

# Prólogo

## La mesa en la taberna de Dimitri

SOBRE LA BÚSQUEDA DE UNA FILOSOFÍA DE LA VEJEZ

Está sentado a una mesa de madera en el extremo de la terraza de la taberna de Dimitri, en el pueblo de Kamini de la isla griega de Hidra. Detrás de la oreja derecha lleva una ramita de espliego silvestre que, con esfuerzo considerable, ha cogido de camino a la taberna. De vez en cuando —normalmente durante las pausas de la conversación que mantiene con sus amigos—, se saca la ramita para gozar de su aroma y luego la devuelve al lugar donde reposaba. Un bastón de madera de olivo guarnecido con una cariátide de peltre en el puño descansa a su derecha contra la mesa. La cariátide representa una doncella de Kariai, la antigua ciudad del Peloponeso donde se construyó un templo dedicado a la diosa Artemisa. Lleva consigo el bastón a todas partes, pese a no necesitarlo para andar, pues sus pasos son calmos pero estables. El bastón es un emblema, un signo de su edad. También es un reconocimiento de su vida como hombre. En griego antiguo, la palabra para designar «bastón» se refiere a la vara que los soldados usaban para golpear al enemigo. El puño

en forma de hermosa doncella podría tener también un significado personal, en sus años más jóvenes tenía fama de ser un entendido en mujeres bellas.

Le saludo con la cabeza desde mi asiento, bajo el toldo de la taberna, donde he estado leyendo *The Art of Happiness, or The Teachings of Epicurus [Sobre la felicidad]*. Me responde con una ligera inclinación de su cabeza de pelo blanco, muestra de dignificada cordialidad, y luego retoma la conversación con sus amigos. Se llama Tasso y tiene setenta y dos años. Hace un montón de tiempo que le conozco.

Si bien Tasso aparenta cada uno de los años que tiene —su rostro y su cuello están cubiertos de profundas arrugas entrecruzadas—, en Hydra le siguen considerando un hombre atractivo, un *anciano* atractivo. Dicen que «lleva los años escritos en el rostro», todo un halago. Cuando el filósofo francés Albert Camus escribió en su novela *La caída*: «Después de cierta edad, todo hombre es responsable de su cara», él también lo decía como encomio: el rostro de un hombre dice la verdad sobre él; la cara que adquiere procede de sus decisiones tomadas y las experiencias que les han seguido. Los isleños afirman que un hombre que se haya enfrentado a experiencias duras tendrá en la vejez un rostro curtido lleno de encanto. Es la cara que se ha ganado y su tosca belleza refleja una vida vivida hasta la última gota.

Aguzo el oído para escuchar a Tasso y sus amigos. Pero al estar sentados alrededor de la mesa charlando bulliciosamente como de costumbre, me cuesta oírlos bien. Pese a mis rudimentarios conocimientos de griego, pillo el hilo de la conversación, que comenzó antes de que yo llegara y seguirá hasta que el sol empiece a declinar detrás del Peloponeso, sobre el mar. Es una conversación banal y alegre, en su mayor parte mundana. Hablan de la luz del sol, que hoy está inusualmente turbia, del nuevo propietario de un tenderete de quesos en el mercado del puerto, de los hijos y los nietos, del estado de los asuntos políti-

cos en Atenas. De vez en cuando uno de ellos cuenta una historia de su pasado, normalmente una que sus amigos ya conocen. La conversación está salpicada de agradables silencios mientras contemplan ociosamente la península del Peloponeso.



He vuelto a esta isla griega por un motivo personal: ahora que ya soy viejo —tengo setenta y tres años—, quiero descubrir cómo vivir esta etapa de mi vida con la mayor plenitud. Al haber pasado dilatadas temporadas en Grecia a lo largo de los años, creo que el estilo de vida de las personas mayores del lugar puede darme algunas pistas. Los ancianos de Hydra siempre me han asombrado por lo contentos que están en esa etapa de su vida.

También me he traído de mi país una pequeña biblioteca de libros de filosofía —la mayoría de pensadores antiguos griegos, algunos de ellos escritos por existencialistas del siglo xx, y una variedad de mis autores favoritos— porque creo que tal vez me den algunas pistas. Desde que me matriculé en la universidad, hace ahora más de cincuenta años, me ha interesado mucho lo que los grandes filósofos tienen que decir sobre cómo vivir una vida valiosa y gratificante. Recuerdo que algunos de esos pensadores tenían unas ideas fascinantes sobre cómo vivir una vejez plena, aunque no era un tema que me interesara demasiado cuando todavía tenía ambiciones juveniles (además de un montón de energía y pelo). La perspectiva de leer a filósofos griegos de la antigüedad rodeado del paisaje pedregoso y soleado donde habían florecido sus ideas me pareció genial.



No fue una epifanía en el día de mi cumpleaños o una impactante imagen reflejada en el espejo lo que me llevó a esta bús-

queda personal, sino algo mucho más prosaico: una visita al dentista. Después de hurgar dentro de mi boca, el doctor Nacht me comunicó con expresión seria que debido a la atrofia de mis mandíbulas, algo muy normal a mi edad, tenía que extraerme los dientes inferiores y reemplazarlos por implantes. La única alternativa, dijo, sería llevar una dentadura postiza sin ningún diente natural para fijarla. Si me decantaba por esta opción, estaría condenado a seguir una dieta sin bistecs ni chuletas de cerdo y a sufrir frecuentes incidentes embarazosos cuando se me desprendiera al adherirse, por ejemplo, a un caramelo masticable de café con leche, y lo peor de todo es que tendría la inconfundible sonrisa anticuada de un vejstorio. Elegí los implantes sin pensármelo.

