuos. Insistirá en que hay que revisar las tradiciones siempre que surjan cuestiones en torno a ellas, para verificar que, en conjunto, llevan a buenos resultados sin imponer cargas ni dolor.

### Justicia para la mujer: naturaleza, historia y convención

En la cultura literaria occidental se ha escrito mucho acerca de las mujeres en términos de miedo, burla, obsesión, alabanza y afecto, sin que, hasta hace muy poco, ellas hayan tenido la oportunidad de escribir acerca de hombres de un modo valorativo. Lamentablemente, la literatura filosófica de los últimos siglos no exhibe mucha estima por las ideas, juicio y fortaleza de la mujer, y las culturas occidentales no se distinguen por su respeto a las preferencias personales de las mujeres en cuanto a educación, empleo o elección de compañero de matrimonio. La recomendación de Platón de idéntica educación y entrenamiento físico para niños y niñas se tomó como una broma. Aristóteles sostenía que la virtud en la mujer era totalmente diferente de la virtud en el hombre. La conducta virtuosa para la mujer consistía en ser callada y obediente, mientras que en un hombre implicaba ser valiente, sincero y generoso. Las labores domésticas, como empleo ideal para la mujer, y la castidad, como su virtud más excelsa, permanecieron como estándar en la teoría de la mujer hasta entrado el siglo xx, incluso en los escasos filósofos a favor de la educación igualitaria entre sexos.

Epicuro sostenía que no puede haber relaciones de justicia entre humanos y otros animales. En efecto, los humanos podían solo ser amables o crueles con ellos, puesto que los otros animales no formaban parte de nuestras comunidades legislativas. No eran capaces de un discurso racional que llevara

a acuerdos sensatos en cuanto a limitar daños. La idea era que no había necesidad de acordar acerca de leyes y normas con las mujeres, porque no eran parte de la comunidad legislativa; solo era necesario que los hombres se pusieran de acuerdo en leyes y normas concernientes a la mujer. Estas leyes eran a la vez crueles y generosas. Prohibían a la mujer el acceso a la educación más allá del nivel elemental; la propiedad; el voto; la libertad de movimientos y la elección de compañero de matrimonio, ocupación o profesión. También proporcionaban generosamente apoyo económico a mujeres dependientes.

Los historiadores y científicos sociales tan solo comenzaron a estudiar las restricciones y agresiones físicas a las que las mujeres se han visto sujetas en la civilización y el abuso verbal que han soportado en filosofía y en la ficción desde el final de la Segunda Guerra Mundial, aunque la expresión femenina de agravios se remonta a los primeros días de la cultura de la imprenta. Uno no puede evitar preguntarse por qué son el estatus y el trato a la mujer un problema tan grande. ¿Fueron siempre las mujeres ciudadanas de segunda clase, o, directamente, no-ciudadanas, sino tan solo súbditas de sus gobiernos? Podemos explorar provechosamente estas preguntas si tenemos en mente los principios epicúreos de que no hay que confundir convención con naturaleza o necesidad; que el progreso tecnológico dio lugar a nuevas formas de opresión y que las relaciones entre hombres y mujeres deberían ser amistosas y justas.

Pese a diferencias comprobables en los diversos componentes de percepción y cognición, se ha demostrado una y otra vez que no existen diferencias significativas entre ambos sexos en cuanto a resolución de problemas, creatividad, inteligencia general y persistencia en las tareas. [6] Sin embargo, aún hoy en día los hombres creen que son intrínsecamente más inteligentes y competentes que casi todas las mujeres que conocen. Se trata de un error fácil de explicar. La misma confianza superficial en la experiencia que deduce una inferioridad racial intrínseca al observar y comparar distintos barrios (guetos contra centros comerciales) deduce inferioridad sexual al observar y comparar los tamaños y empleos típicos de hombres y mujeres. El antídoto contra este error es un empirismo más profundo que explica las apariencias en términos de influencias causales reales, y no imaginarias.

Las mujeres son en general más pequeñas que los hombres, pero no debido a un desarrollo menor o infantil, sino por una buena razón: necesitan más calorías durante el embarazo y la lactancia, y no podrían alimentar y mantener cuerpos más grandes. Aunque el cerebro femenino medio es más

pequeño que el cerebro masculino medio, su corteza cerebral es más densa y con más circunvoluciones que la masculina, rasgos asociados a la competencia cognitiva. Aun así, en el mundo moderno las mujeres predominan en campos de servicios que exigen menor competencia cognitiva, como limpieza, cuidados y trabajos administrativos y de venta al por menor; incluso los ayudantes virtuales de la era de internet —Siri, Julie, Erica, y las demás— son femeninos. Los hombres predominan en los rangos ejecutivos y de erudición, y determinan colectivamente qué sucederá en el comercio, el derecho y la política.

Hoy en día los antropólogos están de acuerdo en que la transición de la vida previa a la agricultura y la metalurgia a la vida en civilización, como narra la prehistoria epicúrea, explica muchos de los rasgos de la subordinación femenina. Especialmente en ambientes urbanos, en los que los espacios y recursos escasean, la fertilidad femenina es a veces deseada y a veces una carga y un aprieto. La nueva eficacia en producción de alimentos provocó graves problemas de superpoblación, al igual que la posibilidad de heredar riquezas, y las tasas de reproducción de una comunidad se podían controlar más fácilmente si se mantenía a las mujeres encerradas dentro de las casas que si se intentaba restringir los movimientos de los hombres. La belleza y encanto de las mujeres, así como la competición entre los hombres por la compañía y fidelidad de una mujer en particular, pueden provocar luchas y derramamiento de sangre. Mantener a la mujer alejada de los hombres de fuera del círculo familiar o envolverla en ropas abultadas y cubrirles la cabeza para intentar hacerlas menos atractivas fue otro intento de lidiar con los problemas que creían que causaban. San Agustín declaró, estableciendo el tono de los primeros Padres de la Iglesia: «En cada mujer, sea esposa o madre, uno debe huir de Eva».<sup>[7]</sup>

La mayor fuerza de su torso hizo a los hombres mejores candidatos, como grupo, para el ejército, la navegación y el control de animales de tracción; su menor papel en el embarazo y la crianza de los hijos los hizo mejores candidatos para la administración, los estudios y la política. A la antigua división del trabajo entre cazadores y recolectores le sucedió la nueva distribución de roles de la civilización. Al descubrimiento de que se podía domesticar animales, vallarlos y emplearlos para trabajo y como alimento le sucedió el descubrimiento de que también se podía vallar a los humanos y emplearlos como esclavos, y de que a las humanas se las podía usar del mismo modo negándoles la educación y manteniéndolas dentro de casa.

Los filósofos confiaban en que podrían responder una pregunta que a ningún epicúreo se le ocurriría plantear: ¿con qué propósitos fueron creados el hombre y la mujer? Aristóteles se preguntaba por la diferencia entre las mujeres y los esclavos, que resultaban tan similares. Ambos grupos se encontraban a merced de sus amos; ambos se encargaban de las labores de mantenimiento de la casa; ninguno de los dos grupos tomaba parte en las profesiones lucrativas y honorables. «¿Posee un esclavo alguna otra excelencia, además de sus méritos como herramienta y como sirviente?», se preguntaba Aristóteles. «Una pregunta casi idéntica —señala— se puede hacer acerca de la mujer y el hijo»<sup>[8]</sup>.

El papel del hombre en el universo, según el consenso, era contribuir al conocimiento, la riqueza y la cultura, y defenderlos; el papel de la mujer en el universo era traer hijos y proporcionar nutrición, confort y gratificación sexual a los hombres adultos. A esto se lo veía como optimizar las capacidades de todo el mundo. De modo que las grandes tradiciones filosóficas han visto a la mujer como algo útil para generar hombres cuyas capacidades mentales y físicas proporcionan el auténtico valor a la sociedad, y para hacer el trabajo de mantenimiento a fin de que los hombres puedan desarrollarse y expresar sus capacidades y talentos como líderes militares, artistas, gobernantes, científicos y escritores.

¿Por qué era esta situación injusta en términos epicúreos, y por qué sigue siendo injusta en la medida en que aún persiste? A la mayoría de nuestros ancestros les parecía una disposición basada en el beneficio mutuo, conseguida mediante la división de roles sociales, más que mediante la fuerza. Pero era una apariencia engañosa por varias razones. En primer lugar porque, dado que la inteligencia e inventiva femenina no es en absoluto inferior a la de los hombres, se necesitaba fuerza física, en forma de leyes injustas, para mantener la división del trabajo, denegando a las mujeres educación y acceso a las profesiones. En segundo lugar, los supuestos beneficios de esta división del trabajo están perdiendo gran parte de su prestigio. Pese a los muchos logros de la civilización tras la división de roles sociales, el mundo ha acabado al borde de la catástrofe debido a la energía e inventiva masculinas, sin templar por las habilidades diplomáticas y de cuidado de las mujeres. Estas habilidades se necesitan desesperadamente, tanto en la geopolítica de hoy en día como en el gobierno local y en los negocios y la educación.

En una comunidad política epicúrea no se percibe a la gente en términos de sus roles, funciones y propósitos, sino como productos accidentales de la naturaleza. El principal papel del legislador no es obligar al cumplimiento de

roles sociales para beneficio de los privilegiados, como fue y continúa siendo en los lugares y períodos más corruptos. Es, más bien —como analizaban al principio de este capítulo los grandes teóricos de la política—, proteger a los débiles, y a aquellos menos privilegiados por las circunstancias, de la ambición e inventiva de los fuertes.

Las mujeres requieren ciertas formas de protección porque su menor tamaño las hace vulnerables a la fuerza física, y porque las mayores exigencias de atención y esfuerzo producto del embarazo las vuelven vulnerables a la exclusión y la explotación. Pero el propósito de esta protección es permitirles moverse libremente por el mundo y actuar con libertad. Las formas y protección necesarias no deben confundirse con el tipo de protección que tiene un efecto opuesto, el de reducir su libertad e impedir oportunidades. Si reconocemos esto, podemos reducir la brecha entre hombres y mujeres en cuanto a oportunidades para participar en todos los aspectos de la vida humana que valen la pena. Como dijo Epicuro, la riqueza, no solo en forma de acceso y control sobre el dinero, sino también en forma de autoridad política y cultural, tiene que repartirse. El sexo que, colectivamente, posee una parte excesiva, debe compartirla con el sexo que posee muy poca. Esto no solo por el bienestar individual de las mujeres, sino por el bien del sistema en su totalidad.

Deberíamos tener en mente que legislar es un proceso histórico y que la justicia no es atemporal, excepto en el sentido de que los humanos siempre se preocuparán por ella. Nuestra concepción de lo que es justo debe cambiar a medida que aprendemos más de los auténticos efectos de nuestras leyes y normas sobre todos aquellos a quienes afectan. Como dijo Epicuro, «en las cuestiones generales a toda la humanidad la justicia es la misma para todos [...] pero [...] si uno dictamina una ley pero no desemboca en utilidad para las mutuas relaciones, entonces eso ya no tiene el carácter de la justicia». [9] Con toda la riqueza y tecnología existentes en el mundo contemporáneo, podemos hacerlo mucho mejor a la hora de crear leyes, instituciones y prácticas que satisfagan la concepción epicúrea de justicia como un acuerdo que impida que una persona —o un grupo entero de personas— sea perjudicada por otra.

# 13 Religión desde la perspectiva epicúrea

Ante todo, considera que dios es un ser inmortal y feliz, como así fue grabada en el alma de todo el mundo la idea de dios [...] Los dioses, en efecto, existen, pues su identificación es clara, pero no son como el común de las gentes se los imagina [...]

EPICURO<sup>[1]</sup>

Mas temo mucho en esto que te digo pienses acaso no te dé lecciones de impiedad, enseñándote el camino de la maldad: por el contrario, ¡oh Memmio!, de acciones execrables y malvadas fue causa el fanatismo muchas veces.

LUCRECIO<sup>[2]</sup>

Las opiniones de Epicuro acerca de la existencia de Dios (o de dioses) y de la conducta religiosa son profundamente desconcertantes. En primer lugar, nos dice que deberíamos creer en lo que cree la mayoría de la humanidad: que existe una divinidad inmortal y feliz. Después comenta que «el común de las gentes» posee una idea totalmente falsa de Dios. Aun así, se sabe que aconsejaba a sus seguidores que tomaran parte en los festivales religiosos y que hicieran sus sacrificios a los dioses «bien y con piedad». También aconsejaba a sus seguidores que no crearan disturbios políticos por airear sus opiniones acerca de la religión.

