

SE REÚNE EL TRIBUNAL

Un juicio filosófico en el que tú eres el único testigo

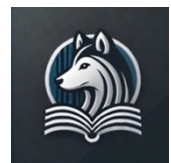


Dr. Rick Novak

Se reúne el Tribunal

Un juicio filosófico en el que
Eres el único testigo

Rick Novak



**WOLF
EDITORIALES**

New Canaan, Connecticut

SE CONVOCA EL TRIBUNAL: *UN JUICIO FILOSÓFICO EN EL QUE USTED ES EL ÚNICO TESTIGO*

Copyright © 2026 por Dr. Rick Novak

Todos los derechos reservados.

Esta es una obra de ficción filosófica. Aunque a lo largo de este libro se discuten filósofos históricos, las historias, los procedimientos, el diálogo, la estructura narrativa y las interacciones que aquí se representan son ficticios y se presentan como un recurso literario para la reflexión y el examen.

Las opiniones expresadas por figuras históricas en estas páginas son interpretaciones del autor sobre sus ideas filosóficas y no deben entenderse como representaciones literales de sus palabras o creencias reales.

Cualquier parecido con personas reales, vivas o muertas, salvo figuras históricas discutidas con fines literarios y educativos, es una coincidencia. Los personajes, los procedimientos judiciales, las conversaciones y los eventos representados en esta obra son producto de la imaginación del autor.

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación o transmitida en ninguna forma o medio, electrónico, mecánico, fotocopiado, grabado o de otro tipo, sin el permiso previo por escrito del editor, salvo breves citas utilizadas en reseñas, obras académicas u otros usos permitidos por la ley de derechos de autor aplicable.

Diseño de portada por Rick Novak

Publicado por Wolf Publishing

Impreso en Estados Unidos de América en papel libre de ácido.

Primera Edición

ISBN (rústica): _____

RickNovakAuthor.com

DEDICACIÓN

A mi madre,

Me enseñaste mucho antes de que entendiera la lección de que el carácter se construye una elección a la vez.

Me mostraste que la fuerza y la bondad no son opuestos, que la integridad importa cuando nadie está mirando, y que el amor no se mide solo por las palabras, sino por la vida que los respalda.

Cuando no estaba seguro, me diste indicaciones. Cuando me perdí, me diste una brújula. Cuando el camino por delante no estaba claro, me recordaste, con el ejemplo, que convertirnos en la persona que esperamos ser es el trabajo de toda una vida.

Este libro, que pregunta en qué tipo de persona nos estamos convirtiendo, debe más a tu influencia de lo que estas palabras pueden expresar adecuadamente.

Con gratitud, respeto y amor.

Y a los hombres que han elegido sentarse en la silla de testigos,

He tenido el privilegio de caminar junto a muchos de vosotros mientras luchabais con preguntas difíciles, enfrentábais verdades incómodas, desafiáis viejas suposiciones y emprendíais el exigente trabajo de un autoexamen honesto.

Me enseñaste que el cambio rara vez es dramático. Más a menudo, es silencioso. Se encuentra en la aceptación de responsabilidad, los hábitos reconsiderados, las disculpas ofrecidas, los valores claros y las decisiones tomadas de forma diferente a como se tomaban antes.

Este libro está dedicado a tu valentía.

No el valor de la certeza, sino el valor del examen.

No el valor de tener todas las respuestas, sino el valor de seguir haciendo las preguntas.

Que nunca dejes de ser.

Dr. Rick Novak

ÍNDICE

Prólogo, 1	Se reúne el Tribunal	<i>¿Por qué estás aquí?</i>
-------------------	----------------------	-----------------------------

Primera parte	<i>Las preguntas de la mente</i>	
Capítulo Uno, 3	La cuestión de la verdad	<i>¿Cómo sabes que tienes razón?</i>
Capítulo Dos, 8	La cuestión de la realidad	<i>¿Estás viendo la realidad o tu interpretación de la realidad?</i>

Parte Dos	<i>Las preguntas del yo</i>	
Capítulo Tres, 16	La cuestión del carácter	<i>¿Qué hábitos están moldeando tu vida?</i>
Capítulo Cuatro, 22	La cuestión de la identidad	<i>¿Quién te enseñó a ser quien eres?</i>
Capítulo Cinco, 28	La cuestión de la emoción	<i>¿Qué papel deberían jugar los sentimientos en una vida?</i>
Capítulo Seis, 34	La cuestión de la integridad	<i>¿Quién eres cuando nadie te mira?</i>

Tercera parte	<i>Las preguntas del valor</i>	
Capítulo siete, 40	La cuestión del valor	<i>¿Qué haces cuando desaparece la certeza?</i>
Capítulo Ocho, 45	La cuestión del sufrimiento	<i>¿Qué harás con tu dolor?</i>
Capítulo Nueve, 50	La cuestión de la sombra	<i>¿Qué parte de ti te niegas a ver?</i>

Parte Cuatro	<i>Las preguntas del mundo</i>	
Capítulo Diez, 56	La cuestión de la pertenencia	<i>¿Cuánto de tu vida te pertenece?</i>
Capítulo once, 61	La cuestión del amor	<i>¿Las personas que amas prosperan gracias a ti?</i>

Parte Cinco	<i>Las preguntas del tiempo</i>	
Capítulo Doce, 67	La cuestión de la mortalidad	<i>¿Qué cambia cuando recuerdas que vas a morir?</i>
Capítulo Trece, 72	La cuestión del legado	<i>¿Qué queda después de que te vayas?</i>
Capítulo Catorce, 77	El testigo final	<i>¿En quién te estás convirtiendo?</i>

Epílogo, 81	Una nota del autor	<i>El juicio continúa</i>
--------------------	--------------------	---------------------------

"Porque el juicio continúa cada día que un hombre sigue vivo."

"En el camino de la vida, me he vuelto más consciente del horizonte.

Los horizontes son cosas curiosas.

Cuando somos jóvenes, pensamos que estamos llegando al límite del conocimiento.

Cuando somos mayores, nos damos cuenta de que el horizonte sigue moviéndose.

El misterio crece, no se hace."

— Rick Novak

"Imparo Ancora.

Todavía estoy aprendiendo."

— Atribuido a Miguel Ángel

PRÓLOGO

Se reúne el Tribunal

¿Por qué estás aquí?

No elegiste estar aquí.

Nadie lo sabe.

Llegaste como la mayoría de los hombres llegan a los momentos importantes de sus vidas, sin mapa, sin advertencia y sin una comprensión clara de lo que se te está pidiendo. Entraste por una puerta que desde fuera parecía bastante normal, y ahora estás en una habitación que no parece nada que esperabas.

Es una sala de juicios. Pero no del tipo que has visto antes.

No hay jurado. No hay fiscal. No hay ninguna multitud de espectadores inclinándose para verte sudar. No hay ningún cargo colgado en la pared, ni acusación doblada en manos de un empleado, ni galería de personas que ya hayan decidido lo que piensan de ti.

Solo hay un banco. Una silla. Una habitación más silenciosa de lo que debería.

Y una pregunta que te ha estado esperando más tiempo del que crees.

El juez no te mira con desprecio. Tampoco te mira con lástima. Te mira como un hombre mira a otro cuando ya entiende algo sobre lo que lleva el otro, y no tiene prisa, y no va a irse a ninguna parte.

Él dice: Este tribunal existe por un solo propósito. No para castigarte. No quiero avergonzarte. No para reducirte a lo peor que has hecho en tu vida ni a lo mejor que siempre has deseado que alguien notara. Este tribunal existe para preguntarte en quién te estás convirtiendo.

Siéntate.

Quizá ya sientas la incomodidad de esa palabra. Convertirse. Significa que lo que eres ahora no ha terminado. Implica que la historia sigue en proceso. Para algunos hombres eso es un alivio. Para otros, es lo más inquietante que han escuchado en años, porque significa que las decisiones no han quedado atrás. Siguen por delante.

Los testigos que comparecerán en esta sala provienen de siglos y tradiciones distintas. Algunos dirán cosas que parecen inmediatamente ciertas. Otros dirán cosas que te dan ganas de discutir. Tienes derecho a discutir. De hecho, la discusión es parte de ello. Un hombre que avanza por estas páginas sin resistencia probablemente no lee con suficiente atención.

Lo que no está permitido es la distancia cómoda de decidir que todo esto va destinado a otra persona.

No está destinado a otra persona.

No hay nadie más en esta sala.

Aquí no habrá veredicto. El tribunal no funciona así. Lo que ocurrirá en cambio es que se te plantearán preguntas, una a una, por hombres que han pasado su vida negándose a apartar la mirada de las cosas difíciles. No te dirán en qué creer. No te darán una rúbrica, ni una tarjeta de puntuación ni una lista de las diez cosas que hace un buen hombre antes del desayuno. Simplemente te pedirán que mires, honestamente, la vida que llevas y el hombre en el que estás en proceso de convertirte.

Eso es todo.

Algunas de las preguntas serán las que has evitado durante mucho tiempo. Los reconocerás por la leve sensación de querer adelantarte. No lo hagas. Lo que quieres saltarte suele ser lo que te trajo aquí.

Antes de que entre el primer testigo, el tribunal te pide que consideres una cosa.

¿Cómo defines la fuerza en un hombre?

No en abstracto. En el aspecto específico. Cuando imaginas a un hombre fuerte, ¿cómo es físicamente? ¿Qué hace con la dificultad? ¿Qué hace con el miedo? ¿Qué hace con las personas que necesitan algo de él que no sabe cómo dar?

¿De dónde viene esa definición? ¿La construiste tú mismo, mediante examen y elección deliberada? ¿O llegó completamente formado, entregándote alguien antes de que fueras lo suficientemente mayor para evaluar lo que estabas recibiendo? ¿Quién te enseñó que un sentimiento concreto era debilidad? ¿Quién te enseñó que un comportamiento concreto era fortaleza?

¿Cuánto te ha costado esa definición?

No en el sentido dramático. En la sensación diaria, anodina y acumulada de un hombre que ha vivido dentro de una definición durante décadas sin nunca presentarla a la luz ni preguntarse si realmente es cierta.

La mayoría de los hombres, cuando se les pregunta que definan la fuerza con honestidad, producen una definición que se parece mucho a la que heredaron. Palabras diferentes, quizás. Pero de la misma forma. Los mismos permisos y las mismas prohibiciones, reconocibles porque ya estaban presentes, ya en vigor, mucho antes de que el hombre en cuestión tuviera edad suficiente para elegirlos.

El tribunal está interesado en saber si alguna vez has examinado esa definición o si simplemente has vivido dentro de ella.

El primer testigo está a punto de entrar.

El tribunal está ahora en sesión.

CAPÍTULO UNO

La cuestión de la verdad

¿Cómo sabes que tienes razón?

El primer testigo entra sin ceremonia.

Sin túnicas. Sin laureles. No se le llevaba ningún monumento a su grandeza. Es más bajo de lo que esperabas, de pecho ancho, con un rostro que la historia nunca ha sido especialmente amable de describir. Parece un hombre que ha pasado mucho tiempo al aire libre y no se preocupa mucho por la impresión que da al entrar en una habitación.

Toma la silla de testigo y te mira directamente.

Esto es lo que la gente que ha leído sobre Sócrates suele olvidar. No era una presencia amable. No era un profesor cálido con parches en los codos que te hiciera sentir bien al hacer preguntas. Era el hombre que la ciudad de Atenas finalmente decidió que ya no podía tolerar. Le dieron a elegir entre el exilio y la muerte, y él eligió la muerte, porque se negó a dejar de hacer lo único que les incomodaba.

Hizo preguntas.

No son preguntas de cortesía. No preguntas diseñadas para llegar a una respuesta predeterminada. Preguntas que tenían la capacidad de revelar que la persona a la que se le hacía no sabía realmente lo que estaba segura de saber. Preguntas que desvelaban la confianza que un hombre lleva en público y le mostraban lo que había debajo.

Él la llamó la vida examinada. Dijo que una vida sin examen no valía la pena vivir. Esa es una de las frases más repetidas en toda la filosofía, y como se ha repetido tantas veces, ha perdido algo de su filo. Así que deja que vuelva a aterrizar un momento.

Una vida sin examen no merece la pena vivirla.

No hablaba de terapia. No hablaba de escribir en un diario, ni de mindfulness, ni de ninguno de los vocabularios que rodean a la autorreflexión hoy en día. Hablaba de algo más fundamental y exigente. Hablaba de la disposición a preguntarse, en serio y sin pestañear, si lo que crees es realmente cierto.

La mayoría de los hombres nunca hacen esto.

No porque sean vagos o deshonestos. Pero porque la certeza es cómoda, y es difícil renunciar voluntariamente a la comodidad.

Probablemente conozcas a un hombre que siempre tiene razón.

Quizá hayas sido ese hombre en ciertos momentos de tu vida. La mayoría de nosotros sí. Es el hombre en la sala que habla con una confianza que no deja mucho espacio para otra perspectiva. Tiene una respuesta antes de que la pregunta esté completamente formada. Ya lo ha visto antes. Sabe cómo

acaba. No pregunta porque tenga curiosidad genuina por saber qué piensas. Está esperando a que termines para poder explicar por qué tiene razón.

Ese hombre no es tan fuerte como parece.

Lo que desde fuera parece certeza suele ser otra cosa por dentro. Es la arquitectura que un hombre construye alrededor de las cosas que no puede permitirse cuestionar. Las creencias que son tan pesadas, tan fundamentales para cómo se entiende a sí mismo y a su vida, que ha decidido inconscientemente que simplemente no pueden ser examinadas. Cuestionarlos sería arriesgarse demasiado. Así que, en su lugar, los defiende. Discute más alto. Confunde volumen con verdad y repetición con prueba.

Sócrates tenía una palabra para esto. Lo llamó conocimiento falso. El tipo más peligroso de ignorancia no es la ignorancia de un hombre que sabe que no sabe algo. Ese hombre puede aprender. El tipo más peligroso de ignorancia es la ignorancia de un hombre que está absolutamente seguro de que ya lo sabe y, por tanto, deja de buscar.

Para entender qué hizo realmente Sócrates, hay que imaginar Atenas en el siglo V, antes de la era común. No la Atenas de columnas de mármol y fotografías turísticas. La ciudad viva. Abarrotado, ruidoso, discutidor, lleno de comerciantes, soldados, políticos y comerciantes, todos moviéndose por las mismas calles estrechas. Una ciudad que tomaba las ideas en serio como a veces lo hacen las ciudades cuando están en el apogeo de su confianza, cuando creen que son el centro del mundo y que las preguntas que merece la pena hacer se están haciendo aquí mismo.

Sócrates entró en esa ciudad cada día sin escuela, sin salario, sin una palabra escrita. No poseía casi nada. No escribió nada. Todo lo que sabemos de él proviene de los relatos de los hombres que le siguieron, siendo Platón el más destacado, quien pasó su vida intentando plasmar en papel lo que se sentía al estar en una conversación con este hombre.

Lo que se sentía, según la mayoría, era inquietante.

Sócrates tenía un método. Llegó a llamarse elenchus, que es la palabra griega para contrainterrogatorio. Se acercaba a un hombre con fama de saber algo, a un general conocido por su valentía, a un estadista conocido por su sabiduría, a un poeta conocido por su perspicacia, y le pedía que definiera aquello por lo que era conocido.

¿Qué es el valor?

¿Qué es la sabiduría?

¿Qué es la justicia?

El hombre respondía. Por supuesto que respondería. Había pasado su vida siendo reconocido precisamente por lo que le preguntaban. Sabía la respuesta como conocía su propio nombre.

Y entonces Sócrates hacía una pregunta de seguimiento.

No es una pregunta hostil. No era exactamente una trampa, aunque llegaría a sentirse como tal. Una pregunta genuina que surgió de forma natural de la respuesta que acababa de dar. Algo como: si el valor es lo que dices que es, ¿cómo lo explicamos? Y ofrecería un ejemplo, un caso, un escenario que no encajaba del todo con la definición que el hombre había dado.

El hombre refinaría su respuesta.

Sócrates haría otra pregunta.

El hombre volvería a refinarse.

Y otra vez. Y otra vez. Hasta que la definición que al principio de la conversación parecía tan sólida se había dado vueltas tantas veces que ninguno de los dos podía encontrar un lado que mantuviera su forma completamente. Hasta que el general que había pasado treinta años siendo valiente no pudo producir una definición de valor que sobreviviera diez minutos de interrogatorio cuidadoso.

Ese momento, el momento en que el hombre seguro descubrió los límites de su propia comprensión, Sócrates lo llamó aporía. Es una palabra griega que significa, aproximadamente, sin camino. El estado de estar realmente perdido en una pregunta que creías haber respondido ya.

La mayoría de los hombres que Sócrates llevó a Aporia estaban furiosos.

Algunos de ellos estaban agradecidos.

La diferencia entre esas dos respuestas merece ser examinada, porque se manifiesta en la vida de todo hombre de una forma u otra. Cuando alguien o algo te revela que lo que estabas seguro es menos sólido de lo que creías, ¿qué haces con eso? ¿Defiendes la certeza de forma más agresiva? ¿Encuentras alguna razón para descartar la fuente? ¿O te sientas con la incomodidad el tiempo suficiente para que te enseñe algo?

Sócrates creía que la aporía no era el fin del pensamiento. Fue el principio. Un hombre que ha sido llevado honestamente al límite de lo que sabe, y que puede tolerar quedarse ahí sin caer inmediatamente en una falsa certeza, es un hombre que finalmente está en posición de aprender algo real.

Los hombres que se convirtieron en sus enemigos no podían tolerar el filo.

Los hombres que se convirtieron en sus alumnos aprendieron a vivir allí.

Hay un diálogo que escribió Platón llamado el Menón. En él, se pregunta a Sócrates si la virtud puede enseñarse. Es una pregunta razonable, el tipo de pregunta que los atenienses cultos discutían de la misma manera que hoy en día hablan de política o cultura. Sócrates empieza a hacer preguntas, como siempre. ¿Qué es la virtud? Responde Meno con confianza. Sócrates pregunta una continuación. Menón refina su respuesta. Sócrates hace otra pregunta.

A mitad del diálogo, Meno está exasperado. Le dice a Sócrates: antes de conocerte había oído que eras un hombre que creaba confusión y duda en todos los que te rodeaban, y ahora veo que es verdad. Me

has hecho incapaz de responder a una pregunta que ya he respondido muchas veces antes. Eres como un pez torpedero que adormece todo lo que toca.

Sócrates responde que si es un pez torpedero, adormece a los demás solo porque él mismo lo es. No pretende tener respuestas que no tiene. Está genuinamente inseguro. Y prefiere estar genuinamente inseguro que falsamente confiado.

Esa respuesta es una de las cosas más importantes que dijo Sócrates, y suele recibir menos atención de la que merece.

No estaba mostrando humildad. No estaba siendo estratégicamente modesto como algunas personas utilizan la modestia como herramienta social. Creía sinceramente que el reconocimiento honesto de su propia ignorancia no era una debilidad, sino la única posición intelectualmente defendible que tenía a su alcance. Había observado detenidamente las cosas que los hombres decían saber, y había descubierto, cada vez, que el conocimiento era más débil de lo que parecía. No es inútil. No del todo equivocado. Pero más delgado. Más condicional. Más dependientes de suposiciones que nunca se habían examinado que los hombres seguros que compartían esas creencias admitirían voluntariamente.

Llamaba a esto su única ventaja. Sabía que no lo sabía. La mayoría de los hombres ni siquiera tenían eso.

Piensa en lo que significaría aplicar ese estándar honestamente a tu propia vida.

No a tus opiniones sobre política, historia o el comportamiento de personas que nunca has conocido. Son cosas fáciles de sostener de forma flexible porque no te cuestan nada revisarlas. Considera en cambio las creencias que tienes sobre las cosas más cercanas a ti. Lo que crees sobre por qué tus relaciones más importantes han tomado el camino que han tomado. Lo que crees sobre lo que merecías y no recibiste, o lo que otros merecían y no recibieron de ti. Lo que crees sobre tu propio carácter, el tipo de hombre que eres bajo presión, el tipo de hombre que eres cuando tienes miedo, vergüenza o te acorralan. Lo que crees sobre tu propio pasado, la historia que has reunido a partir del material bruto de todo lo que te ocurrió, y si esa historia sobreviviría al tipo de cuestionamiento que Sócrates llevó a los generales, poetas y estadistas de Atenas.

Ese examen es lo que este capítulo te está pidiendo. No como ejercicio intelectual. Como práctica. Como algo que un hombre no hace una sola vez, en un momento de crisis o claridad, sino continuamente, como disciplina, la forma en que Sócrates entraba en el ágora cada día, no porque esperara encontrar respuestas, sino porque creía que el cuestionamiento en sí mismo era la obra.

El primer testigo ha dimitido.

Algo con lo que vale la pena sentarse, en el espacio entre su partida y la llegada del siguiente testigo, es si sentiste que defendías algo mientras él hablaba. Si hubo un momento en su testimonio en el que sintió el movimiento interior específico de un hombre al que acaban de decirle algo cierto y que ya está construyendo las razones no le corresponde del todo.

La mayoría de los hombres lo sienten. La defensa no es deshonesto. Simplemente es la mente que protege lo que ha construido. La cuestión es si lo notaste.

El segundo testigo va a preguntar por la lente a través de la cual ves. Va a sugerir que lo que tú crees que es realidad es, en aspectos significativos, una construcción. Antes de que él entre, piensa en qué te preparó el primer testigo. Acabas de escuchar testimonios sobre el peligro de la falsa certeza, sobre el hombre que deja de mirar porque ya cree que lo sabe. El segundo testigo va a preguntar si parte de lo que ves con más claridad no es el mundo, sino la ventana.

Antes de que él entre, considera esto.

¿Cuál es la historia que más cuentas sobre tu propia vida?

No es la más dramática. No es la que contarías en una mesa para que la gente entienda algo sobre tu origen. El que te dices a ti mismo. El que corre silenciosamente en segundo plano de tu pensamiento. La que explica la distancia entre lo que esperabas y lo que realmente ocurrió.

¿Quién es el héroe de esa historia? ¿Quién es responsable de la dificultad que tiene? ¿Existe alguna versión en la que tengas más responsabilidad de la que te asigna la versión actual? ¿Existe alguna versión en la que la persona que has puesto como obstáculo simplemente intentara sobrevivir a algo que no viste del todo?

Las historias que un hombre cuenta con mayor frecuencia casi nunca son neutrales. Protegen algo. Explican algo que de otro modo requeriría una contabilidad más complicada. El segundo testigo está a punto de preguntar qué verías si te giraras y miraras la pared detrás de ti en lugar de las sombras que proyecta delante de ti.

Entra el segundo testigo.

CAPÍTULO DOS

La cuestión de la realidad

¿Estás viendo la realidad o tu interpretación de la realidad?

El segundo testigo entra de forma diferente al primero.

Mientras Sócrates se movía como un hombre que no le importaba lo que nadie pensara de él, Platón lleva algo más deliberado. Era aristócrata de nacimiento, de hombros anchos, que según se dice que le dio el apodo, y tenía la porte de un hombre que había pasado su vida pensando cuidadosamente antes de hablar. Estudió bajo la tutela de Sócrates durante casi una década. Él estuvo presente en el juicio. Estaba allí, o lo suficientemente cerca de allí, al final. Pasó el resto de su vida intentando entender qué significaba la muerte de ese hombre y, al hacerlo, construyó uno de los sistemas filosóficos más trascendentales que el mundo haya visto.

Toma la silla de testigo y no dice nada durante un momento.

Entonces pregunta: ¿qué crees que estás viendo?

No se refiere a la sala del tribunal. Lo significa todo. Se refiere a la vida que has reunido a partir del material bruto de tu experiencia, las personas que la conviven, los acontecimientos que la moldearon, el significado que le has dado a todo ello. Se refiere a la historia que se siente tan obviamente y evidentemente verdadera que has dejado de notar que es una historia en absoluto.

¿Qué crees que estás viendo?

¿Y qué tan seguro estás de que lo que ves realmente está ahí?

Platón escribió una parábola que ha sobrevivido dos mil quinientos años porque describe algo tan precisamente cierto sobre la experiencia humana que cada generación la redescubre como si fuera algo nuevo.

Te pide que imagines una cueva.

Dentro de la cueva hay prisioneros. Han estado ahí desde que nacieron. Están encadenados de tal manera que solo pueden mirar hacia la pared de la cueva que tienen delante. Detrás de ellos, a lo lejos, arde un fuego. Entre el fuego y los prisioneros, la gente se mueve y carga objetos, y las sombras de esos objetos caen sobre la pared a la que se enfrentan los presos.

Los presos nunca han visto otra cosa.

Han pasado toda su vida viendo sombras moverse por una pared, y se han vuelto expertos en ello. Pueden predecir qué sombra viene después. Pueden nombrar las formas. Han construido todo un vocabulario alrededor del mundo de las sombras, un entendimiento compartido, una realidad consensuada, y para ellos no parece sombra sino el mundo mismo. Porque es el único mundo que han conocido.

Ahora imagina que un prisionero está desatado.

Se da la vuelta. El fuego le ciega al principio. Todo es doloroso y desorientador. Las formas que ahora puede ver, los objetos que proyectan las sombras que ha estudiado su vida, no se parecen a lo que esperaba. Son más complejos, más dimensionales, menos predecibles que sus sombras. Tropieza. Quiere volver atrás. Las sombras al menos le resultaban familiares.

Pero alguien le guía más lejos. Fuera de la cueva por completo. Hacia la luz del sol.

La luz del sol es casi insoportable. Al principio no puede ver nada. Poco a poco sus ojos se ajustan. Y empieza a ver el mundo tal y como es realmente, no como sombras en una pared, no como formas a la luz del fuego, sino en dimensión y color completos, con una claridad que no tenía ningún marco para imaginar cuando estaba encadenado a la pared de la cueva.