Al volver a casa consulté el programa de los implantes: requerían al menos siete visitas al cirujano dentista más cercano, que tirando corto quedaba a una hora de camino en coche. Estas visitas estaban repartidas a lo largo de casi un año. Una rápida ojeada a Internet me reveló que después de cada visita pasaría varios días viendo estrellas, y encima durante semanas tendría que alimentarme a base de potitos. Aparte de los varios miles de dólares que tendría que desembolsar. ¿Y todo esto para qué?

¿Para las chuletas de cerdo? ¿Para que la dentadura postiza no se me desprendiera embarazosamente? ¿Para lucir una sonrisa más juvenil?

De pronto me di cuenta de hasta qué punto me habían condicionado esos posibles desprendimientos de la dentadura en mi decisión instantánea de decantarme por los implantes. Pero ahora estas razones no me parecían válidas. No reflejaban mis valores auténticos a estas alturas de mi vida. A los setenta y poco más, ¿qué más me daba lucir una sonrisa bobalicona de viejo? Es más, ahora que mis años de lucidez y de relativa movilidad se estaban esfumando con tanta rapidez como mis mandíbulas,

¿quería de verdad dedicar un año entero a visitar con regularidad al cirujano dentista?

¡Ni hablar! Y entonces fue cuando comprendí que sin darme cuenta me había dejado arrastrar por la moda de intentar prolongar la flor de la vida hasta los años que antes se llamaban «vejez». Mi participación involuntaria en esta tendencia no sólo se debía a una cuestión de cosmética, sino incluso a lo que yo percibía como la cantidad de vida gratificante que me quedaba. Había errado en mis cálculos. Me había quedado atrapado en una epidemia de negación. Sin darme cuenta me había decantado por unas prótesis que pese a ser dentales las había tomado por unos «implantes de juventud».

Este nuevo credo de la vejez estaba por todas partes. Si una mujer mencionaba casualmente que se estaba haciendo mayor, otra le reprendía respondiendo: «¡No digas eso, si aún estás en la flor de la vida!» Le aseguraban que «los setenta años de ahora son los nuevos cincuenta». La reñían por «creerse vieja».

Este credo nos anima a las personas de mi edad a fijarnos metas nuevas, a emprender empresas, a planear nuevos programas para autosuperarnos. Nos afirman que la medicina y su promesa de una mayor esperanza de vida, nos ha dado la oportunidad sin precedentes de alargar la flor de la vida indefinidamente. Y que si nos dejamos vencer por la vejez, es que somos unos tontos, o peor aún, unos cobardes.

Veía a un montón de personas de mi edad ejerciendo sus carreras como cuando eran jóvenes, trabajando a destajo. Otras decidían irse de expedición a destinos exóticos llevando en la mochila un ejemplar de *1000 sitios que ver antes de morir*. Y otras se apuntaban a clases de conversación en francés, a sesiones de jogging, o incluso optaban por la cirugía estética y las terapias hormonales de rejuvenecimiento. Una amiga mía en la antesala de los setenta, además de hacerse un estiramiento facial decidió lucir unos generosos pechos de silicona. Y un hombre de mi edad me

dijo que gracias a los parches de testosterona y al Cialis\* de 72 horas de duración, volvía a sentirse como un chaval.

«Eternamente jóvenes» era el tema recurrente de mi generación y sin darme cuenta yo también me había puesto a cantarlo con ellos.

Es evidente que el movimiento de los «eternamente jóvenes» tiene su encanto. Si la flor de la vida ha sido al fin y al cabo tan satisfactoria, ¿por qué no alargarla? ¿Por qué no seguir viendo los buenos tiempos? ¿Y seguir? ¿Y seguir?

Pero hay algo en esta nueva filosofía de la vejez que no me cuadra y la desagradable perspectiva de aquellos implantes dentales me espoleó a analizar por qué. Sospecho que de haber tomado este camino tan aceptado me habría perdido algo importantísimo. Me habría negado a mí mismo una etapa de la vida única e invaluable. Pasar directamente de una flor de la vida prolongada a una vejez *vetusta* —la etapa atenuada hoy día de la senilidad y la enfermedad extrema que precede a la muerte— me inspira muchas dudas. Me preocupa mucho que por el camino pierda para siempre la oportunidad de ser simplemente un viejo auténtico y satisfecho.

El problema es que no estoy totalmente seguro de cómo debería vivir un anciano. Pero creo intuirlo, e intentaré descubrirlo siguiendo mi instinto. Al menos, creo que un anciano auténtico debe ser sincero consigo mismo sobre cuánto tiempo de vida consciente y racional le queda. Querrá usar este tiempo de la forma más adecuada y provechosa posible. También sospecho que esta etapa de la vida me ofrece unas posibilidades magníficas que antes no tenía.

Pero aparte de esto, no tengo más que preguntas. Por eso he vuelto a esta isla griega con una maleta llena de libros de filosofía.

---

\* Fármaco utilizado para combatir la disfunción eréctil. [N. de la T.]



Uno de los amigos de Tasso le hace señas con la mano a Dimitri para que les traiga otra botella de *retsina* y varios platillos de *mezés*: aceitunas, hojas de parra rellenas y una salsa de yogur, pepino y ajo. Se disponen alrededor de la mesa para que los aperitivos les queden a mano. Nunca he visto a Dimitri llevarles la cuenta y creo que nunca lo hará, simplemente le dejarán unas monedas sobre la mesa antes de irse: el precio especial para «viejos». Tasso se saca un mazo de cartas del bolsillo y empiezan a jugar al *prefa*, su juego de cartas preferido en el que uno de los cuatro se saltará una mano cada vez, aprovechando la ocasión para charlar a sus anchas.