El politeísmo griego asignaba atributos y responsabilidades a sus principales deidades, entre ellas Zeus (gobernante supremo), Afrodita (amor), Marte (guerra), Poseidón (el mar) y Atenea (sabiduría). Se percibía a los dioses como seres emocionales y propensos a la ira y la venganza, con sus favoritos, y dispuestos a intervenir en las vidas de los mortales para castigarlos o concederles beneficios, y en ocasiones caprichosos en sus actos. Los estallidos de pasiones humanas, las plagas y las repentinas erupciones de guerras se atribuirían a sus caprichos.

A modo de teología alternativa, Epicuro postuló la existencia de una sociedad de felices inmortales que vivía en su propio mundo en el espacio interestelar. Estos dioses carecían de los rasgos que la religión griega adscribía a sus divinidades. No eran competitivos y celosos, ni se dedicaban a la intriga, ni usaban a los humanos como peones en sus rivalidades, ni los favorecían o castigaban. Con toda certeza no iniciaban guerras como la de Troya. En realidad, los dioses epicúreos no prestaban la menor atención a nuestro mundo.

¿Cómo encaja esta extraña teoría de inmortales interestelares con la doctrina epicúrea de que los sentidos son la base de todo conocimiento? Como es evidente, él nunca vio a estos seres en su hábitat natural. Y ¿cómo podían los dioses ser inmortales? Tenían que ser entidades atómicas, y todo lo atómico es perecedero.

Quizá Epicuro creía realmente que aunque la religión griega era totalmente ficticia existía otro tipo de dios. O quizá pretendía que todo aquel que se tomara en serio sus doctrinas básicas se diera cuenta de que su teoría de los dioses era un absurdo. Como la blasfemia constituía un grave delito en Grecia, susceptible de ser castigado con la muerte (como lo sería en muchas culturas cristianas posteriores), es posible que animase a sus seguidores a que tomasen parte en la liturgia para mantenerse a salvo de la persecución por parte de las autoridades. Otra posibilidad es que quisiera presentar a la imaginación popular, para su reflexión, el ideal de una vida feliz y libre de toda forma de ansiedad, incluido el miedo a la muerte.

A modo de contraste, Lucrecio se revela como un crítico feroz y declarado de las instituciones religiosas, así como de la creencia en divinidades sobrehumanas. Hemos de suponer que o bien tuvo acceso a escritos perdidos de Epicuro en los que era más explícito en cuanto a su teoría de la religión, o que vio razones para separarse notablemente de las opiniones de su predecesor.

#### La creencia en lo imaginario

Como sugiere Epicuro, la mayor parte de la humanidad alberga creencias concernientes a la existencia de al menos uno, pero a menudo una cantidad de seres sobrenaturales que influyen en la historia y en nuestras vidas personales y con los que tendremos posteriores interacciones tras la muerte. Se supone que responden a algunas oraciones y que aprecian los rituales efectuados en su honor. La religión motiva acciones, no solo de veneración y de caridad,

sino también persecuciones y acciones violentas. Incluso si hoy en día se responsabiliza de menos acontecimientos terrenales a intenciones y poderes sobrenaturales que en los siglos previos, se sigue viendo la participación en instituciones religiosas —ir a la iglesia, celebrar festividades religiosas, rezar — como un deber y como hacer una contribución positiva a la vida humana. Y tenemos todavía buenas razones para temer conflictos religiosos, fanatismos y martirios a modo de contribuciones negativas.

Las personas que han recibido una sólida instrucción en ciencias naturales y sociales son mucho más propensas a declararse ateas que los no científicos. Aun así, hay físicos, biólogos y otros científicos de respetables credenciales que creen en la creación del mundo en seis días (o algo más de tiempo), en la inmortalidad del alma y en el cielo y el infierno. Y muchas personas que no creen en ninguna de esas cosas prefieren declararse agnósticos en lugar de ateos, implicando que no están seguros de si existe un ser sobrenatural o no (a menos que conciban como agnosticismo la postura según la cual la existencia o inexistencia de dicha entidad es irrelevante). Pueden tomar parte en prácticas e instituciones religiosas o declarar su creencia en algún tipo de poder superior no identificable con la divinidad de ninguna religión conocida.

Esta escala de incertidumbre puede resultar sorprendente, pero no es incomprensible si tenemos en cuenta la complejidad de razones para involucrarse en religión, que van mucho más allá de ser incapaz de explicar todo en sencillos términos causales. Y a menudo se señala que todo lo que creemos acerca de temas científicos posee un estatus de segunda mano. Confiamos en que lo que leemos en revistas científicas, y que consigue publicarse en prensa de calidad y en libros de texto y ensayos académicos, representa con precisión las observaciones y cálculos de observadores sin ningún interés en engañarnos. También confiamos en los historiadores cuando nos hablan de la política de la antigua Roma o de batallas de la Segunda Guerra Mundial, pese a que su información procede de toda una gama de fuentes que, esperamos, remitan a observaciones de primera mano. Confiamos en los antropólogos y arqueólogos que interpretan objetos, rituales y mitos pertenecientes a culturas hace tiempo extinguidas o inaccesibles para nosotros.

El hábito de la confianza nos remite a la esfera religiosa. Sin embargo, existen buenas razones para no creer lo que nos enseñan acerca de esta conexión. Como se preguntaba el filósofo del siglo XVIII David Hume en relación con los informes de milagros del Nuevo Testamento, ¿qué es más probable: que supuestos testigos de hace dos mil años interpretaran mal lo que

vieron o que las leyes de la naturaleza quedaran momentáneamente suspendidas? En épocas modernas ningún libro sagrado ha informado de acontecimientos astronómicos, meteorológicos o físicos inexplicables de ese tipo. El epicúreo siempre otorga menos crédito a fuentes de segunda mano que a la experiencia personal. También concede menos crédito a fuentes de segunda mano antiguas, cuyos informes se remontan a antes de la aparición de una cultura explícitamente crítica que exigía verificación, que a fuentes de segunda mano posteriores.

Estas observaciones suscitan las siguientes preguntas: ¿por qué es la religión un rasgo cultural universal, aunque toda cultura contiene individuos no creyentes? ¿Por qué persiste la creencia en Dios incluso en culturas en las que la gente emplea sofisticadas tecnologías modernas y no tiene problema alguno en creer que la física y la química explican el clima y los gérmenes causantes de enfermedades? Dando por cierto que la religión puede fomentar una conducta ética, ¿estaría un mundo de ateos menos éticamente motivado que el actual? Y dando por cierto que la religión puede fomentar la crueldad y la violencia, ¿sería un mundo de ateos menos cruel y violento?

Algunos ateos consideran que la idea de una persona sobrenatural y con poderes sobrehumanos —como el de resucitar a los muertos—, bondadosa pero irritable, es absurda. No comprenden cómo gente racional puede creer en la existencia de un dios o dioses, o en almas incorpóreas e inmortales. Una posición más ilustrada (y también epicúrea) es que aunque las ideas de Dios o los dioses son habitualmente erróneas, no es difícil comprender por qué personas racionales y, por lo demás bien informadas, se adscriben a ellas. Antes de pasar a sopesar cómo sería un mundo sin religión, déjame llevarte por las cuatro fuentes de creencia en Dios o en los dioses, identificadas por los epicúreos. Son el asombro, la experiencia personal, el miedo y la gratitud, y la tradición y la autoridad.

#### Asombro

¿Cómo pudieron generarse el universo, con toda su enorme extensión, y el mundo, con sus plantas y animales intrincadamente organizados e interdependientes? ¿Qué hace que el universo siga existiendo y que el Sol, la Luna y las estrellas prosigan sus cursos habituales? La causa de todo ello, sentimos, ha de situarse fuera de la naturaleza física. Merece nuestra reverencia y gratitud.

Experiencia personal

Cuando meditamos, rezamos o reverenciamos, y cuando nos enfrentamos a decisiones cruciales, a menudo experimentamos una presencia divina, o sentimos que nos guía y apoya un poder invisible y bondadoso. Santos y teólogos han dejado por escrito historias de sus conversiones repentinas, y, a finales del siglo XIX, el psicólogo William James se lanzó al estudio de los rasgos característicos universales de la experiencia religiosa. Consiguió acceso a numerosos informes de primera mano de personas comunes de la sensación de ser visitadas por un ser sobrenatural, de ser protegidas en momentos de peligro de muerte, de ser guiadas en las grandes decisiones vitales y de que sus plegarias habían sido escuchadas y atendidas. Las experiencias místicas de unidad, armonía y trascendencia en lo cotidiano no surgen tan solo de las drogas, el alcohol, la música, la danza o la poesía, sino también de oraciones, cánticos y conjuros religiosos.

## Miedo y gratitud

Terremotos, tsunamis, sequías y plagas, y los perjuicios que afectan a los individuos en forma de accidentes y enfermedades, suponen un castigo. Cuando sucede algo terrible es fácil preguntarse «¿qué mal he hecho yo para merecer esto?». Puede parecer que un ser poderoso, que desea poner a prueba la fe de sus creyentes o castigar a los inicuos, ha causado el desastre. De igual modo, cuando uno o un familiar se recupera de una enfermedad, o cuando nuestras vidas personales se ven alteradas para bien, sentimos de modo intuitivo que un ser poderoso ha intervenido para ayudarnos.

# Tradición y autoridad

Todas las culturas con escritura poseen libros o textos sagrados que describen características de seres divinos y su registro de intervenciones en la vida humana. Sobre estos textos y las historias que cuentan se desarrolla toda una cultura arquitectónica, pictórica y musical. Rituales y textos religiosos para casamientos y funerales, así como vestimentas especiales para el clero — ropajes, báculos, tocados—, se convierten en elementos familiares y cotidianos o se nos presentan en revistas, libros ilustrados o las grandes pinturas de los museos. Figuras con autoridad enseñan a los niños y recuerdan a los adultos que han de obedecer las normas y leyes mediante la amenaza de castigos y la esperanza de recompensa en esta vida o en otra posterior.

#### Piedad sin superstición

Supongamos que damos por cierto que satisfacer todos estos motivos para las creencias religiosas posee un valor considerable en la vida. ¿Pueden desempeñar un papel sin involucrar al sujeto en creencias erróneas y prácticas reprensibles?

Por cuanto hace referencia al asombro, que Epicuro llama «piedad» —y que puede adoptar la forma de un sentimiento de gratitud por la existencia del mundo y por mi existencia en él—, no resulta irracional, incluso si no hay nadie a quien agradecer. La aparición del universo, con su orden, su regularidad y su belleza, es digna de asombro. Hay momentos en que parece milagroso que la vida, con sus complejidades referentes al metabolismo, regulación y reproducción, consciencia e inteligencia, pudiese surgir de combinaciones de elementos químicos como el carbono, el hidrógeno y el oxígeno. La belleza de conchas, plumas y hojas hace parecer, como comentó el filósofo Kant, que hubieran sido creadas para nuestro placer visual. Sin embargo, pese a lo milagroso de su apariencia, el epicureísmo insiste en que solo la naturaleza las ha creado, sin ningún propósito o intención.

En realidad es más difícil pensar en cómo una mente desencarnada de manos, y sin materiales preexistentes con los que trabajar, pudo crear todo el universo físico, que aceptar que todo procede de la naturaleza. Que existamos, y que existamos en un mundo como este, es cuestión de mero azar, o como mínimo de coincidencia. Sin embargo, si las fuerzas fundamentales de la naturaleza no hubieran sido las que son, no estaríamos aquí para asombrarnos.

Por cuanto respecta a la experiencia, la mente humana parece predispuesta a comunicarse con mentes humanas similares, con intenciones buenas y malas. Experimentamos voces en nuestras cabezas que parecen pertenecer a un interlocutor que aconseja y advierte, voces que a veces experimentamos como reales. Animales salvajes, que nuestros ancestros temían y necesitaban, e incluso manantiales, arboledas y rocas de extrañas formas parecen albergar cualidades espirituales. Las drogas alucinógenas pueden generar percepciones de otra realidad que existe detrás de la cotidiana o en paralelo a ella.

