

Marco Aurelio

Meditaciones o Soliloquios

Traducción, introducción y notas
de Antonio Guzmán Guerra

ALIANZA EDITORIAL

Título original: *Ta eis heautón*

Primera edición: 1985

Cuarta edición: 2020

Diseño de cubierta: Elsa Suárez Girard / www.elsuarez.com

Imagen: © Shutterstock / AVA Bitter

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.



PAPEL DE FIBRA
CERTIFICADO

© de traducción y notas: Antonio Guzmán Guerra

© Alianza Editorial, S. A., Madrid, 1985, 2020

Calle Juan Ignacio Luca de Tena, 15

28027 Madrid

www.alianzaeditorial.es

ISBN: 978-84-9181-959-2

Depósito legal: M. 5.321-2020

Printed in Spain

SI QUIERE RECIBIR INFORMACIÓN PERIÓDICA SOBRE LAS NOVEDADES DE
ALIANZA EDITORIAL, ENVÍE UN CORREO ELECTRÓNICO A LA DIRECCIÓN:

alianzaeditorial@anaya.es

A Marco

Libro I

1. De mi abuelo Vero heredé un carácter afable y poco dado a la cólera.

2. De mi padre¹, la modestia y la hombría, que son las virtudes que mejor recuerdo de él.

3. De mi madre, en cambio, heredé la religiosidad, la generosidad y una tendencia a no obrar mal, a ni siquiera pensar mal; y también a llevar una vida frugal y poco apegada a las riquezas.

4. De mi bisabuelo heredé la costumbre de no discutir en público y de frecuentar a los mejores maestros, consciente de que en tales asuntos no conviene reparar en gastos.

5. De mi preceptor aprendí a no pertenecer al bando de los Verdes ni de los Azules, ni de los Parmularios ni de los Escutarios². De él aprendí a

1. Su padre biológico fue Anio Vero, muerto muy joven. Nuestro emperador fue adoptado como hijo por Antonino Pío.

2. Colores de los partidarios de los diversos concursantes en los juegos romanos; por otro lado, los parmularios y escutarios eran

soportar estoicamente las dificultades y a ser frugal; a valerme por mí mismo, a no entrometerme en asuntos ajenos, y a no aficionarme a la calumnia.

6. De Diogneto³ aprendí a no interesarme por cosas superficiales, a no dar crédito a relatos taumaturgicos, de encantamientos, brujería y otros exorcismos. A no dedicarme a la cría de codornices ni a actividades similares; a ejercer la libertad de expresión, estudiar filosofía y escuchar las enseñanzas de Baquio, luego de Tandáside y más tarde de Marciano; aprendí de niño a redactar, y me acostumbé a dormir en un jergón y a llevar pelliza y me aficioné a vivir con austeridad griega.

7. De Rústico⁴ aprendí a tomar conciencia de que hay que corregir y cuidar el carácter; a no dejarme seducir por el atractivo de los sofistas, a no componer tratados teóricos ni discursos exhortativos, y a no alardear de austero o filántropo. Aprendí también de él a apartarme de la retórica, de la poesía y del lenguaje afectado; a no deambular por casa en toga⁵ ni en prendas semejantes; a escribir cartas

los nombres de los gladiadores que portaban escudos redondos (*parmula*) o alargados (*scuta*).

3. Famoso pintor.

4. También, como el propio autor, un filósofo estoico, Rústico era al menos veinte años mayor que Marco. En este capítulo Marco le reconoce su agradecimiento.

5. La toga era el vestido de gala que usaban los romanos para ocasiones solemnes.

en estilo llano, como la que él mismo dirigió a mi madre desde Sinuesa. También me enseñó a buscar la ocasión de reconciliarme con quienes son o han sido arrogantes conmigo o me han insultado, tan pronto den muestras de arrepentimiento; y también a leer sin prisa y a no darme por satisfecho con entender algo superficialmente; a no adherirme a la opinión de quienes hablan precipitadamente; y finalmente, a releer las *Disertaciones* del filósofo Epicteto⁶, de las que me prestó un ejemplar que tenía en su casa.

8. De Apolonio⁷ heredé mi libertad de espíritu y la firme determinación de no fiar nada a la suerte; a no atender a otra cosa que no sea la razón; a permanecer siempre con el mismo ánimo, tanto si sufro dolores agudos, como ante la pérdida de un hijo, o en una larga enfermedad; a ver claramente en una persona tan cercana cómo nos es posible mostrarnos muy vehementes o muy relajados; también aprendí a no ofender con mis declaraciones; a tener clara conciencia de que como persona tengo la virtud de vivir siquiera la experiencia propia y la capacidad de transmitir doctrinas teóricas. El haber aprendido cómo hay que recibir los favores que nos hacen los amigos: sin despreciarlos ni volvernos esclavos de ellos.