Platón llama a esto la alegoría de la cueva.

Las sombras son el mundo tal y como lo experimentan la mayoría de los hombres. No es exactamente falso, pero sí incompleto. Una proyección. Una reducción de algo más complejo y real que la versión que les han dado, o se les ha dado a sí mismos, o heredado de quienes los encadenaron allí antes de que fueran lo suficientemente mayores para saber lo que estaba pasando.

La pregunta que Platón te hace, sentado aquí en esta sala, no es cómoda.

¿Qué partes de tu vida sigues viendo como sombras?

La mayoría de los hombres no experimentan la realidad directamente.

Experimentan su interpretación de la realidad, y la experimentan de forma tan constante, tan fluida y con un sentido tan fuerte de su evidencia por sí misma que la distinción entre ambas se desploma por completo. La interpretación se vuelve invisible. Deja de ser algo que haces y empieza a ser algo que simplemente es.

Dos hombres pueden sentarse en la misma habitación, presenciar la misma conversación y marcharse con relatos completamente diferentes de lo ocurrido. No porque uno de ellos mienta. No porque uno de los dos sea más inteligente o más observador que el otro. Sino porque cada uno filtraba lo que veía a través de un conjunto diferente de suposiciones, experiencias y conclusiones previas, y esos filtros moldeaban lo que notaban, lo que retenían y el significado que le asignaban.

Esa brecha entre lo que ocurrió y lo que un hombre cree que ocurrió es una de las distancias más importantes en la vida humana.

Es la distancia en la que viven la mayoría de los argumentos. Es la distancia entre un hombre que cree que está siendo criticado y un hombre que simplemente está siendo cuestionado. Es la distancia entre un hombre que interpreta el silencio de su hijo como indiferencia y el padre que nunca consideró que ese silencio pudiera ser algo completamente distinto. Es la distancia entre el hombre que está seguro de saber lo que su pareja quiso decir con ese tono de voz y la posibilidad de que se haya equivocado con ese tono en particular durante años, y que nadie se lo haya dicho con éxito porque la certeza que tiene al respecto cierra la conversación antes de que pueda empezar.

Platón diría que las cadenas en la cueva no siempre son puestas por otras personas. A veces un hombre se encadena a sí mismo.

Existe una palabra en filosofía para el filtro a través del cual una persona percibe e interpreta la experiencia. A veces se le llama esquema, a veces marco, a veces simplemente una visión del mundo. La terminología varía según quién hable. Lo que no varía es la realidad subyacente que describe, que es esta: todo ser humano afronta la experiencia con un conjunto de estructuras preexistentes, ensambladas a partir de todo lo que le ha ocurrido antes de este momento, y esas estructuras determinan no solo lo que un hombre concluye sobre lo que ve, sino lo que es capaz de ver en primer lugar.

Esto no es un defecto de la cognición humana. Es una inevitabilidad de ello.

Un hombre no puede percibir el mundo sin un cerebro, y un cerebro no puede procesar la experiencia sin estructura. La cuestión no es si tienes un objetivo. Tú sí. Todo el mundo lo hace. La cuestión es si sabes que está ahí.

El hombre que sabe que su objetivo está ahí puede sostenerlo a suficiente distancia como para preguntarse ocasionalmente si está distorsionando lo que está mirando. Puede notar cuando su interpretación de un evento le resulta sospechosa, demasiado ordenada, demasiado coherente con lo que ya creía, demasiado conveniente. Puede preguntarse si el significado que le asigna a algo proviene de la situación que tiene delante o del peso acumulado de cada situación que ha venido antes.

El hombre que no sabe que su objetivo está ahí no puede hacer nada de eso. Sigue en la cueva, observando las sombras, seguro de que está observando el mundo.

Lo que construyó la lente importa. Un hombre que creció en un hogar donde la ira era el lenguaje principal de la autoridad habrá desarrollado una lente calibrada para detectar la ira, anticiparla, interpretar señales ambiguas en su dirección. Leerá una cara neutral como hostil. Experimentará una voz elevada como una amenaza incluso cuando no hay intención de que se trate. Organizará sus respuestas en torno a un peligro que existe en la lente más plenamente que en la habitación.

Él no está inventando el peligro. Lo está recuperando. De un pasado que ya no está presente pero que sigue moldeando la percepción como si lo fuera.

Esa es la cueva. No es una metáfora de la ignorancia en abstracto. Una descripción de una experiencia humana muy específica y muy común, la experiencia de moverse por una vida presente percibiéndola a través de los filtros de una pasada.

La lente se construye desde temprano.

Mucho antes de que un hombre tenga el vocabulario para nombrar lo que le está pasando, ya está aprendiendo cómo funciona el mundo. No por libros o instrucciones, sino por observación. De la evidencia acumulada de lo que la gente a su alrededor hace cuando tiene miedo, cuando está enfadada, cuando es amorosa, cuando siente vergüenza. De lo que se recompensaba y lo que se castigaba. De lo que se decía y lo que nunca se dijo, pero que estaba presente en cada habitación sin importar qué.

Un niño observa a su padre. Observa cómo el hombre se mueve por el mundo, cómo afronta las dificultades, cómo responde al fracaso, lo que hace con ternura, si la ternura es algo que existe en el hogar en absoluto. Observa lo que su padre respeta y lo que él descarta. Observa qué hace sentir orgulloso a su padre y qué produce ese silencio particular que es de alguna manera peor que la ira. Y de todo ese tiempo observando, en gran parte sin saber que lo hace, empieza a construir una plantilla.

Esto es lo que es un hombre.

Esto es lo que el mundo espera de un hombre.

Así es como se ve la seguridad, esto es la amenaza, esta es la distancia que mantienes y esto es lo que nunca muestras y esto es lo que siempre defiendes.

Ese modelo no es la verdad sobre la hombría. Es la experiencia vivida de un hombre con una versión de la hombría, filtrada a través de sus propios miedos y limitaciones y los modelos que heredó de los hombres que le precedieron. Pero llega a la mente del niño con la autoridad de la revelación, porque los niños aún no tienen la arquitectura cognitiva para mantener sus observaciones a una distancia crítica. Absorben. Concluyen. Codifican.

Y luego pasan el resto de sus vidas percibiendo el mundo a través de lo que codificaron.

Considera lo que esto significa para la forma en que un hombre interpreta el conflicto.

La mayoría de los hombres tienen un patrón. No es un patrón elegido. Una automática. Algo que se activa antes de que el pensamiento consciente tenga la oportunidad de intervenir y preguntarse si esta situación realmente requiere esa respuesta.

Para algunos hombres, el patrón es avanzar. Responder al conflicto con fuerza, con volumen, con ese tipo de certeza que está diseñada para acabar con la discusión en lugar de resolverla. Ese patrón se construyó en algún lugar. En una casa donde el hombre que se ponía ruidoso conseguía lo que quería. En un patio de colegio donde echarse atrás tenía consecuencias. En una década de experiencia que enseñó a un chico que la forma de sobrevivir al conflicto era ganarlo.

Para otros hombres, el patrón es retirarse. Quedarse en silencio. Salir de la habitación física o emocionalmente y esperar a que cambiara el tiempo. Ese patrón también se construyó en algún lugar. En un hogar donde el conflicto era peligroso y desaparecer era la opción más segura disponible. En una relación que enseñó a un hombre que su presencia en una discusión empeoraba las cosas en lugar de mejorarlas. Con años de experiencia que codificaron la lección de que la forma de sobrevivir al conflicto era no estar ahí para él.

Ninguno de los dos patrones es un defecto de carácter. Ambos patrones fueron adaptaciones inteligentes a las condiciones en las que se formaron.

El problema es que las condiciones cambiaron hace mucho tiempo y los patrones no.

El hombre ya no está en el hogar que requería esas adaptaciones. Ya no está en el patio del colegio, ni en la relación temprana, ni en el crisol que forjó la forma particular en que se mueve a través del conflicto. Pero el objetivo no lo sabe. La lente se construyó en esas condiciones y lee las condiciones

actuales a lo largo de esa historia, y así el hombre se encuentra respondiendo a su pareja, o a su hijo, o a su colega, con un conjunto de comportamientos automáticos diseñados para una situación completamente diferente, en un tiempo completamente distinto, contra apuestas completamente distintas.

Está observando sombras.

Y la sombra que observa no es la persona que tiene delante. Es alguien de mucho más atrás.

Platón estaba interesado en un tipo particular de hombre. El hombre que había salido de la cueva, que había visto algo más verdadero y completo que el mundo de las sombras, y que luego regresó.

No porque se viera obligado. Porque él eligió hacerlo.

En la alegoría, el filósofo que escapa de la cueva y alcanza la luz del sol finalmente regresa para contar a los demás prisioneros lo que ha visto. No le agradecen por ello. Han organizado toda su vida en torno al mundo de las sombras, y el hombre que les dice que las sombras no son toda la historia no se experimenta como un libertador. Se le percibe como una amenaza. Sus ojos se han adaptado a la luz del sol y ya no puede ver las sombras tan claramente como ellos, así que concluyen que ha sido dañado por dondequiera que fuera, que ve menos ahora que antes, que lo que sea que haya encontrado allí en la luz cegadora le ha hecho peor en lo único que importa, que es leer las sombras en la pared.

Quieren matarlo.

Platón escribió la alegoría tras ver a Atenas matar a Sócrates. La conexión no es sutil.

Pero el punto más profundo sobrevive al contexto biográfico. El punto más profundo es que volver a la cueva, elegir volver al mundo de la percepción incompleta, la suposición heredada y el consenso cómodo, es algo que los hombres hacen todo el tiempo. No porque estén obligados. Porque la alternativa es demasiado desorientadora. Porque la luz del sol es demasiada. Porque la versión de la realidad en la que han estado viviendo es familiar, y la familiaridad tiene una gravedad de la que es muy difícil escapar voluntariamente.

Hay un tipo particular de conversación que ilustra esto. La conversación que un hombre tiene consigo mismo después de que algo ha salido mal. Una relación que terminó mal. Una ruptura con un hijo o una hija que nunca ha sanado del todo. Una amistad que se disolvió por algo que probablemente ambos recordarían de forma diferente. Un fracaso profesional que aún tiene un recuerdo años después.

En esa conversación interna, la mayoría de los hombres no permanecen mucho tiempo bajo la luz del sol. Pueden empezar allí. Puede haber un momento de claridad genuina, el reconocimiento de que el panorama completo es más complicado que la versión que llevaban con él, que sus propias decisiones jugaron un papel que no han contemplado del todo. Pero ese momento es incómodo, y la incomodidad tiene una forma de generar movimiento, y el movimiento casi siempre vuelve hacia el mundo de las sombras. De vuelta a la versión de los hechos que es más cómoda, más familiar, más coherente con el hombre que creen ser.

Sabe lo que ha hecho cuando se retira allí. No con palabras. Pero en algún lugar debajo de las palabras.

Ese saber es lo que este capítulo te pide que te sientes.

Hay un segundo elemento en el pensamiento de Platón que tiene el mismo peso para los fines de esta sala.

Platón creía que detrás de cada cosa imperfecta, particular y real existía una forma perfecta de esa cosa. Una especie de plantilla ideal cuya versión terrenal era una copia imperfecta. Cada silla individual del mundo era una copia, aunque aproximada, de la Forma de Silla. Cada acto de justicia era una copia, aunque imperfecta, de la Forma de Justicia. El mundo real, en la visión de Platón, siempre fue un reflejo ligeramente distorsionado de algo más perfecto y más real que existía más allá de la percepción directa.

No tienes que aceptar la metafísica de Platón para sentir la verdad en lo que él buscaba.

La mayoría de los hombres llevan un ideal. Una imagen de cómo deberían ser las cosas. Una versión de su vida, su matrimonio, su trabajo, su relación con sus hijos, que existe en algún lugar de la mente como una especie de estándar contra el que lo real siempre se mide y siempre, en cierto modo, se le encuentra insuficiente. Ese ideal se armó de algún sitio. De lo que se había modelado, de lo prometido, de lo que un joven se decía a sí mismo que tendría cuando el futuro aún se sintiera completamente abierto.

La brecha entre ese ideal y lo real es uno de los lugares donde vive gran parte del sufrimiento masculino.

No porque el ideal fuera incorrecto. Los ideales no son el problema. El problema es la relación que un hombre desarrolla con la brecha. El hombre que experimenta cada distancia entre lo ideal y lo real como un fracaso personal, como evidencia de que algo va mal en él o en las personas que le rodean o en el mundo que no cooperó con su visión de él, es un hombre que siempre vive un poco al margen de la vida que realmente tiene. Siempre mide lo que está frente a lo que debería ser, y esa medición le impide estar completamente presente en ninguno de los dos.

Un hombre tiene una idea de cómo debe ser un matrimonio. Ese ideal se construyó desde algún lugar, de lo que observaba, de lo que leía, de lo que le contaban, de lo que imaginaba cuando estaba al principio de algo y aún no podía ver toda su complejidad. Y entonces el matrimonio se revela como algo real, con fricciones reales, estaciones reales y limitaciones reales por ambas partes, y se abre la brecha entre lo que imaginó y lo que tiene.

Lo que haga con ese vacío es una de las decisiones más importantes de su vida adulta.

Algunos hombres responden a la brecha con desprecio. La verdadera es inferior al ideal, y la tratan en consecuencia, y el desprecio hace el trabajo lento de destruir exactamente lo que esperaban tener. Algunos hombres responden con resignación, una aceptación plana de que el ideal era una ficción y que lo real es todo lo que hay, y la respuesta adecuada es dejar de querer algo en particular. Algunos hombres oscilan entre ambos, alternando entre el desprecio y la resignación, sin poder aceptar lo real en sus propios términos ni liberar el ideal con suficiente honestidad para llorarlo adecuadamente.

El hombre examinado, el hombre al que Platón señala, hace algo diferente.

Mira el hueco directamente. Pregunta de dónde vino el ideal y si alguna vez fue completamente suyo o si fue heredado, asumido, absorbido de fuentes que nunca eligió ni examinó. Pregunta qué en realidad está siendo oscurecido por su insistencia en compararlo con lo ideal. Se pregunta si la vida que ha visto, vista claramente y sin la superposición distorsionada de lo que imaginó, podría contener más de lo que ha podido notar mientras se decepcionaba de que no fuera otra cosa.

Esa no es una pregunta cómoda.

Pero es honesto.

Hay una práctica incrustada en la filosofía de Platón que no se discute lo suficiente, que es la práctica de regresar.

No volver a la cueva. Volviendo a la pregunta.

Platón creía que la comprensión genuina no se alcanzaba en un solo momento de perspicacia, sino a través de un proceso continuo de examen, refinamiento y retorno. Los diálogos que escribió no son conferencias. Son conversaciones que vuelven en círculos. Esa revisita. Que llegan a una conclusión y luego la cuestionan. Que tratan la comprensión no como un destino, sino como una dirección.

Esa es una relación con la verdad diferente a la que la mayoría de los hombres han aprendido a tener.

El hombre que miró a su padre hace veinte años y llegó a una conclusión sobre él, y que ha estado viviendo dentro de esa conclusión desde entonces, puede que esté viviendo en una sombra. No porque la conclusión fuera errónea. Pero porque el hombre que lo alcanzó era más joven, tenía menos información, menos capacidad para contener la complejidad y llegaba a conclusiones en beneficio de la supervivencia emocional más que de la claridad. El hombre que es ahora podría ver algo diferente si volviera a mirar. Quizá viera el miedo bajo la rabia que durante años resentía. Quizá veía la limitación bajo la indiferencia que se sentía como rechazo. Podría ver a un hombre más parecido a él mismo de lo que se ha sentido cómodo admitiendo.

Volver a la pregunta no es debilidad.

Es lo que Platón dedicó toda su vida a hacer.

Antes de que Platón deje la silla de testigo, hace lo que siempre hace en los diálogos. Le da la vuelta a la pregunta.

Pregunta: ¿qué verías si te dieras la vuelta?

Se refiere a lo que hay detrás de ti. La versión de los hechos que aún no has enfrentado porque enfrentarte a ella requeriría renunciar a la versión que ya tienes. La interpretación de tu vida que parece realidad pero que, si eres honesto, a veces sospechas que es algo menos que toda la historia.

¿Qué verías si te giraras?

No tienes que responder ahora.

Pero el hecho de que la pregunta te hiciera dudar es en sí mismo el comienzo de una respuesta.

El testigo se retira.

La sala mantiene la pregunta en el aire un momento.

El tercer testigo ya está esperando en la puerta.

CAPÍTULO TRES

La cuestión del carácter

¿Qué hábitos están moldeando tu vida?

El tercer testigo no parece un filósofo en la forma en que la palabra se imagina comúnmente.

No posee la sencillez de callejero de Sócrates ni la deliberación aristocrática de Platón, aunque estudió con Platón durante veinte años y la influencia se refleja en la precisión de su forma de pensar. Aristóteles parece un hombre que ha pasado su vida prestando mucha atención a las cosas. A cómo funcionan. De lo que están hechas. Sobre la diferencia entre lo que algo parece y lo que realmente es cuando lo examinas con suficiente detenimiento. Era biólogo tanto como filósofo, un hombre que diseccionaba animales para entender su estructura, que catalogaba el mundo natural con una paciencia y un ojo para el detalle que sus contemporáneos consideraban notables.

Él llama la atención sobre la pregunta que lleva a esta sala.

Se sienta, te mira un momento y luego pregunta algo que suena sencillo hasta que te quedas con ello.

¿Quién eres cuando nadie pregunta?

No es quien dices ser. No es quien pretendes ser. No la versión de ti mismo que presentas en los momentos en que sabes que te están observando o evaluando o cuando lo que está en juego es lo suficientemente alto como para sacar lo mejor de ti. ¿Quién eres tú en los momentos ordinarios? Los que no tienen nada de especial. Los momentos en los que nadie te está mirando, no hay nada en juego y la única persona que sabrá lo que hiciste, dijiste o elegiste eres tú.

Eso, dice Aristóteles, es tu carácter.

No los momentos de pico. Los mediocres.

Aristóteles fue discípulo de Platón, pero también fue, en aspectos importantes, el correccionista de Platón.

Mientras Platón miraba hacia arriba hacia las Formas ideales que existían más allá del mundo visible, Aristóteles miraba directamente al mundo frente a él. No le interesaba que existiera la Forma perfecta de justicia en algún plano abstracto más allá de la percepción humana. Le interesaba cómo era realmente la justicia cuando seres humanos reales la practicaban en comunidades reales con intereses reales y limitaciones reales. No le interesaba el ideal de un hombre bueno como abstracción filosófica. Le interesaba lo que realmente hacía un buen hombre, día a día, elección tras elección, en las condiciones específicas y a menudo poco glamurosas de una vida real.

Esta distinción importa porque significa que la ética de Aristóteles no es aspiracional en el sentido que suele significarse esa palabra. No se trata de mantener un estándar imposible y medirte contra él. Tratan sobre la acumulación de pequeñas decisiones, tomadas de forma constante a lo largo del tiempo, en dirección a lo que es realmente bueno, y la forma en que esa acumulación produce, poco a poco y sin drama, un tipo particular de persona.

Llamó a ese proceso la formación del carácter.

Y creía que era el proyecto más importante que una vida humana podía emprender.

La palabra griega Aristóteles usada para el tipo de personaje que describía es ethos.

Es la raíz de la palabra inglesa ética, pero esa traducción no refleja del todo lo que Aristóteles quiso decir. Cuando usó la palabra ethos no se refería principalmente a un conjunto de reglas que una persona sigue. Hablaba de algo más parecido a una actitud. Una forma de ser estable. La forma en que un hombre se mueve por el mundo, responde a la dificultad, trata a las personas que le rodean, afronta la brecha entre lo que quiere y lo que es correcto.

El ethos, en el uso de Aristóteles, no es lo que crees. Es lo que haces de forma constante.

Esa distinción es una de las más importantes de toda esta sala.

Un hombre puede creer, sinceramente y sin ningún engaño consciente, que es paciente, o generoso, o honesto, o valiente. Puede mantener esa creencia sobre sí mismo con convicción genuina. Y puede estar equivocado. No porque se mienta a sí mismo, sino porque la fe no es lo mismo que el carácter. La creencia es lo que piensas sobre ti mismo en los momentos en que piensas en ti mismo. El carácter es lo que realmente haces en los momentos en que no lo estás.

La mayoría de los hombres han experimentado la diferencia entre ambos.

El hombre que cree ser paciente pero que, de forma regular y previsible, pierde esa paciencia bajo condiciones específicas que nunca ha examinado lo suficiente para comprender. El hombre que cree ser honesto pero que, a lo largo de los años, ha desarrollado un conjunto de pequeñas acomodaciones y omisiones selectivas que sirven a sus intereses sin llegar a llegar al nivel de mentiras que él reconocería como mentiras. El hombre que cree que es un buen padre pero cuyos hijos, si se les pide con honestidad y sin miedo a decepcionarle, podrían dar un relato más complicado.

La brecha entre creencia y carácter no es una acusación moral. Es una característica estructural de la psicología humana. Las creencias son baratas. Son fáciles de sostener y de mantener, y no cuestan nada hasta el momento en que se requiere comportamiento para apoyarlos.

El carácter es lo que el comportamiento revela cuando la creencia no está vigilando.

La afirmación más directa de Aristóteles sobre cómo se forma el carácter es una de las líneas más citadas de toda la filosofía, y como la mayoría de las líneas citadas, ha sido suavizada por la repetición hasta convertirse en algo que suena agradable en lugar de exigente.

Dijo que somos lo que hacemos repetidamente.

Esa frase suele ofrecerse como forma de aliento. Como invitación a empezar un buen hábito y confiar en que se irá acumulando con el tiempo. Y esa interpretación no es incorrecta. Pero omite la parte en la que Aristóteles insistía igualmente, que es lo contrario.

También somos lo que repetidamente fallamos en hacer.

Somos lo que evitamos repetidamente. Lo que repetidamente posponemos. Lo que excusamos repetidamente en nosotros mismos con explicaciones que no aceptaríamos de otra persona. Somos la suma de nuestras evasivas tanto como de nuestros esfuerzos, y el carácter que se forma tras años de evitación constante es tan real, estable y definitorio como el carácter que se forma tras años de práctica constante.

Un hombre que ha pasado veinte años evitando una conversación difícil con alguien a quien ama tiene un carácter que incluye esa evasión. No es una aberración. No es una fase. Es un hábito, y los hábitos no son interrupciones al carácter. Son su materia prima.

No es nada cómodo de oír. Pero es preciso.

Aristóteles utilizó la palabra *hexis* para describir un hábito en el sentido profundo que quiso decir. No una rutina, ni una preferencia, sino una disposición estable del alma, un surco marcado en el personaje por el pasaje repetido del mismo tipo de elección tomada de la misma manera a través del tiempo.

Creía que cada acción que realiza un hombre es simultáneamente dos cosas. Es la cosa misma, el acto, la palabra, la elección. Y es una pequeña contribución a la formación del hombre que la tomó. Cada vez que actúas con valentía, te vuelves un poco más valiente. Cada vez que actúas con cobardía, te vuelves un poco más cobarde. Cada vez que dices la verdad cuando sería más fácil no hacerlo, refuerzas la inclinación hacia la honestidad. Cada vez que mientes, o enfades la verdad, o construyes la versión más conveniente de los hechos, refuerzas lo contrario.

La escritura y la formación son inseparables.

Esto significa que no hay un acto neutral. No hay ninguna acción que deje al personaje sin cambios. El hombre que cree que simplemente responde a las circunstancias, que enmarca sus elecciones como reacciones en lugar de iniciaciones, que se dice a sí mismo que sería diferente si las cosas fueran diferentes, está equivocado de una manera que Aristóteles consideraría precisamente digna de ser examinada. Porque el carácter no se forma por las condiciones ideales en las que un hombre preferiría ser puesto a prueba. Está formada por las condiciones reales en las que se encuentra cada día, las ordinarias, las incómodas, las que tienen la opción más fácil y la mejor cuesta algo.

Esas son las decisiones que forman al hombre.

Existe un concepto que Aristóteles llamó la doctrina de la media, y es más sutil y útil de lo que parece a primera vista.

Creía que las virtudes no eran simplemente opuestos a los vicios. Eran el punto intermedio adecuado entre dos tipos de fracaso, uno de exceso y otro de deficiencia. El coraje, por ejemplo, no era simplemente la ausencia de miedo. Era la relación adecuada para el miedo. El hombre que no siente miedo alguno no es valiente. Es imprudente. El hombre que está paralizado por el miedo no es cauteloso. Es cobarde. El valor es la capacidad de sentir el miedo, evaluarlo honestamente y actuar adecuadamente en relación con él. No a pesar de ello. En relación con ello.

La misma estructura se aplica a todas las virtudes que Aristóteles examinó.

La generosidad es el punto medio entre el derroche y la tacaña. La honestidad es el medio entre la franqueza brutal y la acomodación deshonesto. La confianza es el punto medio entre la arrogancia y la autocrítica. El hombre virtuoso no es aquel que nunca siente la atracción hacia ninguno de los dos extremos. Es el hombre que, gracias a una larga práctica, ha desarrollado la capacidad de encontrar y mantener la posición adecuada en el centro.

Esa capacidad no es innata. No se administra al nacer. No es producto de buenas intenciones.

Se consigue repitiendo.

La doctrina del medio no pregunta qué eres, sino cómo eres. No a qué categoría perteneces, sino en qué parte del espectro de la respuesta humana te sitúan consistentemente tus hábitos, y si esa posición es la que elegirías si lo eligieras conscientemente.

La mayoría de los hombres nunca lo han preguntado así.

Aristóteles creía en algo que llamaba eudaimonía, que normalmente se traduce como felicidad pero que tiene un significado que la palabra inglesa no tiene del todo.