Algunos escritores sostienen que Epicuro consideraba los sueños como un tipo de percepción sensorial y que a menudo soñaba con los dioses. Lucrecio, por su parte, aseguraba que la religión había surgido porque la gente tenía alucinaciones y soñaba con los dioses. «Ya desde entonces [la Antigüedad] los mortales, aunque despierto el ánimo, veían los simulacros sobrenaturales que la ilusión del sueño exageraba a su imaginación»<sup>[3]</sup>. Asignaron a los dioses un lugar en el firmamento, y, temerosos del poder de los cielos, «no

tenían otro recurso que remitirlo todo a la acción de los dioses y hacer que todo girara a una señal suya».

Estas experiencias de misterio, belleza y poder son íntimas y valiosas, pero para el epicúreo no implican la existencia de otra realidad.

Miedo y gratitud son también emociones básicas de los humanos en las que se funda nuestra vida social. Estamos siempre alerta ante mentes con intenciones en cuerpos activos que podrían resultar peligrosos para nosotros o ayudarnos. Soy plenamente consciente de cuando un mosquito intenta picarme, de cuando un perro territorial me advierte y de cuando otra persona corre en mi ayuda cuando se me cae algo o tropiezo. Por lo tanto, cuando nos sentimos misteriosamente ayudados o perjudicados, y no percibimos ningún ser vivo que pueda ser el responsable, suponemos que un agente invisible, suficientemente poderoso como para actuar a distancia sin ser visto, es la causa de nuestra salvación o mala suerte.

Escapar de un grave accidente de tráfico o contraer una rara enfermedad puede hacernos sentir como si una mano nos ayudase desde los cielos o como si un superpoder ofendido nos castigara desde algún lugar más allá del mundo ordinario. Sociedades e individuos pueden acarrear una carga de culpa por lo que perciben como sus ofensas contra otros, y la culpa implica la sensación de estar siendo visto y juzgado. Gran parte de las tragedias griegas que aún emocionan a los espectadores tratan con la experiencia de vivir bajo una maldición.

Tenemos que ser conscientes de cuán profundamente están impresos en nuestra psicología el miedo y la gratitud, y reconocer nuestra dependencia de los demás, y todo esto negándonos a deducir de nuestras experiencias que estas proceden de una causa sobrenatural. Todos nuestros perjuicios y beneficios proceden de la naturaleza de las cosas. Ciertamente otras personas y nuestras propias conciencias nos vigilan y nos juzgan, pero no seres preocupados por cuestiones morales que residen fuera del mundo cotidiano.

Por último, tradición y autoridad. Toda cultura necesita inculcar a sus niños una conducta ética, y recordar a los adultos sus responsabilidades hacia los demás. Esto se suele conseguir en un contexto religioso, porque los niños quieren saber por qué no deberían mentir, engañar, robar y abusar de los demás, y además saber qué pasará si lo hacen y no los puede ver ningún adulto que los pueda castigar. Es muy eficaz decirles que los observa un ser invisible que tiene normas y obliga a cumplirlas. Los adultos se ven sujetos a las mismas tentaciones, y en las culturas cristianas los asistentes a la iglesia parecen apreciar que se les repita una y otra vez acerca de los placeres del

cielo y de los terrores que les esperan en el infierno, si se portan de acuerdo a la moralidad imperante o no lo hacen.

La religión no es solo un vehículo para inculcar ética; es también un marco en el que socializar y celebrar con otras personas, reforzar lazos de comunidad, expresar la seriedad del matrimonio y de la muerte, desatar la creatividad artística decorando los templos y vistiendo a su personal, y proporcionar un tema a pintores y compositores. De modo que incluso personas cuya sensación de asombro está saciada por la ciencia natural, y que no creen realmente que sus experiencias trascendentales provengan de otro mundo, personas que reconocen la sociedad humana cotidiana como la fuente de su miedo y gratitud, pueden valorar la religión en cuanto a su tradición y autoridad.

¿Tiene algún sentido, empero, involucrarse en prácticas religiosas como rezar, cantar himnos, leer libros sagrados, celebrar festividades religiosas o seguir estrictas prohibiciones alimentarias y de conducta? ¿Hay alguna justificación o sentido en estas actividades si uno cree que los libros en los que están basadas son invenciones humanas y las divinidades a las que hacen referencia, ficticias?

Esta pregunta se puede responder desde dos perspectivas: en cuanto a dolor y placer personal y con respecto a la moral. Si los sermones te aburren o te ofenden filosóficamente y acudes a templos por costumbre, un epicúreo te aconsejará que hagas algo más placentero. Si disfrutas de las actividades y prácticas religiosas pese a no creer debido a la belleza de iglesias y templos, el placer de cantar y la compañía de amigos; si consideras razonables las restricciones alimentarias, no hay razón para que no participes en ellas, excepto las de tipo moral.

Esta es una excepción importante: las consideraciones morales te pueden impulsar a unirte a una Iglesia o a abandonarla.

# ¿PUEDE LA RELIGIÓN SER INMORAL?

Según los epicúreos, en la medida en que los textos sagrados, con sus mandamientos de conducta, son invenciones humanas sin autoridad especial, y los profetas que aseguran haber recibido mandatos divinos disfrutaban de un tipo especial de experiencia que no tenía la causa que ellos suponían, no se puede derivar la moral de la religión. Por lo tanto, toda práctica religiosa debe ser evaluada en términos de ayuda y perjuicio. Muchas prácticas religiosas son físicamente dolorosas y, según el epicúreo, hay que rechazarlas, a menos

que haya un beneficio seguro a largo plazo si se eligen. En esta categoría se sitúan los sacrificios, la mutilación y la mortificación. Los castigos prescritos por textos sagrados, como ejecutar a los infieles y a sospechosos de brujería o lapidar a los adúlteros, son moralmente inaceptables para el epicúreo, dado que tales personas no constituyen una amenaza real o se comprende erróneamente la naturaleza de la amenaza. A diferencia de la conducta criminal maliciosa, que implica depredación sobre un público desprevenido, en la mayoría de los casos el adulterio es la violación de un acuerdo entre dos personas para evitar el tormento de los celos, no una ofensa contra la sociedad.

En el libro I de *De la naturaleza de las cosas*, Lucrecio lanzó un duro ataque contra la religión, a la que acusó de fomentar la crueldad. En su historia de la humanidad, lamentaba los orígenes de la religión en nuestros antepasados: «¡Cuántos gemidos asimismo entonces, qué heridas a nosotros, y qué llantos a nuestra descendencia ocasionaron!».<sup>[4]</sup>

Tras elogiar a Epicuro en el primer libro por liberar a la humanidad, que «yacía con infamia en la tierra por grave fanatismo», [5] Lucrecio pasa a pintar un compasivo retrato del sacrificio de Ifigenia, «infelice víctima inmolada». [6] Según el mito griego, y tema de un ciclo de tragedias del dramaturgo del siglo v a. C. Eurípides, el padre de Ifigenia, Agamenón, rey de Micenas, ofendió a la diosa Artemisa al matar un ciervo sagrado. A cambio de invocar un viento favorable para la flota micénica, que zarpaba hacia la guerra de Troya, Artemisa exigió el sacrificio de su hija, y Agamenón, tras una gran angustia mental, cedió a la persuasión. Se perdió una joven vida por una creencia ilusoria en una diosa ofendida y su poder sobre los vientos. Lucrecio argumenta que los sacerdotes explotan el miedo al poder y la ira divinos para mantener un control político sobre el pueblo. «Considera cuán numerosas son las fantasías que pueden inventar, capaces de confundir tu calculado plan de vida y de nublar todas tus fortunas con el miedo». Al amenazar a la población con el castigo eterno por impiedad y desobediencia, la mantienen en estado de ignorancia y docilidad.

¿Están justificadas las acusaciones de Lucrecio? Para ser justos, las creencias e instituciones religiosas han traído al mundo muchas cosas moralmente buenas. Las iglesias se han encargado de labores caritativas a favor de los pobres, ancianos y desahuciados, cuando el Estado se había desentendido de ello, y muchos sacerdotes y clérigos han ayudado a individuos a hallar la salida a sus problemas personales y tormentos mentales. Algunos textos religiosos han apoyado argumentos contemporáneos a favor

de la igualdad y la tolerancia. El movimiento abolicionista del siglo XIX en Gran Bretaña y Estados Unidos estuvo impulsado por reformistas de inspiración religiosa como William Wilberforce y John Woolman, y el reverendo Martin Luther King y las iglesias del sur de Estados Unidos fueron cruciales en el movimiento por los derechos civiles de la segunda mitad del siglo XX. Dorothy Day, que fundó el Movimiento del Trabajador Católico, fue una poderosa voz a favor de la justicia social en la década de 1930. Los cristianos pacifistas están activos en el moderno movimiento antibelicista.

Al mismo tiempo, conviene tomarse en serio la opinión de Lucrecio de que la religión es un instrumento poderoso y peligroso de control social que aprovecha la credulidad humana. A partir de sus observaciones podemos comprobar que hay mucho de cierto en sus acusaciones.

En primer lugar, los sacerdotes se apoyan económicamente gracias a sus comunidades, e históricamente han usado sus cargos para hacerse ricos e influyentes. Los magníficos palacios de los obispos a inicios de la era moderna rivalizaban en opulencia con los de los príncipes. Las iglesias cristianas adquirieron vastas cantidades de tierras al imponer ciertas leyes con respecto a matrimonios y herencias, y se enriquecieron con prácticas corruptas como la venta de bulas o billetes de salida del purgatorio y entrada en el cielo. Los telepredicadores de nuestra época han amasado auténticas fortunas pidiendo donaciones a sus devotas audiencias, y el prestigio y estatus protegido de los sacerdotes les permitió que sus abusos sexuales a niños se ignorasen durante décadas.

En segundo lugar, al predicar sobre el pecado de la humanidad y amenazar con el infierno, el clero ha aterrorizado a niños e inducido culpa y conflictos innecesarios en individuos. Instaurar la convicción de que la desobediencia a los superiores políticos, puestos allí por Dios como sus representantes, es un pecado ha mantenido poblaciones enteras en la humildad y la docilidad, ajenas a la realidad de su situación, cuando deberían haberse rebelado.

En tercer lugar, la religión es una fuente de poderosas ideas que pueden motivar odio y violencia hacia el «infiel», en teoría con el fin de agradar a Dios y obedecer sus órdenes. Cruzadas, yihads y terrorismo surgen de una mezcla de motivos políticos y religiosos. Aunque la guerra no se extinguiría si los textos sagrados y los sacerdotes desaparecieran de la faz de la tierra, sí que desaparecería un conjunto de racionalizaciones para la violencia.

En cuarto lugar, la creencia de que Dios está a cargo de la historia puede convencer erróneamente a la gente de que todas las decisiones políticas de sus legisladores —desde exterminar a la población nativa hasta alterar el sistema impositivo a favor de los ricos— son buenas porque no sucederían si no reflejaran la voluntad divina y sus planes para el futuro.

En quinto lugar, la creencia de que Dios dio la Tierra y todas sus plantas, animales y características a los seres humanos, creados a su imagen y semejanza, se ha tomado como un permiso para hacer a la naturaleza todo aquello que satisfaga los deseos humanos de propiedad, combustible, materias primas, metales, diamantes y carne, sin consideración por el perjuicio causado a los paisajes y seres vivos.

Sin embargo, ninguno de estos rasgos de las religiones existentes (corrupción, intimidación, cruzadas, fatalismo y especismo históricos, además del antifeminismo explicado con anterioridad) es intrínseco a la piedad religiosa tal y como la entendía Epicuro.

# ¿PUEDE UNA PERSONA RELIGIOSA SER EPICÚREA?

Aunque desde principios de la Edad Media en adelante los escritores cristianos de Europa expresaron su alarma ante la negación epicúrea de un dios creador, así como ante sus opiniones sobre la mortalidad del alma y los placeres sexuales, hubo ciertas áreas en las que el cristianismo primitivo —tal y como existía antes de la creación de una vasta estructura burocrática de poder— y el epicureísmo del Jardín se solapaban. Más allá del evidente paralelismo entre los patrones de liderazgo y amistad, incluida la amistad entre hombres y mujeres en ambos sistemas, la figura histórica de Jesús era notable por su ausencia de juicios morales en asuntos cotidianos concernientes al placer. La declaración de Epicuro de que la naturaleza nos ha provisto con todo lo que realmente necesitamos tiene su eco en el consejo de Jesús «considerad los lirios del campo». Su amistad con la mujer caída en desgracia María Magdalena puede compararse con la amistad entre Epicuro y la cortesana Leontion. Ambos filósofos morales rechazaron las normas predominantes de su cultura, y ninguno de los dos tenía el menor interés en rituales, adivinación o sacerdocio, ni en acumular riquezas. El epicúreo no hace cosas solo por ganar dinero una vez que ha obtenido un nivel modesto pero satisfactorio de placer personal en la comida, la bebida, la ropa, el equipamiento y el ocio, y tampoco lo hace el buen cristiano. Los valores de igualdad y tolerancia no van ligados necesariamente a una creencia en lo sobrenatural ni a la autoridad de textos sagrados. Al mismo tiempo, un rasgo importante de la religión es que puede defender —y a menudo, aunque no

siempre, defiende— valores morales en conflicto con los de regímenes políticos corruptos.