Y yo retomo mi lectura sobre Epicuro.





# 1

## El viejo olivo griego

SOBRE LA FILOSOFÍA EPICÚREA DE LA PLENITUD

Epicuro creció en Samos, otra isla del Egeo que se encuentra a trescientos kilómetros al este de aquí, más próxima a Anatolia, o Asia Menor. Pese a nacer en el año 341 a. C., sólo ocho décadas después de Platón, éste apenas le influyó. Epicuro se preguntaba sobre todo cómo podía llevar la mejor vida posible, considerando que sólo tenemos una, ya que no creía en la vida después de la muerte. Parece la pregunta filosófica primordial, la pregunta de las preguntas. Pero los estudiantes de Historia de la Filosofía occidental se llevan un chasco al descubrir que con el paso de los siglos otras preguntas filosóficas consideradas más apremiantes la fueron dejando atrás, como la alucinante pregunta de Martin Heidegger, que por cierto me hacía reír en voz alta por su incomprendibilidad: «¿Por qué es el ente y no más bien la nada?», y el problema epistemológico «¿Cómo podemos saber lo que es real?» Si bien Epicuro especulaba sobre la naturaleza de la realidad, lo hacía sobre todo para responder a

esta pregunta fundamental: «¿Cómo podemos aprovechar al máximo la vida?» Sin duda, una buena pregunta.

Después de meditar en ello a conciencia durante muchos años, Epicuro concluyó que la mejor vida que podemos llevar es una feliz, una vida llena de placer. A primera vista esta conclusión parece una simpleza, la clase de sabiduría que aparece escrita en una cajita de té. Pero Epicuro sabía que esta pregunta no era más que un punto de partida, ya que daba lugar a otras más problemáticas y desconcertantes, como en qué consiste una vida feliz, qué placeres son duraderos y gratificantes, y cuáles son pasajeros y dolorosos, además de las grandes preguntas de por qué a menudo destruimos nuestra propia felicidad y cómo lo llevamos a cabo.

Debo admitir que me llevé una buena decepción al descubrir que Epicuro no era un epicúreo, al menos en el sentido actual de la palabra, es decir, un sensualista acérrimo con una glotonería desmesurada. Lo ilustraré con un ejemplo: Epicuro prefería comer un tazón de lentejas cocidas antes que faisán asado rociado con *mastiha* (una laboriosa reducción hecha con savia de lentisco), una exquisitez que los esclavos cocinaban para los nobles en la antigua Grecia. Esto no le venía de ninguna tendencia democrática, sino que más bien le gustaban las comodidades personales, incluida la comida sabrosa. El faisán asado era un placer para el paladar, pero Epicuro no era un sensualista en este sentido, no buscaba una excitación sensorial impresionante. ¡Simplemente se moría por esas lentejas cocidas! Le encantaba la comida que él mismo cultivaba, por eso en parte disfrutaba tanto con un plato tan sencillo. Además tenía una actitud zen en cuanto a los sentidos: si comía las lentejas centrándose plenamente en ellas, sentiría el sutil placer de su sabor que no tenía nada que envidiar al de los platos condimentados con las especias más exquisitas. Y otra virtud de este plato era su rápida preparación. A Epicuro no le gustaban las tareas tediosas y banales como aderezar con *mastiha* un faisán asado a fuego lento.

Algunos atenienses veían a Epicuro y sus ideas como una amenaza para la estabilidad social. Una filosofía que establecía el placer como la meta más importante de la vida y que abogaba abiertamente por el interés personal, podía destruir el elemento aglutinante que según ellos mantenía la república unida: el *altruismo*. Sostenían que el interés personal propugnado por Epicuro no era bueno para las normas de ciudadanía. Pero a Epicuro y sus seguidores les traía sin cuidado lo que sus detractores pensarán. Para empezar, a los epicúreos apenas les interesaba la vida política. Es más, creían que para gozar de una vida gratificante, uno debía retirarse del ámbito público por completo; la sociedad funcionaría de maravilla si cada persona adoptara la política de vive y deja vivir y buscara su propia felicidad. Es lo que se desprendía de uno de los principios básicos de Epicuro: «Es imposible vivir con prudencia, moralidad y justicia sin ser feliz».

Epicuro era un hombre que vivía su propia filosofía y esta actitud le permitió crear el Jardín, una precomuna situada en las afueras de Atenas, donde él y un grupo de amigos vivían con sencillez, cultivando hortalizas y frutas, comiendo juntos y hablando sin cesar sobre todo, claro está, de epicureísmo. Cualquiera que deseara formar parte de ella era bienvenido, como lo evidenciaban las palabras grabadas en la entrada del Jardín: «¡Forastero, aquí estarás bien: el placer es nuestro fin supremo! El cuidador de esta morada, un anfitrión afable, te acogerá ofreciéndote polenta y sirviéndote agua en abundancia, y te preguntará: “¿Te sientes bien recibido? Este Jardín no aviva tus apetitos, sino que los sacia”».

No era exactamente un menú de gastrónomo, pero el precio era bueno y la compañía, interesante.

Muy al contrario de las costumbres y convenciones que imperaban en Grecia en aquella época, las mujeres era bienvenidas en el Jardín, donde recibían en las disertaciones filosóficas el

mismo trato que los hombres. Incluso de vez en cuando se veía a prostitutas sentadas a la mesa del Jardín, alimentando los cotilleos atenienses acerca de que Epicuro y sus seguidores eran unos hedonistas disipados. Pero este no era el caso, puesto que los epicúreos preferían los placeres tranquilos a los desenfrenados. A decir verdad, a diferencia de otros filósofos helenistas de la época, adoptaban y practicaban un igualitarismo absoluto en cuanto a ambos géneros y las distintas clases sociales.