La eudaimonia no es un sentimiento. No es el placer de una buena comida, ni la satisfacción de un objetivo alcanzado, ni el calor de una velada pasada con personas que amas. Esas cosas son reales e importan, pero no son lo que Aristóteles quiso decir. La eudaimonia está más cerca de florecer. A la condición de una vida que se vive plenamente y bien, de acuerdo con las mejores capacidades que posee un ser humano, en dirección a lo que es genuinamente bueno.

No es algo que te pase a ti. Es algo que se construye, a través de la práctica de la virtud, a lo largo de una vida.

Un hombre que organiza su vida en torno a la búsqueda de sentirse bien está construyendo algo diferente a un hombre que organiza su vida en torno a la práctica de ser bueno. El primer hombre siempre está a merced de las circunstancias, porque las circunstancias determinan cómo se siente, y las circunstancias no están completamente bajo su control. El segundo hombre tiene acceso a algo más estable, porque la práctica de la virtud siempre está disponible independientemente de lo que hagan las circunstancias, y el hombre que la ha practicado el tiempo suficiente ha construido un carácter que puede sostenerle en condiciones que desmantelarían a un hombre cuya base solo era el sentimiento.

Esa es la promesa de Aristóteles. No es que la vida virtuosa vaya a ser fácil, cómoda o libre de pérdidas. Pero que será sólido. Que el hombre que ha pasado años construyendo su carácter mediante práctica deliberada y constante tendrá algo real en lo que apoyarse cuando el suelo cambie, como siempre ocurre, como ocurrirá con cada hombre que lea esto.

La base no es suerte. No es circunstancia. No es la calidad de lo que la vida te ha dado.

Es lo que has hecho, repetidamente, en la dirección de lo bueno.

Ahora lleva esto a la gravedad específica de tu propia vida.

No en abstracto. En el detalle.

Piensa en el hombre que eres por la mañana antes de que nadie más se despierte. En el coche cuando alguien te corta el paso y nadie que te conozca te esté mirando. En la conversación donde tú tienes el poder y la otra persona no, el resultado dependerá completamente de si usas ese poder bien o mal. En el momento en que contar toda la verdad te costaría algo y una verdad parcial no te costaría nada.

Piensa en el hombre que eres cuando estás cansado, cuando estás decepcionado, cuando algo por lo que luchaste no cumplió, cuando alguien a quien amas dice algo que suena como un juicio aunque no fuera su intención.

Piensa en el hombre que eres cuando estás solo.

Ese hombre, el que está en esos momentos, no es una versión diferente de ti. No es una versión peor, ni una versión más verdadera, ni una versión que de alguna manera no cuente. Él eres tú. Es el producto de todo lo que has practicado, todo lo que has reforzado, cada decisión que has tomado cuando nadie te estaba mirando y las únicas apuestas eran las que tenías dentro del pecho.

Aristóteles te pediría que le miraras con sinceridad.

No con desprecio. El carácter no es un tribunal donde te procesas hasta quedar paralizado. Para eso no es para eso este examen. Aristóteles era profundamente práctico en su ética, y el propósito práctico de ver tus hábitos claramente no es condenarlos, sino entenderlos lo suficiente como para cambiar aquellos que no sirven a lo que realmente valoras.

La cuestión no es si tienes hábitos que juegan en tu contra. Todos los hombres lo hacen. La cuestión es si sabes cuáles son.

Porque no puedes cambiar lo que no puedes ver.

Hay una cosa más en la que Aristóteles insiste y que tiende a incomodar a la gente cuando se expresa claramente, y es que el carácter no es un asunto privado.

Creía que los seres humanos éramos por naturaleza animales políticos, lo que en su vocabulario significaba que éramos criaturas que alcanzaban nuestro máximo potencial humano solo en comunidad, en la relación, en la fricción específica, el calor y la obligación de convivir junto a otras personas y ser moldeados por esa proximidad. Un hombre no puede desarrollar la virtud de forma aislada. Las virtudes que Aristóteles valoraba, coraje, generosidad, honestidad, justicia, son todas relacionales. Requieren que otras personas practiquen contra ellas. Son llamados a existir por la presencia de otros y puestos a prueba por las dificultades específicas que otras personas introducen en una vida.

Esto significa que el hombre con el que estás en la relación no es un subconjunto de tu carácter. Es la principal prueba de ello.

Lo que eres para tu pareja, en los momentos ordinarios de una semana cualquiera, es tu carácter. Lo que eres para tus hijos, en los intercambios anodinos que constituyen la gran mayoría del tiempo que pasas con ellos, es tu carácter. Lo que eres para las personas que trabajan contigo o para ti, en

interacciones que son demasiado pequeñas para sentirse significativas pero que ocurren constantemente, es tu carácter.

El gran gesto es casi irrelevante. Cualquier hombre puede llegar a un momento dramático. Los momentos dramáticos son escasos y tienen su propia instrucción. Lo que Aristóteles pregunta es sobre la textura. El patrón. El peso acumulado del comportamiento ordinario a lo largo de años de tiempo ordinario.

Ese es el testimonio que da tu vida, seas consciente o no de ello.

Antes de que Aristóteles abandone la silla de testigo, hace algo que ni Sócrates ni Platón hicieron.

No hace ninguna pregunta.

Hace una declaración.

Él dice: ya sabes lo que tiene que cambiar.

No lo dice con crueldad. Lo dice con la precisión directa de un hombre que ha dedicado su vida a estudiar cómo funcionan realmente los seres humanos en lugar de cómo desearía que funcionaran. Ha observado a suficientes hombres, ha reflexionado con suficiente detenimiento sobre la estructura del carácter humano para saber que la brecha entre lo que un hombre sabe y lo que hace un hombre no suele ser un problema de información. Es un problema de práctica. La mayoría de los hombres ya saben, en algún lugar de la parte de sí mismos que no siempre visitan a la luz del día, qué hábitos les están construyendo hacia algo bueno y cuáles hábitos están construyendo algo en silencio otra cosa.

La cuestión no es si lo sabes.

La cuestión es qué vas a hacer al respecto, empezando mañana por la mañana, en los momentos ordinarios en que nadie te está viendo y la única persona que lleva la cuenta eres tú.

El testigo se retira.

La sala del tribunal permanece en silencio un momento más de lo habitual.

El cuarto testigo será más difícil.

El tercer testigo dijo que ya sabes lo que hay que cambiar. Pero saber qué tiene que cambiar y saber de dónde viene son proyectos diferentes. Antes de que un hombre decida si mantener un hábito, vale la pena entender quién se lo dio.

El cuarto testigo va a volver a preguntar ante el hombre consciente y preguntar por el hombre que te fue entregado antes de que tú tuvieras voz en el asunto. Antes de que entre, siéntate con un conjunto específico de preguntas.

¿Qué creían los hombres de tu infancia sobre la emoción? ¿Qué pensaban sobre pedir ayuda? ¿Qué creían que un hombre podía manejar solo? ¿Qué pensaban sobre pedir perdón? ¿Qué creían sobre el tipo de hombre que hablaba de lo que sentía?

Siéntate con esas preguntas no como acusaciones, sino como inventario. Las creencias más peligrosas no son las que un hombre sostiene conscientemente, sino las que ha absorbido tan profundamente que ya no las experimenta como creencias en absoluto. Como simplemente así son las cosas.

¿Cuáles de tus creencias sobre la hombría has examinado realmente? ¿En cuál has vivido simplemente dentro? ¿Cuál sobreviviría a un escrutinio honesto? ¿Cuál no?

Está a punto de llamar al cuarto testigo.

Va a preguntar quién te construyó.

CAPÍTULO CUATRO

La cuestión de la identidad

¿Quién te enseñó a ser quien eres?

El cuarto testigo llega con más peso que los demás.

No peso físico. Otra cosa. El tipo de presencia que entra en una habitación antes que la persona, que cambia ligeramente la atmósfera, que te hace sentarte sin saber bien por qué. Friedrich Nietzsche no parece un hombre con quien sea fácil tratar. Tiene el bigote que la historia ha hecho famoso y unos ojos que parecen trabajar más de lo que suelen hacerlo, absorbiendo más, archivándolo de forma diferente, llegando a conclusiones que la mayoría preferiría no seguirle.

No era un pensador cómodo. No lo intentaba. Creía que el confort, especialmente el bienestar intelectual, era uno de los principales enemigos del verdadero desarrollo humano, y dedicó toda su carrera a hacer todo lo posible para que fuera inaccesible para cualquiera que le prestara atención.

Se sienta y te mira durante un largo momento antes de hablar.

Luego dice: antes de hablar de quién eres, quiero saber quién te construyó.

No quién te crió. No quién te influía de las formas que reconocerías en una conversación educada. ¿Quién te construyó? ¿Quién puso la arquitectura en marcha antes de que tuvieras edad suficiente para saber que se iba a instalar? Que te entregó los valores que llevas como si fueran tuyos, las definiciones de fortaleza y debilidad que nunca has cuestionado, la imagen de lo que se supone que debe ser un hombre con la que te has estado midiendo toda tu vida sin parar a preguntarte de dónde viene esa imagen o si te pertenece en absoluto.

¿Quién te construyó?

¿Y el hombre que construyeron sigue sirviendo al hombre que intentas convertirte?

Nietzsche nació en 1844 en Prusia, hijo de un pastor luterano que murió cuando Friedrich tenía cuatro años. Fue un prodigio nombrado profesor en la Universidad de Basilea a los veinticuatro años, antes de haber completado su doctorado. También es uno de los pensadores más mal interpretados en la historia de las ideas. Su obra fue apropiada tras su muerte por su hermana Isabel, quien editó y manipuló sus cuadernos inéditos para que parecieran apoyar opiniones que él había rechazado explícita y repetidamente. El daño que esa distorsión causó a su reputación duró décadas. Cabe la pena decirlo con claridad: Nietzsche no era un profascista. Era un hombre que miraba con una honestidad inquebrantable las estructuras de valor que su cultura había heredado y se preguntaba si esas estructuras realmente servían al florecimiento humano o si se habían convertido en una forma de gestionarlo, limitarlo y disminuirlo.

Esa es la pregunta que él trae a esta sala.

El concepto con el que más se asocia a Nietzsche es la voluntad de poder, y está casi universalmente malinterpretado. No significa el deseo de dominar a los demás. Describe algo más fundamental e

interior: el impulso en cada ser vivo hacia la expresión de su propia naturaleza particular, hacia convertirse en más plenamente en lo que realmente es en lugar de en lo que se le ha dicho que sea. Lo opuesto a la voluntad de poder era lo que él llamaba resentimiento, una condición en la que la energía bloqueada se vuelve hacia dentro y se transforma en un sistema de valores que celebra la limitación, que replantea la debilidad como virtud, que encuentra maneras de hacer que la incapacidad de actuar se sienta como una elección moral. Describía al hombre al que se le ha enseñado que ciertos sentimientos no son aceptables, que ciertas necesidades no son legítimas, y que ha respondido no examinando esa enseñanza, sino construyendo su identidad alrededor de sus requisitos. Que ha aprendido a llamar a sus limitaciones sus valores. Que ha aprendido a experimentar sus limitaciones como su personaje.

Ese hombre no sabe que ha hecho esto. Eso es precisamente lo que hace que merezca la pena examinarlo.

Nietzsche introdujo una distinción entre lo que llamó moralidad de amo y moralidad de esclavo, y vale la pena entenderla detenidamente antes de decidir qué hacer con ella.

La moralidad maestra se origina en la autoafirmación. Empieza con una persona diciendo: esto es lo que valoro, esto es lo que llamo bueno, este es el tipo de vida que estoy eligiendo vivir. Los valores vienen de dentro hacia fuera, generados por alguien actuando desde su propia naturaleza genuina en lugar de reaccionar a la naturaleza de los demás.

La moralidad esclava se origina de forma diferente. No empieza con la autoafirmación sino con la negación, con el resentimiento hacia quienes tienen lo que la persona esclava de la moralidad carece, y construye un sistema de valores alrededor de invertir los términos de ese resentimiento. Lo que tienen los poderosos se vuelve malo. Lo que tienen los desamparados se vuelve bueno. El problema que Nietzsche identificaba no era con los valores en sí, sino con su origen. Un valor que existe porque lo has examinado genuinamente y lo has elegido es algo muy diferente de un valor que existe porque alguien te enseñó a llamar virtudes a tus limitaciones.

La pregunta que esto plantea es una que la mayoría de los hombres encuentran realmente incómoda.

¿Cuántos de los valores que llevas con más confianza fueron elegidos por ti? ¿Y cuántos se instalaron antes de que pudieras elegir?

Todo hombre hereda un modelo de masculinidad.

Llega antes del lenguaje, antes del pensamiento consciente, antes de cualquier capacidad para evaluar lo que se transmite. Llega a través del comportamiento específico de los hombres concretos en el mundo inmediato de un niño concreto, el padre en el centro, pero también los tíos, los hermanos mayores, los entrenadores, los profesores, los hombres en pantalla, el mensaje cultural que rodea a un niño de forma tan completa y constante que se vuelve invisible, igual que el agua es invisible para un pez.

Esa plantilla contiene instrucciones. La mayoría nunca se pronuncian en voz alta. No es necesario que lo estén. Se transmiten a través de la observación, de las cosas concretas que se recompensan y de las que producen vergüenza, silencio o la retirada de la aprobación. A través de lo que los hombres que rodean a un niño hacen con el dolor, lo que hacen con ternura, lo que hacen con el miedo y lo que

hacen cuando se equivocan. A través de lo que se llama fuerza y lo que se llama debilidad, y dónde exactamente se traza la línea entre ambos y lo que le pasa a un chico que acaba en el lado equivocado de ella.

Cuando un hombre es adulto, ese modelo ya no se experimenta como un conjunto de instrucciones que ha recibido. Se experimenta como su propia naturaleza.

Esta es la dificultad central.

Cuando algo ha estado presente el tiempo suficiente, cuando llegó lo suficientemente temprano y se reforzó de forma constante, deja de sentirse como algo que se puso ahí y empieza a sentirse como algo que siempre estuvo ahí. Como el carácter. Como personalidad. Simplemente quién eres.

Nietzsche diría que es precisamente cuando debe comenzar el examen.

Hay un concepto en la obra de Nietzsche que él llamó rebaño, y es uno de los lugares donde es más fácilmente malinterpretado. La manada no significa a otras personas en un sentido desdeñoso. Describía un tipo particular de conformidad, tan completa e inconsciente que la persona dentro de ella ha dejado de poder distinguir entre lo que realmente cree y lo que la manada les ha enseñado a creer. La mente de manada toma los valores del colectivo y los presenta como naturales, tan evidentes, como la forma en que las cosas simplemente son. Y el individuo dentro de la manada absorbe esos valores tan profundamente que cualquier cuestionamiento genuino sobre si tienen razón genera no solo presión social sino ansiedad interna. El hombre que cuestiona los valores de la manada no solo corre el riesgo de ser desaprobado. Corre el riesgo de disolver la identidad que ha construido dentro de esos valores.

Es un precio muy alto. La mayoría de los hombres no lo pagarán voluntariamente.

Pero Nietzsche creía que el hombre que no podía o no quería cuestionar los valores que había heredado no era verdaderamente libre, por mucho que se sintiera libre. Estaba cumpliendo instrucciones que le habían dado, viviendo dentro de un modelo que no había elegido, realizando una versión de la hombría que le habían sido entregada completa y sin examinar, y llamándola su propia vida.

Considera la plantilla específica de masculinidad que te han dado.

¿Qué decía sobre la emoción? La mayoría de los modelos de masculinidad tradicional tienen instrucciones muy específicas y muy estrechas sobre qué emociones son aceptables para que un hombre sienta y exprese y cuáles no. La ira suele permitirse, porque puede ser útil al servicio de la protección y la competencia. El miedo tiende a ser suprimido, porque el miedo señala vulnerabilidad y la vulnerabilidad señala debilidad. El duelo tiende a minimizarse, porque el duelo requiere que un hombre sea visiblemente deshecho por algo, y verse visiblemente deshecho no es coherente con la imagen de control que exigen muchas plantillas de masculinidad. La ternura, el anhelo, la incertidumbre, toda la compleja gama de lo que significa ser un ser humano moviéndose por una vida humana, tienden a clasificarse, en muchos modelos de masculinidad, como cosas aceptables en privado, si es que lo son, pero que no deben salir a la luz en el mundo donde otros hombres puedan verlas.

Lo que eso produce, a lo largo de décadas de práctica, es un hombre que ha aprendido a encaminar su vida emocional por un canal muy estrecho. Que se ha vuelto realmente hábil en suprimir lo que la plantilla no permite. Que puede haberlo hecho tan a fondo y durante tanto tiempo que ha perdido por completo el acceso al material suprimido, o que experimenta su aparición como una especie de fracaso, como evidencia de que algo en él no está del todo bien.

Eso no es carácter. Eso es condicionamiento.
Y Nietzsche querría que supieras la diferencia.

También querría que le preguntaras cuánto te ha costado. No en abstracto. En el aspecto específico. En tus relaciones. En la brecha entre el hombre que eres en público y lo que ocurre en el interior privado que la actuación pública está gestionando. En los momentos en que algo rompía la plantilla y sentías, quizá brevemente e incómodamente, algo para lo que la plantilla no tenía nombre, algo que no encajaba con las instrucciones, algo que era tuyo y no del rebaño.

¿Qué hiciste con eso?

El concepto de Übermensch de Nietzsche, normalmente traducido como el sobrehombre o el superhombre, ha sido tan profundamente malversado que merece la pena reclamarlo por lo que realmente quiso decir. El overman no es un ser humano superior en ningún sentido genético o jerárquico. Es un hombre que se ha superado a sí mismo. Que ha mirado honestamente los valores, plantillas e instrucciones que heredó, ha separado lo que es genuinamente suyo de lo que se instaló sin su consentimiento, ha descartado lo que no sirve al hombre que realmente es, y ha elegido, con plena conciencia de lo que elige, los valores que vivirá en adelante.

Ese es un proyecto que nunca termina. Requiere un retorno continuo, un examen continuo, una disposición continua para descubrir que lo que parecía una elección genuina era en realidad una suposición heredada vistiendo la convicción.

Pero es el proyecto que Nietzsche consideraba el más esencialmente humano disponible.

Dijo que el individuo siempre ha tenido que luchar para no sentirse abrumado por la tribu. Si lo intentas, a menudo te sentirás solo y a veces asustado. Pero ningún precio es demasiado alto para pagar por el privilegio de poseerte a ti mismo.

Léelo de nuevo despacio.

Ningún precio es demasiado alto por el privilegio de poseerte a ti mismo.

No poseer a otras personas. No dominar el panorama de tu vida. Poseerte a ti mismo. Tener acceso a quién eres realmente en lugar de a quién fuiste creado para actuar. Poder mirar tus propios valores y saber, con algo parecido a la honestidad, que son tuyos. Que tú los elegiste. Que surgieron de un examen genuino y no de la presión acumulada de todo lo que absorbiste antes de ser lo suficientemente mayor para examinar algo.

Ese tipo de propiedad es más rara de lo que parece.

La mayoría de los hombres, si son sinceros, llevan grandes partes de sí mismos que no se sienten del todo como propias. Las partes que les entregaron completas, con instrucciones ya adjuntas. Las partes que nunca han podido mirar directamente porque verlas directamente requeriría renegociar demasiado de lo que han construido encima.

Nietzsche no te está pidiendo que derribes la estructura.

Te está pidiendo que sepas qué partes elegiste y cuáles heredas, y que hagas el trabajo lento e incómodo de decidir, con plena conciencia y honestidad, cuáles quieres conservar.

Antes de que Nietzsche deje la silla de testigo, hace algo que te sorprende.

No hace ninguna declaración. No emite un veredicto. Se inclina un poco hacia delante y hace una pregunta más baja que cualquier cosa que haya dicho hasta ahora.

¿Es el hombre en el que te has convertido el hombre que habrías elegido ser, si te hubieran dado la elección?

No espera respuesta. No lo necesita. La pregunta no está pidiendo una respuesta en este momento. Es pedir una vida entera de atención honesta en los momentos que siguen.

Se pone en pie.

Sale de la sala sin mirar atrás.

La habitación está más silenciosa que antes de que él entrara.

El quinto testigo preguntará sobre algo que el cuarto testigo hizo posible: qué hacer con los sentimientos que la plantilla te dijo que pusieras en otro sitio.

CAPÍTULO CINCO

La cuestión de la emoción

¿Qué papel deberían jugar los sentimientos en una vida?

El quinto testigo toma la silla de forma diferente a los demás.

No con la franqueza callejera de Sócrates, ni con la deliberación aristocrática de Platón, ni con la precisión clínica de Aristóteles, ni con la intensidad cargada de Nietzsche. David Hume se acomoda en la silla del testigo como un hombre se acomoda en una conversación que tanto esperaba. Hay algo casi cómodo en él, algo cálido y socialmente relajado para lo que su filosofía no te prepara. Era conocido en Edimburgo y París como uno de los hombres más agradables de su época, un compañero de cena que la gente buscaba, un hombre que reía con facilidad, discutía sin crueldad y parecía genuinamente interesado en la gente que le rodeaba.

También era el hombre que miraba con más honestidad el papel de la emoción en la vida humana que casi cualquier filósofo antes o después, y lo que encontró allí no era nada cómodo.

Se sienta, te mira con algo que se parece a una curiosidad genuina y hace una pregunta que los cuatro testigos anteriores no llegaron a responder.

¿Qué estás sintiendo realmente ahora mismo?

No lo que piensas sobre lo que sientes. No la historia que has construido en torno a ella, ni el juicio que has aplicado sobre ella, ni el tiempo que has dedicado a decidir si es apropiado sentirlo. ¿Qué es lo que realmente hay presente en ti, ahora mismo, bajo el pensamiento?

La mayoría de los hombres necesitan un momento con esa pregunta.

Algunos hombres necesitan mucho más tiempo.

David Hume nació en Edimburgo en 1711 y dedicó su vida a seguir la evidencia de la observación cuidadosa dondequiera que la llevara, independientemente de si confirmaba lo que la gente ya creía. Lo que observó, con la paciencia y precisión de un hombre que confía en su propia atención, fue esto: la razón por sí sola no mueve a los seres humanos a actuar. Nunca ha sido así. Nunca lo hará. La razón es un instrumento extraordinario. Puede identificar relaciones entre ideas, rastrear consecuencias, evaluar evidencias, construir argumentos de considerable sofisticación y poder. Pero no puede, por sí sola, generar la motivación para hacer nada. El motor del comportamiento humano no es el pensamiento.

Es sentir.

Esta era una afirmación radical en una época organizada en torno a la convicción de que los seres humanos eran más plenamente ellos mismos cuando pensaban con claridad, que el progreso era una función de la razón aplicada sistemáticamente a los problemas de la vida humana, que las emociones eran una especie de ruido en la señal, una complicación que debía ser gestionada y, idealmente, superada por la luz clara del pensamiento racional.

Hume miró todo eso y dijo, respetuosamente pero sin dudas, que era al revés. La razón, argumentaba, es y solo debe ser esclava de las pasiones.

Esa frase sorprendió a la gente cuando la escribió. Todavía tiene la capacidad de inquietar, lo cual es una de las señales de que merece la pena tomarlo en serio.

Quería decir que cuando retrocedes lo suficiente cualquier motivación humana, siempre llegas a una sensación. Siempre. El hombre que trabaja duro porque valora el logro valora el logro porque produce una sensación, ya sea orgullo o seguridad, la satisfacción de ser visto o el alivio de no ser lo que su padre predijo que sería. El hombre que dice la verdad porque valora la honestidad valora la honestidad, porque la deshonestidad produce un sentimiento con el que no puede vivir. El hombre que se sacrifica por sus hijos lo hace porque los quiere, y el amor no es una conclusión. Es una sensación.

La razón entra después de la sensación. Traza el territorio. Encuentra la ruta más eficiente hacia lo que el sentimiento quiere. Evalúa opciones e identifica consecuencias y, a veces, de forma útil, ralentiza la sensación el tiempo suficiente para preguntarse si lo que quiere es realmente lo que necesita. Pero la razón no genera el deseo. Nunca lo hace.

El hombre que no entiende esto de sí mismo está a merced de sentimientos que no puede ver.

Porque los sentimientos no sentidos no desaparecen. Ellos operan. Moldean la percepción, la motivación y el comportamiento desde debajo del nivel del pensamiento consciente, de la misma manera que una corriente opera bajo la superficie del agua que parece quieta. El hombre que cree que está tomando una decisión puramente racional suele estar tomando una decisión emocional que ha ido vestido con ropa racional, y la vestimenta es lo suficientemente convincente como para que no pueda distinguirla.

Hume diría que eso no es un fallo de inteligencia. Es un fracaso de autoconocimiento.

Hay una relación particular entre los hombres y sus vidas emocionales que merece la pena examinar directamente aquí, sin suavizarla ni abordarla desde un ángulo.

La mayoría de los hombres en la mayoría de las culturas han sido enseñados, de la manera que examinó el capítulo anterior, que una parte significativa de su vida emocional no es aceptable. No la ira, normalmente. La ira suele permitirse, incluso valorarse, en plantillas masculinas, porque la ira se parece a fuerza y la fuerza parece fuerza, y la fuerza es lo que recompensa la plantilla. Pero las emociones más suaves, aquellas que requieren que un hombre se vea visiblemente afectado por algo, visiblemente conmovido, visiblemente abierto de una forma que no pueda resolverse rápidamente en acción o agresión, tienden a clasificarse en la mayoría de los modelos de masculinidad como cosas que pertenecen a otro lugar. En privado. En silencio. En ningún sitio, idealmente.

Lo que esto produce, a lo largo de la vida, es un hombre que ha desarrollado una verdadera habilidad para no sentir lo que siente.

Esto no es algo pequeño. Hace falta mucha habilidad. La capacidad de alejar una emoción de la conciencia antes de que salga a la superficie, de convertirla en algo más aceptable, de sentir ira en vez de dolor, de sentir desprecio en lugar de miedo, de no sentir nada en lugar de lo que realmente está

presente, es una capacidad que se desarrolla a lo largo de años de práctica y se refuerza con todo lo que recompensa la plantilla.