La mayoría de las religiones del mundo exigen a sus seguidores que desdeñen al menos algunos placeres, incluso si permitírselos no resulta en realidad ni imprudente ni perjudicial para otros. A este respecto se encuentran en posiciones opuestas con el epicureísmo. Sin embargo, en el núcleo de la religión hay un sentimiento probablemente universal: que nuestras acciones están sujetas a vigilancia y juicio por su valor moral aun cuando no hay más seres humanos a nuestro alrededor que las vean y evalúen. «Dios» es el nombre de la fuente de este sentimiento universal. Aunque Epicuro —al afirmar que los dioses existen porque la gente cree en ellos— no identificaba la divinidad con la conciencia, se puede interpretar que señalaba el hecho de que las creencias y los sentimientos religiosos forman parte del equipamiento psicológico básico del ser humano.

Para poder contemplar de un modo adecuadamente crítico pero no abiertamente desdeñoso la religión necesitamos una imagen alternativa de la realidad, y eso es lo que los antiguos epicúreos intentaron proporcionar con su narración de la creación del universo y sus habitantes, la naturaleza de la mente humana, la naturaleza de la moral y cómo escoger y rechazar. El epicúreo distingue entre los elementos supersticiosos de la religión en las historias, específicas de cada cultura, de los dioses, sus atributos y sus hazañas, y la verdad que yace en el núcleo y que impulsó a la imaginación humana a narrar esas historias, la verdad de que la moral nos importa.

# 14 Una vida con sentido

Así en vano se afana el hombre siempre y de continuo se atormenta en vano, y en cuidados superfluos gasta el tiempo, porque no pone límite al deseo, y porque no conoce hasta qué punto el placer verdadero va creciendo: y esto es lo que ha lanzado poco a poco entre borrascas a la humana vida, y ha movido unas guerras tan crueles para arruinar la sociedad entera.

LUCRECIO<sup>[1]</sup>

Quien conoce los límites impuestos a la vida sabe que es fácil de procurar lo que elimina el dolor producido por falta de algo y lo que hace perfecta la vida. De modo que no necesita en absoluto tareas que entrañan competencias.

EPICURO<sup>[2]</sup>

Epicuro enseñaba en su Jardín, y evitaba a propósito los mercados y tribunales de la ciudad. Sabía que negocios y política no conducían a la tranquilidad filosófica. En el Jardín no estaban presentes la codicia ni el amor por el poder y la dominación, y la búsqueda de conocimiento, la amistad entre iguales y los placeres moderados otorgaban forma a la vida cotidiana.

Puedes preguntarte cómo se puede vivir una vida epicúrea en el entorno actual, tan diferente. Si no vamos a vivir de la caridad ajena ni a expensas del Estado, tendremos que vender nuestras capacidades mentales y físicas, a nuestros empleadores o directamente al público como emprendedores. Incluso en las profesiones altruistas —medicina, educación, algunas ramas del derecho y de la administración— debemos involucrarnos en un mundo turbulento y convivir con extraños. Incluso si tengo un jardín deberé comprar herramientas, fertilizante, insecticida, guantes de jardinero... y todo esto cuesta dinero. Todos nos vemos obligados a hacer numerosas concesiones a quienes están en el poder y aceptar lo que la mayoría democrática decida hacer.

¿Y si todo el mundo intentase hacer lo mismo que hizo Epicuro? ¿No había algo parasitario en el hecho de dejar la política, los negocios y la defensa de la ciudad a los demás? ¿No estaba adelantándose al movimiento «Enciende, sintoniza, abandona» de la década de 1960, que instaba a sus seguidores a ignorar el mundo cotidiano del trabajo y a la sociedad establecida y a disfrutar de felices estados de intoxicación inducida por drogas, centrándose exclusivamente en sus percepciones y pensamientos personales? En lugar de provocar cambios sociales duraderos, ese movimiento se demostró tan frágil e irrelevante que pronto fue sustituido por la ética de «la codicia es buena» de la década de 1980.

Además, un lector crítico debe señalar que hay una diferencia entre vivir una vida agradable y vivir una vida con significado, que la filosofía epicúrea ignora.

Los placeres de la comida, la bebida, la calidez y la compañía están disponibles para todos los animales, pero no solemos pensar que gorriones, perros, caballos o chimpancés, todos ellos animales sociales que disfrutan de su comida, de su bebida y de la presencia de sus congéneres, tengan vidas con significado. Immanuel Kant, un antiepicúreo influido por el estoicismo, afirmó: «Tampoco buscaremos en el sentimiento del placer ni en la suma de placeres el objeto final de la creación: el bienestar, el placer (sea corporal o espiritual), la dicha, en una palabra, no contienen la medida de este valor absoluto».<sup>[3]</sup>

Más que sentar las bases para una vida con significado, ¿no estaba Epicuro diciendo que no debemos preocuparnos en absoluto por hallar un sentido? Tanto él como Lucrecio nos recomiendan dejar de luchar y hallar la felicidad en nosotros mismos y en lo que ya tenemos. Pero ¿cómo puede un disfrute tan pasivo conectarnos con lo que Kant llamaba el «valor absoluto»?

### Dos concepciones de una vida con sentido

Lo que distingue a los seres humanos de los demás animales no es la posesión de un alma inmortal, sino la capacidad para dedicarse, mediante la creencia y el esfuerzo, a ideales abstractos, a convertir ideas en realidades y a perseguir objetivos a largo plazo cooperando con otros. Dos concepciones principales de una vida con significado que se han enseñado en la cultura occidental se basan en esta observación. El epicúreo de hoy en día acepta la argumentación en ambos casos, pero también los ve susceptibles de exageración y distorsión.

En una concepción, son los logros mundanos los que dan significado a la vida del individuo. En la otra —la que defendía el propio Kant—, es el esfuerzo moral o espiritual el que, con suerte, consigue logros morales o espirituales.

Según la concepción mundana, el mejor tipo de vida es aquel que implica hacer o ser algo que depare la admiración y el respeto de los demás. En esta concepción, acceder a los escalafones más altos de una organización; ganar una gran suma de dinero y comprar múltiples residencias; convertirse en un famoso atleta, músico, actor o artista o inventar un dispositivo útil como la bombilla eléctrica son modos de asegurarse una existencia con sentido. Los grandes artistas, escritores, conquistadores, científicos y filósofos, como Miguel Ángel, Shakespeare, Alejandro Magno, Einstein, Sócrates y muchos otros, son quienes poseen las vidas con mayor significado.

Bajo esta definición de vida con sentido como logros mundanos reconocidos, la mayor parte de las personas, y especialmente las mujeres, no consiguen tener una vida con sentido, puesto que no logran destacar en ninguno de esos campos, aunque las que lo consiguen son debidamente respetadas.

En la concepción moral-espiritual, ni la riqueza ni el poder ni los logros mundanos otorgan sentido a la vida. En lugar de ello, la vida con sentido o significado es una existencia de servicio a los demás y sacrificios, sean reconocidos y alabados o no. Al sacrificar el placer, y posiblemente incluso la salud o la vida misma, y dedicarse por entero al cuidado de los demás y a la mejora de sus condiciones, uno obtiene el mejor tipo de vida posible. En esta concepción, cualquiera, hombre o mujer, sin importar su entorno familiar ni su suerte, puede tener una vida con sentido. Puesto que mientras que los logros, la fama y la fortuna no están completamente bajo control del individuo, el servicio a los demás y el martirio están disponibles para cualquiera que los escoja. Bomberos, enfermeros y trabajadores sociales tienen vidas con más sentido que los banqueros; la madre Teresa y Albert Schweitzer son dos de los mejores modelos que tenemos.

En estas dos familiares concepciones se entiende el sentido vital como algo vinculado con nuestras características humanas distintivas: se concibe la vida llena de significado como algo compatible con la resiliencia y las penalidades; incluso las requiere. Esta es la razón por la que tanto el ideal de logros como el de servicio son tan atractivos: no solo nos dicen qué tipo de acciones y experiencias aportan sentido, sino que también nos advierten de que encontraremos problemas y obstáculos en su persecución.

El epicúreo se muestra de acuerdo con que es el ejercicio de nuestras capacidades específicamente humanas lo que crea sentimiento de realización y sentido, y que tanto los logros como el servicio son conceptos que pueden ayudar a orientarnos en la vida. Aun así, insistirá, más no es necesariamente mejor. A lo largo de los siglos, algunas de las personas más admiradas han sido belicistas cuyos logros fueron las masacres de miles de personas y los cambios en las fronteras nacionales, y cuyo servicio fue a la patria. Se puede extraer esta conclusión del estatuario de la mayoría de las ciudades europeas que celebran los logros de personas que arruinaron ciudades y aldeas y enviaron a la muerte a cientos o miles de jóvenes. En nuestro siglo, algunas de las personas más admiradas son emprendedores que descubrieron cómo beneficiarse del trabajo monótono de otros y cómo tentar a los consumidores para que compren cosas innecesarias. El epicúreo mira con desdén la egoísta búsqueda de la gloria y el dinero. Al mismo tiempo, tampoco considera su obligación dedicar su vida a los demás a expensas de su propia salud y disfrute. Tanto el exceso de ambición como el exceso de autosacrificio, cree, distorsionan la vida humana. Ni deberíamos luchar por la preeminencia ni ser llevados —o escoger— a la abnegación cuasi esclavista.

#### SENTIDO DE LA VIDA PARA EL INDIVIDUO

Las experiencias más inmediatas de sentido y de falta de sentido que experimentamos todos es la conexión con nuestra lengua materna y la desconexión con las lenguas extranjeras. Reconozco mi lengua nativa, una en la que palabras y frases tienen sentido, como aquella en la que me expreso, guío a otros y me guían. Me resulta fácil moverme por lugares en los que se habla mi lengua materna y en los que me entiendo con los demás. Una lengua extranjera que no comprendo me resulta tan solo ruido o balbuceos. Es incómodo y frustrante estar rodeado de hablantes a los que no puedo entender ni comunicarles mis necesidades y deseos: comida, una habitación para la noche o direcciones útiles.

Un poema, una historia o una película llena de sentido tiene características similares. Emplea un lenguaje y unas imágenes que me hacen vibrar, en lugar de incomodarme o frustrarme. Me siento comprendida; es como si el autor pudiera leer mi corazón. De algún modo la reclamo como parte de mí, como una de mis favoritas. Con los que, para mí, son películas, historias y poemas sin sentido, no pasa nada de esto. No tengo la impresión de que quien los ha

creado me comprenda, ni de que me pueda ofrecer ideas u orientaciones útiles.

De un modo análogo, una vida con sentido es una con la que me puedo identificar o que querría hacer mía. Implica un sentimiento de propiedad, reconocimiento y aceptación. La descripción de una vida con sentido puede guiarme o inspirarme. Así como las palabras y experiencias con significado me proporcionan lo que parece una puerta a una realidad más amplia, las acciones con significado vinculan mi autoría a esa realidad más amplia. De modo que es comprensible que el mero comer y beber, aunque sea con disfrute, o relacionarme con otras personas amistosas, no satisfaga mi necesidad de sentido.

Las actividades más satisfactorias en la vida son aquellas que sustituyen ignorancia por conocimiento y traen orden y belleza al mundo, reparando daños y superando el caos. Una vida puede ser buena, en términos epicúreos, incluso aunque no implique logros validados y recompensados por el resto de la sociedad, ni grandes sacrificios o luchas contra tentaciones mundanas. No es necesario conquistar un país, llegar a la cima de una organización ni ser el proveedor de jabón y galletas de la familia real británica. Sea cual sea tu campo, no necesitas el premio Pulitzer, el premio Nobel, la Cruz Púrpura, las llaves de la ciudad o aparecer en la portada de la revista *Time* para tener una vida llena de sentido.