Aunque la mayoría de los manuscritos originales de Epicuro se hayan perdido o destruido (se cree que escribió trescientas obras, pero sólo se han conservado intactas tres cartas y varias series de aforismos), su filosofía se extendió por toda Grecia en aquella época y más tarde tuvo un gran éxito en Italia, sobre todo cuando el poeta romano Lucrecio expuso los principios epicúreos básicos en su gran obra *La naturaleza de las cosas*. La filosofía de Epicuro perduró en gran parte gracias a su visión de futuro y su cuaderno: en su última voluntad dejó una escuela para transmitir sus enseñanzas.

#### SOBRE LA VEJEZ COMO PINÁCULO DE LA VIDA

Epicuro creía que la vejez era el pináculo de la vida, la mejor época de todas. En la colección conocida como «Máximas vaticanas» (el manuscrito lleva este nombre porque se descubrió en la Biblioteca del Vaticano en el siglo XIX), se le recuerda afirmando: «No es el joven quien debe ser considerado afortunado sino el viejo que ha bien vivido, pues el joven en la flor de la juventud, yerra guiado por sus ideas confusas, en tanto que el viejo ha arribado a la vejez como a un puerto seguro, habiendo protegido su verdadera felicidad».

La idea de ser un anciano que ha llegado a buen puerto sano y salvo me anima mientras estoy sentado bajo el toldo de la ta-

berna de Dimitri, cavilando en la mejor forma de vivir esta etapa de mi vida. Lo que más me atrae es la idea de estar libre de ideas confusas. Creo que Epicuro se está refiriendo, basándome también en otras enseñanzas suyas, a la *búsqueda* confusa de los jóvenes, fruto de sus ideas confusas. Epicuro hace hincapié en lo que el budismo zen llama el vacío «esfuerzo», en cambio en nuestra cultura el esfuerzo es el distintivo de que una persona está en la flor de la vida.

Lo mismo nos ocurre a los que adoptamos el credo de los «eternamente jóvenes»: no queremos renunciar a tener metas nuevas, ambiciones nuevas, mientras el cuerpo aguante. Muchos de estos «eternamente jóvenes» están motivados por la frustración de no haber alcanzado del todo las metas con las que soñaban cuando eran más jóvenes; ven el ocaso de su vida como la última oportunidad de hacer realidad un sueño sin cumplir.

Yo me di cuenta de este fenómeno hace poco, cuando recibí una carta invitándome a la celebración del cincuenta aniversario de la promoción de graduados a la que pertenezco. Un compañero de clase, un abogado muy exitoso que se dedica a tiempo parcial a colaborar en la sección de cultura del *Wall Street Journal*, escribió: «Cada día al pensar en lo que me queda por hacer, me pongo nervioso. Seguir gozando de una relativa buena salud es una gran bendición, pero también es la razón por la que no estoy en parte lo bastante motivado para terminar las novelas, las obras de teatro y los libros de no ficción que tengo en la cabeza... Pero todavía me queda tiempo para hacerlo. Al menos eso espero. Todos esperamos lo mismo, ¿no?»

Este compañero se inspiró en el *Salmo de la vida* de Henry Wadsworth Longfellow, el poema que éste escribió para el cincuenta aniversario de la célebre promoción de graduados de 1825 del Bowdoin College, la universidad en la que se licenció. En el poema Longfellow anima a sus antiguos compa-

ñeros de clase, que en aquel tiempo ya eran mayores, a seguir activos, *muy activos*.

*Ah, nunca es demasiado tarde  
mientras el cansado corazón no deje de latir.  
Catón aprendió griego a los ochenta; Sófocles  
escribió su magnífico "Edipo", y Simónides  
les arrebató el premio de poesía a sus iguales,  
cuando ambos contaban más de ocho decenios.  
Y Teofraсто con una decena de años más,  
empezaba a escribir "Caracteres morales".*

El estribillo de «nunca es demasiado tarde» es sin duda tentador. Los septuagenarios podríamos estar viviendo nuestro mejor momento, cuando la creatividad está en su apogeo. ¿Nos habría Epicuro intentado disuadir? ¿Habría él preferido que la clásica obra maestra *Edipo rey* no se hubiera escrito para que Sófocles pudiera estar sentado felizmente en el puerto rascándose la barriga? Tal vez habría sido una pérdida terrible.

Pero no hay descanso para el luchador incansable. En cuanto alcanzamos una meta de la «lista de cosas que deseamos hacer antes de morir», surge otra, y luego otra. Entretanto, el reloj sigue corriendo, de un modo bastante ruidoso por cierto. Nos sumergimos en una actividad febril. Y no nos queda tiempo para apreciar con calma nuestros últimos años de vida y reflexionar en ellos, ni para disfrutar de unas tardes deliciosamente largas pasadas en compañía de los amigos, escuchando música, o pensando en la historia de nuestra vida. Y es la última oportunidad que tenemos.

No es una decisión fácil.