El problema es que no funciona como el hombre que lo interpreta cree.

La emoción que no se siente no desaparece. Va a otro sitio. Se manifiesta en el cuerpo, en la tensión, la enfermedad y el agotamiento particular de un hombre que dedica una enorme energía a gestionar lo que no quiere reconocer. Se manifiesta en el comportamiento, en patrones que no puede explicar del todo, en respuestas desproporcionadas respecto a sus causas aparentes, en la repentina erupción de sentimientos en contextos donde no pertenece porque ha estado acumulando presión desde los contextos donde fue suprimido. Se refleja en la calidad de sus relaciones, en la distancia específica que mantiene entre él y las personas que ama, en las formas en que está presente y en las que no, en lo que puede recibir y en lo que desvía antes de que llegue.

Hume diría que el hombre que no sabe lo que siente no sabe qué le mueve.

Y un hombre que no sabe qué le impulsa no tiene el control de su vida, sin importar cuánto control parezca tener desde fuera.

Hay una distinción que Hume estableció entre lo que él llamó pasiones calmadas y pasiones violentas que es más útil de lo que la terminología sugiere inicialmente.

No usaba violento para significar destructivo, ni calmar para debilidad. Describía la intensidad con la que un sentimiento se presenta ante la conciencia. Las pasiones violentas son aquellas que se anuncian en voz alta, que llegan con fuerza física y exigen atención inmediata. Ira. Miedo. Lujuria. El duelo en su fase aguda. No son difíciles de identificar. Se hacen notar.

Las pasiones tranquilas son más sutiles. Son las sensaciones que operan en un registro más grave, que son fáciles de pasar por alto o de identificar erróneamente precisamente porque no llegan acompañadas de ruido. El anhelo silencioso por algo que nunca has nombrado del todo. La corriente constante de insatisfacción en una vida que, desde fuera, parece tener todo lo que necesita. La persistencia apagada de un sentimiento que llevas tanto tiempo llevando que ha empezado a parecer personalidad más que emoción. El amor que se ha vuelto tan habitual que has dejado de notarlo hasta que algo amenaza con quitártelo.

Hume se interesaba por las pasiones calmadas porque creía que eran, en muchos aspectos, más poderosas que las violentas. No más intensos en su presentación, sino más directivos. Más bien moldeando una vida con el tiempo. Una pasión violenta estalla y se apaga. Una pasión tranquila siempre está presente, siempre en marcha, siempre empujando a un hombre hacia o lejos de las cosas sin el anuncio dramático que facilitaría identificarlo y examinarlo.

La mayoría de los hombres conocen razonablemente bien sus pasiones violentas. Han tenido que enfrentarse directamente a ellas, han tenido que desarrollar alguna relación con la ira, el miedo o las formas agudas de deseo, aunque solo sea para gestionar su expresión en contextos donde la expresión sería costosa.

Las pasiones tranquilas suelen pasar desapercibidas.

Y es en las pasiones tranquilas donde se almacena parte de la información más importante sobre la vida real de un hombre.

Aquí hay una pregunta que vale la pena plantear de la misma manera que Hume querría que la plantearas.

No rápido. No con el objetivo de llegar a una respuesta limpia y manejable. Con genuina curiosidad y paciencia genuina, la forma en que te sentabas con un puzle que sabías que merecía la pena resolver aunque la resolución llevara más tiempo del que quisieras.

¿Cuál es la sensación que llevas más tiempo cargando?

No es la sensación más dramática. No la que se anuncia más fuerte. El que lleva tanto tiempo presente que casi no te has dado cuenta. La que forma parte del clima de tu vida interior más que de una tormenta específica. El que colorea cómo ves las cosas sin que seas consciente de que está ocurriendo un coloreado.

Para algunos hombres es un duelo que nunca se procesó del todo, que se comprimó en algo más manejable en un momento en que no había espacio para sentirlo plenamente, y que desde entonces se ha comprimido. Para algunos hombres es un anhelo, de conexión o reconocimiento o el tipo de cercanía que el modelo que les dieron dificultaba pedir directamente. Para algunos hombres es un miedo, bajo y persistente, de que algo que han construido no sea tan sólido como parece, que la versión de sí mismos que han estado presentando al mundo sea más una actuación que sustancia, que en algún momento alguien note la brecha.

Para algunos hombres es algo más difícil de nombrar que cualquiera de esos. Algo que no tiene una etiqueta limpia, que resiste las categorías, que simplemente es una presencia debajo de todo lo demás.

Hume no te pediría nada dramático con lo que sea que encuentres allí.

Simplemente te pediría que lo reconocieras. Dejar que sea lo que es en vez de lo que te has estado diciendo a ti mismo que no es. Permitir que la información que transporta esté disponible para ti en lugar de gastar la energía necesaria para mantenerla en un lugar donde no pueda ser escuchada.

Porque esa energía no es gratis. Cuesta algo cada día.

Y lo que cuesta suele provenir exactamente de las cosas que más quieres proteger.

Hay un concepto en la filosofía de Hume llamado simpatía, y merece la pena examinarlo aquí porque conecta el trabajo interior que este capítulo aborda con la vida relacional que Aristóteles identificó como la evidencia principal del carácter del hombre.

Hume utilizó la simpatía para describir la capacidad de sentir lo que otra persona siente, de tener acceso genuino a la experiencia interior de alguien que no sea uno mismo, no como un ejercicio intelectual sino como un evento emocional real. Creía que esta capacidad era fundamental para la vida moral humana, que sin ella la ética era simplemente un conjunto de reglas que una persona seguía por razones instrumentales y no porque tuviera acceso genuino a por qué las reglas importaban.

La capacidad de simpatía requiere que un hombre se hable con su propia vida emocional. Un hombre que ha pasado décadas suprimiendo, desviando y evitando su propia experiencia interior no llega a ser capaz de acceder a la de otra persona. El trabajo de saber lo que sientes no está separado del trabajo de estar genuinamente cerca de otra persona. Es el requisito previo para ello.

Hume murió en 1776 a los sesenta y cinco años, y el relato de su muerte es una de las cosas más notables sobre él. Estaba tranquilo. Estaba de buen humor. No mostraba ni el terror ni la desesperación que la gente a su alrededor esperaba de un hombre que no creía en la vida después de la muerte y que sabía que estaba muriendo. Su amigo Adam Smith, que le visitó en sus últimas semanas, escribió que Hume afrontó la muerte con más ecuanimidad genuina de la que jamás había visto en una persona, y que esa ecuanimidad parecía no venir de la indiferencia sino de una especie de satisfacción asentada con la vida que había llevado.

Había sentido lo que sentía. Lo había examinado con honestidad. Había dejado que los sentimientos informaran su pensamiento, sus relaciones y su trabajo, y no había pasado su vida al servicio de suprimirlos para convertirlos en algo más aceptable. Y al final, no había nada inacabado como lo que hay en un hombre que ha pasado su vida gestionando su vida interior en lugar de habitarla.

Antes de que Hume deje la silla de testigo, hace algo que le queda perfecto.

No da una conclusión. No hace una declaración, ni lanza un desafío, ni te deja una declaración diseñada para quedarse contigo como una astilla.

Simplemente pregunta, con la genuina curiosidad que caracteriza todo sobre él, si estás dispuesto a ser más honesto contigo mismo sobre lo que llevas que hasta ahora.

No más expresivo. No más demostrativo. No estás obligado a expresar emociones de formas que te parezcan falsas, forzadas o inconsistentes con quién eres.

Solo más honesto. Contigo mismo. Sobre lo que realmente hay ahí.

Se levanta, te hace un gesto de asentimiento que contiene algo parecido a un ánimo y sale de la sala.

La habitación se siente un poco diferente después de que se va. Un poco más interior. Un poco más honesto sobre lo que ha estado presente todo el tiempo, pero no exactamente nombrado.

El sexto testigo ya está en la puerta.

Te va a preguntar qué haces con lo que sabes.

Si un hombre no sabe qué le mueve, el tribunal se pregunta cuánto conoce realmente al hombre en sus momentos privados. Ese es el territorio al que está a punto de entrar el sexto testigo.

Antes de hacerlo, hay una cosa más que merece la pena considerar.

¿Cómo defines el éxito?

No es la respuesta que darías en un contexto profesional. La definición privada. El que corre debajo del público. Aquel con el que realmente te mides en los momentos de silencio, cuando no hay nadie y el día ha terminado y te queda la pregunta de si fue suficiente.

¿De dónde viene esa definición? ¿Te lo dio alguien cuya aprobación intentabas ganarte? ¿Se ensambló a partir de la evidencia de lo que recompensa tu cultura particular? ¿Estaba moldeada por un miedo más que por un valor, por el terror de un tipo particular de fracaso en lugar del deseo genuino de un tipo particular de vida?

La mayoría de los hombres viven dentro de una definición de éxito que nunca eligieron conscientemente. La definición llegó pronto, se reforzó de forma constante y ha funcionado desde entonces como un estándar invisible contra el que todo se mide y mucho falta de contenido.

Si lograras todo lo que exige tu definición de éxito, ¿sentirías que tu vida ha sido bien vivida?

Si esa pregunta te hace dudar alguna cosa, siéntate con la duda antes de que entre el sexto testigo.

Entra el sexto testigo.

CAPÍTULO SEIS

La cuestión de la integridad

¿Quién eres cuando nadie te mira?

El sexto testigo entra en la sala con una puntualidad que parece casi arquitectónica.

Immanuel Kant fue, según todos los relatos históricos, un hombre de extraordinaria rutina. Vivió toda su vida a pocos kilómetros de Königsberg, la ciudad prusiana donde nació, y organizó sus días con una precisión que, según se dice, sus vecinos usaban para ajustar sus relojes. Se levantaba a la misma hora, caminaba por la misma ruta, trabajaba a las mismas horas y se acostaba a la misma hora, día tras día, década tras década. Nunca se casó. Viajó casi a ningún sitio. Vivió lo que desde fuera parecía una vida extraordinariamente estrecha.

Y produjo, desde dentro de esa vida limitada, un sistema filosófico de tal profundidad y rigor que cambió la dirección del pensamiento occidental y no ha sido completamente respondido en los dos siglos y medio desde que lo escribió.

Se sienta en la silla del testigo con la compostura de un hombre que ha reflexionado mucho sobre su pregunta y no tiene prisa por pasar de largo.

La pregunta que lleva a esta sala es engañosamente simple.

¿Quién eres cuando nadie te mira?

No es quien pretendes ser. No quién eres en los momentos en que la presencia de otras personas llama a la versión de ti que más quieres mostrar. No quién eres cuando lo que está en juego es visible, el público es real y las consecuencias de comportarse mal son concretas e inmediatas.

¿Quién eres tú en los momentos privados? Los que no dejan rastro. Aquellos en los que el único registro es el que llevas dentro, y donde la única persona que sabrá lo que hiciste, elegiste o dijiste eres tú.

Eso, te diría Kant, es donde vive tu vida moral real.

Kant nació en 1724 en Königsberg en el seno de una familia de medios modestos y profunda fe religiosa que le otorgó una atención permanente y seria hacia el interior. A la pregunta de qué es realmente una persona, debajo de la actuación. A la diferencia entre el hombre que se comporta bien porque ha calculado que comportarse bien sirve a sus intereses y el hombre que se comporta bien porque realmente cree que es lo correcto. A la brecha, que puede ser enorme, entre lo que una persona parece ser y lo que realmente es en los rincones privados de su propia motivación.

Esa brecha es para lo que la ética de Kant está construida.

No le interesaba el comportamiento como prueba de carácter en el sentido simple. Le interesaba la motivación que había detrás del comportamiento, porque creía que ahí residía la verdadera sustancia moral de una persona. Un hombre que dice la verdad porque teme ser pillado mintiendo no es, en

ningún sentido significativo, un hombre honesto. Es un hombre que gestiona el riesgo. Un hombre generoso porque la generosidad mejora su reputación no es, en ningún sentido significativo, un hombre generoso. Es un hombre que invierte en un tipo particular de capital social. El comportamiento puede parecer idéntico desde fuera. La realidad moral es completamente distinta.

Kant quería saber qué impulsaba ese comportamiento cuando nada externo lo impulsaba. Cuando no había público. Cuando no hubo consecuencias. Cuando lo único que quedaba en la sala era el propio hombre y la pregunta de qué creía realmente y qué estaba dispuesto a hacer al respecto.

El concepto en el centro de la ética de Kant es lo que él llamó el imperativo categórico, y es una de las ideas más debatidas y debatidas en la historia de la filosofía moral.

Lo formuló de varias maneras, cada una iluminando una cara diferente de la misma idea subyacente. La formulación más famosa es esta: actúa solo según esa máxima por la cual puedes al mismo tiempo desear que se convierta en una ley universal.

En palabras más claras: antes de hacer algo, pregunta si te sentirías cómodo si todo el mundo lo hiciera. No si puedes salirte con la tuya. No si eso te conviene en esta situación concreta. Si el principio detrás de tu acción es uno que apoyarías como regla general para todo comportamiento humano.

Si la respuesta es no, ya sabes algo importante sobre lo que estás a punto de hacer.

El hombre que recorta esquinas en algo cuando nadie está comprobando no apoyaría un mundo en el que todos recortan gastos cuando nadie está comprobando. El hombre que retiene una información importante porque compartirla sería incómodo no respaldaría un mundo en el que todos ocultan información importante cuando compartirla es incómodo. El hombre que exige a los demás estándares que no aplica a sí mismo no respaldaría un mundo en el que todos exigieran a otros estándares que ellos no aplicaran a sí mismos.

La prueba no requiere un razonamiento filosófico elaborado. Requiere honestidad.

Y la honestidad, en la aplicación privada de esta prueba, es precisamente lo que la mayoría de los hombres encuentra más difícil.

Kant hizo una distinción que es central en este capítulo y que no se discute tan claramente como debería.

Distinguió entre actuar conforme a su deber y actuar desde el deber.

Actuar conforme al deber significa hacer lo correcto. Actuar por deber significa hacer lo correcto porque es lo correcto. No por lo que produce. No por cómo te refleja a ti. No por las recompensas sociales que conlleva ser visto como una persona íntegra. Porque es, en tu propia y honesta valoración, lo correcto.

Kant creía que solo la segunda de estas tenía un valor moral genuino.

Esta es una posición difícil. No solo pide que te comportes bien, sino que examines por qué te comportas bien y que seas honesto con la respuesta incluso cuando la respuesta honesta sea menos halagadora que la que preferirías.

Porque la mayoría de los hombres, si se quedan callados con esta pregunta, descubrirán que una parte significativa de lo que consideran su integridad es en realidad la gestión de la reputación. Que los comportamientos de los que más orgullosos suelen ser los más visibles. Que las decisiones privadas, las que se toman en ausencia de cualquier audiencia, a veces tienen un estándar diferente al de las públicas. No de forma dramática, quizás. Pero lo suficientemente diferente como para que la diferencia merezca la pena analizarla.

Ese examen no es cómodo.

Pero Kant diría que es precisamente la que importa.

Hay una segunda formulación del imperativo categórico que Kant consideraba igualmente fundamental, y que habla más directamente de la cuestión de cómo trata un hombre a las personas de su vida.

Actúa de tal manera que trates a la humanidad, ya sea en tu propia persona o en la persona de cualquier otro, siempre al mismo tiempo como un fin y nunca solo como un medio.

Esta formulación merece la pena sentarse con ella más tiempo del que tarda en leerla.

Tratar a una persona como un fin significa reconocer su plena humanidad. Su vida interior. Sus necesidades, su dignidad, su capacidad de sufrir y prosperar. Su estatus como alguien que existe para sus propios fines y no solo en relación con los tuyos. Significa que, en tu trato con ellos, su bienestar y su dignidad forman parte de la consideración, no un pensamiento secundario, ni una limitación sobre lo que quieres hacer, sino una parte genuina y importante del cálculo moral.

Tratar a una persona solo como un medio es reducirla a su utilidad para ti. Relacionarme con ellos principalmente en términos de lo que ofrecen, lo que cumplen, qué función cumplen en la estructura de tu vida, sin prestar atención genuina a lo que ocurre dentro de ellos o a lo que tu trato les está haciendo.

La mayoría de los hombres no tratan a las personas simplemente como medios en ningún sentido dramático o deliberado. La reducción suele ser más sutil que eso. Suele vivir en patrones de desatención. En el hábito de estar presente para la gente cuando su presencia te sirve y menos presente cuando no lo hace. En la tendencia a escuchar con más atención cuando la conversación trata sobre algo que quieres entender y menos cuando trata de algo que la otra persona necesita expresar. De la misma manera que un hombre puede ser enormemente generoso con las personas a las que intenta impresionar y mucho menos generoso con las que da por sentadas.

Las personas que das por sentadas son la prueba principal de si tratas a las personas como fines o simplemente como medios.

No a las personas a las que intentas ganarte. Los que ya están allí. Aquellos cuya presencia continua has dejado de trabajar porque parece garantizada su presencia continua.

Kant te está pidiendo que pienses en esas personas.

Kant no lo llamaría hipocresía. Lo llamaría el fracaso a la universalización. La condición de un hombre que opera bajo un conjunto de estándares cuando es el sujeto y otro cuando es el juez. Que hace responsables a los demás por comportamientos que él mismo exime. Que encuentra razones convincentes por las que las normas que se aplican generalmente no se aplican en su caso particular, dadas las circunstancias específicas, dadas las circunstancias por las que ha pasado, dado lo que hizo la otra persona primero.

Todo hombre hace esto en mayor o menor medida. Es una de las características más fiables de la psicología moral humana.

La pregunta que Kant hace no es si alguna vez lo has hecho. Sí. La cuestión es si sabes cuándo lo estás haciendo. Si has desarrollado la capacidad de pillarte en el acto de aplicarte estándares diferentes a los que aplicarías a otra persona en la misma situación, y de preguntarte, honestamente, qué revela esa asimetría sobre la brecha entre los valores que profesas y los valores por los que realmente vives.

Esa brecha, en opinión de Kant, no es un fallo personal menor. Es la cuestión moral central de la vida de un hombre.

Porque el hombre que ha cerrado la brecha, que vive bajo los mismos estándares en privado que profesa en público, que trata a quienes no pueden beneficiarse con la misma consideración que él da a quienes sí pueden, que hace lo correcto cuando nadie está mirando con la misma constancia que él lo hace cuando todos lo hacen, ese hombre tiene algo que no le puede ser arrebatado por las circunstancias, la reputación o la opinión de otros.

Tiene integridad en el sentido exacto de la palabra. No la actuación de integridad. La cosa en sí.

Considera lo que significaría aplicar honestamente el estándar de Kant al interior de tu propia vida.

No a los comportamientos visibles. No a las cosas que haces en público o en presencia de personas cuya opinión te importa. A los privados. Las decisiones que tomas cuando nadie te está mirando. Los estándares que te aplicas a ti mismo en el silencio de tu propia conciencia. La brecha, si es que existe, entre quién eres en el mundo y quién eres cuando el mundo no puede verte.

La mayoría de los hombres tienen un estándar privado y uno público, y la distancia entre ellos varía. Para algunos hombres es pequeño. Para otros, es lo suficientemente grande como para que navegar la distancia se haya convertido en una de las características organizativas centrales de su vida, la gestión de lo visible y lo que no, la cuidadosa calibración de lo que presentan y lo que ocultan.

Esa gestión es agotadora.

No porque requiera un esfuerzo tremendo en un momento individual, sino porque es continua. Nunca para. El hombre que interpreta una versión de sí mismo que no es del todo coherente con quién es realmente en privado debe estar siempre vigilando la actuación, siempre estar atento a quién está viendo, qué puede ver y si hay algo que no debería mostrarse. Esa vigilancia no es neutral. Se inspira en algo. Y lo que utiliza tiende a provenir de las mismas reservas que requieren la presencia genuina, la intimidad genuina y el descanso genuino.

Kant no te está pidiendo que confieses tu yo privado al mundo.

Está preguntando si puedes alinear tu yo privado con el hombre que le presentas. Ya sea el trabajo de cerrar la brecha entre quién eres cuando te observan y quién eres cuando no lo eres es un trabajo que estás dispuesto a hacer, porque es lo correcto, no porque nadie sepa jamás si lo hiciste.

Esa es precisamente la condición en la que más importa.

La integridad no se invoca en una crisis.

Se construye en el tiempo ordinario que lo precede.

El hombre que es honesto cuando le cuesta algo suele haber estado construyendo el hábito de la honestidad en los muchos pequeños momentos en los que no le costó nada. El hombre que es generoso bajo presión suele haber estado practicando la generosidad en los momentos en que nadie estaba mirando y no había nada en juego. El hombre que trata a las personas con dignidad cuando la dignidad resulta incómoda suele haber desarrollado el hábito de tratar a las personas con dignidad cuando era fácil, el tiempo suficiente para que el hábito sea más poderoso que la molestia.

Antes de que Kant abandone la silla de testigo, hace la pregunta que vino a hacer, en la forma que considera más honesta.

Él dice: si el único registro de tu vida fuera el privado, el que contiene todo lo que has hecho cuando nadie te observa y no hay nada externo en juego, ¿reconocerías al hombre de ese registro como el hombre que crees ser?

No lo pregunta con crueldad. Lo plantea con la atención precisa y seria de un hombre que ha pasado toda su vida intentando cerrar la distancia entre lo que creía y cómo vivió, y que entiende que la pregunta no es un juicio sino una invitación.

Una invitación a dejar de gestionar la brecha y empezar a cerrarla.

Una elección privada a la vez.

En los momentos en que nadie lo sabrá jamás.

Se levanta, se arregla el abrigo con la misma precisión que pone en todo y sale de la sala.

La habitación está muy silenciosa.

El séptimo testigo va a preguntar sobre algo que requiere todo lo que los seis anteriores han construido.

Va a preguntar qué haces cuando desaparece el suelo.

Antes de que él entre, el tribunal te pide que consideres las preguntas que nunca te has hecho.

No las preguntas que has tenido miedo de hacer a otros. Las preguntas que te has dado miedo hacerte.

¿Es esta la vida que habrías elegido? No es esta una buena vida, no es una vida por la que debas estar agradecido. ¿Es esta la vida específica que habrías elegido, siendo plenamente consciente de lo que realmente significa elegir, si la elección hubiera sido genuinamente tuya?

¿Hay algo que llevas tiempo esperando hacer y que ya no tienes buenas razones para seguir esperando?
¿Hay alguna conversación que lleves evitando tanto tiempo que la evitación se haya convertido en una respuesta en sí misma? ¿Hay alguna versión de ti mismo que hayas estado reservando, diciéndote a ti mismo que serás ese hombre cuando las condiciones sean las adecuadas, cuando sea el momento mejor, cuando estés más preparado, sabiendo en algún lugar que las condiciones nunca serán del todo adecuadas y que la preparación que esperas puede no venir de la espera?

La mayoría de los hombres llevan al menos una pregunta sin hacer. Su peso se vuelve tan familiar que el hombre ha dejado de notar que lo lleva.

El séptimo testigo tendrá algo que decir sobre lo que cuesta seguir llevándolo.

Ahora entra.

CAPÍTULO SIETE

La cuestión del valor

¿Qué haces cuando desaparece la certeza?

El séptimo testigo entra en la sala como si no estuviera del todo seguro de que deba estar allí.

Eso no es debilidad. Es otra cosa. Soren Kierkegaard se mueve con la cualidad algo vacilante de un hombre que ha pensado demasiado en demasiadas cosas como para sentirse cómodo con la actuación de la confianza. Según la mayoría de los relatos históricos, era una persona difícil de convivir en el sentido social ordinario. Ansioso, intenso, propenso a la comunicación indirecta, profundamente reservado sobre las cosas que más le importaban y constitucionalmente incapaz de una presentación social fluida que hace fácil categorizar a una persona.

También fue uno de los pensadores más valientes que jamás hayan existido.

No valiente en el sentido en que esa palabra suele aplicarse a los filósofos, es decir, dispuesto a defender una postura impopular en una revista académica. Valiente en la forma en que se aplica a un hombre que miró directamente los rasgos más aterradores de la existencia humana, la incertidumbre radical de ello, la imposibilidad de garantías, la necesidad de actuar, elegir y comprometerse en la completa ausencia de certeza sobre si lo que haces es correcto, y que se negó a apartar la mirada o buscar una respuesta cómoda que hiciera el terror manejable.

Se sienta en la silla de testigo con la atención cuidadosa de un hombre que lleva mucho tiempo esperando esta conversación en particular.

Él dice: Quiero hablar contigo sobre lo que haces cuando no puedes estar seguro.

Soren Kierkegaard nació en Copenhague en 1813, el menor de siete hermanos, criado a la sombra de un padre cuya convicción religiosa era inseparable de una oscuridad psicológica significativa. Era brillante y melancólico, poseía un ingenio que podía ser devastador y una capacidad de ternura que rara vez permitía que se viera. Estudió teología, se enamoró de una joven llamada Regine Olsen, se comprometió con ella y luego rompió el compromiso en una decisión que le atormentó el resto de su vida y que generó algunos de los escritos filosóficos más profundos sobre el amor, el compromiso y la naturaleza de la elección que existen en cualquier idioma.

Murió a los cuarenta y dos años.

En la década anterior a su muerte produjo un cuerpo de obra que fundó la tradición filosófica conocida como existencialismo, aunque no habría reconocido el término, y que abordaba con más honestidad y precisión que casi cualquier otro pensador la ansiedad específica que conlleva ser un ser humano que debe elegir y actuar en un mundo que no ofrece garantías.

El concepto central del pensamiento de Kierkegaard, el que se basa en torno a este capítulo, es lo que él llamó el salto.