Lo que distingue a los seres humanos de los demás animales no es la posesión de un alma inmortal, sino la posesión de estas capacidades, basadas en el excepcional tamaño y configuración de nuestro cerebro y su relación con las manos. Lucrecio llama la atención sobre la inventiva humana a la hora de crear y emplear herramientas y para el arte. Esta inventiva no requiere de genio ni de talento, en el sentido habitual. Averiguar cómo estabilizar tu portaequipajes puede resultar un descubrimiento gratificante a lo largo de una tarde. Todo ejercicio de trabajo manual, ya sea montar el cortacésped recién comprado u organizar tu cajón de los calcetines, trae orden y belleza al mundo, satisface al creador y puede proporcionar placer a los demás incluso si no los deslumbra ni implica enormes sacrificios.

Tampoco es necesario comprometerse en el servicio a los demás a una escala heroica. No eres responsable de todo el mundo, y la gente con la que convives tiene su parte en las tareas de mantenimiento de la vida cotidiana, de modo que no recae todo sobre ti. Recuerda que la justicia emana de acuerdos, no de tradiciones, y busca la igualdad en los tratos. Preséntate voluntaria porque tu conciencia te impele o porque disfrutas haciéndolo, como hacemos

la mayoría de las personas, pero si acudir a reuniones de la AMPA o cocinar pasteles para ellos te hace chirriar los dientes, no lo hagas.

Lo que da sentido a la vida es hacer aquello para lo que estás capacitado con un estándar que tú mismo te marcas, cuidar de quienes amas y siendo amado y cuidado por ellos. Puedes disfrutar de una gratificante sensación de logro sin tomar nada, o muy poco, de los demás. Tocar música, por ejemplo, puede ser un terreno muy competitivo en el que abunden los celos, los premios, el abatimiento, las buenas y malas críticas, y que requiera grandes inversiones económicas en formación, equipamiento y desplazamientos. Hay personas a las que esto les encanta, pero tu implicación personal con la música no es menos intensa y llena de significado si tocas en la orquesta de tu comunidad y no en la Filarmónica de Berlín. Por un desembolso moderado o inexistente puedes volverte aficionado y zambullirte en juegos como la canasta, el go o el ajedrez, y si no es lo tuyo, puedes tomar clases de baile o de dibujo, o aprender otro idioma.

Aunque Epicuro aseguraba no ver valor alguno en aprender cosas porque sí, escribió treinta y siete libros cortos que versaban sobre temas como el reinado, el lenguaje o la astronomía. El epicúreo halla sentido en aprender acerca de los fenómenos naturales y sociales que le rodean, siguiendo vínculos hacia la ciencia, las humanidades, el arte y la política, y profundizando en su comprensión de la pobreza, la enfermedad, el clima, las subidas y bajadas de la Bolsa, la historia del planeta y la conducta de los animales. Si todo esto te parece agotador, vale la pena que te preguntes si la búsqueda de gloria o dinero, por una parte, o tu esclavitud hacia los demás, por la otra, están ocupando demasiado lugar en tu vida.

#### El problema de la opulencia

El epicúreo distingue cuidadosamente entre el disfrute personal de la comida y la bebida, por un lado, y la glotonería, por el otro; entre placeres que es improbable que conlleven graves perjuicios o problemas para los demás y los que los causan. Deberíamos hacer esa misma distinción de modo colectivo. Sin embargo, aquellos de nosotros que vivimos en naciones ricas nos aproximamos al mundo como glotones, más que como epicúreos conscientes, maximizadores del placer y minimizadores del dolor. El glotón come mucho más de lo que necesita para nutrirse adecuadamente. Tan solo una parte de lo que ingiere nutre su cuerpo; el resto se almacena como grasa o se excreta.

El mundo industrializado se parece cada vez menos al Jardín de Epicuro y cada vez más al hábitat de un glotón. Los economistas integrados en el sistema nos instan a crecer, a aumentar la tasa de producción que transforma materias primas —petróleo, carbón, madera, metal, forraje, cereales y agua en energía, bienes de consumo y alimentos, y que después transforma bienes de consumo en basura, gran parte de la cual es tóxica o casi indestructible. El metal oxidado y la maquinaria vieja se acumulan en los suburbios de ciudades y en el campo; una isla de plástico cubre 30 kilómetros cuadrados del océano. Residuos, entre ellos metales pesados, restos de insecticidas y herbicidas, compuestos de mercurio, basura radiactiva, bifenilos policlorados, derivados del alquitrán de hulla y todos los venenosos productos colaterales de su fabricación se mezclan con el agua y el aire. Cuantos más combustibles y minerales subterráneos extraemos, más superficie aniquilamos. La tierra y los océanos comienzan a estar demasiado calientes. Todas estas desgracias no son planeadas. Son sencillamente los efectos colaterales del desarrollo de nuevas tecnologías y nuevos sistemas sociales y económicos.

El Libro I de *De la naturaleza de las cosas*, de Lucrecio, comienza con imágenes de la primavera y de la —metafóricadiosa Venus liberando sus poderosas gracias y «en los mares y en las sierras, y en los bosques frondosos de las aves, y en medio de los ríos desbordados, y en medio de los campos que verdecen, el blando amor metiendo por sus pechos». El Libro V acaba con un elogio a los logros de la civilización, que «se inventaron a fuerza de experiencias, por la necesidad y por la industria». Estos logros comprendían «la navegación, la agricultura, la arquitectura, la jurisprudencia, el arte de hacer armas y caminos, de preparar las telas, y las otras invenciones a estas semejantes, y aun todas las que son de mero gusto, la pintura, escultura y poesía [...] el ingenio perfecciona las artes sin cesar unas con otras, hasta que logran perfección cumplida».<sup>[4]</sup>

El Libro VI, en cambio, tras un debate científico acerca de la naturaleza del trueno, el relámpago y otros fenómenos atmosféricos basado en los informes de Epicuro, pasa a tratar sobre sustancias venenosas y vapores mortales, como los emitidos por el carbón ardiendo en el interior de una habitación cerrada o por ciertos árboles, así como los que se han encontrado en las minas. El capítulo concluye con la tétrica descripción, con imágenes de podredumbre y descomposición, tomada del historiador Tucídides, de la peste que asoló Atenas en 430 a. C.

La peste fue probablemente algún tipo de fiebre hemorrágica similar al ébola de hoy en día. Lucrecio describe los terribles síntomas que advertían de la enfermedad: «Los oídos inquietos con zumbidos, viva respiración, o fuerte y lenta, cuello bañado de un sudor brillante, poca saliva como azafranada y cargada de sal, de sus gargantas con fuerte tos apenas arrojada». La enfermedad progresaba con «secreciones de úlceras malignas y de negros despeños [...] más tarde: sangre corrompida de su nariz corría en abundancia». La gente se mutilaba a sí misma para intentar detener el avance de la infección, pero en vano. Los cuerpos se amontonaban, insepultos, en las calles, y los enfermos abarrotaban las plazas públicas, sus «lánguidos cuerpos medio muertos, hediondos y sucios y andrajosos». [5] La plaga abrió una gran brecha entre la población y llevó a un quebranto de la moral y del orden público conforme el pánico y el oportunismo se abrían paso.

La metáfora del Estado enfermo era habitual en filosofía política, y Lucrecio se estaba refiriendo implícitamente a su propia época, en la que una reciente y sangrienta guerra civil, revueltas de esclavos, ejecuciones y conspiraciones hacían las veces de telón de fondo. Quizá señalaba también que no solo nuestras vidas, sino todos los logros de la civilización pueden perderse en cuestión de horas, días o semanas a causa de diminutas entidades microscópicas.

Las personas de hoy en día nos enfrentamos a nuestra propia versión del Estado enfermo en forma de un mundo herido. Desde una perspectiva individual, estos problemas parecen abrumadores e intratables. Sin embargo, si forjan relaciones cooperativas entre sí; si apelan a los deseos casi universales de seguridad, belleza y justicia; si se intentan resolver los desacuerdos políticos mediante la apertura a la experiencia y a la experimentación, los seres humanos pueden salir de un estado de desamparo y parálisis. Como filosofía de «elección o rechazo», que presupone el libre albedrío y el poder de cambiar leyes e instituciones cuando sus efectos dañinos se hacen evidentes, el epicureísmo nos puede impulsar a tomar decisiones con principios y prudencia.

Para ello debemos mirar, a escala individual y a escala colectiva, más allá de la microrracionalidad que ve cada paso sucesivo como una mejora, y evaluar la macrorracionalidad de cómo funcionan nuestros sistemas en conjunto. Debemos reducir los incentivos para el exceso de especialización, el exceso de trabajo y el exceso de consumo de energía y productos manufacturados y textiles que abunda en casi todas las culturas influidas por la tecnología. Debemos escoger y rechazar de entre los líderes políticos, distinguiendo entre los genuinamente prudentes, que se preocupan por el futuro a largo plazo de la humanidad y capaces de adoptar una perspectiva

objetiva sobre la naturaleza y la sociedad, y aquellos egoístas y sedientos de poder que ignoran o rechazan el conocimiento empírico. Tenemos que distinguir entre aquellos que están realmente preocupados por el bien común y aquellos cuya supuesta moral tan solo implica la persecución a homosexuales y a mujeres que abortan.

Desde la Antigüedad, y pese a terribles bandazos en dirección contraria, hemos realizado progresos políticos, gran parte de ellos en los últimos siglos. Cada vez más nos damos cuenta de que el problema de la agresión militar debe tratarse como uno de criminalidad, y que debe resolverse mediante el uso controlado de la fuerza por una autoridad policial debidamente constituida. Cada vez más, el modelo de intereses nacionales políticos y económicos que se esgrime para justificar agresivas intervenciones en los asuntos de otros países se va considerando obsoleto. La noción de «defensa no ofensiva» —mantener el poder necesario para repeler ataques, que Epicuro consideraba necesario, pero sin crear tensiones que pudieran llevar a la guerra — se debate en algunos círculos militares. Convenciones como las de Ginebra, tratados contra la proliferación de armamento nuclear y químico y acuerdos multinacionales reflejan la convicción epicúrea de que la justicia surge de la negociación y el acuerdo.

Con el bienestar no solo humano, sino de todo tipo de vida en mente, hemos comenzado a adoptar medidas a escala global enfocadas a la conservación de los océanos, los bosques, la atmósfera, el suelo, el agua y el clima, así como las plantas y los animales amenazados de extinción. Cada vez más, rechazamos afirmaciones como que el uso prolífico de recursos naturales y la contaminación resultante van vinculados al bienestar general, o que los esfuerzos conservacionistas y regulatorios promueven la miseria generalizada, y reconocemos que estas afirmaciones proceden de intereses egoístas. Los consumidores han exigido estándares oficiales que prohíban la crueldad hacia animales y seres humanos y la explotación de ellos, y esto se da en la producción industrial de alimentos, ropa, fármacos y cosméticos.

También se han introducido nuevas convenciones que facilitan el flujo de mujeres, homosexuales y minorías étnicas a las profesiones. Hemos progresado en la comprensión y en la corrección de los perjuicios a colectivos sociales desfavorecidos, como los indigentes, las prostitutas, los adictos, los discapacitados, los ancianos y los presos, a los que antes nos inclinábamos a considerar indignos y sin valor. Las familias han adoptado nuevos acuerdos —contratos sociales a escala individual— para repartirse el cuidado de los niños, así como las tareas de cocinar, limpiar y mantener y reparar las

posesiones, de modo que las capacidades intelectuales, artísticas y políticas de la mujer puedan hallar su adecuada expresión.