SOBRE LIBERARNOS DE LA CÁRCEL  
DEL MUNDO DE LOS NEGOCIOS

El análisis de Epicuro de las cualidades de una vida plena ilustra de maravilla lo que una buena vejez podría ser. Estar atados a las limitaciones del mundo de los «negocios» ocupa uno de los primeros lugares en la lista de Epicuro de las formas con las que malogramos nuestra propia felicidad. Aunque Epicuro vivió varios milenios antes del auge de Madison Avenue, se percató de la increíble habilidad del mundo de los negocios para hacernos creer que necesitamos cosas innecesarias y para convencernos —mientras éste sigue en plena marcha— de que necesitamos continuamente cosas *nuevas*. Pero al comprar lo último que ha salido al mercado —un producto que normalmente no solemos necesitar—, la importante vida epicúrea de los placeres calmos se esfuma. Uno de mis aforismos preferidos de Epicuro es: «Nada es suficiente para quien lo suficiente es poco».

Según Epicuro, la felicidad verdadera es una ganga, como por ejemplo, unas lentejas cocidas o una salsa de yogur. En una vejez serena, ¿quién se siente desgraciado si no puede darse el gusto de comer faisán asado a fuego lento, o el salmón relleno con trufas que mi mujer y yo tomamos para cenar antes de mi partida a Grecia? Disfruta de los placeres sencillos, nos aconseja Epicuro. Además de ser más económicos, son más sanos.

Pero cuando Epicuro escribe «Liberémonos de la cárcel del mundo de los negocios y la política», además de intentar liberarnos de la interminable adquisición de objetos innecesarios, nos está aconsejando que no dediquemos nuestra vida al mundo de los negocios, empezando por las evidentes limitaciones de tener un jefe que nos diga lo que debemos hacer, cómo ejecutarlo, y lo que está mal en la forma en que lo hacemos. Y aunque algunos *seamos* nuestro propio jefe, como en el caso de muchos amigos míos «eternamente jóvenes», nuestra libertad está coar-

tada por tener que tratar con otras personas, ya que debemos decirles lo que deben hacer, negociar con ellas, y motivarlas. Seguimos estando aprisionados. Y la libertad —la radical libertad existencial de la que Epicuro habla— es absolutamente necesaria para ser feliz.

Renunciar al mundo de los negocios —es decir, dejar el trabajo— tal vez fuera positivo y bueno en el Jardín, en el año 380 a. C. (y me pregunto si el financiero Idomeneo, un invitado frecuente en la mesa de Epicuro, no colaboraba en la compra de productos que no se podían cultivar en el huerto comunal, como los barriles de vino que se dice consumían a diario), pero hoy día parece una decisión mucho más dura. En términos actuales, Epicuro abogaba por un estilo de vida propio de la década de 1960. Los practicantes de ese estilo vivían con apenas nada. Se trataba de una forma de vida que para bien o para mal cuando éramos más jóvenes muy pocas personas estábamos dispuestas a abrazar enteramente para alcanzar la libertad perfecta.

Sabe Dios que yo lo intenté a finales de la década de 1960, cuando el mantra de mi antiguo profesor Timothy Leary «Colócate, libérate y vive la vida bohemia» resonaba en el espíritu del tiempo. Dejé mi trabajo como guionista de programas televisivos en Nueva York y vine por primera vez a este lugar, la isla de Hidra. Viviendo del dinero ahorrado, durante un año entero no hice más que frecuentar las tabernas con los isleños y otros bohemios como yo, beber *ouzo*, ir detrás de mujeres y quedarme con la mirada perdida en el vacío.

Una mañana, durante esta vida idílica, mientras vagaba ociosamente por el puerto, me quedé alucinado al toparme con un compañero de clase de Harvard que acababa de bajar del yate en el que hacía un crucero durante las vacaciones. Yo estaba muy moreno, no me había cortado el pelo desde mi llegada a la isla medio año antes y llevaba una ropa andrajosa. Mi compañero se asustó al verme en la isla con esa pinta y quiso saber qué



diablos hacía allí. «Me he jubilado antes de tiempo ahora que aún puedo disfrutarlo», le repuse. Quería soltarle una frase ingeniosa, pero el tono defensivo que se traslució en mi voz me sorprendió.

Aquel lejano año que pasé en Hydra fue una delicia —no me arrepiento en absoluto—, pero lo cierto es que poco a poco me empecé a aburrir de mí mismo, me moría por volver a la actividad, por participar de nuevo en el mundo, por llegar a ser alguien. De modo que regresé al mundo de los negocios, aunque la vida epicúrea no ha dejado nunca de atraerme.

Mientras estoy en la taberna de Dimitri, veo que ahora le toca a Tasso saltarse una mano del *prefa*. Se levanta sin soltar el bastón y se dirige calmadamente al extremo de la terraza que da al mar, donde contempla el transbordador procedente de Ermione apareciendo por detrás de Dokós, una agreste isla des poblada en forma de ballena que se alza entre la isla de Hydra y el Peloponeso. Este transbordador es una de las últimas embarcaciones lentas que navegan por aquí. Ahora desde hace décadas el barco más popular es un acuaplano procedente del Pireo, un transporte en forma de lata de sardinas hermética ideado para llegar a toda prisa a un lugar donde el tiempo se ha detenido.

El transbordador que viene de Ermione deslizándose calmadamente por el mar me recuerda los dos trenes que circulan alrededor del Peloponeso, cada uno en dirección contraria, porque también se mueven casi al mismo ritmo de una persona mayor haciendo *jogging*. A veces estos trenes traquetean con tanta lentitud que desde las ventanillas puedes coger tranquilamente las naranjas de los árboles que hay al lado de las vías. Esta escena no deja en demasiado buen lugar la tecnología de la Grecia rural, pero también dice maravillas de la predilección griega por centrarse en los placeres del viaje en lugar de en el destino.