No el salto de fe en el sentido diluido y sentimental que esa frase ha acumulado por el uso excesivo. El salto en el sentido específico y exigente que Kierkegaard quiso decir, que es el acto de comprometerse con algo, de elegir y actuar y entregarse plenamente a un curso de acción, una relación o un valor, en la completa ausencia de certeza de que tienes razón para hacerlo.

El salto es lo que hace un hombre cuando ya no puede razonar para ponerse a salvo.

Kierkegaard observó, con la precisión de un hombre que ha vivido este problema en lugar de simplemente teorizarlo, que las decisiones más importantes en una vida humana son precisamente aquellas que no pueden tomarse basándose en pruebas suficientes. La evidencia nunca es suficiente. El cálculo nunca se cierra. El argumento a favor del compromiso nunca alcanza el tipo de integridad lógica que haría que el compromiso se sintiera como la conclusión obvia en lugar del riesgo aterrador que es.

Un hombre que espera la certeza antes de comprometerse con algo importante esperará para siempre.

Y la espera, entendía Kierkegaard, es una especie de elección en sí misma. No la ausencia de elección. Una elección para la parálisis. Una elección para la vida que permanece perpetuamente sin vivir porque el riesgo de vivirla nunca fue aceptable.

Esa elección tiene consecuencias tan reales y duraderas como cualquier otra.

Kierkegaard describió la existencia humana en términos de etapas o esferas, cada una representando una relación diferente con las preguntas fundamentales de cómo vivir.

La primera la llamó la etapa estética. El hombre en la etapa estética organiza su vida en torno a la búsqueda de experiencias interesantes, en torno al placer y la novedad y a la evitación del aburrimiento. Se mueve por el mundo tomando pruebas, probando cosas, manteniendo sus opciones abiertas, negándose a comprometerse con algo que cierre otras posibilidades. A menudo es encantador y a menudo miserable, porque la vida estética genera un tipo particular de desesperación que surge al descubrir que ninguna experiencia, por rica o variada que sea, llena el vacío específico que surge de una vida sin compromiso genuino.

La segunda etapa la llamó ética. El hombre en la etapa ética ha reconocido la insuficiencia de la estética y ha respondido comprometiéndose con un conjunto de principios, con las exigencias del deber y la responsabilidad y con las reclamaciones de otros. Se toma sus obligaciones muy en serio. Intenta estar a la altura de lo que cree que es correcto. Esto es un avance genuino respecto a la estética, en opinión de Kierkegaard, pero conlleva su propia limitación, que es el descubrimiento de que vivir éticamente con sus propios recursos no es suficiente, que las exigencias de la ética genuina superan lo que cualquier hombre puede satisfacer solo con esfuerzo y voluntad, y que la brecha entre lo que se requiere y lo que cualquier ser humano puede producir genera su propia forma de desesperación.

La tercera etapa la llamó religiosa. No religioso en el sentido institucional, no en la práctica de la doctrina ni en la pertenencia a una comunidad de creyentes, sino religioso en el sentido de que el individuo se encuentra solo ante las preguntas más profundas de su existencia, en el pleno reconocimiento de su propia limitación e incertidumbre, y da el salto de todos modos.

Estas fases no son una escalera que todos los hombres suben en secuencia y llegan a la cima. Son modos de vida entre los que la mayoría de los hombres se mueven a lo largo de su vida, y la pregunta que se plantea Kierkegaard no es qué etapa has alcanzado, sino en qué relación con el compromiso y la incertidumbre estás viviendo en el interior.

Hay un texto que Kierkegaard escribió que es uno de los textos filosóficos más desafiantes jamás producidos. Se llama Miedo y Temblor, y está construida en torno a una única historia de la Biblia hebrea.

La historia de Abraham e Isaac.

Dios ordena a Abraham que tome a su hijo Isaac, el hijo que ama, el hijo a través del cual se supone que deben cumplirse todas las promesas de Dios a Abraham, y que lo sacrifique en una montaña en la tierra de Moriah. Abraham, sin explicación, sin discusión, sin el tipo de razonamiento ético que haría comprensible el mandato, se propone obedecer.

No se lo cuenta a Sarah. No se lo cuenta a Isaac hasta el último momento posible. Lleva el terrible conocimiento solo, en silencio, durante tres días de viaje a la montaña, y ata a su hijo y levanta el cuchillo, y en el último momento interviene un ángel y el sacrificio no ocurre, Isaac vive e Abraham ha superado la prueba, sea cual sea la prueba.

A Kierkegaard no le interesaba el final feliz.

Le interesaban los tres días.

Le interesaba lo que significaba ser Abraham durante esos tres días. Llevar algo que no podía explicarse a nadie, que violaba todos los principios éticos que una persona razonable respaldaría, que requería actuar con completa y agonizante incertidumbre sobre si la voz obedecida era divina o delirio. Estar solo con un requisito que no podría compartirse, justificarse ni hacer parecer razonable para ningún observador, incluido tú mismo.

Llamó a Abraham caballero de fe. No porque Abraham estuviera seguro. Sino porque Abraham actuó en completa ausencia de certezas, con todo en juego, desde un lugar tan profundo dentro de sí mismo que no podía reducirse a un cálculo ético o un argumento racional.

Eso, dijo Kierkegaard, es lo que es la fe genuina.

Y se refería a la fe en el sentido más amplio. No solo la fe religiosa. La fe que un hombre debe reunir cuando se compromete con un matrimonio sin saber si se mantendrá firme, cuando elige un camino sin saber si valdrá la pena lo que cuesta, cuando ama a alguien sabiendo que el amor le hace vulnerable de formas que no se pueden manejar, cuando actúa según lo que más profundamente cree que es correcto con pleno conocimiento de que puede estar equivocado.

La mayoría de los hombres gestionan su exposición a la incertidumbre mediante un conjunto de estrategias tan practicadas y automáticas que han dejado de ser visibles como estrategias por completo.

Una estrategia es el retraso. La decisión que nunca se toma del todo porque siempre hay más información que podría ser útil, siempre otra consideración que hay que pensar, siempre una razón

por la que este no es el momento adecuado. El retraso parece prudencia. A menudo es evitación. El hombre que lleva tres años queriendo tener una conversación difícil no está siendo cuidadoso. Está teniendo miedo.

Otra estrategia es la cobertura. El compromiso que nunca llega del todo porque mantener un pie atrás ofrece una salida. La relación se mantiene a cierta distancia para que, si falla, el fracaso sea sobreviviente. La inversión de esfuerzo que se queda justo antes de todo porque todo significaría que el resultado realmente importa, y la importancia genuina crea vulnerabilidad genuina, y la vulnerabilidad genuina es exactamente lo que la estrategia pretende evitar.

Otra estrategia es la sustitución. Sustituyendo las opciones que conllevan un riesgo real por opciones que se parecen pero tienen menos. Comprometerse intensamente con el trabajo porque el trabajo es legible y medible y la retroalimentación es relativamente limpia, mientras se mantiene alejada de las relaciones donde la retroalimentación es ambigua, las apuestas son mayores y la posibilidad de una pérdida real es real.

Kierkegaard reconocería todas estas estrategias. No los condenaría. Entendía, desde dentro, el terror específico del compromiso genuino en ausencia de certeza.

Pero querría que supieras cuánto cuestan las estrategias.

Cuestan la vida que solo produce un compromiso genuino. La profundidad de la relación que surge de haberte entregado completamente a alguien en lugar de casi. La sensación de estar genuinamente presente en tu propia existencia en lugar de gestionarla desde una distancia cuidadosa. El tipo específico de vitalidad que surge de haber saltado y encontrado, no la certeza, sino el suelo.

Dijo que la ansiedad es el mareo de la libertad.

No quiso decir que la ansiedad sea algo malo que se supere. Quiso decir que la ansiedad es la respuesta precisa a la condición real de la existencia humana, que es la condición de un ser que debe elegir y que sabe que la elección es real y que las consecuencias son reales y que no hay ninguna autoridad en ningún lugar que pueda tomar la decisión por él o garantizar de antemano que la elección que tome será la correcta.

La ansiedad que siente un hombre antes de un compromiso genuino no es una señal de que algo va mal en él. Es una señal de que el compromiso es real. Que lo que está en juego es real. Que está en un umbral real y no en uno simulado.

El hombre que no siente ansiedad ante una decisión importante no es más valiente que el que la siente. O bien es menos consciente de lo que está a punto de hacer o menos honesto sobre lo que significa. El coraje genuino no es la ausencia de ansiedad. Es la decisión de actuar en su presencia.

La ansiedad que sientes antes de decir la verdad, antes de hacer un compromiso genuino, antes de entrar en la versión de tu vida que requiere todo lo que tienes, no es motivo para esperar. Es una señal de que estás cerca de algo real.

Kierkegaard creía que las cosas más importantes en una vida humana, el amor, la vocación, la fe, la verdadera personalidad, requerían lo que él llamaba subjetividad. Con esta palabra quiso decir algo

específico, no solipsismo ni autoindulgencia, sino la naturaleza irreductiblemente personal de las decisiones más significativas que toma un hombre.

Nadie puede elegir por ti. Nadie puede decirte, con la autoridad que haría que te sientas seguro, si la persona que amas es la persona adecuada, si la vida que estás construyendo es la vida correcta, si lo que más crees merece el coste de actuar en consecuencia. Esas preguntas pueden informarse mediante la conversación, la reflexión y el testimonio de la experiencia de otras personas, pero no pueden responderse con ninguna de esas cosas. Solo pueden responderse el propio hombre, desde dentro, en el acto de elegir.

Esto da miedo.

También es la única condición bajo la cual la vida de un hombre se convierte realmente en suya.

El hombre que externaliza sus decisiones más importantes, que hace lo que se espera de él, que sigue el modelo, que espera consenso, permiso o el tipo de validación externa que haga que la elección se sienta menos arriesgada, ese hombre puede producir una vida que se parezca mucho a la vida que quería. Pero no se sentirá como suya. Porque no fue elegido. No realmente. No desde dentro. No desde el lugar al que Kierkegaard señala cuando habla del salto.

La propiedad de una vida, la propiedad genuina, requiere una elección genuina.

Y la elección genuina siempre ocurre en la oscuridad.

Antes de que Kierkegaard abandone la silla de testigo, se sienta en silencio un momento más de lo necesario.

Luego dice, con el tono de un hombre que no da lecciones sino que recuerda: las cosas más importantes que hice, las hice sin saber si eran correctas. Actué. Yo elegí. Me comprometí con cosas que no pude demostrar que merecían mi compromiso. Y la vida que vino de ahí, sin importar sus fracasos y sus pérdidas, era mía. Me pertenecía de una manera que nada elegido por seguridad puede hacerlo.

Se pone en pie.

Te mira con la expresión particular de un hombre que sabe algo sobre soledad y algo sobre la vitalidad y no pretende que ambas cosas no estén relacionadas.

Y se va.

La sala del tribunal está en silencio de la manera específica en que se vuelve silenciosa después de que alguien dice algo cierto.

El octavo testigo ya está esperando.

Tiene algo que decir sobre lo que ocurre cuando el salto no sale como esperabas.

CAPÍTULO OCHO

La cuestión del sufrimiento

¿Qué harás con tu dolor?

El octavo testigo entra despacio.

No porque sea viejo o esté enfermo. Albert Camus fue, según la mayoría, uno de los hombres más vitales físicamente de su generación, un atleta, un nadador, un hombre que se movía por el mundo con la facilidad que aporta estar cómodo en un cuerpo. Camina despacio porque lleva algo en brazos. Se nota en la forma en que se mueve. No de forma dramática. No de forma performativa. La forma en que un hombre lleva algo real, que es en silencio, y con la atención particular de alguien que ha decidido no dejarlo.

Se sienta en la silla del testigo y te mira con unos ojos que contienen algo que no es exactamente tristeza ni aceptación, y probablemente es ambas cosas a la vez.

Él dice: No voy a decirte que tu dolor tiene un propósito.

Lo dice sin disculparse. Sin las cubetas, eso haría que fuera más fácil oír.

No voy a decirte que todo ocurre por una razón, ni que el sufrimiento te hace más fuerte, ni que lo que no te mata te deja mejor preparado para lo siguiente. No voy a ofrecerte el consuelo de que tus pérdidas particulares son ganancias secretas, ni que la historia de tu dolor acabará revelándose como algo que ha llevado a algún lugar que valga la pena el coste de llegar hasta allí.

Lo que voy a preguntarte es más difícil que todo eso.

Voy a preguntarte qué vas a hacer con tu dolor, dado que es real, dado que es tuyo, dado que ninguna explicación lo deshará y dado que la vida que aún vives está esperando tu respuesta.

Albert Camus nació en 1913 en Mondovi, Argelia, en una pobreza que no era romántica ni pintoresca, sino simplemente dura. Su padre murió en la Batalla del Marne cuando Camus tenía menos de un año. Creció en un apartamento de dos habitaciones en el barrio obrero de Belcourt, en Argel, junto a su madre, su hermano, su abuela y un tío.

Su madre era analfabeta, parcialmente sorda y en gran parte silenciosa. Comunicaba muy poco de su vida interior a sus hijos, no porque tuviera frío, sino porque el vocabulario para ella no estaba disponible para ella, y porque la vida que llevaba no dejaba mucho espacio para el tipo de expresión emocional que requiere seguridad y tiempo. Camus la amaba con una profundidad y complejidad que pasó toda su carrera intentando encontrar un lenguaje para ello.

Murió en un accidente de tráfico en una carretera de Provenza en enero de 1960, a los cuarenta y seis años. En el bolsillo de su abrigo había un billete de tren sin usar. Había planeado coger el tren y cambió de opinión en el último momento.

Fue un hombre que entendió, desde muy joven y por experiencia personal muy directa, que la vida no distribuye sus dificultades según el mérito o el desierto, que los buenos sufren y los inocentes son arrebatados y los cautelosos no siempre están protegidos, y que la única respuesta disponible a esa verdad es la que un hombre elige dar.

El concepto en el centro del pensamiento de Camus es lo que él llamó lo absurdo.

No se refería a absurdo en el sentido casual de algo ridículo o incongruente. Se refería a algo más preciso y más fundamental. Se refería a la colisión fundamental entre dos cosas que son indudablemente verdaderas y completamente irreconciliables.

La primera es la necesidad humana de significado. La necesidad de comprender, de encontrar patrones, propósitos y coherencia en la experiencia, de sentir que lo que hacemos importa y que las pérdidas que sufrimos no son simplemente arbitrarias y que las decisiones que tomamos no son simplemente ruido. Esta necesidad no es opcional. Es estructural. Es parte de lo que significa ser un ser humano y no de otra cosa. No podemos dejar de necesitarlo más de lo que podemos dejar de necesitar aire.

La segunda es el silencio del mundo ante esa necesidad. El universo no confirma el significado. No se organiza en torno a las necesidades humanas ni responde al sufrimiento humano con explicación o tranquilidad. Simplemente continúa, indiferente, procediendo según fuerzas que no tienen nada que ver con lo que cualquier ser humano en particular merece, necesita o ha vivido.

Lo absurdo no es solo ninguna de estas cosas. Es la colisión entre ellos. La experiencia de ser una criatura que requiere sentido, vivir en un mundo que no lo proporciona y tener que decidir qué hacer al respecto.

Camus creía que había tres posibles respuestas al absurdo.

La primera fue el suicidio físico. La decisión de que si la vida no puede proporcionar el sentido que parece requerir, entonces la vida no merece la pena continuar. Camus rechazó esto no por motivos morales, sino por lo que consideraba lógicos. Era, en su opinión, una rendición ante lo absurdo más que una respuesta a él. Resolvió la tensión eliminando una de las dos cosas en colisión, y lo que eliminó fue la única cosa que realmente era tuya.

La segunda fue lo que él llamó suicidio filosófico. El salto a un sistema de creencias que resolvía lo absurdo declarando que, después de todo, existía el significado, que el silencio del mundo no era silencio sino el discurso de algo demasiado grande para oír con claridad. La fe religiosa, en opinión de Camus, era la forma más común de esta respuesta. No lo condenó exactamente, pero tampoco lo aceptó para sí mismo, porque creía que requería una especie de deshonestidad sobre lo que realmente había allí.

La tercera respuesta fue la que eligió Camus. Lo llamó revuelta.

No una revuelta política. No la eliminación de nada externo. La decisión interior de vivir plena y honestamente en plena conciencia de lo absurdo, de rechazar los consuelos que lo harían más llevadero al hacerlo menos verdadero, y de encontrar en esa negativa una especie de libertad y dignidad que las otras dos respuestas hacían imposibles.

Se imaginó a Sísifo feliz.

Sísifo fue condenado por los dioses a hacer rodar una roca colina arriba por la eternidad. Cada vez que se acercaba a la cima, la roca rodaba hacia abajo. Descendió para empujarlo hacia arriba de nuevo. Rodó hacia abajo. Para siempre.

Camus lo miró y dijo: hay que imaginar a Sísifo feliz.

No resignado. No rota en una aceptación plana que no se sienta como nada. Feliz. En el sentido específico de un hombre que ha mirado su condición con total claridad, sin ilusiones, sin el consuelo de una historia que le hace significar algo que no significa, y que ha decidido habitarla plenamente de todos modos. Que ha hecho suyo la roca. Que, en el descenso de la colina abajo, en el momento entre un empuje y el siguiente, ha encontrado algo que le pertenece enteramente y que no puede ser arrebatado por los dioses, ni la futilidad, ni la repetición eterna.

Ese algo es la conciencia. La conciencia de su propia condición. La negativa a ser reducido a ello.

Y la revuelta, en opinión de Camus, es la única respuesta al sufrimiento que preserva la dignidad plena de la persona que sufre.

La mayoría de los hombres han desarrollado una relación con su propio dolor que merece la pena examinar a la luz de lo que describe Camus.

La relación más común es la de gestión. Llega el dolor, y el hombre lo consigue. Encuentra un lugar donde ponerlo para que no interfiera demasiado con el funcionamiento del resto de su vida. Desarrolla estrategias para mantenerlo contenido. Aprende cuánto puede cargar y seguir operando al nivel que el mundo le exige, y lo calibra en consecuencia.

Esto no es poca cosa. La capacidad de seguir funcionando en presencia de un dolor real es una capacidad humana genuina y, en muchas situaciones, necesaria. Un hombre no deja de ser padre porque esté de duelo.

El problema surge cuando la gestión se convierte en la condición permanente. Cuando el dolor que se suponía debía soportarse mientras se atendían otras cosas sigue siendo llevado veinte años después, no porque no se haya abordado, sino porque abordarlo nunca fue el momento adecuado, nunca lo suficientemente seguro, conveniente o lo bastante alejado de las exigencias de todo lo demás.

Ese dolor no permanece indefinidamente en el recipiente.

Encuentra otras formas. Se convierte en la ira que llega en situaciones que no explican del todo su intensidad. Se convierte en la distancia en las relaciones que el hombre no puede explicar del todo ni cerrar del todo. Se convierte en el agotamiento que el sueño no soluciona, en la inquietud que la actividad no resuelve y en la calidad plana que se instala sobre una vida que ha sido gestionada durante tanto tiempo que ha dejado de estar plenamente habitada.

Camus reconocería esa condición. No te diría que sientas tu dolor de forma más dramática ni que representes el duelo de formas que no te pertenecen. Preguntaría algo más bajo y exigente. Te preguntaría si has sido honesto contigo mismo sobre lo que realmente llevas encima.

Hay un tipo particular de sufrimiento que a los hombres les cuesta mucho reconocer, que es el sufrimiento que proviene de sus propias decisiones.

La pérdida que no te fue impuesta desde fuera, pero en la que participaste en crear. La relación que terminó de una forma que podrías haber evitado si hubieras sido diferente en formas que eras capaz de ser diferente pero elegiste no serlo. La oportunidad que se cerró por algo que hiciste o no hiciste. La versión de tu vida que estaba disponible y de la que soltaste no porque te la arrebataran, sino porque aún no eras el hombre que necesitaba.

Ese sufrimiento tiene un peso específico porque viene ligado a la responsabilidad, y la responsabilidad, en el contexto del dolor, es una de las cosas que más difícil es sostener a los hombres sin defenderse completamente de él o colapsar bajo él.

Camus te está pidiendo que lo sujetes sin hacer ninguna de las dos cosas. No para defenderse insistiendo en que las pérdidas eran inevitables. Y no para derrumbarse bajo ella de la manera en que la auto-recriminación puede convertirse en su propia evasión, una actuación de rendición de cuentas que en realidad cierra el ajuste de cuentas genuino que parece ofrecer. El hombre que se castiga sin cesar por lo que hizo mal no es necesariamente más honesto que el hombre que se defiende de ello. Puede que simplemente esté sustituyendo el sufrimiento por la responsabilidad, confundiendo el sentimiento de culpa con el trabajo de un examen genuino.

Lo que Camus señala es algo intermedio entre esas dos respuestas. La disposición a mirar lo que ocurrió, incluyendo tu papel en ello, con total claridad y sin las distorsiones que lo hacen más soportable o más dramático de lo que realmente fue. Verlo tal y como era. Reconocer lo que costó. Permitir que ese reconocimiento sea real en lugar de representado. Y luego preguntar, desde ese lugar de honestidad genuina, qué vas a hacer con el resto de la vida que aún te queda.

Antes de que Camus deje el lugar del testigo, hace algo que le encaja como todo en él le encaja, es decir, de forma natural, sin ceremonia, sin la actuación de la profundidad.

Te mira un momento.

Entonces dice: la única pregunta que importa es si vas a estar plenamente presente en la vida que realmente tienes, o si vas a pasarla esperando a otra otra.

Lo dice en voz baja. No lo dice como un juicio. Lo dice como un hombre que se hizo la misma pregunta, todos los días, durante toda su vida, y que descubrió que hacerla no era lo mismo que responderla una vez y seguir adelante, sino que requería la misma respuesta al día siguiente y al siguiente.

Se pone en pie.

Mira brevemente hacia la puerta, hacia la luz que entra por ella.

Y se va.

La sala está muy tranquila.

El noveno testigo va a preguntar sobre la parte de todo esto que un hombre más quiere evitar mirar.

La parte de la que lleva más tiempo mirando hacia otro lado.

Antes de que entre el noveno testigo, el tribunal pregunta una cosa más.

¿Qué no estás dispuesto a mirar aún directamente? ¿Qué dolor has estado gestionando en vez de reconocer? ¿Qué pérdida has estado explicando en vez de sentir?

Y esto: ¿alguna vez has confundido el sentimiento de culpa con el trabajo de un examen genuino? ¿Alguna vez has sustituido el sufrimiento por la responsabilidad, tratando el sentimiento de remordimiento como si fuera lo mismo que el ajuste de cuentas que parecía ofrecer? El hombre que se castiga sin cesar por lo que hizo mal no es necesariamente más honesto que el hombre que se defiende de ello. Puede que simplemente esté sustituyendo una evasión por otra.

El noveno testigo va a preguntar si parte de lo que llamas tu dolor es en realidad algo que te has estado negando a ver de ti mismo. Si lo que más te perturba de forma fiable en otras personas tiene algo que decirte sobre lo que has puesto en la oscuridad.

Entra el noveno testigo.

CAPÍTULO NUEVE

La cuestión de la sombra

¿Qué parte de ti te niegas a ver?

El noveno testigo entra en silencio.

Carl Jung no se anuncia. No lleva la sencillez de callejero de Sócrates, ni la intensidad cargada de Nietzsche, ni la puntualidad precisa de Kant. Se mueve por la sala como un hombre se mueve por un espacio que ha estudiado durante mucho tiempo, con la atención particular de alguien que sabe que lo visible en la superficie rara vez es lo más importante en la sala.

Fue un psiquiatra suizo que dedicó su carrera a algo que la mayoría de sus contemporáneos consideraban brillante o inquietante, y a menudo ambas cosas a la vez. Escuchó. No solo a lo que decían sus pacientes, sino a lo que no decían, a lo que aparecía en sus sueños, a los patrones que corrían bajo la superficie del pensamiento consciente y el comportamiento organizado de formas que la persona que mostraba ese comportamiento no siempre podía ver o explicar. Creía que la psique humana era mucho más grande que la parte de ella a la que cualquier persona tenía acceso consciente, y que las partes fuera de la conciencia no eran inertes. Estaban activos. Estaban moldeando cosas. Y ignorarlos no los hacía menos poderosos. Eso los hacía aún más.

Se sienta en la silla de testigo y te mira con la atención firme de un hombre que no tiene prisa y que no se deja engañar fácilmente.

Él dice: Quiero hablar contigo sobre la parte de ti que has decidido que no existe.

Carl Gustav Jung nació en 1875 en Kesswil, Suiza, hijo de un ministro protestante cuya propia fe estaba perturbada y cuyas luchas con la fe dejaron una huella permanente en su hijo. Jung creció en un hogar donde el marco religioso oficial y la realidad emocional vivida no siempre eran lo mismo, y donde la brecha entre lo que se decía y lo que realmente se sentía era algo que un niño perspicaz no podía evitar notar. Se formó en medicina y psiquiatría, y a lo largo de su carrera construyó una psicología de considerable alcance que atendía toda la experiencia simbólica y mitológica humana junto al trabajo clínico.

Lo que pertenece a este capítulo es el concepto que él llamó la sombra.

La sombra, en la psicología de Jung, es la parte del yo que ha sido rechazada.

No rechazado conscientemente, en la mayoría de los casos. No lo dejas deliberadamente de lado tras una cuidadosa consideración. Rechazado de la misma manera que las cosas se rechazan en la infancia, a través de la presión acumulada de lo que se recompensaba y lo que se castigaba, lo que estaba permitido y lo que no, lo que las personas alrededor de un niño en desarrollo le exigían que fuera y lo que ellos le exigían que no fuera.

Cada niño comienza con toda la gama de posibilidades humanas. La capacidad de generosidad y de crueldad. Por el valor y la cobardía. Por la ternura y la rabia. Por la honestidad y por el engaño. Todo

está presente al principio, no como carácter sino como potencial, como la materia prima de la que una persona concreta acabará formándose.