6. Epicteto ejerció una constante influencia en el pensamiento de Marco Aurelio.

7. Filósofo.

9. De Sexto⁸ aprendí a ser benévolo y que hay que gobernar la propia casa de acuerdo con las costumbres familiares; y la idea de que conviene vivir conforme a la naturaleza; aprendí lo que es dignidad sin afectación, la atención solícita para con los amigos; a tener paciencia con los ignorantes y con los que creen cosas irracionales. Me enseñó a mostrar buena disposición con todo el mundo, de suerte que frecuentar su compañía era mejor que pasar un rato con un adulator; y quienes tuvieron ocasión de tratarlo lo hicieron con el mayor respeto. Poseía una enorme capacidad de comprensión, un excelente método de investigación y una extraordinaria disposición para las enseñanzas más elementales de la vida. Jamás dio muestras de sufrir accesos de cólera ni de ninguna otra afección similar, sino que se mostraba siempre libre de pasiones y pletórico de cariño. Tenía la cualidad de alabar sin hacerse notar y nunca hacía alarde de sus vastos conocimientos.

10. De Alejandro el gramático aprendí a no criticar y a no hacer reproches precipitadamente a quienes habían usado un lenguaje bárbaro o solecista o habían cometido faltas de concordancia. A corregir solo la manera en que hay que contestar, testificar o interpretar determinado asunto, sin fijarme en la precisión de las palabras ni en ninguna otra nimiedad terminológica.

8. Sexto de Queronea fue sobrino del biógrafo Plutarco y ejerció de profesor de filosofía.

11. De Frontón⁹ aprendí a reconocer cuán perversa, poliédrica e hipócrita puede llegar a ser la tiranía, y hasta qué punto los que llamamos «patricios» carecen por lo general de sentimientos.

12. De Alejandro el platónico aprendí a no repetir una y otra vez e innecesariamente a nadie, ni siquiera por carta: «Estoy muy ocupado». No hay que recurrir a tal cosa para dejar de cumplir los deberes que tenemos con la familia, ni poner como pretexto la urgencia de nuestros asuntos.

13. De Catulo aprendí a no cortar la amistad con quien nos haya puesto un pleito, aunque no tenga razón, sino intentar recuperarla de inmediato; a hablar siempre bien de mis maestros, como se recuerda que hicieron Domicio y Atenódoto, y también me enseñó que hay que amar profundamente a los hijos.

14. De mi hermano¹⁰ Severo aprendí a querer a la familia, y a amar la verdad y la justicia. Me permitió conocer a Trásea, Helvidio, Catón, Dión y Bruto, y a concebir las ideas de que el gobierno debe basarse en la libertad de expresión y la igualdad ante la ley y de que el gobierno del Príncipe debe respetar sobre todo la libertad de sus súbditos; y también

9. Fue uno de sus maestros de retórica, con quien mantuvo una correspondencia epistolar nutrida. El vínculo entre discípulo y maestro se alimentó con dicho intercambio epistolar. Cfr. A. Birley, *Marco Aurelio*, pp. 95-123, «La educación del legítimo heredero».

10. Algunos editores suprimen 'mi hermano'.

aprendí de él la constancia y la perseverancia en el estudio de la filosofía. Me enseñó a hacer el bien, a ser generoso con los amigos y a tener confianza en ellos. A no disimular ante quienes merecen reproche, y a que los amigos no tengan que adivinar qué nos gusta o no, sino, como le pasaba a él, a ser siempre una persona transparente.

15. De Máximo aprendí el autocontrol y a no andarme con rodeos. A mantener el buen ánimo en cualquier circunstancia, incluso en la enfermedad. A mostrar un carácter equilibrado, entre afable y severo, así como a no quejarme de lo que tenemos que hacer. Todo el mundo confiaba en Máximo, porque decía lo que pensaba, y porque hacía siempre todo con su mejor intención. También aprendí de él a no mostrar asombro ni turbación, ni precipitación, ni indolencia, ni incertidumbre ni abatimiento; ni pasar de la risa compulsiva a la cólera o un sentimiento de recelo; al contrario, a actuar generosamente y mostrar indulgencia sin mentir; a dar la impresión de que soy una persona de carácter firme, difícil de doblegar. Según él, nadie debería sentirse menospreciado ni tampoco superior; también me enseñó a estar siempre de buen humor.