En una de mis numerosas visitas a Grecia, viajé con mi mujer y mi hija en ese tren que rodea el Peloponeso. Era el año 2000

y Grecia, después de no haber sido admitida en el club del euro (la moneda única europea) en 1999 por no cumplir con los requisitos, lo estaba intentando de nuevo. Mi mujer, ciudadana holandesa, contemplaba las escenas por la ventanilla con mirada sarcástica y burlona, descubriendo «ineficiencias» por todas partes. «¡Míralos!», gritó cuando pasábamos por delante de un grupo de cinco griegos, algunos con un pitillo colgando de los labios, descargando sin prisas en cadena un cargamento de bebenjenas. «¡Cómo los van a admitir en el euro!», exclamó, y aunque sonriera, lo decía medio en serio. Holanda es por supuesto la capital mundial del calvinismo. Mi hija y yo le pusimos al cabo de poco el apodo de «la inspectora del euro».

Una mañana, después de pasar varios días mágicos en el pueblo de Diakofto, al norte del Peloponeso, nos dirigimos a la estación para coger el tren que iba a Corinto. Mi nivel básico de griego me permitía ser el guía turístico de mi familia. Compré los billetes y encontré unos asientos libres en el tren que estaba a punto de salir, donde en el acto me arrellané y eché una agradable cabezadita. A los pocos minutos me despertó mi mujer, ¡íbamos en dirección contraria! Nos habíamos subido al tren que rodea la península del Peloponeso en sentido contrario a las agujas del reloj en lugar de coger el que la rodea en la otra dirección. Mi mujer se había dado cuenta al pasar el tren por delante de un banco donde estaban sentados los mismos tres ancianos que habíamos visto cuando veníamos de la otra dirección pocos días antes. «Es como si no se hubieran movido», apuntó ella. Mi bromista hija metiendo cuchara dijo que debíamos de estar viajando en un tren que retrocedía en el tiempo. *¡Sin duda!*

Estaba claro que yo era el que tenía que rectificar la situación. Encontré al revisor sentado en la parte delantera del vagón tomando café en una tacita de cerámica. Más tarde me enteré de que cuando quería más café simplemente cambiaba la taza por otra llena que le entregaban por la ventanilla los camareros de

los cafés a lo largo de las distintas estaciones de tren. Le saludé dándole los buenos días y enseguida me pidió que me sentara frente a él, disculpándose por no poder ofrecerme un cafelito. Le expliqué que me había equivocado de dirección. Se echó a reír y me dijo en inglés: «No se preocupe, cada día le pasa lo mismo a algún pasajero. Sólo tenía un cincuenta por ciento de probabilidades de coger el tren correcto».

Pero durante los siguientes minutos este tema fue pospuesto por otros más importantes: ¿Era yo de Nueva York? ¿Tal vez de Queens? ¿De Astoria? ¡Oh!, ¿o quizá de Massachusetts? ¿Conocía a la familia Manikis de Boston? Eran del mismo pueblo que su mujer. Durante este genial cotilleo rehuí la impaciente mirada de mi esposa. Después de llegar por fin a una resolución satisfactoria sobre la demografía de los americanos de origen griego —yo *conocía* a George Genaris que vivía en Lenox, Massachusetts, cuyo abuelo era de Patras—, el revisor cogió un radioteléfono del tamaño de un zueco, pulsó varios botones y dijo unas pocas palabras en un rápido dialecto que sospecho habría sido tan ininteligible para un ateniense como lo fue para mí. Sonriendo, me indicó luego que mi familia y yo nos preparásemos para apearnos. Y así lo hicimos.

A los pocos minutos, el tren se detuvo lentamente junto a un campo de albaricoqueros. Descubrimos que el tren que venía en dirección contraria también se había parado ahí. Los pasajeros de ese tren habían salido fuera y estaban holgazaneando entre los albaricoqueros. Algunos compartían una botella de yogur que alguien había sacado, otros se fumaban un pitillo, varios mordisqueaban con deleite los albaricoques que habían cogido, y todo el mundo estaba charlando afablemente. El revisor saludó a su colega del otro tren, le hizo un gesto señalándonos y luego se despidió de nosotros calurosamente.

Y de pronto comprendimos lo sucedido: al enterarse de nuestro error, el maquinista del otro tren se había detenido y los

pasajeros, sin protestar —incluso parecían disfrutar de la parada inesperada— habían bajado del vagón para esperarnos. Los planes personales, si alguien tenía alguno, se fueron al traste. Ese tren no iba a llegar puntual a su destino. ¿Quién dijo que había ineficiencias por todas partes? Esto nunca hubiese ocurrido en Holanda.

Mi hija y yo mirando a la «inspectora del euro» nos pegamos tal hartón de reír que apenas podíamos cruzar la vía.

Ahora al recordar el episodio, estoy convencido de que he ido al lugar idóneo para cavilar en la mejor forma de vivir mi vejez.

#### EL EPICUREÍSMO COMO UNA FILOSOFÍA DE VIDA EN LA ACTUALIDAD

No es de extrañar que el legado de Epicuro haya sobrevivido más en las zonas rurales griegas que en las urbes. A los habitantes de las islas del Egeo les gusta contar una graciosa anécdota sobre un acaudalado estadounidense de origen griego que visita una de las islas durante las vacaciones. Mientras da un paseo por el campo, se topa con un anciano sentado en una roca, tomándose a sorbos una copita de *ouzo* al tiempo que contempla indolentemente el sol poniéndose en el mar. El americano advierte que los olivos de las colinas que hay a espaldas del viejo están sin cuidar y que las aceitunas caen por todas partes de lo maduras que están. Le pregunta al anciano de quién son los olivos.

—Son míos —responde el griego.

—¿Y no recoge las olivas? —dice el americano.

—Sólo cojo una cuando quiero una —contesta el anciano.