El proceso de formación requiere selección.

El niño aprende, a través de miles de pequeñas experiencias de aprobación y desaprobación, qué partes de sí mismo son aceptables y cuáles no. Las partes aceptables se desarrollan, practican, integran en la identidad consciente, en la persona que el niño aprende a presentar al mundo y, finalmente, a entender como él mismo. Las partes que no son aceptables se apartan. Abajo. Fuera de la luz de la conciencia y hacia la región que Jung llamaba la sombra.

Pero no desaparecen.

Siguen existiendo en la sombra, acumulados a lo largo de los años, aún conservando su energía original, aún buscando expresión, ejerciendo presión sobre el yo consciente desde abajo. Y porque el yo consciente ha decidido que no existen, porque el hombre ha organizado su identidad en torno a no ser las cosas en la sombra, la presión que ejercen tiende a surgir lateralmente. En formas distorsionadas. En los lugares y momentos donde el control consciente que los mantiene contenidos es más débil.

Jung creía que entender la sombra no era opcional para un hombre que quería vivir con un auténtico autoconocimiento. Era el trabajo. El trabajo inevitable, incómodo y de toda la vida de una persona que se tomaba en serio convertirse en quien realmente era.

El indicador más fiable del material de sombra no es la introspección.

Es reacción.

Las cosas que producen en ti una respuesta emocional desproporcionada, las personas que te desencadenan de forma más fiable, los comportamientos en otros que generan la irritación, el desprecio o la indignación moral más intensa, casi siempre apuntan a algo en la sombra. No porque el detonante sea imaginario. Lo que te hace reaccionar puede ser realmente objetable. Pero la intensidad de la reacción, la carga específica que lleva, la forma en que parece llegar a ti más allá de lo que la situación justifica del todo, eso es la sombra hablando.

Jung llamó a esto proyección. El mecanismo psicológico por el cual una persona atribuye a otra persona una cualidad que no puede reconocer en sí misma. El hombre que más desprecia la debilidad en los demás suele cargar con mucho miedo no reconocido. El hombre que más se indigna de forma fiable por la deshonestidad de otros ha desarrollado muy a menudo una habilidad considerable para engañarse a sí mismo. El hombre que no puede tolerar la arrogancia de las personas que le rodean puede estar gestionando una cantidad significativa de la suya propia.

Esta no es una observación cómoda.

Tampoco es absoluto. No todas las reacciones fuertes son proyección. A veces algo es realmente objetable y la reacción fuerte es simplemente una respuesta adecuada a algo que la merece. La pregunta que Jung hace no es si tu reacción es siempre una proyección. Es si estás dispuesto a aceptar la

posibilidad de que algunas de tus reacciones más fuertes te estén diciendo algo sobre ti mismo y no solo sobre la persona que las ha desencadenado.

Esa disposición es lo que distingue al hombre que hace el trabajo en la sombra del hombre que no lo hace.

Hay una forma particular de material de sombra que merece la pena examinar directamente porque es tan común en los hombres y tan consistentemente pasada por alto.

La sombra no solo contiene lo que es oscuro en el sentido convencional. No solo contiene la rabia, la crueldad o el egoísmo que a un hombre se le ha enseñado que son inaceptables y, por tanto, han sido expulsados de la conciencia consciente. También contiene lo positivo, lo tierno, lo que es genuinamente bueno en un hombre que la plantilla le dijo que era inaceptable por otra razón.

La capacidad de vulnerabilidad. Para el afecto abierto. Para la expresión de la necesidad. Por el tipo de ternura hacia las personas que ama que no muestra fuerza sino que simplemente ofrece presencia. Por el dolor que le pertenece pero que el modelo le decía que no tenía un lugar legítimo en la vida de un hombre que se suponía que debía ser sólido y capaz y no deshecho por las cosas.

Ese material también está en la sombra.

Y su supresión cuesta tanto como la supresión del material más oscuro, quizá más, porque lo que cuesta suele ser pagado por quienes más necesitan lo que se está suprimiendo. La pareja que no puede alcanzarle. El niño que percibe a un padre presente en la habitación pero que no está del todo disponible para aterrizar. La amistad que tiene profundidad pero no el tipo específico de profundidad que requeriría que alguien viera las partes de sí mismo que viven en la sombra.

Jung llamó a la sombra positiva la sombra dorada, y creía que su recuperación era tan importante como el reconocimiento del material más oscuro. No porque la oscuridad deba ser actuada, sino porque el oro, el calor genuino, la vulnerabilidad y la ternura que se han guardado en la sombra, pertenecen al mundo. Pertenece a las relaciones del hombre. Pertenece a su vida.

Se les ha ocultado el tiempo suficiente.

Jung describió un proceso que llamó individuación, que era su término para el proyecto de toda la vida de convertirse en quien realmente eres, en contraste con la persona, la máscara, la versión socialmente adaptada de ti mismo que has desarrollado para el consumo externo.

Cada persona necesita una personalidad. La capacidad de adaptar tu presentación a diferentes contextos sociales, de ser adecuadamente profesional en entornos profesionales y de ser adecuadamente informal en los informales, de entender lo que requiere una situación determinada y proporcionarlo, es una capacidad humana genuina y necesaria. El problema surge cuando la persona y el yo se confunden tanto que el hombre ya no puede distinguir entre el rostro que muestra al mundo y la persona que hay debajo.

El hombre que ha estado interpretando una versión de sí mismo durante tanto tiempo que la interpretación se siente como identidad es un hombre que ha perdido el acceso a sí mismo de una manera muy específica y costosa. Puede que tenga éxito por todos los medios externos. Puede que sea bien valorado, funcione bien, sea capaz y competente y, aparentemente, esté a gusto en el mundo. Y

bajo todo eso hay una sensación persistente de que algo falta, de una vida que se vive a una ligera distancia de lo que podría ser, de una plenitud visible en los márgenes de la experiencia pero nunca del todo disponible en el centro.

La individuación es el proceso de recuperar a la persona que está debajo. No en un momento dramático de revelación, ni en un solo enfrentamiento con la sombra que lo resuelve todo limpiamente, sino a través del trabajo continuo y a menudo incómodo de atender lo que realmente está presente en el interior, de notar las proyecciones y seguirlas de vuelta, de preguntar qué te están diciendo las cosas que te activan con más fiabilidad sobre las partes de ti mismo que aún no has estado dispuesto a reconocer.

Es un proyecto que dura toda la vida.

Hay una forma específica en que la sombra tiende a actuar en las relaciones más cercanas de la vida de un hombre, y merece la pena examinarla aquí porque es donde la sombra realiza su trabajo más importante.

Las personas con las que tenemos más confianza tienen una capacidad particular para activar la sombra. No porque lo intenten. No porque haya algo deliberadamente provocador en lo que están haciendo. Pero porque la intimidad reduce la distancia que normalmente mantiene contenida la sombra, y el material en la sombra, cuando la distancia se reduce, encuentra su camino hacia el espacio entre dos personas.

Un hombre que ha reprimido su propia vulnerabilidad encontrará difícil estar con la vulnerabilidad de las personas que ama. No porque sea cruel o indiferente. Pero porque su vulnerabilidad activa la suya propia, que es exactamente lo que ha estado intentando durante años contener, y la activación es incómoda, y la incomodidad genera distancia, y la distancia que genera la otra persona la experimenta como retirada o rechazo, aunque en realidad sea solo un hombre gestionando su sombra.

Un hombre que ha reprimido su propia necesidad de reconocimiento encontrará difícil dar reconocimiento libremente a quienes le rodean. Porque darla libremente requiere reconocer la necesidad, y reconocer la necesidad requiere que visite la parte de sí mismo donde vive la necesidad, que es la sombra, que es el lugar en torno al cual ha organizado su vida en torno a no visitar.

Un hombre que ha reprimido su propio miedo encontrará el miedo de las personas que ama invisible o despreciable, porque verlo claramente requeriría reconocer el suyo propio, y el suyo propio está en la sombra donde ha estado desde que tiene memoria.

La sombra, en otras palabras, no solo afecta al hombre que la lleva. Afecta a todos los que están lo suficientemente cerca como para ser tocados por sus bordes.

Dijo que no se ilumina imaginando figuras de luz, sino haciendo consciente la oscuridad.

No quiso decir que la oscuridad deba ser celebrada, consentida o actuada. Quiso decir que la oscuridad que no se hace consciente no se vuelve menos oscura. Se vuelve menos visible, lo cual no es lo mismo. Y lo que es menos visible también es menos controlable, porque no puedes gobernar lo que no puedes ver, y el material de sombra que permanece en la sombra sigue operando, sigue moldeando el comportamiento, la percepción y la relación, sigue encontrando su camino hacia el mundo a través de

la puerta trasera de la proyección y la actuación inconsciente, sin importar lo firmemente que se mantenga la puerta principal cerrada.

Hacer que la oscuridad sea consciente no significa que la oscuridad pueda dirigir la casa.

Significa que el dueño de la casa finalmente sabe lo que hay en todas las habitaciones.

Ese conocimiento no es agradable. No debería serlo. La sombra contiene cosas que un hombre ha mantenido en la oscuridad por razones que tenían sentido en su momento, y mirarlas directamente requiere una tolerancia a la incomodidad que es realmente exigente. Habrá cosas allí que preferiría no ver. Cosas que complican la versión de sí mismo que ha ensamblado con cuidado. Cosas que le obliguen a revisar su comprensión de por qué ha hecho lo que ha hecho y sentido lo que ha sentido y sido lo que ha sido.

Pero el hombre que ha hecho esa mirada, que ha permanecido con lo que encontró allí el tiempo suficiente para integrarlo en lugar de reprimirlo, que ha hecho las paces con toda la complejidad de lo que es en lugar de la versión simplificada que le enseñaron a presentar, ese hombre tiene acceso a una solidez y una autenticidad que el hombre no examinado no tiene.

Es más difícil de manipular, porque no se defiende de la exposición de algo que ya ha reconocido. Es más capaz de intimidad genuina, porque no mantiene a las personas a la distancia necesaria para proteger la sombra de ser vista. Es menos probable que su propio comportamiento le sorprenda, porque ha desarrollado el hábito de prestar atención a lo que realmente ocurre en el interior en lugar de gestionar la superficie.

Es, en el sentido más profundo de la palabra, más honesto.

No necesariamente con otras personas, aunque eso suele ocurrir. Consigo mismo.

Antes de que Jung se levante de la silla de testigo, hace la pregunta que ha estado preparando desde que entró.

Lo formula en voz baja, sin drama, con el tono de un hombre que ha pasado su carrera sentado con gente en presencia de exactamente esta pregunta y que sabe que preguntar es el principio de algo y no el final.

¿Qué es lo que te hace más reactivo que te gustaría tener a las personas que te quieren, sabes?

No es lo más dramático. No es lo que produciría más consecuencias externas si se conociera. Aquello cuyo reconocimiento requeriría la mayor revisión de la historia que cuentas sobre ti mismo. Lo que vive en la habitación no abres porque abrirlo significaría que ciertas otras cosas que has construido encima tendrían que reconsiderarse.

Esa cosa no es tu peor versión.

Es parte de tu yo completo.

Y la totalidad es hacia lo que esta sala ha estado construyendo desde el principio.

Se pone en pie.

Sale sin ceremonia, con la misma forma silenciosa en que entró.

La sala del tribunal está en silencio.

El décimo testigo se alejará del interior y preguntará sobre algo que vive entre un hombre y el mundo que le rodea.

Va a preguntar cuánto de la vida que llevas te pertenece realmente.

Antes de que entre el décimo testigo, el tribunal te pide que pienses en las personas que te formaron. No los que reconoces fácilmente. No los profesores que te animaron ni los mentores que creyeron en ti. Piensa en las personas que te moldearon de formas que son más difíciles de explicar.

La persona cuya aprobación aún buscas, aunque quizá ya no esté viva para dártela. La persona cuya desaprobación organizabas tu vida para evitar, mucho después de que ya no necesitabas su aprobación. La persona que modeló algo que juraste que nunca llegarías a ser y que, en momentos concretos, has reconocido en ti misma con un shock de reconocimiento que rápidamente archivaste en algún lugar donde no tendrías que mirarlo de nuevo. La persona que te hirió de una manera que nunca has procesado del todo, y cuya influencia en la forma en que te mueves por el mundo ha permanecido invisible para ti incluso mientras sigue activa.

Las personas que más profundamente nos moldearon no siempre son de quienes más hablamos. Los que más comentamos suelen ser los que ya hemos procesado lo suficiente como para narrar. Quienes más nos han formado a veces son aquellos para los que menos lenguaje tenemos.

El décimo testigo está a punto de preguntar qué hacemos con lo que heredamos del mundo que no elegimos.

Ahora entra ella.

CAPÍTULO DIEZ

La cuestión de la pertenencia

¿Cuánto de tu vida te pertenece?

El décimo testigo entra en la sala con una cualidad de alerta diferente a la de los testigos anteriores.

Hannah Arendt se da cuenta de cosas. No en el sentido en que Sócrates notaba las lagunas en el razonamiento de un hombre o Jung los patrones bajo el comportamiento consciente. Ella se fija en el mundo. El mundo específico, concreto, político y social que los seres humanos construyen juntos y dentro del cual se vive toda vida individual, sea consciente o no. Fue una filósofa política en el sentido más profundo de la palabra, lo que significa que fue una filósofa que se negó a tratar al ser humano como una abstracción separable de las condiciones del mundo que habita, de las comunidades que le formaron, de las estructuras de poder, pertenencia y exclusión que determinan, más de lo que la mayoría de los hombres se da cuenta, los contornos de lo que parece posible y lo que parece impensable.

Se sienta en la silla de testigo y te mira con la atención particular de quien ha pensado cuidadosamente en lo que le cuesta a un ser humano pensar por sí mismo en un mundo que preferiría que no lo hiciera.

Ella pregunta: ¿cuánto de lo que crees elegiste realmente?

No las grandes. No las posiciones políticas, ni los compromisos filosóficos, ni los valores explícitos que nombrarías si alguien te preguntara directamente por qué luchabas. Las pequeñas cosas. Las cosas tan arraigadas en la textura de tu vida diaria que han dejado de presentarse como elecciones por completo. Las suposiciones sobre cómo funciona el mundo, lo que se supone que debe querer un hombre, cómo es el éxito y qué tipo de vida merece la pena vivir, que llegaron tan pronto y se reforzaron tan consistentemente que no parecen creencias sino hechos.

¿Cuánto de eso es tuyo?

¿Y cuánto de eso es simplemente el aire de la habitación en particular que has estado respirando desde que tienes memoria?

Hannah Arendt nació en 1906 en Linden, Alemania, en el seno de una familia judía secular, y su vida estuvo marcada en cada momento significativo por el choque entre el mundo de ideas que habitaba y las catástrofes políticas del siglo XX que invadieron y transformaron repetidamente ese mundo.

Estudió filosofía en Marburgo con Martin Heidegger, con quien mantuvo una relación romántica complicada y muy comentada, y más tarde con Karl Jaspers en Heidelberg. Estaba terminando su tesis doctoral cuando los nacionalsocialistas llegaron al poder en 1933. Fue arrestada por la Gestapo, detenida brevemente, liberada y huyó de Alemania. Pasó años apátrida, viviendo en París, trabajando para organizaciones de refugiados judíos, antes de huir de nuevo en 1941 a Estados Unidos, donde finalmente se convirtió en una de las pensadoras políticas más importantes del siglo XX.

Su obra más famosa, *Los orígenes del totalitarismo*, publicada en 1951, fue un intento de entender cómo la civilización más educada, culta y filosóficamente sofisticada del mundo occidental había

producido el Holocausto. No como una aberración. No como obra de un pequeño grupo de hombres singularmente malvados. Pero como producto de condiciones sociales y políticas específicas, fallos concretos de pensamiento, formas concretas en que los seres humanos ordinarios se permitieron dejar de pensar por sí mismos y entregaron su juicio individual al impulso del colectivo.

Esa pregunta, cómo la gente corriente deja de pensar por sí misma y cuánto cuesta cuando lo hace, es la que ella lleva a esta sala de juicios.

Arendt hizo una distinción central en este capítulo, entre lo que ella llamó el ámbito público y el privado, y entre los peligros específicos que surgen cuando la frontera entre ellos se derrumba.

El espacio público, en su pensamiento, es el mundo compartido. El espacio entre las personas. El ámbito de la acción y el discurso donde los seres humanos se presentan unos a otros como individuos distintos, donde toman posiciones, argumentan y son responsables de lo que dicen y hacen. Es el ámbito de la pluralidad genuina, de la diferencia irreductible entre seres humanos lo que hace posible la política genuina, el ámbito donde el hecho de que tú y yo veamos las cosas de forma diferente no es un problema que se resuelva sino una condición que debe respetarse.

El ámbito privado es el espacio de retiro. De interioridad. De la vida que no se presenta a otros pero que pertenece solo a la persona, el dominio del pensamiento genuino, la conversación que un hombre tiene consigo mismo, las cosas que valora, cuestiona y trabaja en el silencio de su propia mente.

Ambos reinos son necesarios. Ninguna de las dos es suficiente por sí sola.

El hombre que vive completamente en el ámbito público, que no tiene vida privada en el sentido genuino, ningún interior que sea genuinamente suyo y genuinamente protegido de las exigencias de las expectativas ajenas, es un hombre que se ha entregado al mundo de una manera que finalmente lo vacía por dentro. Se convierte en una función de lo que otras personas ven, esperan y exigen. Pierde la capacidad de pensar de forma independiente que requiere cierta distancia protegida del ruido de las opiniones ajenas.

El hombre que se retira por completo al ámbito privado, que se retira del mundo compartido y de sus exigencias y dificultades, es un hombre que ha abdicado de la responsabilidad específicamente humana de aparecer en el mundo como una persona distinta con posiciones distintas y una responsabilidad distinta por lo que hace y dice.

La pregunta que hace Arendt no es en qué reino habitas. Es si has conservado la distinción genuina entre ellos. Ya sea el yo privado, aquel que piensa por sí mismo en la tranquilidad de su propio interior, está realmente moldeando el yo público, el que aparece en el mundo, o si la relación se ha invertido, si las demandas, expectativas y presiones del espacio público han colonizado tan profundamente el interior que ya no queda un yo genuinamente privado para moldear.

Arendt escribió sobre un concepto que llamó la banalidad del mal, y es una de las frases más malinterpretadas en la historia del pensamiento del siglo XX.

Lo acuñó en su informe sobre el juicio de Adolf Eichmann, el burócrata nazi responsable de la logística del Holocausto, a quien observó en Jerusalén en 1961. Esperaba un monstruo. Lo que encontró fue algo que consideró mucho más perturbador. Un hombre que, a todas luces, era ordinario. Burocrático.

Centrado en hacer su trabajo de forma eficiente. Ni ideológicamente fanático en sentido profundo ni poseído del tipo de sadismo dramático que le habría hecho más fácil de entender como un caso excepcional.

Lo que Eichmann carecía, según la valoración de Arendt, no era conciencia en el sentido convencional. Lo que le faltaba era pensamiento. La capacidad y la disposición para parar y pensar desde su propia posición, para preguntar qué estaba haciendo realmente, qué significaba y si era correcto, en lugar de simplemente cumplir los requisitos del papel que le habían dado dentro del sistema al que se había unido.

Había entregado su juicio individual al impulso del colectivo. Había permitido que la estructura en la que estaba hiciera sus pensamientos por él. Y el resultado, en las condiciones históricas específicas del Tercer Reich, fue la participación en uno de los mayores crímenes de la historia humana, no por una malevolencia excepcional, sino por la ordinaria y banal falta de pensamiento.

Arendt no estaba diciendo que Eichmann no tuviera ninguna responsabilidad. Ella decía que su caso ilustraba algo importante y perturbador sobre el peligro específico de la falta de pensamiento, la falta de mantener el tipo de juicio independiente que pertenece a una persona más que a un rol, que se origina en un yo privado genuino y no en los requisitos de la estructura en la que un hombre se encuentre.

Ese fracaso no se limita a los sistemas totalitarios.

Está presente en toda vida humana, en cada institución, en cada comunidad, en cada matrimonio, familia y lugar de trabajo donde la presión por ajustarse a lo esperado es lo suficientemente fuerte y el hábito de pensar independientemente es lo suficientemente débil como para que un hombre pueda encontrarse, años después de haber empezado en una vida, actuando de manera que el yo privado genuino, si se consultara, no lo respaldaría.

La mayoría de los hombres pertenecen a varias tribus simultáneamente, y la pertenencia no siempre se elige conscientemente.

Está la tribu de origen, la familia, la comunidad y la cultura en la que naciste, con sus valores específicos, definiciones concretas de éxito e ideas concretas sobre lo que es un hombre, lo que hace un hombre y lo que no hace. Está la tribu de pares, los hombres con los que has vivido juntos, cuyas opiniones y juicios has absorbido tan a fondo que puedes predecir lo que dirían sobre la mayoría de tus decisiones sin preguntarles. Está la tribu de la profesión, con su cultura específica, jerarquías y definiciones concretas de lo que cuenta como logro y lo que cuenta como fracaso. Está la tribu de la identidad política, de la identidad regional, de la identidad generacional, cada una con su propio conjunto de supuestos que se presentan no como posiciones tribales sino como verdades obvias.

Cada hombre está moldeado por sus tribus. Ese modelado no es el problema. El problema es cuando la formación ha sido tan completa y la capacidad del individuo para pensar de forma independiente está tan poco desarrollada o tan subordinada a las exigencias de pertenencia, que el hombre ya no puede distinguir entre lo que realmente cree y lo que la tribu le ha enseñado a creer.

Esa distinción, entre creencia genuina y herencia tribal, es la que más le importa a Arendt.

No porque pertenecer a una tribu sea malo. Los seres humanos necesitamos pertenecer. La necesidad es real y las comunidades que la satisfacen son realmente valiosas. Pero el hombre que nunca ha examinado su pertenencia, que nunca ha preguntado cuáles creencias de la tribu ha adoptado genuinamente y cuáles simplemente ha absorbido porque el precio de no absorberlas fue demasiado alto, es un hombre que no es plenamente el autor de su propia vida.

Está cumpliendo instrucciones que no escribió.

Y el peligro que señala Arendt no es que esto produzca un daño evidente en circunstancias ordinarias. En circunstancias normales es casi invisible. El peligro es lo que ocurre cuando las instrucciones de la tribu comienzan a moverse en una dirección que el yo privado genuino, el que aún piensa por sí mismo, no aprobaría, y el hombre no tiene práctica de juicio independiente en la que recurrir, ni costumbre de preguntarse si lo que la tribu requiere es realmente lo correcto.

En ese momento, la falta de pensamiento se convierte en algo más que una limitación personal.

La mayoría de los hombres no tienen mucha práctica con el diálogo interno que requiere un juicio genuino. No porque sean incapaces de ello. Pero porque las condiciones de la vida moderna no la fomentan y a veces trabajan activamente en su contra. La disponibilidad constante de las opiniones ajenas, la presión social específica de entornos que recompensan una alineación rápida y segura con las posiciones de la tribu y castigan la vacilación del pensamiento genuinamente independiente, la pura actividad de vidas organizadas en torno a hacer en lugar de pensar, todo esto crea condiciones en las que ese diálogo tiene muy poco espacio para operar.

El resultado no es la estupidez. Es algo más específico y preocupante.

Es la condición de un hombre inteligente, elocuente y capaz de argumentar sofisticadamente al servicio de posiciones que nunca ha examinado genuinamente, cuya confianza en sus opiniones no es la de un hombre que ha pensado cuidadosamente y llegado a una posición considerada, sino la confianza de un hombre que ha absorbido tan profundamente las certezas de su tribu que parecen suyas.

Arendt querría que te preguntaras, honestamente, si las cosas de las que estás más seguro son las que has pensado con más cuidado, o si son las cosas de las que la tribu estaba más segura cuando estabas aprendiendo cómo era la certeza.

Arendt creía que la capacidad de iniciar algo nuevo era la más distintivamente humana de todas las capacidades humanas.

Ella lo llamó natalidad, el hecho de haber nacido, que para Arendt significaba no solo el evento biológico sino la capacidad humana continua de iniciar, de traer algo nuevo al mundo, de actuar de maneras que no son simplemente la continuación de patrones existentes sino auténticas desviaciones de ellos.

Cada ser humano, en opinión de Arendt, representa un comienzo. No porque toda acción humana sea original en algún sentido dramático. Pero porque la capacidad de actuar, de iniciar, de elegir algo diferente a lo que produciría el impulso existente de las circunstancias si no se interrumpiera, siempre está disponible. Nunca queda completamente cerrado por el hábito, la historia o el peso de todo lo que vino antes.

Este no es un pensamiento cómodo para un hombre que ha pasado años dentro de una vida marcada por presiones que no siempre eligió y que ha tomado direcciones que no siempre pretendía. Le exige algo. Le pide que reconozca que la capacidad de empezar de nuevo no es algo que estaba disponible a los veinte y que ya no lo está ahora. Está estructuralmente disponible. Siempre. A toda persona que sigue viva y aún es capaz de pensar y aún capaz del tipo de juicio independiente que requiere una acción genuina.

La cuestión no es si la capacidad está disponible.

La cuestión es si el hombre está dispuesto a usarlo.

Antes de que Arendt deje la silla de testigo, dice algo que es característico de ella en el mejor sentido: directo, implacable, basado en lo específico más que en lo abstracto.

Ella dice: el mayor peligro para la vida humana no es el sufrimiento y no es la pérdida. Es una falta de reflexión. La condición de un hombre que se mueve por su vida cumpliendo los requisitos de los roles que ocupa y de las tribus a las que pertenece sin detenerse nunca a preguntar, desde su propia posición, desde el lugar donde vive el yo privado genuino, si lo que hace es lo que elegiría si realmente eligiera.