### La perspectiva filosófica

Muchas personas sienten la necesidad de tener una perspectiva más cosmológica, si no religiosa, para experimentar una vida con sentido. Sin embargo, el deseo de sentirse cosmológicamente relevante es difícil de satisfacer, porque no lo somos. Habitamos un pequeño planeta que gira en torno a una estrella en una galaxia que contiene unos 250 000 millones de estrellas, una galaxia situada en medio de aproximadamente dos billones de galaxias. Incluso si aceptamos la idea epicúrea de que la vida es común en el universo —una vida consciente, despierta, «inteligente»—, no hay nada de especial en nuestra situación en el cosmos, que tiene, en cualquier caso, una duración limitada. Los terrestres nos hallamos fascinantes a nosotros mismos, pero no hay ningún sentido objetivo en el que la vida humana sea importante o apreciada por la naturaleza. El promedio de supervivencia de las especies mamíferas es de tan solo 500 000 años, y los humanos hemos empleado al menos el 50 por ciento de ellos. Con nuestras tecnologías letales, es posible que hayamos empleado un porcentaje un poco mayor que este: hay expertos que creen que las amenazas del armamento atómico, de los microbios y de la robótica de control y la nanotecnología hacen que, en ausencia de un cambio rápido y sustancial en nuestros valores, la civilización tenga solo un 50 por ciento de probabilidades de sobrevivir hasta el siglo XXII.

Sin embargo hay una perspectiva desde la cual la vida humana importa, que puede satisfacer la necesidad de pertenencia a algo más grande que uno mismo y la esfera de las preocupaciones propias. Casi todos los seres humanos son capaces de filosofar, de reflexionar sobre el pasado y el futuro y de cómo es la vida, de una manera en que los demás animales, que sepamos, no pueden. El hecho de pertenecer a la especie humana en sentido biológico—nacer, crecer, interactuar alegremente con los demás, amar a algunos, producir descendencia y morir para dejar paso a la siguiente generación— es una fuente de significado. Junto a los demás seres vivos, tomamos parte en ciclos de renovación y destrucción. En contradicción con la percepción común del epicureísmo como una filosofía del egoísmo y del interés propio, en realidad está orientada hacia el común de la naturaleza, y especialmente — como se refleja en la poesía de Lucrecio— a la naturaleza viva. Pasamos la «antorcha de la vida», como la llamaba Lucrecio, a la siguiente generación. El

epicúreo comprende que cada individuo es parte de un sistema que es antiguo y, tal vez, eterno. Aunque el universo puede regresar a su estado original —el vacío cuántico— y nunca retornar de él, muchas estrellas y planetas nacerán, se desarrollarán y desaparecerán antes de que eso ocurra.

La belleza de la naturaleza viva, los colores del otoño y los fantásticos patrones de las ramas desnudas en invierno, el surgimiento de la vida vegetal y el nacimiento de las crías de animales en primavera, dan fe tanto de la permanencia de la naturaleza como de su impermanencia. El drama del granizo y de los huracanes, así como el silencio de las primeras nevadas serias, nos recuerdan que nos sentimos y sabemos parte de un vasto sistema de mundos, todos creados del mismo material, que se encuentra evolucionando y cambiando constantemente, inventando nuevas formas y conservando las antiguas. Saber que la muerte es inevitable e irreversible proporciona sentido a esta vida, por ser la única. Saber que las vidas de los demás son sus únicas vidas hace que no seamos indiferentes a los perjuicios que sufren, y que no deseemos que sufran aún más.

Experimentarse uno mismo como parte de este sistema nos hace sentir más pequeños —pues nuestras pequeñas preocupaciones, como gustar o no gustar, tener éxito o ser ignorados, ser ricos o ir justos de dinero para cumplir nuestras ambiciones consumistas, pueden parecer triviales— y a la vez más grandes. El hecho mismo de estar compuesto por átomos sin mente pero poseer una mente; de ser el producto de fuerzas ciegas pero tener dirección y propósito, puede resultar milagroso. Nos damos cuenta de la buena suerte que tenemos de existir en un universo vasto y —a efectos prácticos, si no teóricos — carente de vida.

El modo de comer, de beber y la alegría de los animales sociales no son totalmente distintos de los nuestros. A los filósofos epicúreos les importaba más acabar con el excesivo orgullo de los humanos por su especie que en hincharlo haciéndose eco de la más extendida opinión de la excepcionalidad humana. Pero, hasta donde sabemos, somos la única especie que se alegra de la vitalidad y se entristece con cualquier muerte que suponga una despedida demasiado abrupta del «banquete de la vida», en el más amplio contexto de la vida y la belleza.

Cuando, como Lucrecio en el Libro VI, nos sentimos demasiado pesimistas con respecto al estado del mundo, resulta útil visitar un museo para maravillarse ante lo que los humanos podemos hacer cuando no nos dedicamos a la conquista ni a la adquisición de riquezas, sino que empleamos nuestras mentes, manos y ojos para crear objetos de belleza. Los jarrones, los

cuadros e incluso los aparentemente humildes objetos de uso cotidiano, como las cestas de mimbre o unas zapatillas bordadas, pueden ayudarnos a recuperar la perspectiva y la fe en la humanidad, y conectarnos con lo que podemos experimentar de absoluto más allá de nosotros mismos. En estos objetos, el deseo del artista de llegar a la excelencia a través de sus poderes y la voluntad de ser útil y proporcionar placer a los demás se han cumplido por completo.

# 15 ¿Debería ser un estoico?

Su disputa [de los epicúreos] con quienes suprimen las penas, lágrimas y lamentaciones por la muerte de las personas queridas; su afirmación de que la ausencia de dolor que lleva a la impasibilidad proviene de otro mal mayor, la crueldad o un desmedido y loco deseo de notoriedad [...] Estas cosas, en efecto, las tiene dichas Epicuro [...] en otros muchos lugares.

PLUTARCO<sup>[1]</sup>

[Dice Epicuro]: hónrese lo bello y las virtudes y las otras cosas de ese género si procuran placer; si no lo procuran, dejémoslas ir en paz.

ATENEO<sup>[2]</sup>

Para definir de un modo incluso más nítido el epicureísmo, resulta útil contrastar su perspectiva con la estoica, especialmente cuando esta última está experimentando un resurgimiento en cuanto a lectores. Aunque epicúreos y estoicos eran oficialmente oponentes, hay áreas en las que se solapaban. Ambas filosofías poseían epistemología, cosmología, teoría política y ética, y ambas conectaban sus cosmologías con sus narrativas de una buena vida. Ambas tenían el objetivo de vivir bien, sin problemas y de acuerdo a la naturaleza, aunque estoicos y epicúreos no daban el mismo significado a esos conceptos centrales. El estoicismo tiene sus atractivos, pero también posee limitaciones que, a mi parecer, hacen al epicureísmo más atractivo.

#### EL SISTEMA ESTOICO

Los estoicos de la Antigüedad, cuyos máximos exponentes fueron los filósofos griegos Zenón y Crisipo y los filósofos romanos Séneca, Epicteto y Marco Aurelio, creían que el mundo estaba dirigido por la providencia e impregnado de una sustancia llamada *pneuma*, una mezcla de aire y de un fuego invisible, un tipo de aliento vital que proporcionaba vida y orden a todo. Había deterministas que negaban que sucedieran cosas por azar, aunque reconocían que muchos factores causales desconocidos influían en un determinado resultado. Por lo tanto, había que aceptar y abrazar el destino. Esto, empero, no implicaba que para ellos el esfuerzo —incluido el esfuerzo moral— fuese inútil. En la naturaleza, todo intenta conservarse, pensaban, y mediante la razón podemos formar nuestros caracteres tomando la ordenada

naturaleza de los cielos como modelo de estabilidad y resistencia. La ética estoica se dirige, por una parte, a cultivar la virtud, y por otra parte a reconciliarse con las inevitables pérdidas que acarrea la vida.

estoicos consideraban que la autoridad moral procedía reconocimiento, por parte de la razón, de la ley natural. El orden era inmanente en la naturaleza, y normas morales como cuidar de los niños y respetar a los gobernantes estaban inscritas en la naturaleza de las cosas. A este respecto diferían de los epicúreos, quienes consideraban que las normas justas se basaban en decisiones comunitarias con respecto a lo que produciría el mayor bienestar para el grupo. Una vez más, en algunos asuntos estaban de acuerdo. Muchos estoicos criticaban la esclavitud, que, como los epicúreos, consideraban en conflicto con la igualdad natural de todos los seres humanos. Esto estaba en abierta oposición a la opinión preponderante de que algunos seres humanos, por naturaleza, solo eran aptos para ser esclavos, una opinión que Aristóteles representaba con fuerza e influencia, y que ha persistido hasta tiempos muy recientes. Sin embargo, en sus comunidades tenían sirvientes. Epicuro permitía que esclavos y mujeres tomaran parte en sus debates filosóficos; los estoicos, hasta donde yo sé, no lo hacían, aunque Epicteto era un esclavo liberto.

Los estoicos creían que lo placentero y lo honorable eran cosas contradictorias. Creían que los epicúreos no conseguían distinguir suficientemente entre los humanos y los demás animales cuando suponían que todos nos guiamos por el dolor y el placer.

Conceptos principales	Estoicos	Epicúreos
Ontología	Pneuma	Átomos y vacío
Causalidad	Determinismo, destino	Azar, libre albedrío
Objetivo de la ética	Virtud	Librar del dolor
Fuente de autoridad	Ley natural	Acuerdo entre humanos
moral		
Orientación	Universalista	Relativista
Emociones	Generalmente malas	Generalmente buenas
Vida familiar	Importante	No esencial
Suicidio	Recomendado en circunstancias	No recomendado
	difíciles	
Sufrimiento	Inevitable	Minimizable
Placer	Generalmente malo	Generalmente bueno
Felicidad	Ser libre de todo trastorno emocional	Ser libre de ansiedad y miedo
Educación	Desarrolla la curiosidad y capacidad	Erosiona la superstición
	humanas	
Guerra	Oportunidad para exhibir la virtud	Motivada por la codicia y la
		ambición

Los epicúreos subrayaban lo que tenemos en común los humanos con los otros animales, y señalaban cuán similares son en ambos el amor maternal, la pasión sexual y el dolor por la pérdida de seres queridos, mientras que los estoicos, aunque consideraban universal el impulso de autoconservación, subrayaban las superiores capacidades intelectuales de los seres humanos e instaban a sus seguidores a alzarse por encima de sus apetitos y reacciones animales. La tabla anterior resume ambas posiciones. Se trata de una simplificación que enfatiza las diferencias, más que las similitudes, y no contempla las variaciones en la tradición estoica, pero ofrece una idea general del contraste entre ambas.

## ¿DEMASIADA ENTEREZA?

Los estoicos consideran el mundo como un lugar ordenado y racional, y a los deberes como objetivos y vinculantes para todo el mundo. En ciertos aspectos el estoicismo es solemne, edificante y ciertamente optimista. Pero hay poco lugar, en esta filosofía, para la compasión o la resistencia a la opresión, y puede parecer ciega ante las fuentes de satisfacción de la vida.

El genuino estoico, un determinista que sostiene que nada de lo que ocurre podía no haber ocurrido y que hemos de abrazar nuestro destino, no se lamenta por la muerte. Considera que las leyes de la naturaleza hacen que sea inevitable que algunos niños mueran de leucemia; que algunas mujeres adultas mueran de cáncer de mama y que de vez en cuando se atropelle a algún anciano. También los tiroteos en escuelas siguen las leyes de la naturaleza... Hay una cierta cantidad de personas enfadadas; hay una cierta cantidad de armas de fuego disponibles.

Más que la fragilidad, es la dureza el motivo predominante en el estoicismo, sobre todo en su resurgimiento actual. El personal militar con interés por la filosofía o encargado de enseñarla se suele ver particularmente atraído por ella. Es probable que los eruditos deseen señalar que ningún estoico fue belicista, y que algunos de ellos valoraban la paz, pero hay razones evidentes por las que soldados y generales no se ven atraídos por el epicureísmo. Allá donde el estoico exige resistencia ante el peligro físico y resiliencia ante el dolor y la cautividad, el epicúreo solo pide evitar la guerra limitando la ambición, huyendo del fanatismo religioso e ideológico y absteniéndonos de hacer daño.

Una de las enseñanzas más destacadas del estoicismo es que las emociones son enfermedades del alma comparables a las del cuerpo. Se

piensa que perturban nuestra tranquilidad y que provocan pensamientos obsesivos e improductivos. Según los estoicos es inútil arrepentirse de acciones pasadas o molestarse por lo que otras personas están haciendo, dado que no pueden evitar comportarse según sus caracteres. Ni siquiera la furia investida de razón podía ser una fuerza del bien, según Séneca. Una emoción, pensaban, involucra la interpretación de una situación que nos afecta, y al obtener una perspectiva objetiva la emoción se disipará y recuperaremos la paz mental. Marco Aurelio describía la mente como una «ciudadela interior» que las fuerzas externas nunca podían conquistar.