—¿Es que no se da cuenta de que si pudiera los olivos y recogiera las aceitunas cuando están maduras las podría vender? En

América todo el mundo se vuelve loco por el aceite de oliva virgen y además lo pagan a precio de oro.

—¿Y qué haría yo con el dinero? —le pregunta el griego.

—Pues podría construir una mansión y disponer de sirvientes para que se lo hicieran todo.

—¿Y entonces qué haría yo?

—¡Podría hacer lo que quisiera!

—¿Cómo estar sentado al aire libre contemplando la puesta de sol mientras me tomo una copita de *ouzo*?

#### SOBRE LA PROGRESIVA ADQUISICIÓN DE LAS IDEAS FILOSÓFICAS

¿Sería una ingenuidad imaginar que un filósofo del siglo III a. C. inspiró a un grupo de griegos modernos elegidos al azar a aceptar sin quejarse —e incluso con alegría— una parada inesperada en un campo de albaricoqueros? No lo creo.

Para empezar, en la época de Epicuro y en los años anteriores y posteriores a ésta, las ideas de los filósofos, poetas y dramaturgos no sólo llegaban a la mesa del comedor del Jardín, a las escalinatas de la Acrópolis o al Teatro de Dioniso, sino también a las tertulias cotidianas que mantenían los atenienses de a pie. Por lo que dicen todos, era una civilización a la que le gustaba hablar, y siempre encontraban un buen momento para darle a la lengua. Las formas posteriores de comunicación, como la de los medios de comunicación actuales en la que ésta suele ser en un solo sentido, no competían todavía con las charlas cotidianas. Las representaciones del anfiteatro de Dioniso solían durar un día entero y los espectadores desempeñaban el papel de un jurado que deliberaba sobre cuáles eran las mejores acciones y puntos de vista de los personajes. Al terminar la función, las discusiones en las que se enzarzaban sobre la justicia, la conducta

adecuada y las fragilidades humanas podían llegar a ser apasionadas y emocionantes. Estos antiguos griegos estaban hablando de *ideas*.

Los atenienses también hablaban de las ideas de los filósofos. Y como Epicuro aceptaba en su Jardín tanto a hombres como mujeres de cualquier clase social —incluso a esclavos—, sus ideas se difundieron sin trabas entre la ciudadanía. Y esta difusión fue sin duda fomentada por el hecho de que los atenienses de la antigüedad, como cualquier sociedad locuaz, prosperaron con los cotilleos. Los atenienses incluso tenían una diosa de los rumores y los cotilleos llamada Ossa. El Jardín de Epicuro, con sus prostitutas y lavanderas sentadas a la mesa, era objeto de habladurías y por más injuriosos que sean los cotilleos, también pueden ser un vehículo poderoso para difundir ideas nuevas e interesantes.

Las ideas de Epicuro sobre la mejor forma de vivir atraían a muchos atenienses. Esas ideas les ofrecían nuevas formas de verse a sí mismos y de plantearse las opciones personales que tenían. «Mmm, si Epicuro está en lo cierto y la meta más importante es disfrutar al máximo de los placeres de la vida en lugar de desear ganar bastante dinero para encargarse, por ejemplo, una estatua para ser inmortalizado en mármol, tal vez en lugar de trabajar tantas horas pintando doncellas en jarrones debería salir más con los amigos y apreciar la vida». Vale, a lo mejor me he pasado un poco con mi invención del pintor de jarrones, pero es posible que en la antigua Atenas se diera una situación parecida.

Aunque esto no nos demuestra si la filosofía de Epicuro ha *perdurado* en la cultura griega a lo largo de milenios. La sociobiología, una disciplina relativamente nueva, sostendría que el ADN de los griegos es la causa principal de la buena disposición de esos viajeros peloponesios que se tomaron con tan buen humor la inesperada parada en el campo de albaricoqueros. A partir de la teoría darwiniana, la sociobiología sostiene que, ade-

más de las características físicas, las psicológicas y sociales también evolucionan mediante la selección natural en un determinado lugar y clima geográfico. Un ejemplo que suele citarse para ilustrar cómo funciona la sociobiología en el reino animal, es el del «altruismo» de los miembros de varias especies, como la de las hormigas cortadoras de hojas y los murciélagos vampiros. Estos animales se comportan de un modo que beneficia a otros miembros de su especie sin beneficiarse personalmente de sus generosos sacrificios. Gracias a esta conducta, esta especie es al final más capaz de sobrevivir que otras; por tanto, los genes «altruistas» se transmiten de una generación a otra. Además, las especies similares que carecen de miembros altruistas a veces se extinguen por no contar con ellos.

Un sociobiólogo podría plantear como hipótesis que en el terreno pedregoso de Grecia, y bajo el tórrido sol, los griegos de la antigüedad que se preocupaban mucho por un episodio inesperado, eran más proclives a morir de una enfermedad relacionada con el estrés antes de poder reproducirse que los griegos más despreocupados. Por consiguiente, los griegos más despreocupados y resistentes al estrés —y su ADN—, fueron seleccionados de manera natural. Supongo que esta hipótesis no es descabellada. Los sociobiólogos sostendrían que lo más probable es que aquellos viajeros peloponesios aceptaran alegremente la parada inesperada en el campo de albaricoqueros más por su genética que por alguna tradición filosófica transmitida a lo largo de cientos de generaciones.