No lo dice para condenar. Lo dice como una mujer que pasó su vida observando lo que ocurre cuando el pensamiento se detiene, que entendió por experiencia directa y terrible lo que cuesta el fallo del juicio individual, no solo para la persona que no piensa sino para quienes tienen vidas afectadas por ese fracaso.

Te mira un momento.

Entonces ella dice: sigues pensando. Eso no es poca cosa. Eso es, de hecho, todo.

Se pone en pie.

Se recompone con la compostura específica de una mujer que ha sobrevivido a cosas que requerían compostura y que ha aprendido a llevarla sin fingir que era gratis.

Y ella se va.

La sala del tribunal está en silencio como cuando se acaba de nombrar algo importante.

El undécimo testigo va a traer todo esto, el pensamiento, el examen, el trabajo en la sombra, el valor y la pertenencia, al lugar donde más importa.

Va a preguntar por el amor.

CAPÍTULO ELEVEN

La cuestión del amor

¿Las personas que amas prosperan gracias a ti?

La undécima silla de testigos tiene capacidad para tres hombres.

Esto no había ocurrido antes en esta sala. Los testigos anteriores vinieron solos, cada uno con una única pregunta, cada uno examinando un rostro específico de lo que significa ser un ser humano que avanza por una vida humana con honestidad e intención. Pero el amor resiste la perspectiva única. Es demasiado grande, demasiado variado y demasiado trascendentalmente para ser sostenido solo por el marco de un filósofo. Y así, tres hombres se sientan juntos en la silla de testigos, sin discutir entre sí, sin competir por la primacía, sino ofreciendo sus ángulos distintos sobre la misma enorme cuestión.

Te miran juntos.

Y preguntan, de la manera específica en que tres pensadores con diferentes ángulos sobre la misma verdad hacen una pregunta, algo que suena simple y no lo es.

¿Las personas que amas prosperan gracias a ti?

No si los quieres. No sientes amor por ellos, no tienes buenas intenciones hacia ellos, no te sacrificas por ellos, les provees o te quedas cuando irte sería más fácil. ¿Prosperan? ¿Tu presencia en sus vidas, la forma específica en que los quieres, la forma concreta que toma tu amor en la textura ordinaria de vuestras interacciones diarias con ellos, contribuye a que se conviertan en quienes son?

Esa pregunta se queda en la sala un momento antes de que alguien hable.

Aristóteles habla primero, porque siempre se mueve desde el hormigón.

Ha comparecido antes en esta sala de juicios, en el capítulo tres, donde preguntó sobre los hábitos que forman el carácter de un hombre. Regresa aquí porque creía que la amistad y el amor no eran periféricos para la buena vida, sino centrales en ella, y que la cualidad específica de las relaciones más cercanas de un hombre era tanto evidencia de su carácter como del ámbito principal en el que se desarrollaba y ponía a prueba.

En su Ética a Nicómaco distinguió entre tres tipos de amistad, y la distinción merece ser examinada detenidamente porque traza el territorio de las relaciones humanas con más precisión que la mayoría del pensamiento moderno sobre el amor.

El primero lo llamó amistad de utilidad. Dos personas que se son útiles mutuamente. Socios de negocios, colegas, los conocidos cuya compañía disfrutas porque cumplen algún propósito práctico en tu vida y cuya compañía no buscarías si dejaran de servirla. No hay nada de malo en este tipo de amistad. Es real y tiene un valor genuino. Pero también es contingente. Dura tanto como la utilidad, y no requiere el tipo de atención genuina hacia la otra persona como persona, en lugar de como función, que requiere una amistad más profunda.

El segundo tipo lo llamó amistad de placer. Dos personas que disfrutan de la compañía mutua. Que se entretienen, se estimulan, que se hacen sentir bien de formas que no requieren un conocimiento profundo de la vida interior del otro. De nuevo, real y genuinamente valioso. Y de nuevo, contingente. Dura tanto como el placer.

El tercer tipo lo llamó amistad de virtud. Dos personas que se conocen genuinamente, que están presentes en el carácter real del otro en lugar de en la función que cumplen o en el placer que proporcionan, que se desean lo mejor no instrumentalmente sino por el bien del otro, y cuya relación se profundiza con el tiempo porque está arraigada en algo más duradero que la utilidad o el placer.

Esto es lo que Aristóteles entendía con amor en su sentido más completo.

Y creía que era raro. No porque los seres humanos sean incapaces de hacerlo, sino porque requiere algo que la mayoría de la gente considera exigente. Requiere una atención genuina a la vida interior real de otra persona, en lugar de a la versión de ella que satisface tus necesidades o confirma tu comprensión actual de quién es. Requiere la disposición a dejarte cambiar por el conocimiento de otra persona, para permitir que la cercanía genuina complique y enriquezca tu comprensión tanto de ella como de ti mismo. Requiere tiempo, continuidad y el tipo específico de inversión que solo es posible cuando decides que esa persona en particular y tu relación con ella importan lo suficiente como para seguir presentándote.

Aristóteles te pediría que pienses en las personas que llamas tus amores más cercanos.

¿Estás presente ante quiénes son realmente? No quién era cuando los conociste, no la versión de ellos que se siente más cómoda o más coherente con tus propias necesidades, sino quiénes son ahora, en la realidad específica y continua de su vida interior real.

Porque el amor del tipo que Aristóteles valoraba no es un estado al que se llega y se mantiene por inercia. Es un acto continuo de atención. Y la atención o continúa o se detiene, y cuando se detiene, lo que queda puede seguir llamándose amor, pero se ha convertido en otra cosa, algo más parecido al residuo del amor, un hábito de proximidad y obligación que ha perdido la atención genuina que lo hacía real.

Kierkegaard se inclina hacia adelante ahora, porque este es el territorio que ha estado esperando.

Ha comparecido antes en esta sala de juicios, en el capítulo siete, donde preguntó sobre el valor ante la incertidumbre. Regresa aquí porque creía que el amor era la forma más extrema del salto, el compromiso que requería más valor genuino que cualquier otra empresa humana, y que la falta de comprensión de esto era responsable de gran parte de la decepción y la distancia que se instala en las relaciones con el tiempo.

En sus escritos hacía una distinción entre lo que llamaba amor erótico y el amor elegido. Mantenido. Practicado. A la que se le ha vuelto una y otra vez mediante actos de compromiso deliberado que no tienen nada que ver con cómo se siente la persona en cada momento.

El amor espontáneo es real. Kierkegaard no lo estaba descartando. Los sentimientos que llegan al principio de una relación significativa, la sensación de reconocimiento, la vitalidad específica que otra persona puede producir, la forma en que ciertas personas abren algo en nosotros que la mayoría no llega, todo eso es real y importa y no es nada.

Pero no es suficiente.

Porque los sentimientos cambian. La vitalidad del amor temprano no es un estado estable. Tiene una historia natural, y esa historia incluye periodos que no se sienten como el amor al principio, periodos de dificultad y distancia y la llanura específica que se instala sobre una relación que se ha vuelto familiar sin profundizarse. Y el hombre que ha entendido el amor principalmente como un sentimiento experimentará esos periodos como evidencia de que el amor ha terminado, como una señal para desconectarse o buscar el sentimiento en otro lugar, porque ese sentimiento es lo que él entiende como el amor.

Kierkegaard diría que esa es la confusión que más cuesta.

El sentimiento es el comienzo del amor. La elección de continuar, de volver, de volver a aparecer al día siguiente y al día siguiente en la completa ausencia de ese sentimiento, de tratar a la persona que tienes delante con el cuidado y la atención que el amor genuino requiere incluso cuando no te apetece, eso es amor en el sentido que más importa. No en lugar de la sensación. Además de ella, y debajo, y disponible en los periodos en que la sensación no lo está.

Así es como se presenta el salto dentro de una relación.

No el salto dramático del principio. El salto diario, sin dramas y poco glamuroso de la continuación. De elegir de nuevo. De decidir de nuevo que esta persona y esta relación valen lo que cuestan, no porque el cálculo produzca un superávit, sino porque te has comprometido con algo mayor que cualquier cálculo individual.

Kierkegaard te pediría que pienses en qué parte de tus relaciones más cercanas has dejado de saltar.

No donde la sensación ha disminuido. Los sentimientos no están bajo tu control. Donde has dejado de elegir. Donde has permitido que la relación exista sobre la base del impulso, la obligación y el peso acumulado de la historia compartida, sin el acto continuo de compromiso genuino que la mantiene viva como algo más que la suma de su historia.

Que parar no siempre es dramático. A menudo ocurre de forma gradual, en pequeños momentos de abstinencia, con la ligera pero constante desviación de la atención de la relación hacia cosas menos exigentes y más gratificantes de inmediato. Y cuando la distancia es lo bastante grande como para ser innegable, el hombre que lleva dentro a menudo ha perdido el hilo de cuándo y cómo ocurrió.

Kierkegaard diría que el hilo puede retomarse.

Pero solo por el hombre dispuesto a saltar.

Fromm habla al final, y lo que dice es en cierto modo el más directo de los tres.

Eric Fromm nació en Frankfurt en 1900, se formó como psicoanalista, huyó de Alemania en 1934 y pasó gran parte de su carrera examinando las formas en que la sociedad occidental moderna socavaba sistemáticamente las condiciones bajo las cuales era posible el amor genuino. Su libro más famoso, El arte de amar, publicado en 1956, parte de una premisa que a la mayoría de la gente le sorprende y a algunos les resulta ofensiva.

Dice que la mayoría de la gente en la cultura occidental cree que el problema del amor es principalmente el problema de ser amado más que el problema de amar. Que lo que la gente quiere es ser amada, y por eso en lo que están trabajando es en cómo hacerse más adorables, más atractivos, más exitosos, más interesantes, más dignos del amor que quieren recibir.

Fromm dice que este es el problema equivocado.

El amor, en su opinión, no es algo que recibas principalmente. Es algo que haces. Es una actividad, una práctica, un conjunto de capacidades que deben desarrollarse mediante esfuerzo y atención de la misma manera que cualquier otra capacidad humana. Y el hombre que ha pasado su vida esperando recibir amor, que ha organizado su vida emocional en torno a la cuestión de si es amado en lugar de en torno a la cuestión de si es capaz de amar, ha pasado por alto lo más fundamental sobre lo que realmente es el amor y lo que realmente requiere.

Identificó cuatro componentes del amor genuino, y merece la pena sentarse con ellos individualmente.

La primera es el cuidado. Preocupación genuina por la vida y el crecimiento de la persona a la que amas. No preocuparte en el sentido de ansiedad, posesividad o la necesidad de gestionar la experiencia de la otra persona para que se ajuste a tu idea de lo que es bueno para ella, sino preocuparte en el sentido de una inversión genuina en su florecimiento, en que se convierta en quien es, lo cual a veces puede parecer diferente de lo que elegirías para ella si eligieras en su nombre.

La segunda es la responsabilidad. No una obligación en el sentido legal o contractual, sino la disposición a responder a las necesidades de la persona que amas. Que se den cuenta de lo que necesitan y se lo tomen lo suficientemente en serio como para actuar. Esto requiere el tipo de atención que describía Aristóteles, la presencia genuina y continua de quién es realmente la persona en lugar de quién la imaginas o quién le convendría ser.

La tercera es el respeto. En el uso de Fromm, respeto significa la capacidad de ver a una persona tal y como es, de ser consciente de su individualidad, de resistir la tentación de reducirla a una función en tu vida, un personaje en tu historia o un reflejo de tus propias necesidades, ansiedades y proyecciones. Significa permitirles ser quienes son, en toda la complejidad, las molestias y la auténtica otredad que realmente requiere conocer a otra persona.

La cuarta es el conocimiento. No conocimiento en el sentido intelectual, sino el tipo de conocimiento que surge de la atención genuina a lo largo del tiempo. Ese tipo que siempre está incompleto, siempre en progreso, siempre descubriendo algo nuevo porque la persona que amas no es un objeto fijo sino un proceso continuo de convertirse, y el conocimiento genuino de esa persona requiere que sigas prestando atención en lugar de sustituir lo que aprendiste hace diez años por lo que realmente está presente en ella ahora.

Fromm te pediría que evalúes honestamente no si amas, sino cómo amas. Tanto si el amor que ofreces a las personas más cercanas a ti contiene estos cuatro elementos como si contiene algunos y no otros. Ya sea lo que llamas amor es el que contribuye al florecimiento de la otra persona o el tipo que, por muy sincero que sea, está organizado principalmente en torno a tus propias necesidades.

Esa distinción no es un juicio. Es una pregunta.

Y es una de las preguntas más importantes en esta sala.

El hombre que ama bien no es el que siente el amor con más intensidad. Es el hombre que ha desarrollado, a través de la práctica, la atención y la disposición continua a cambiar por una cercanía genuina, la capacidad de ver claramente a las personas que ama, de desear su florecimiento genuinamente en lugar de instrumentalmente, y de actuar según ese deseo de forma constante, en los momentos ordinarios de una vida ordinaria, sin importar lo que sienta en un día dado.

Ese hombre no ha nacido. Está bien construido.

Construido a través del mismo proceso de práctica deliberada que Aristóteles describió cuando hablaba de la formación del carácter. Construido con el mismo valor que Kierkegaard describió cuando habló del salto. Construido a través del mismo autoexamen honesto que todos los testigos anteriores han pedido.

La cuestión no es si amas.

Es lo que tu amor realmente hace con las personas que viven dentro de él.

Los tres testigos se colocan juntos.

Aristóteles te da el asentimiento de un hombre que ha dicho lo que debía decirse y confía en que hagas algo con ello.

Kierkegaard te mira un momento con la expresión de un hombre que sabe lo que cuesta amar genuinamente y que no finge que el precio es pequeño.

dice Fromm, en voz baja, una última cosa.

Él dice: el amor no es un sentimiento que te ocurra. Es una decisión que tomas cada día sobre quién importa y cómo vas a estar presente para ellos. Y esa decisión, tomada de forma constante y honesta a lo largo de una vida, es lo más parecido al significado que la mayoría de los seres humanos encontrarán.

Salen juntos.

La sala está muy tranquila.

Quedan dos testigos.

Van a preguntar por la hora.

Once testigos han declarado ya.

Los tres que aparecieron juntos preguntaron algo que la disciplina por sí sola no puede responder. Preguntaron si las personas que amas prosperan gracias a ti. Esa pregunta no permite evadir con inteligencia, esfuerzo o incluso honestidad genuina sobre tu propio interior. Requiere dirigir el examen hacia afuera, hacia las personas específicas que han estado viviendo cerca de lo que hayas estado

haciendo aquí. Requiere preguntar no qué estás haciendo tú con tu vida, sino qué es lo que tu vida les está haciendo a ellos.

Quedan dos testigos. Van a preguntar por la hora.

Antes de que entre el duodécimo testigo, el tribunal te pide que te sientes con algo que la mayoría de los hombres prefieren mantener a distancia.

Piensa en las cosas de tu vida que no puedes controlar.

El comportamiento de otras personas. Los resultados de tus esfuerzos. Si las personas que amas están a salvo. Si las cosas que has construido durarán. Si el tiempo que tienes será suficiente. Si las pérdidas que ya has sufrido serán las últimas o solo el comienzo de ellas.

El tribunal no te está pidiendo que aceptes nada de esto. Te está pidiendo que lo mires directamente. Porque la mayoría de los hombres no lo ven directamente. Lo consiguen. Lo mantienen a distancia mediante el ajetreo, la planificación y la cómoda ilusión de que un esfuerzo suficiente produce un control suficiente. Y la gestión funciona, hasta cierto punto.

El duodécimo testigo se sentará en esa silla y dirá, sin disculpas, que vas a morir.

El tribunal te pide que sientas antes de que él entre, cómo es sostener ese hecho sin buscar inmediatamente algo que poner entre tú y él.

No para darle vueltas. No desesperar. Simplemente para mirar.

Entra el duodécimo testigo.

CAPÍTULO DOCE

La cuestión de la mortalidad

¿Qué cambia cuando recuerdas que vas a morir?

El duodécimo testigo entra en la sala de audiencias de forma diferente a cualquiera que haya pasado antes que él.

No con la intensidad inquietante de Nietzsche, ni la precisión tranquila de Kant, ni la cálida sociabilidad de Hume. Marco Aurelio entra como un hombre entra en una habitación cuando ya ha hecho las paces con la mayoría de las cosas que inquietan a otros hombres. Hay en él una quietud que no es la quietud de un hombre al que ya no le queda nada que sentir, sino la quietud de quien lo ha sentido todo y ha encontrado, a través de larga práctica y disciplina, una forma de llevarlo sin dejarse llevar por ello.

Fue emperador romano durante diecinueve años. Comandaba ejércitos. Administró un imperio de millones. Presidió la plaga y la guerra y la presión constante y persistente de un mundo que requería más de él de lo que cualquier ser humano razonablemente podía proporcionar. Hizo todo esto mientras escribía, en una revista privada nunca destinada a publicarse, algunos de los autoanálisis más honestos y profundos en la historia del pensamiento humano.

Se sienta en la silla del testigo y te mira con los ojos de un hombre que ha pensado cuidadosamente en una cosa más que en cualquier otra cosa.

Él dice: vas a morir.

No lo dice para alterarte. Lo dice como un hombre dice algo verdad que la mayoría de la gente gasta una enorme energía evitando, no por crueldad, sino porque ha descubierto, a través de su larga práctica, que la evasión cuesta más que el reconocimiento.

Vas a morir.

Y la pregunta que ha venido a hacer es qué cambia ese hecho, sostenido honestamente y sin las diversas formas de evasión que lo hacen manejable, en la forma en que vives ahora mismo.

Marco Aurelio nació en el año 121 de la era común en Roma, en una familia de origen español que había alcanzado protagonismo en la sociedad romana. Fue adoptado por su predecesor Antonino Pío por instrucción del emperador Adriano, quien había reconocido en el joven Marco algo que le recomendaba para la carga del imperio. Estudió filosofía desde pequeño, se sintió especialmente atraído por el estoicismo y dedicó su vida a intentar vivir según sus principios en condiciones casi perfectamente diseñadas para dificultarlo.

Se convirtió en emperador en 161 y gobernó hasta su muerte en 180. Los años de su reinado estuvieron marcados por la guerra en la frontera norte, por la Peste Antonina, que mató a millones en todo el imperio, y por la constante presión de gobernar a una escala que agotaría la capacidad de ecuanimidad de cualquiera. A lo largo de todo ello escribió en su diario, en griego, no para la posteridad, ni para la

instrucción, sino como una práctica diaria de autoexamen y autocorrección, un registro de un hombre intentando, imperfectamente y honestamente, vivir según lo que creía.

La revista fue finalmente publicada bajo el título *Meditaciones*, y se ha leído de forma continua durante casi dos mil años.

Lo que la hace extraordinaria no es su originalidad filosófica. Las ideas de las que se basa Marco se heredan en gran medida de pensadores estoicos anteriores, especialmente de Epicteto, el antiguo esclavo cuyos *Discursos* moldearon profundamente el pensamiento de Marco. Lo que la hace extraordinaria es su honestidad. Es un registro de un hombre que fracasa, y lo intenta de nuevo, y vuelve a fracasar, y vuelve a intentarlo, escrito por alguien que tenía todas las razones para actuar virtuosamente ante una audiencia y que en su lugar eligió hablar directamente consigo mismo sobre la brecha entre quién era y quien intentaba ser.

Esa honestidad es lo que aporta a esta sala.

La tradición filosófica a la que pertenecía Marco, el estoicismo, tenía en su centro una práctica que se conoce por una frase latina que el propio Marco no utilizaba, pero que recoge algo esencial de su pensamiento.

Memento mori.

Recuerda que morirás.

Esto no fue un consejo de desesperación. Los estoicos no eran mórbidos en el sentido convencional. No se detenían en la muerte porque fueran pesimistas respecto a la vida. Se detenían en la muerte porque creían que el reconocimiento regular, honesto e inquebrantable de la mortalidad era una de las herramientas más poderosas disponibles para vivir bien.

La mayoría de los seres humanos, la mayor parte del tiempo, viven como si tuvieran tiempo ilimitado. No conscientemente. No como creencia explícita. Pero en la organización práctica de sus días, en las cosas que posponen y las conversaciones que posponen y las expresiones de amor que posponen hasta un momento mejor, en la forma en que tratan el martes ordinario como un recurso para gastar en lo que sea más urgente en lugar de una pieza realmente irrepentible del tiempo finito que se les ha dado, operan desde una suposición implícita de abundancia que los hechos no respaldan.

El hombre que recuerda que morirá no opera bajo esa suposición.

No porque esté ansioso por la muerte. No porque la conciencia de la mortalidad le llene de un temor que lo colorea todo lo demás. Sino porque el reconocimiento honesto de la finitud cambia la relación entre un hombre y su tiempo de una manera muy específica y muy útil. Aclara. Se ordena. De repente hace visible la distinción entre lo que realmente importa y lo que simplemente parece urgente, entre las cosas en las que merece la pena dedicar las horas insustituibles de una vida finita y las cosas que consumen esas horas sin merecerlas.

Marcus escribió, de una forma u otra, decenas de variaciones sobre este tema en su diario. Piensa en ti mismo como muerto. Has vivido tu vida. Ahora toma lo que queda y vívelo bien. ¿Cuántas mañanas más tendrás? ¿Cuántas noches más con la gente que amas? ¿Qué haces con ellos?

No hacía estas preguntas para provocar culpa. Se las preguntaba porque había descubierto, en su propia experiencia, que el hombre que las pregunta honestamente tiende a reorganizar su vida en la dirección de lo que realmente valora, y el hombre que no las pregunta tiende a descubrir, al final, que ha dedicado gran parte de su tiempo finito a cosas que no lo hicieron. Al final, me lo merece.

Hay un ejercicio estoico que Marcus practicó y que merece la pena describir aquí porque es más exigente y útil de lo que parece a primera vista.

Lo llamó la vista desde arriba. La práctica de alejarse deliberadamente de las presiones y preocupaciones inmediatas de la vida diaria e intentar verlas desde una perspectiva más amplia, desde la perspectiva de un hombre consciente de lo pequeña que es la vida humana individual en relación con el vasto alcance del tiempo y la inmensidad del mundo.

Sin querer sentirme insignificante. Ese no es el punto. Pero para sentirse proporcionado. Relacionar la escala de las preocupaciones humanas ordinarias con la escala de las cosas que realmente importan, lo que tiende a producir una útil recalibración de lo que vale la pena la ansiedad, lo que merece esfuerzo y lo que merece la cualidad específica de atención sería que solo un hombre con un tiempo limitado puede permitirse dar.

La discusión que parecía catastrófica esta mañana. La opinión que alguien tiene sobre ti y que ha estado ocupando tus pensamientos. El revés profesional que, en este momento, se siente como un acontecimiento definitorio en la historia de tu vida. La vista desde arriba no descarta estas cosas. Pero les sitúa en un contexto que hace que su peso real sea más visible, que casi siempre es menor que el peso que sienten desde dentro del momento.

Marcus no estaba usando este ejercicio para desconectarse de la vida. Lo estaba usando para interactuar con más honestidad. Para eliminar las distorsiones que surgen de estar demasiado cerca de las cosas, de estar demasiado involucrado en resultados concretos, demasiado identificado con lo inmediato y lo urgente para ver claramente lo que realmente estaba en juego.

Marcus escribió algo que ha quedado grabado en la gente durante casi dos mil años, y merece la pena sentarse aquí en el contexto específico de este capítulo.

Escribió: no es la muerte lo que un hombre debe temer, sino que debe temer no empezar a vivir.

Esa frase no trata sobre el valor dramático ante la mortalidad. Trata sobre la tragedia específica y común del hombre que pospone su vida genuina, que la mantiene esperando tras las cosas que se dice a sí mismo que debe hacer primero, que siempre planea empezar a vivir en un futuro que no deja de alejarse a medida que se lo acerca, hasta que el futuro ya no esté disponible y la vida que esperaba nunca se haya vivido realmente.

La mayoría de los hombres conocen alguna versión de esto en sí mismos.

La relación que llevas tiempo queriendo reparar cuando llegue el momento adecuado. La conversación que has estado planeando tener cuando las condiciones sean mejores. La versión de ti mismo que has estado intentando convertirte cuando las demandas actuales de tu tiempo y energía hayan disminuido lo suficiente como para que sea posible el devenir. Lo que siempre has querido hacer y que has estado

manteniendo en la categoría de algún día, que es la categoría de cosas que en realidad no ocurren porque algún día no es un día de la semana.

Marcus no te está pidiendo que abandones responsabilidades en nombre de la autorrealización. Era un emperador. Entendía la obligación mejor que la mayoría de la gente. Él pregunta si la vida que llevas es la que elegirías si eligieras con plena conciencia de que esa elección no puede posponerse indefinidamente.

Porque no puede.

Los estoicos hicieron una distinción que merece la pena mencionar explícitamente aquí, porque es una de las ideas más útiles en la práctica de toda la tradición filosófica y a la que Marco volvía constantemente en su diario.

Distinguían entre lo que depende de nosotros y lo que no depende de nosotros.

Lo que depende de nosotros: nuestros juicios, nuestras intenciones, nuestras respuestas a lo que ocurre, los valores que elegimos para actuar, la atención que damos a nuestras vidas, la calidad del esfuerzo que hacemos en las direcciones que nos importan.

Lo que no depende de nosotros: todo lo demás. El comportamiento de otras personas. Los resultados de nuestros esfuerzos. La salud de nuestros cuerpos más allá de cierto punto. La duración de nuestras vidas. Las circunstancias específicas en las que nos encontramos. La distribución de la fortuna y la desgracia que ninguna virtud o esfuerzo puede determinar completamente.

El hombre que confunde estas dos categorías, que gasta su energía intentando controlar lo que no depende de él y descuida el cultivo de lo que es, es un hombre cuya vida estará organizada en torno a la frustración. Porque las cosas que no dependen de él seguirán resistiéndose a su control sin importar el esfuerzo que dedique, y las cosas que dependen de él seguirán sin desarrollar porque ha estado dirigiendo su energía a otra cosa.