Para los estoicos la mejor manera de obtener perspectiva era darse cuenta de que ningún destino malvado nos había señalado personalmente. Las cosas malas no son infrecuentes y no siempre podemos preverlas ni protegernos contra ellas. Al involucrarse más en la vida de la ciudad que los epicúreos, los estoicos eran más conscientes de los riesgos de la vida política y la vida financiera. La gente con éxito despierta la envidia y hace que surjan competidores que buscarán vencerlos. Los tiranos pueden ser crueles y arbitrarios, como aprendió Séneca del emperador Nerón. Uno puede acabar en la cárcel por acusaciones fraudulentas, o despojado de sus propiedades y enviado al exilio por rivales poderosos. Para el moralista estoico, el secreto para vivir feliz era darse cuenta de que esas cosas suceden constantemente, y no depender de un cierto nivel de riqueza, autoridad o prestigio. Para los estoicos no había ningún mandato especial de vivir con sencillez. Podías disfrutar de riquezas, poder y prestigio mientras los tuvieras —como hizo Séneca—, pero debías asegurarte de que estás preparado para vivir sin ellos. Si las cosas se ponen muy mal, suicidarse es la opción noble. «La puerta está abierta», solían decir.

Los estoicos describen la vida como una continua serie de pruebas y tribulaciones que desafían nuestra entereza. Nos enfrentamos a rupturas y pérdidas, a reveses en nuestras carreras, a malos momentos económicos, a dolorosas enfermedades y a traiciones por parte de amigos y amantes. A la ética estoica le interesa la autodefensa, y su principal recomendación era anticiparse a la adversidad para que no te pille con la guardia baja. Según los estoicos, estar perturbado y desalentado es permitirse el desaliento y la perturbación, y en esto hay una elección. Uno puede cultivar su calma e imperturbabilidad interiores. El estoico puede modificar su voluntad para que se adapte al mundo y permanecer, en palabras de Epicteto, «enfermo y contento, en peligro y contento, muriendo y contento, exiliado y contento, desprestigiado y contento». [3]

Aunque se asegura que Epicuro se mostró alegre hasta el último día de su vida, el epicúreo, sinceramente, duda de que uno siempre tenga elección con respecto a tener miedo, sentirse ofendido o verse abrumado por la decepción o el alivio. No creemos que el cuerpo humano pueda enfrentarse a un cierto grado de calor, frío o fuerza y permanecer imperturbable. ¿Por qué íbamos a suponer que la mente humana puede sobrevivir a cualquier grado de impacto y recuperar su equilibrio tan solo ejerciendo su esfuerzo mental? Si las emociones son como enfermedades, ¿no estamos a veces indefensos para todo lo que no sea dar a nuestra mente, como a nuestro cuerpo, tiempo suficiente para sanar a través del olvido y la distracción?

En cualquier caso, al epicúreo no le interesa la metáfora de las emociones como enfermedades del alma. Supongamos que tomas un comprimido que puede hacer que nunca te sientas ansioso, temeroso, ultrajado, herido, ofendido, celoso, avergonzado y arrepentido, desdeñoso o, por el contrario, entusiasmado, apasionado, con esperanza, triunfante, compasivo ambivalente. ¿Obtener tranquilidad te motivaría a tomarte el comprimido? Aquellos a quienes se prescriben píldoras que embotan el estado de ánimo por su ansiedad o por su trastorno maníaco-depresivo a menudo se quejan amargamente de que en ese estado la vida es insoportable. Y nuestra búsqueda de experiencias vicarias —no solo de emociones tiernas, sino también de ansiedad y miedo, a través de la literatura y el cine— nos demuestra que valoramos la experiencia emocional por sí misma cuando sus consecuencias a largo plazo no son dolorosas. Sentir es un modo de conocer; es tan solo a través de nuestros sentimientos que nos damos cuenta de que nos han insultado, de que amamos a alguien, de que se acerca el peligro, o de la incertidumbre con respecto a nuestro próximo paso. Reprimir las emociones es perder consciencia del mundo y conexión con él. Es más: aunque algunas cosas se tienen que soportar, porque no podemos evitarlo, la acción humana en respuesta a trastornos emocionales puede tener un poderoso efecto curativo. No sufras en silencio. Admite tu daño, confiesa tu amor y a ver qué pasa.

Tanto en el caso de las pérdidas personales graves como en el de las irritaciones leves, el estoico mantiene que hemos de pensar que esas cosas suceden todos los días. Epicteto aconseja: «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 de que es mortal todo lo que besas y de este modo no te desesperarás si la muerte te lo arrebata». [4]

Para un epicúreo, la comparación entre la rotura de una jarra y la pérdida de un hijo es una locura. En este último caso, lo único que puedes hacer es expresar tu dolor y, con el tiempo, mirar hacia atrás, en tus recuerdos, con cariño y con la esperanza de que las cosas mejoren en el futuro.

### RESUMIENDO

Las antiguas filosofías morales y políticas son, hoy en día, recursos a los que acudir porque tratan directamente con temas de la vida cotidiana: trabajo, amor, ética profesional y filosofía política. Al mismo tiempo, colocan el debate en un contexto más amplio que otorga bases más sólidas a sus posiciones y consejos, y hace que sean menos arbitrarios de lo que serían en caso contrario. El regreso a la filosofía de la Antigüedad nos ayuda a rellenar el gran vacío que existe entre, por una parte, la filosofía profesional contemporánea y, por la otra, las columnas de consejos y las editoriales de diarios y blogs. La primera suele operar a un alto nivel de abstracción, que conjura experimentos mentales que implican imaginarias situaciones personales y políticas que ninguno de nosotros afrontará jamás. Los segundos, en cambio, incluso cuando proporcionan una guía clara, son incapaces de mostrar cómo encaja su razonamiento en una concepción mayor de la naturaleza y de la vida humana.

Si crees que la perspectiva estoica encaja mejor que la epicúrea con tus creencias y experiencias, adelante. Hay elementos comunes en las dos antiguas filosofías como para que ambas sean fuentes valiosas. Ambas se preocupan por el sufrimiento, incluso en un contexto de opulencia. Ambas reconocen que la filosofía moral no puede limitarse a predicar cómo vivir sin explicar por qué su manera de hacerlo es mejor que las demás.

Se puede decir que la filosofía epicúrea se basa en la noción de límite. En primer lugar, hay límites naturales a las vidas de los animales, de las personas y de los objetos materiales, a los gobiernos y a las relaciones. Aquello que más valoramos lo preservamos lo mejor que podemos de un final prematuro. En segundo lugar, hay límites morales que debemos observar, algo que a menudo no hacemos: límites al consumo y a la explotación y dominación de otras personas y animales. Reconciliándonos con los límites naturales y tomándonos los límites morales en serio podemos ahorrarnos (y a las generaciones futuras) miedo, ansiedad y sufrimiento. Al mismo tiempo, dentro de esos límites naturales podemos hallar muchos disfrutes en el mundo natural (a menudo novedosos e inesperados) y en compañía de otras personas.

La inscripción a la entrada del Jardín de Epicuro rezaba: «Extranjero, aquí harás bien en demorarte; aquí el máximo bien es el placer». Defendiendo al auténtico Epicuro contra quienes lo empleaban como una «máscara de sus propios vicios», el estoico Séneca recomendaba a un joven amigo: «Al acercarnos al jardín de Epicuro encontraremos esta inscripción: "Huésped, aquí te encontrarás a gusto, aquí el bien supremo es el placer". El guardián de este jardín será servicial, hospitalario, afable, te acogerá ofreciéndote polenta y agua en magnífica abundancia, y te dirá: "¿Has sido bien recibido? Estos jardines no excitan el hambre, antes la satisfacen […]"».<sup>[5]</sup>

Un libro no puede hacer más que estimular tu apetito. Pero espero que aceptes la invitación del epicureísmo y le des una oportunidad.

## Bibliografía

#### Principales fuentes citadas

Las citas del texto, cuyas fuentes se han ido dando de capítulo en capítulo en las notas, proceden de los siguientes volúmenes:

Laercio, Diógenes, *Lives of Eminent Philosophers*, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, 1931, traducción de R. D. Hicks. [Existen numerosas versiones en español: *Vidas y opiniones de los filósofos ilustres*, Alianza, Madrid, 2013, trad.: Carlos García Gual].

Lucrecio Caro, Tito, *On the Nature of Things*, Hackett, Indianápolis, 1994, traducción de Martin Ferguson Smith. [Para la edición española se ha empleado *De la naturaleza de las cosas*, Orbis, Madrid, 1984, traducción clásica del abate Marchena, con notas e introducción de Domingo Plácido y Agustín García Calvo]. Se cita por libro y verso.

*The Epicurus Reader*, Hackett, Indianápolis, 1994, traducido y editado por Brad Inchwood y L. P. Gerson, con introducción de D. S. Hutchinson. [Para la edición española se ha empleado Epicuro, *Obras completas*, Cátedra, Madrid, 2012, edición y traducción de José Vara]. Se cita por obra y número.

#### Sugerencias de lectura

Si se desea ampliar conocimientos hay excelentes blogs y grupos de debate dedicados al epicureísmo, como en <www.epicurus.net/index.html>.

Para el lector que desee investigar más a fondo la tradición epicúrea, los siguientes libros constituyen un buen comienzo, y todos poseen útiles bibliografías:

Clay, Diskin, *Lucretius and Epicurus*, Cornell University Press, Ithaca, 1983. Greenblatt, Stephen, *The Swerve*, Norton, Nueva York, 2012. Konstan, David, *A Life Worthy of the Gods: The Materialist Psychology of Epicurus*, Parmenides Publishing, Las Vegas, 2008. Warren, James, *Facing Death: Epicurus and his Critics*, Clarendon Press, Oxford, 2004. Wilson, Catherine, *Epicureanism at the Origins of Modernity*, Clarendon Press, Oxford, 2008.

## Agradecimientos

Estoy muy agradecida a mi agente, Adam Gauntlett, y a mis editores, Zoe Berville y T. J. Kelleher, quienes pusieron en marcha este proyecto y lo han ido acompañando, ayudándome de un modo ejemplar. Sus consejos han sido bienvenidos en todas las fases. También debo un agradecimiento especial a Eva, cuyo ojo de lince y excelente juicio mejoraron muchos párrafos, y a David, por compartir sus útiles conocimientos. Este libro está dedicado a mi madre, Martha Wilson. Su epicúreo sentido de la amistad y de vivir con gracia —con «moderación en todas las cosas»— enmarca tanto una prolongada carrera científica como un activo compromiso con la paz y la justicia social.