Pero tal vez ambas explicaciones sean ciertas: quizá la inclinación a la despreocupación y a sentirse agradecido a diario fue evolucionando en el ADN griego, y Epicuro analizó esta inclinación natural y la reflejó en unas ideas concretas y coherentes. Y al final, estas ideas se convirtieron en una filosofía de la vida viva y consciente que ha perdurado a lo largo de los siglos junto con la evolución natural de las tendencias griegas. Y una de las característi-

cas de cualquier filosofía consciente es que nos permite reflexionar de manera *consciente* sobre las opciones que tenemos: «supongo que podría quejarme al revisor porque por culpa de esta parada inesperada en el campo de albaricoqueros llegaré tarde a cenar, pero ¿acaso disfrutar plenamente de este pequeño alto en el camino no refleja más mis verdaderos valores?

A fin de cuentas, el objetivo principal de la filosofía es ofrecernos formas lúcidas de pensar sobre el mundo y sobre cómo vivir en él. Y esto es justamente lo que intento hacer mientras estoy aquí sentado con un libro de filosofía epicúrea en las manos: cavilar sobre las opciones que tengo para vivir una buena vejez. Yo no puedo cambiar mi ADN, pero quizás Epicuro y otros filósofos puedan ayudarme a ver las elecciones que necesito hacer.

#### SOBRE ELEGIR UNA VIDA EPICÚREA EN LA VEJEZ

Para mí tiene mucho sentido optar por la libertad epicúrea en la vejez. El momento es perfecto porque muchas personas sólo disponemos de esta clase de libertad a partir de los 65 años sin que sea necesario construir una cabaña en el bosque o vivir en una comuna, aunque ahora que lo pienso, vivir en una comuna en esta etapa de la vida podría irnos de maravilla. De cualquier modo, la libertad epicúrea en la vejez podría ser una elección excelente para los que se plantean la opción de «ser eternamente jóvenes», ya que la mayoría de jubilados disponemos de una pensión, aunque el dinero no nos llegue para comer en restaurantes lujosos o ni siquiera para seguir habitando la casa donde habíamos vivido durante nuestros años productivos. Epicuro nos habría aconsejado bajar el ritmo de vida y saborear esta deliciosa libertad.

Una persona mayor, al liberarse de «la cárcel de los negocios y la política», no necesita más que responder a las cuestiones



que se plantea. Ya no necesita seguir una agenda estricta ni renunciar a sus caprichos para ganarse la vida. Puede, por ejemplo, estar sentado durante horas y horas con los amigos, deteniéndose de vez en cuando para aspirar la fragancia de una ramita de espliego silvestre.

#### SOBRE LOS PLACERES DE LA AMISTAD EN LA VEJEZ

Tal vez a Tasso, pese a no ser plenamente consciente de ello, le guste tanto la taberna de Dimitri en parte porque está con sus amigos *sin querer nada de ellos*. Comparte la mesa con tres jubilados: un pescador, un profesor y un camarero —todos nacidos y criados en la isla—, y Tasso es un exjuez ateniense que de joven estudió abogacía en Tesalónica y Londres. Pero esto tiene muy poco que ver, por no decir nada, con la relación que mantiene con sus tres amigos.

No querer nada de un amigo es muy distinto de la actitud de alguien inmerso en la vida profesional y en las relaciones que esta conlleva. Una persona que trabaje, sea en la profesión que sea, está al servicio de una meta que tiene muy poco, o nada que ver, con la verdadera amistad. Una jefa da instrucciones porque quiere ver resultados, y el empleado las sigue por la misma razón, uno de esos resultados deseados es el sueldo. Por más manuales que existan en los que se recomienda tratar a los empleados y colegas como personas, no se puede negar que la relación que les une es en esencia laboral. En el trabajo, nuestros compañeros son ante todo medios para un fin, y nosotros somos lo mismo para ellos. Y siempre ha sido así. Epicuro lo sabía al advertirnos de los peligros del mundo de los negocios y la política.

La ética kantiana nos aconseja no tratar nunca a otro ser humano como un medio, sino siempre como un fin en sí mismo. En su monumental obra *Fundamentación de la metafísica de las*

*costumbres*, Emmanuel Kant concluye que para tomar cualquier decisión moral es necesario seguir un principio abstracto y absoluto como piedra de toque. El principio que dedujo como imperativo categórico y supremo a modo de regla de oro fue: «Vive tu vida como si tus actos fueran a convertirse en una ley universal». Kant creía que al seguir este imperativo ninguna persona elegiría tratar a otra como un medio para un fin, ya que no desearía racionalmente que semejante conducta se volviera una ley universal, sobre todo porque en ese caso los demás también la tratarían a ella como un medio.

Tratar a alguien como un fin en lugar de como un medio es una delicia tanto para uno como para la persona con la que nos relacionamos. Tasso no quiere del pescador más que su compañía. No le quiere para que exponga su alegato ante los tribunales, como solía desear que un abogado hiciera cuando él era juez. Tasso no siente la necesidad de manipular, explotar ni convencer en lo más mínimo a su amigo pescador para que haga lo que él desea. No, Tasso sólo quiere que su amigo *esté* con él. Sólo quiere conversar, reír, jugar una mano de *prefa* y, quizá lo más importante, compartir con él los silenciosos momentos en los que contemplan el mar. Los epicúreos consideran los momentos compartidos en silencio como una señal de amistad verdadera.

Para un anciano que ha dejado atrás el mundo de «los negocios y la política» esta clase de camaradería es el mejor de los regalos. Es un regalo del que raras veces gozan, por no decir nunca, los eternamente jóvenes que siguen inmersos en sus carreras.



La amistad encabeza la lista de Epicuro de los placeres de la vida. Escribió: «De todos los bienes que nos ofrece la sabiduría para ser felices en la vida, el más precioso con mucho es el tesoro de la amistad».