Marcus no era un hombre pasivo. Luchó en guerras. Gobernó. Tomaba decisiones con enormes consecuencias. Pero entendía, e intentaba practicar, la disciplina de distinguir entre el esfuerzo que realmente le correspondía y el resultado que no le correspondía garantizar, y de soltar el control sobre lo segundo de una manera que liberaba su energía para lo primero.

Es una disciplina más exigente de lo que parece.

Antes de que Marcus se levante de la silla de testigo, abre su diario.

No para leer de ella. Ha leído suficiente. Lo abre y lo coloca en el borde del estrado, te mira y dice: escribe el tuyo.

No es un tratado filosófico. No una representación de autoexamen para una audiencia. Un registro privado, solo para ti, del hombre que intentas ser y la distancia entre ese hombre y el que realmente eres hoy. De las cosas que te importan y si estás dedicando tu tiempo en consecuencia. De las personas que amas y de si estás estando a su lado de la manera que merecen. De la vida que tienes y de lo que

haces con ella, dado que es finita, dado que la finitud no es abstracta sino específica, personal y más cercana que ayer.

No te dice qué escribir.

Él solo dice: el hombre que examina su vida no la desperdicia. Y el hombre que no lo examina tiende a descubrir, cuando ya no tiene la opción de cambiar de rumbo, que desearía haberlo hecho.

Cierra el diario.

Se pone en pie.

Te mira un momento con la expresión de un hombre que sabe algo sobre el peso de una vida plenamente habitada y la ligereza que surge, al final, al llevarla con honestidad.

Y se va.

La sala del tribunal está muy silenciosa.

Queda un testigo.

Y la silla que ocupará es la que tú has estado sentada desde el principio.

CAPÍTULO TRECE

La cuestión del legado

¿Qué queda después de que te vayas?

La decimotercera silla de testigos alberga a dos hombres.

Marco Aurelio ha regresado. Él estuvo aquí en el capítulo anterior, preguntando sobre la mortalidad, sobre la visión desde arriba, sobre la disciplina de distinguir entre lo que es tuyo para controlar y lo que no. Regresa ahora porque la cuestión del legado es inseparable de la cuestión de la mortalidad, porque lo que un hombre deja atrás está moldeado enteramente por cómo eligió vivir, y porque Marcus entendía, desde el punto de vista específico de un hombre que sabía que su nombre le sobreviviría, que ese legado no es algo que se construya deliberadamente. Es algo que revelas, a través de las decisiones acumuladas de toda una vida, haya querido revelarlo o no.

Aristóteles está a su lado de nuevo. Ha comparecido dos veces antes en esta sala, una vez para preguntar por el carácter y otra por el amor, y regresa aquí porque creía que la cuestión de lo que un hombre deja atrás no estaba separada de la cuestión de lo que es un hombre. Ese legado, en su sentido más estricto, no eran los monumentos, ni los logros, ni las cosas que llevaban el nombre de un hombre después de su partida. Era la calidad específica de las vidas que había sido tocadas por la suya, y si esas vidas eran mejores o peores, más plenas o menos, por el contacto.

Se sientan juntos en la silla de testigos y te miran con la paciencia particular de hombres que han pensado cuidadosamente en los finales.

Preguntan, como dos hombres con diferentes ángulos sobre la misma verdad que hacen una pregunta: ¿qué quedará después de que te vayas?

No es lo que esperas que siga siendo. No es lo que piensas dejar. Lo que realmente estará ahí, en la vida de las personas que te conocieron, en las formas específicas en que se mueven por el mundo después de que ya no estés en él, eso no habría estado si nunca hubieras existido.

Esa pregunta es más difícil de lo que parece a primera vista.

Marcus habla primero, porque lleva más tiempo pensando en esto que la mayoría.

Escribió en su diario sobre la impermanencia con una frecuencia y una franqueza que, a primera lectura, puede parecer casi implacable. Enumeró los nombres de emperadores, filósofos y conquistadores que habían sido, en su época, los hombres más poderosos y célebres del mundo, y observó que la mayoría de ellos ya estaban olvidados, que sus nombres solo sobrevivían en las historias que un número menguante de personas leía, que los imperios que habían construido se habían desmoronado y las reputaciones que habían cultivado se habían disuelto y la calidad específica de su presencia en el mundo se había vuelto, con el tiempo, indistinguible de la ausencia.

No escribió estos pasajes para provocar desesperación. Los escribió como una corrección a la tendencia humana específica a tratar la reputación y el logro y la acumulación de reconocimiento externo como si fueran la sustancia de una vida y no su sombra.

Porque son la sombra.

La sustancia, en opinión de Marcus, era algo completamente distinto. Era la cualidad específica del propio hombre, el carácter que había forjado a través de la práctica de la virtud, la forma en que trataba a las personas a su alrededor en los momentos ordinarios de una vida cotidiana, la presencia específica que había tenido para quienes le amaban, quienes dependían de él y quienes simplemente lo encontraban en el transcurso de un día.

Eso es lo que persiste.

No en los libros de historia. No en monumentos o instituciones que lleven el nombre de un hombre. En las personas que él moldeó. En los hábitos de pensamiento, sentimiento y acción que modeló para las personas que observaban, y que esas personas llevaron a sus propias vidas, y que a su vez moldearon a las personas que tocaron, en la larga cadena de influencia no registrada y en gran medida invisible que es el mecanismo real por el cual una vida humana se extiende más allá de su propio final.

Marcus te pediría que consideres lo que transmites a través de ese mecanismo.

No es lo que piensas transmitir. No los valores de los que hablas ni las lecciones que conscientemente intentas enseñar. Lo que realmente transmites, a través de la forma específica en que vives, de lo que demuestras en lugar de lo que declaras, del modelo de hombría que las personas más cercanas a ti están absorbiendo, seas consciente de dártela o no.

Porque ese es el legado que realmente se está construyendo. Ahora mismo. En los momentos ordinarios de hoy.

Aristóteles habla a continuación, y aporta a la cuestión la misma precisión concreta que mostró en todo.

Tenía un concepto relevante aquí, al que llamó *energeia*, generalmente traducido como actualidad o actividad, la condición de algo que expresa plenamente su propia naturaleza, haciendo plenamente lo que esencialmente es. Un cuchillo que corta bien está en estado de *energeia*. Un músico que toca con pleno dominio de su instrumento está en estado de *energeia*. Un ser humano que vive de acuerdo con sus capacidades más altas, que expresa plenamente a través de sus elecciones, sus relaciones y su trabajo el tipo específico de excelencia que tiene a su alcance, se encuentra en un estado de *energeia*.

Y Aristóteles creía que el legado que deja un hombre es, en el sentido más profundo, el registro de cuánto tiempo pasó en ese estado.

No el registro de sus logros, que son producto de su actividad, sino tampoco la actividad en sí. No el registro de su reputación, que es la valoración de otros sobre su actividad pero no la cosa en sí. El registro, legible en la vida de las personas a las que tocaba, de lo plenamente que realmente vivía la vida que tenía a su alcance, de lo completamente que expresaba lo que realmente había de bueno en él, de lo presente que estaba en las oportunidades específicas de virtud, conexión y contribución genuina que su vida particular ofrecía.

Ese disco no está escrito en mármol.

Está escrito en el personaje de sus hijos, que aprendieron lo que es un hombre al observarlo. En la forma específica en que sus amigos piensan sobre sí mismos y sobre el mundo, que estaba moldeada en parte por la calidad de su atención hacia ellos a lo largo de años de amistad genuina. En las personas a las que mentoró, que llevan una parte de lo que les dio sin poder rastrear siempre exactamente de dónde vino. En las comunidades de las que formaba parte, que son ligeramente diferentes porque él estaba en ellas, de formas difíciles de medir pero que son reales.

Aristóteles te pediría que pienses en las personas concretas cuyas vidas van a ser diferentes porque tú estuviste en ellas.

No a las personas que te recordarán. La memoria no es lo mismo que la influencia, y la influencia no es lo mismo que el legado en el sentido que Aristóteles quiere decir. Se refiere a las personas que van a ser más plenamente ellas mismas, más capaces del tipo específico de florecimiento humano que tienen a su alcance, por la forma particular en que estuviste presente ante ellas.

Esa es la cuestión.

No es como te recordarán.

Cuánto habrás importado.

El legado más significativo no es el profesional.

No las cosas que un hombre logró en su trabajo, las contribuciones que hizo a su campo, a su institución o a los proyectos específicos en los que formó parte. Esas cosas importan, y son reales, pero tienden a ser el legado que recibe más atención porque son las más visibles y las más fáciles de medir, y la visibilidad y la medibilidad crean la ilusión de que son las más significativas.

El legado más significativo es el relacional.

La cualidad específica del hombre que eras para las personas más cercanas a ti. Cómo era ser tu hijo. Cómo era ser tu pareja. Cómo era ser tu amigo más cercano. Cómo se sentía, en los momentos ordinarios de una semana ordinaria, estar en tu presencia, estar en el extremo receptor de tu atención, tu cuidado y tu forma particular de estar en el mundo.

Ese legado se está construyendo ahora mismo, de formas invisibles precisamente porque son tan ordinarias.

El padre que está plenamente presente para sus hijos en los intercambios poco destacados de la vida diaria, que escucha cuando hablan de cosas que parecen pequeñas, que aparece con atención genuina en lugar de cercanía distraída, que a través de su comportamiento diario muestra cómo es tomarse en serio las responsabilidades sin perder la humanidad en el proceso, Ese padre está construyendo un legado que perdurará generaciones más que cualquier cosa que logre profesionalmente.

Porque lo que los niños llevan de sus padres no son principalmente las lecciones que les enseñaron explícitamente. Es el modelo que les mostraron. El modelo que se demostró de forma tan constante y tan temprana que se convirtió en parte de cómo entienden cómo es la vida humana, qué es un hombre y cómo trata a quienes ama.

Esa plantilla es tu legado, la atiendas o no.

La cuestión es si lo estás construyendo deliberadamente o por defecto.

Ambos hombres comparten una preocupación que pertenece aquí, que es el peligro específico del hombre que pospone el trabajo de una vida genuina hasta algún momento futuro en que las condiciones sean más favorables.

Marcus escribió sobre el hombre que se dice a sí mismo que su vida real comenzará cuando las presiones actuales hayan pasado, cuando el trabajo esté hecho, cuando los hijos sean mayores, cuando la situación financiera sea más estable, cuando las circunstancias finalmente se alineen de una manera que nunca terminan porque las circunstancias siempre están en proceso de alinearse y nunca terminan de alinearse.

Ese hombre está construyendo un legado de aplazamiento. Está modelando, para quienes le observan, una relación con la vida en la que la vida real está siempre a la vuelta de la esquina, siempre condicionada a que se cumplan las condiciones, siempre reservada frente a un futuro que permanece perpetuamente fuera de su alcance.

Aristóteles diría que el hombre que pasa su vida preparándose para vivir, que trata los días reales de su vida como el precio que paga por un futuro que de algún modo será más real y digno de su compromiso total, es un hombre que no está en estado de energía. Es un hombre cuyas capacidades no se expresan. Cuya forma particular de excelencia humana no se está practicando. Cuyo legado, como resultado, es el legado de un hombre que siempre estuvo a punto de comenzar.

Ambos hombres respondían lo mismo.

Empieza ahora.

No cuando las condiciones son mejores. No cuando estás más preparado. No cuando las exigencias de tu tiempo han disminuido o las dificultades específicas de tu situación actual se han resuelto. Ahora. En la vida que tienes, con las personas que están en ella, usando las capacidades que tienes a tu alcance, en dirección a lo que realmente valoras.

El legado se está construyendo ahora mismo.

La única pregunta es de qué tipo.

El hombre que ha examinado su vida, que ha hecho el trabajo honesto e incómodo de mirar lo que es, lo que carga y lo que ha estado evitando, que ha desarrollado un conocimiento genuino de sí mismo y una honestidad genuina sobre la brecha entre quién es y quién intenta ser, Ese hombre no está construyendo un legado del que deba avergonzarse.

No porque el hombre examinado sea perfecto. No lo es. No porque el hombre examinado no cometa errores, cause daño o falle a las personas que ama de formas de las que se arrepienta. Lo tiene. Pero porque el examinado tiende a darse cuenta antes. Tiende a corregir el rumbo de forma más honesta. Tiende a estar más genuinamente presente para las personas que le rodean porque no está gastando

muchísima energía gestionando lo que se ha negado a mirar. Suele amar más porque es más capaz de ver con claridad.

El legado del hombre examinado no es un monumento. Es una cualidad de presencia. Una forma de haber estado en el mundo que las personas que le conocieron llevan adelante en las formas concretas en que aprendieron a prestar atención, a asumir responsabilidades, a presentarse honestamente para quienes quieren.

Ese legado no requiere fama.

No requiere logro en ningún sentido convencional.

Solo requiere la práctica continua, imperfecta y honesta de ser tan plenamente y genuinamente tú mismo como eres capaz de ser, en la vida específica que se te ha dado, durante todo el tiempo que tengas que vivirla.

Marcus cierra su diario una vez más.

Aristóteles se endereza en su silla con la compostura particular de un hombre que ha dicho lo que vino a decir y está satisfecho de que mereciera la pena decirlo.

Te miran juntos un momento.

Entonces Marcus dice, con el tono que usa en su diario cuando se habla a sí mismo de forma más directa: aún no has terminado. Lo que aún no has hecho, no lo has hecho. El trabajo de convertirse no termina hasta que la vida está terminada. Y la vida aún no ha terminado.

Se mantienen juntos.

Salen de la sala del tribunal lado a lado.

La habitación está muy quieta.

La silla de testigos está vacía.

Y está esperando al único testigo que aún no ha hablado.

CAPÍTULO CATORCE

El testigo final

¿En quién te estás convirtiendo?

La silla de testigos está vacía.

Has estado sentado en la galería de esta sala desde el principio, viendo testigo tras testigo tomar esa silla, escuchando las preguntas que llevaban, sintiendo el peso específico de las que se acercaron más a la verdad de tu propia vida. Has sido el lector, el observador, el hombre al que se dirigían las preguntas, pero no el hombre que debía responderlas en voz alta.

Eso cambia ahora.

El juez te mira. No con la expresión que ha mostrado durante todo el proceso, la expresión paciente, atenta y evaluativa de un hombre que escucha atentamente el testimonio. Te mira con otra cosa. Algo que no es ni una invitación ni un requisito y que quizás sea ambas cosas a la vez.

Él dice: la silla de testigos es tuya.

Siéntate.

La sala está en silencio de una forma que no había estado antes. Los silencios anteriores eran los silencios entre testimonios, las pausas que siguen a la salida de un testigo y preceden a la llegada del siguiente. Este silencio es diferente. Este es el silencio de un espacio esperando ser llenado por la única voz que aún no ha hablado.

Tuyo.

Ahora no hay filósofos aquí. No hay testigos de siglos y tradiciones. Nadie que lleve la pregunta por ti o la plantee en términos que te permitan abordarla a una ligera distancia, como las ideas de otra persona, interesantes y relevantes y quizás aplicables a tu vida pero aún no completamente y incómodamente propias.

Solo estás tú, y las preguntas, y la vida específica que es tuya y de nadie más.

La primera pregunta es la que hizo Sócrates, reformulada para la vida específica que llevas.

¿Qué crees que no has examinado?

No como ejercicio filosófico. Como una contabilidad específica, personal y honesta. La creencia que has estado manteniendo sobre por qué tu vida es como parece, que has defendido en lugar de examinar. La historia sobre la pérdida más significativa de tu vida que contiene tu versión de los hechos, pero no necesariamente todas las versiones que son ciertas. La certeza que tienes sobre alguien que te hizo daño, o alguien a quien has herido, que ha estado cumpliendo un propósito que no has admitido del todo ante ti mismo.

¿Qué pasa?

No tienes que decirlo en voz alta. Esta sala no exige confesión pública. Pero tienes que mirarlo. Porque todo lo que esta sala de juicios ha estado pidiéndote que mires honestamente la vida específica que realmente llevas en lugar de la versión que es más cómoda de llevar.

Y la búsqueda tiene que empezar en algún sitio.

Empieza aquí.

La segunda pregunta es la que hizo Platón, hecha personal e inmediata.

¿Qué sigues viendo como sombras?

¿Cuáles de las narrativas que rigen vuestras relaciones más cercanas son las sombras en una pared en lugar de la realidad misma? La historia que cuentas sobre tu padre, que se armó cuando eras lo bastante joven como para necesitarla, es más sencilla que la verdad completa. La historia de tu matrimonio o de tu relación fallida más significativa que pone la responsabilidad en la forma que te resulta más cómoda. El ideal que llevas sobre cómo debería ser tu vida te impide estar plenamente presente en la vida que realmente tienes.

¿Qué verías si te giraras?

Sabes la respuesta a esa pregunta, o sabes en qué dirección está la respuesta. El trabajo en la sombra que esta sala ha estado pidiendo no es un misterio. No requiere información que no tengas. Requiere honestidad sobre la información que llevas años llevando en carga.

La tercera pregunta corresponde a todos los testigos juntos, y es la que se construyó esta sala desde el principio.

¿En quién te estás convirtiendo?

No eres tú. No eres quien has sido. No el producto fijo y terminado de todo lo que te ha pasado, todo lo que has hecho y cada decisión que has tomado hasta este momento. ¿En quién estás en proceso de convertirte, en las decisiones que estás tomando ahora y tomarás mañana y pasado, en la dirección en la que te estás señalando con el tiempo específico y finito que te queda?

Esa pregunta no tiene una única respuesta. No se resuelve en una conclusión que se llega una vez y se sigue adelante como está resuelta. Es una pregunta viva, una pregunta que debe hacerse de nuevo mañana y pasado mañana, en las circunstancias específicas de la vida concreta que vives, con las personas concretas que la viven.

El examinado lo pregunta con regularidad. No de forma obsesiva. No con la autocrítica ansiosa de un hombre que no puede estar presente en su propia vida porque siempre la está evaluando. Pero con la atención honesta, realista y que regresa de un hombre que sabe que convertirse en alguien no es algo que te pase. Es algo en lo que participas, deliberadamente o por defecto, y la calidad de tu participación determina la calidad del hombre en el que estás en proceso de convertirte.

No puedes amar bien lo que no ves con claridad. No puedes ver claramente lo que no has examinado. Y no puedes examinar lo que temes encontrar.

La vida examinada no es un retiro del mundo. Es la condición bajo la cual se vuelve posible un compromiso genuino con el mundo.

No has terminado.

Sea lo que sea que haya quedado inacabado, aún no es demasiado tarde para ocuparse de ello. Sea lo que sea que se haya evitado, la evitación puede terminar hoy. Sea lo que sea que se haya pospuesto con la expectativa de mejores condiciones, las condiciones que existen ahora son las que tienes, y son suficientes. El hombre en el que te estás convirtiendo se está construyendo a partir de este momento, en las opciones disponibles para ti hoy, junto con las personas que están en tu vida ahora mismo.

Eso no es poca cosa.

Eso es todo.

El juez te mira una última vez.

No emite un veredicto. Este tribunal nunca dicta veredictos. Para eso no existe este tribunal.

Solo dice lo que dijo al principio, con las palabras que abrieron estos procesos, y que ahora significan algo diferente a lo que tenían entonces.

Este tribunal existe con un solo propósito.

Para determinar en quién te estás convirtiendo.

La decisión es tuya.

Cierra el acto.

Se levanta la sesión.

Porque el juicio continúa cada día que un hombre sigue vivo.

Por tanto, el tribunal devuelve este caso al resto de tu vida.

La evidencia seguirá acumulándose. Las preguntas se presentarán de nuevo en diferentes formas y en momentos inesperados, en las circunstancias ordinarias de un día cualquiera, en la calidad de un silencio entre tú y alguien a quien quieres, en la sensación específica que surge cuando has hecho algo que no encaja del todo con el hombre en el que intentas convertirte.

Esos momentos no son veredictos. Son continuaciones de estos procedimientos. El tribunal te instruye a que los atendas.

EPÍLOGO

Una nota del autor

El juicio continúa

No escribí este libro desde la distancia.

Lo escribí desde dentro de una vida que ha requerido, más de una vez, el tipo de examen honesto que estas páginas te piden. He estado con las preguntas que Sócrates hizo y las he encontrado incómodas de la manera específica en que las preguntas son incómodas cuando apuntan a algo cierto. Me he reconocido en la cueva de Platón, en el modelo heredado de Nietzsche, en la sombra de Jung, en las evasivas particulares que Kierkegaard describe con tanta precisión que leerlo a veces se siente menos como filosofía y más como ser descubierto.

No estoy acabado. No presento este libro como obra de alguien que ha superado todo esto. Lo ofrezco como obra de un hombre que ha estado prestando atención, durante mucho tiempo, a lo que le cuesta vivir sin examen y a lo que se vuelve posible cuando decide lo contrario.

La mayoría de lo que escribo permanece en el espacio después de que la crisis haya pasado. Cuando el ruido se desvanece. Cuando el público se vaya. Cuando empieza el trabajo de verdad. Ese es el territorio en el que he pasado mi carrera, a través de años de trabajo en recuperación de adicciones, regulación emocional e intervención en violencia doméstica.

He visto a los hombres en el momento en que las estructuras que sostenían una vida han fallado, y he visto lo que ocurre después. No el avance, ni el punto de inflexión dramático que da lugar a una historia limpia, sino el esfuerzo paciente y privado que sigue. La obra que no busca aplausos porque no hay nadie mirando. La obra lenta, poco glamurosa, absolutamente esencial de un hombre que ha decidido enfrentarse a sí mismo sin ilusiones.

Ese trabajo es de lo que trata este libro.

En el centro de todo lo que escribo están los momentos de ajuste de cuentas. Momentos en los que una persona se ve a sí misma con claridad, quizá por primera vez, y debe elegir si apartarse de lo que encuentra o avanzar por ello. Esos momentos no siempre son dramáticos. A menudo son silenciosos. Ocurren en la privacidad del pensamiento de un hombre, en las circunstancias ordinarias de un día cualquiera, en el silencio específico que sigue a una pregunta que finalmente se ha formulado con suficiente honestidad como para requerir una respuesta honesta.

Esos momentos son donde vive el cambio.

Este libro es, entre otras cosas, un intento de ofrecer a esa práctica una base filosófica. Para demostrar que las preguntas que un hombre debe hacerse en un momento genuino de ajuste de cuentas son las mismas que los grandes pensadores de la historia humana dedicaron su vida a examinar. Que la vida examinada que describió Sócrates no es un concepto académico. Es el trabajo concreto, práctico y diario de un hombre que ha decidido que la versión de sí mismo en la que ha estado viviendo merece la pena mirar honestamente, y que lo que encuentra allí, por incómodo que sea, es algo al respecto que puede hacer algo.

Yo lo creo. No como una posición, sino como algo que he visto ser cierto, en la vida de hombres que estaban dispuestos y en la vida de hombres que no lo estaban.

La diferencia entre esos dos grupos no es la inteligencia, las circunstancias ni el peso específico de lo que llevaban.

Es la disposición a sentarse en la silla del testigo.

Dr. Rick Novak

SE REÚNE EL TRIBUNAL

Un juicio filosófico en el que tú eres el único testigo

El tribunal está ahora en sesión.

No un tribunal de justicia.

Un tribunal de conciencia.

En esta sala no hay fiscal, ni jurado, ni veredicto esperando ser pronunciado. Solo hay una serie de preguntas. Preguntas sobre la verdad, el carácter, el valor, el sufrimiento, el amor, la responsabilidad y la vida que estás construyendo, una elección a la vez.

Basándose en la filosofía, la psicología, la experiencia vivida y décadas de trabajo ayudando a las personas a enfrentar las consecuencias de sus actos, el Dr. Rick Novak invita a los lectores a un tipo diferente de prueba. No el juicio de otras personas, sino el juicio de sus propias suposiciones, creencias, miedos y certezas.

Cada capítulo se centra en una pregunta que no puede responderse una vez y que se olvida. Estas son preguntas que nos acompañan a través de relaciones, fracasos, éxitos, pérdidas y momentos de cambio. Preguntas que no preguntan qué nos ha pasado, sino en quién nos estamos convirtiendo.

Este no es un libro de respuestas fáciles.

Es un libro sobre aprender a sentarse honestamente con preguntas difíciles.

Se han presentado pruebas.

La deliberación es tuya.

Sobre el autor



Rick ha pasado gran parte de su vida sentado con personas en encrucijadas difíciles. Profesionalmente, ha escuchado miles de historias sobre fracaso, responsabilidad, pérdida, perdón y la posibilidad de cambio.

Su trabajo le ha llevado a tribunales, aulas, programas de tratamiento obligatorio y comunidades de recuperación, donde ha sido testigo tanto del daño que las personas pueden causar como de la extraordinaria capacidad que poseen para crecer más allá de ello. Esas experiencias han moldeado un interés de por vida en las preguntas que definen la vida humana: ¿Qué es lo que es verdad? ¿Qué importa? ¿Cómo deberíamos vivir? ¿En quién nos estamos convirtiendo?

En lugar de ofrecer respuestas fáciles, su escritura invita a los lectores a una reflexión más profunda. Inspirándose en la filosofía, la psicología, la recuperación y la experiencia vivida, explora los momentos en que la certeza se desmorona y una persona debe decidir qué tipo de vida desea construir.

Es autor de la serie Del Caos a la Claridad, que incluye Superando la ira, Un viaje de recuperación, 99 días, Abraza el viaje y Un camino más allá de la violencia doméstica, así como de la novela La puerta de cristal roto: Una historia de padres, hijos y los fantasmas que heredamos.

Vive en Connecticut con su esposa y dos labradores retrievers, que siguen recordándole que la sabiduría suele ser más sencilla que la filosofía.