# Notas

<sup>[1]</sup> Brandon Hidaka, «Depression As a Disease of Modernity: Explanations for Increasing Prevalence», *Journal of Affective Disorders*, vol. 140, n.º 3, noviembre de 2012, pp. 205-214. <<

[2] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, VI: 13-18. <<

[3] Demócrito, en *Fragmentos presocráticos: de Tales a Demócrito*, Primeros atomistas, fragmentos de Demócrito, 125, Alianza, Madrid, 2008, introducción, traducción y notas de Alberto Bernabé. <<

<sup>[4]</sup> Epicuro, «Epístola a Meneceo», 129, en *Obras completas*, Cátedra, Madrid, 2012, edición y traducción de José Vara. <<

[1] Epicuro, «Epístola a Heródoto», 40-41, en *Obras completas*, op. cit. <<

<sup>[2]</sup> Lucrecio, en «Átomos e infinito», 684-688, *Thémata, revista de filosofía*, n.º 51, enero-junio de 2015, pp. 457-469. Introducción y traducción: Bartolomé Segura Ramos. <<

[3] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, I: 430-434. <<

<sup>[4]</sup> Ídem, V: 100-103. <<

<sup>[5]</sup> Ídem, IV: 309-319. <<

<sup>[6]</sup> Ídem, I: 305-308. <<

<sup>[7]</sup> Ídem, I: 318-320. <<

<sup>[8]</sup> Ídem, I: 366-368. <<

[1] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, V: 588-594. <<

<sup>[2]</sup> Ídem, V: 1219-1225. <<

<sup>[3]</sup> Ídem, IV: 1127-1143. <<

<sup>[4]</sup> Francis Bowen, «Review of Charles Darwin, On the Origin of Species by Means of Natural Selection», *North American Review*, n.º 90, 1890, pp. 474-506. <<

[5] Charles Darwin, *El origen del hombre*, Crítica, Barcelona, 2009. <<

[1] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, III: 627-629. <<

<sup>[2]</sup> Ídem, III: 938-946. <<

<sup>[3]</sup> Ídem, III: 651-658. <<

<sup>[4]</sup> Ídem, III: 675-679. <<

<sup>[5]</sup> Ídem, III: 301-304. <<

 $^{[6]}$  António Damásio,  $\it La$  sensación de lo que ocurre, Debate, Barcelona, 2001. <<

[1] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, V: 1321-1340. <<

<sup>[2]</sup> Ídem, V: 1436-1440. <<

[3] Véase Bruce M. Knauft, *et al.*, «Violence and Sociality in Human Evolution», *Current Anthropology*, vol. 32, n.° 4, 1991, pp. 391-428. <<

[4] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, V: 1606-1610. <<

<sup>[5]</sup> Ídem, V: 1857-1862. <<

<sup>[6]</sup> Ídem, V: 1648-1662. <<

<sup>[7]</sup> Ídem, V: 2070-2075. <<

[1] Epicuro, «Sentencias vaticanas», 33, en *Obras completas*, op. cit. <<

<sup>[2]</sup> Epicuro, según Ateneo de Náucratis, *El banquete de los eruditos*. [Hay versión española, Gredos, Madrid, 1999 (15 libros), introducción, traducción y notas de Lucía Rodríguez-Noriega Guillén]. <<

[3] Robyn Munson, «9 Ways to Treat Yourself (That Aren't Wine)», *Cosmopolitan* (edición de Reino Unido), 3 de mayo de 2017, www.cosmopolitan.com/uk/worklife/a9200696/easy-ways-to-treatyourself/. <<

[4] Daniel Kahneman, Alan B. Krueger, *et al.*, «A Survey Method for Characterising Daily Life Experience: The Day Reconstruction Method», *Science*, vol. 306, n.° 5702, 2004, pp. 1776-1780. <<

[5] Bruno Frey y Alois Stutzer, *Happiness and Economics: How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being*, Princeton University Press, Princeton, 2001. <<

[6] Albert O. Hirschman, *Exit*, *Voice and Loyalty: Responses to Decline in Firms*, *Organisations and States*, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, 1970. [Existe versión en español: *Salida*, *voz y lealtad: respuestas al deterioro de empresas*, *organizaciones y estados*, Fondo de Cultura Económica, México, D. F., 1977, trad.: Eduardo L. Suárez]. <<

[7] Epicuro, «Máximas capitales», XXVII, en *Obras completas*, op. cit. <<

 $^{[1]}$  Epicuro, «Máximas capitales», XXXI-XXXIII, en  $\it Obras\ completas$ , op. cit. <<

 $^{[2]}$ Ídem, 140-V, en *Obras completas*, op. cit. <<

[3] Colin Turnbull, *The Mountain People*, Simon and Schuster, Nueva York, 1972. <<

[4] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, III: 1389-1395. <<

<sup>[1]</sup> Lucrecio, *De la naturaleza de las cosas*, IV: 1498-1503. <<

<sup>[2]</sup> Ídem, IV: 1552-1559. <<

[3] Ídem, IV: 1698-1700. <<

<sup>[4]</sup> Ídem, IV: 1608-1609. <<

 $^{[5]}$  Epicuro, «Sentencias vaticanas», fragmentos, A18, en  $\it Obras\ completas$ , op. cit. <<

[6] Andrea Camperio-Ciani, Francesca Corna y Claudio Capiluppi, «Evidence for Maternally Inherited Factors Favouring Male Homosexuality and Promoting Female Fecundity», *Proceedings of the Royal Society* (B: Biological Sciences), vol. 271, n.º 1554, 2004, pp. 2217-2221. <<

[7] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, IV: 1566-1569. <<

[8] La comparación se extrae del tutorial en vídeo de la Policía del Valle del Támesis en YouTube acerca del consentimiento sexual: www.youtube.com/watch?v=pZwvrxVavnQ. <<

[1] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, III: 1131-1147. <<

<sup>[2]</sup> Ídem, III: 1270-1278. <<

[3] Epicuro, «Epístola a Meneceo», 125, en *Obras completas*, op. cit. <<

[4] «A Sea of Suffering», *The Lancet*, n.° 391, 2018, p. 1465. <<

[5] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, III: 1217-1221. <<

<sup>[6]</sup> Ídem, III: 1304-1320. <<

[7] Epicuro, según Séneca, *Epístolas morales a Lucilio*, 24.ª carta. <<

[1] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, I: 592-605. <<

<sup>[2]</sup> Ídem, I: 631-633. <<

<sup>[3]</sup> Ídem, I: 190-192. <<

[4] Elizabeth Kneebone, Cary Nadeau y A. Berube, «The ReEmergence of Concentrated Poverty: Metropolitan Trends in the 2000s'», Brookings Institution Metropolitan Policy Program Report, 2011, communitywealth.org/sites/clone.community-wealth.org/files/downloads/paper-kneebone-nadeau-berube.pdf. <<

[5] Alana Semuels, «Good School, Rich School; Bad School, Poor School», *The Atlantic*, 25 de agosto de 2016, <a href="https://www.theatlantic.com/business/archive/2016/08/property-taxes-and-unequalschools/497333/">https://www.theatlantic.com/business/archive/2016/08/property-taxes-and-unequalschools/497333/</a>. <<

[6] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, I: 612-618. <<

[1] Epicuro, «Epístola a Heródoto», 82, en *Obras completas*, op. cit. <<

[2] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, II: 405-412. <<

[3] Paul A. Jargowsky, «The Architecture of Segregation: Civil Unrest, the Concentration of Poverty and Public Policy», *The Century Foundation*, n.º 7, 2015. <<

[4] Bas van Fraassen, *The Empirical Stance*, Yale University Press, New Haven, Connecticut, 2002. <<

<sup>[1]</sup> Epicuro, «Máximas capitales», XIII, en *Obras completas*, op. cit., p. 94. <<

<sup>[2]</sup> Epicuro, «Epístola a Pítocles», 86-87, en *Obras completas*, op. cit., p. 74. <<

[3] Heinz Valtin y Sheila A. Gorman, «"Drink at Least Eight Glasses of Water a Day." Really? Is there Scientific Evidence for "8 × 8"?», *American Journal of Physiology-Regulatory, Integrative and Comparative Physiology*, vol. 283, n.° 5, 2002, pp. 993-1004. <<

[4] John Peterson Myers, *et al.*, «Concerns over Use of Glyphosate-Based Herbicides and Risks Associated with Exposures: A Consensus Statement», *Environmental Health*, n.° 15, 2016, p. 19. <<

<sup>[5]</sup> M. W. Gillman, L. A. Cupples, D. Gagnon, B. E. Millen, R. C. Ellison y W. P. Castelli, «Margarine Intake and Subsequent Coronary Heart Disease in Men», *Epidemiology*, vol. 8, n.° 2, 1987, pp. 144-149. <<

[6] Ancel Keys, *Seven Countries. A Multivariate Analysis of Death and Coronary Heart Disease*, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, 1980. <<

<sup>[7]</sup> C. E. Kearns, L. A. Schmidt y S. A. Glantz, «The Sugar Industry and Coronary Heart Disease Research: A Historical Analysis of Internal Industry Documents», *JAMA Intern Med*, vol. 176, n.° 11, 2016, pp. 1680-1685. <<

[8] R. DuBroff y M. de Lorgeril, «Cholesterol Confusion and Statin Controversy», *World Journal of Cardiology*, vol. 7, n.° 7, 2015, pp. 404-409.

[9] Véase <news.gallup.com/poll/210956/belief-creationist-view-hu mans-newlow.aspx>. <<

<sup>[1]</sup> Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, V: 1598-1651. <<

 $^{[2]}$  Epicuro, «Sentencias vaticanas», fragmentos, A 67, en  $\it Obras\ completas$ , op. cit., p. 104. <<

[3] Marshall Sahlins, en Richard B. Lee e Irven DeVore, eds., *Man the Hunter* (discusión II), Aldine, Chicago, 1968, p. 86. <<

[4] Karl Marx, Friedrich Engels, «The Holy Family or Critique of Critical Criticism», en *On Religion*, Scholars Press, Atlanta, 1982, p. 67. [Existen numerosas ediciones en español: *La sagrada familia y otros escritos filosóficos de la primera época*, Grijalbo, Barcelona, 1986, trad.: Wenceslao Roces Suárez]. <<

[5] Arthur L. Kellermann, *et al.*, «Injuries and Deaths Due to Firearms in the Home», *Journal of Trauma: Injury, Infection and Critical Care*, vol. 45, n.º 2, 1998, **www.scientificamerican.com/article/more-guns-do-not-stop-more-crimes-evidence-shows**. <<

<sup>[6]</sup> Eleanor Maccoby y Carol Jacklin, *The Psychology of Sex Differences*, Stanford University Press, Stanford, 1978, p. 61. <<

[7] San Agustín, *Letters*, Catholic University of America Press, Nueva York, 1956, trad. de Hna. Wilfrid Parsons, carta 243, vol. 5, p. 225. [Se puede encontrar en español en carta 243, punto 10, en www.augustinus.it/spagnolo/lettere/lettera\_251\_testo.htm]. <<

[8] Aristóteles, *Politics*, 1259b, en *Complete Works*, 2 vols., Jonathan Barnes, ed., Princeton University Press, Princeton, 1984, II: 1991. [Existe una versión en español, online, en www.filosofia.org/cla/ari/azc03.htm]. <<

 $^{[9]}$  Epicuro, «Máximas capitales», 151: XXXVI-XXXVII, en  $\it Obras \, completas, op. cit., p. 97. <<$ 

[1] Epicuro, «Epístola a Meneceo», 123, en *Obras completas*, op. cit. <<

[2] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, I: 114-119. <<

[3] Ídem, V: 1693-1697. <<

<sup>[4]</sup> Ídem, V: 1726-1728. <<

<sup>[5]</sup> Ídem, I: 88-90. <<

<sup>[6]</sup> Ídem, I: 145. <<

[1] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, V: 2070-2079. <<

<sup>[2]</sup> Epicuro, «Máximas capitales», 146, XXI, en *Obras completas*, op. cit., p. 95. <<

[3] Immanuel Kant, *Critique of Judgement*, Hackett, Indianápolis, 1987, V, 442, trad.: Werner S. Pluhar. [Existen versiones en español: *Crítica del juicio*, Tecnos, Madrid, 2015, trad.: Manuel García Morente]. <<

[4] Lucrecio, De la naturaleza de las cosas, V: 2099-2113. <<

<sup>[5]</sup> Ídem, VI: 1864-1865. <<

<sup>[1]</sup> Plutarco, Sobre la imposibilidad de vivir placenteramente según Epicuro, 20, en *Obras morales y de costumbres (Moralia)*, XII, *Tratados antiepicúreos*, Gredos, Madrid, 2004, trad. y notas de Juan Francisco Martos Montiel, pp. 220-221. <<

[2] Ateneo, cit. en Cicerón, *De los fines de los bienes y los males*, I-II, Universidad Nacional Autónoma de México, 2002, trad. y notas de Julio Pimentel Álvarez, p. CXIX, nota XIII. <<

 $^{[3]}$  Epicteto,  $Manual\ de\ vida,$ trad. de Paloma Ortiz García, Ariel, Barcelona, 2014. <<

<sup>[4]</sup> Epicteto, *Enquiridión*, 3, La Editorial Virtual, México D. F., 2009, trad.: Denes Martos. <<

<sup>[5]</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, carta 21, edición a cargo de Dasso Saldívar, Ariel, Barcelona, 2018. <<

 $^{[*]}$  Internal Revenue Service (Servicio de Impuestos Internos), la agencia tributaria estadounidense. ( $N.\ del\ T$ ). <<

 $^{[*]}$  Siglas de percepción extrasensorial. (N. del T.). <<

[\*] Thomas Jefferson, *Autobiografía y otros escrito*s, Tecnos, Madrid, 1987, trad. de A. Escohotado y M. Sáenz de Heredia, <a href="https://puntocritico.com/2017/04/12/nuestro-maestro-epicuro-por-thomas-jefferson">https://puntocritico.com/2017/04/12/nuestro-maestro-epicuro-por-thomas-jefferson</a>>. (*N. del T*). <<