16. De mi padre¹¹ aprendí la mansedumbre de ánimo y una serena firmeza a la hora de sostener las

11. Se refiere al emperador Antonino Pío; en realidad tío suyo y padre adoptivo.

decisiones que tomo tras sopesar pros y contras; a no vanagloriarme con honores vacuos; a amar el trabajo y a ser perseverante; a prestar atención a quienes pueden aportar algún beneficio a la comunidad. Aprendí de él a premiar sin vacilaciones a cada uno según su mérito; a distinguir cuándo hay que esforzarse al máximo y cuándo hay que relajarse; a poner fin a las relaciones amorosas con adolescentes. A ser sociable y permitir al tiempo que los amigos no se vean obligados a asistir a sus comidas ni a acompañarlo en sus desplazamientos; por otra parte, quienes en algún momento se apartaron de él, siempre lo encontraban al volver igual que antes. Aprendí a ser riguroso y constante a la hora de investigar y a no darme por satisfecho con las primeras impresiones; el afán por conservar los amigos, sin disgustos ni acaloramientos locos; la autosuficiencia y la serenidad en todo; me enseñó a pensar en el futuro y a no dramatizar por asuntos insignificantes; a poner coto a las aclamaciones y muestras de adulación que le dirigían; a velar constantemente por las necesidades del Imperio, a saber administrar los bienes, así como a mostrar paciencia ante las acusaciones que por ello se le hacían. A no ser supersticioso con respecto a los dioses, ni proclive a atraerse con lisonjas el favor de los hombres, sino mostrarse en todo austero y seguro, jamás vulgar ni amigo de novedades. Me enseñó a usar los bienes que contribuyen a hacer la vida más fácil –y la fortuna se los había ofrecido generosamente– sin afectación y con honradez; él los tomaba con natu-

ralidad cuando estaban a su alcance, y no los echaba en falta cuando escaseaban. Nadie pudo acusarle de ser un sofista, ni bufón ni pedante; al contrario, todos le consideraban una persona experimentada, íntegra, inaccesible a la adulación, muy capaz de dirigir los asuntos propios y ajenos. Sabía apreciar a los auténticos filósofos, sin desprestigiar a los otros, por quienes jamás se dejó seducir. Y también su fácil trato y una simpatía exenta de afectación. Se ocupaba del cuidado corporal con moderación, sin dar muestras de estar pendiente de ello en exceso, sin coquetería ni negligencia. Y gracias a este cuidado personal pocas veces tuvo necesidad de acudir al médico, tomar medicinas o aplicarse emplastos. Y sobre todo destacaba por la consideración que depositaba, exenta de envidia, a quienes poseían dotes especiales como la elocuencia, el conocimiento de las leyes, tradiciones y otras materias; a estos los ayudaba a que sobresalieran en las materias en que ya destacaban; obraba en todo de acuerdo con las costumbres tradicionales, sin alardear por ello de ser su valedor.

17. Además no era nada voluble ni le gustaba andar de un lado a otro, sino permanecer en un mismo lugar y reflexionar sobre los mismos asuntos. Y si le sobrevinía accidentalmente un dolor de cabeza, al instante se recuperaba y se mostraba en pleno vigor para sus obligaciones habituales. No le gustaba tener secretos, salvo muy pocos, y sólo en asuntos de gobierno. Era muy sensato, y mesurado a la

hora de celebrar fiestas, de ejecutar obras públicas y subsidios semejantes; cualidades propias de una persona que atiende sólo a lo que debe hacerse y no a la fama que de ello deriva.

18. Nada de bañarse a deshora, ni de alardear de edificios suntuosos, ni de preocuparse por las comidas, ni por los tejidos o colores de la ropa, ni por su aspecto corporal. Su vestido procedía de la casa de campo que tenía en Lorio, y la mayor parte de los muebles, de su finca en Lanuvio. ¡Y cómo trató a un recaudador de impuestos de Túsculo que le exigía un pago! Y así era en todo.

19. Nunca fue cruel, ni hosco ni violento, y nadie pudo decir de él: «Está que bufa». Al contrario, sopesaba cada cosa en su momento y con calma, sin inmutarse, ordenadamente, con decisión y sentido de la proporción. Y cuadraría a la perfección decir de él lo que se decía de Sócrates: que podía abstenerse y disfrutar al mismo tiempo de aquellos placeres que pocas personas son capaces de rechazar y a cuyo goce se abandona casi todo el mundo¹². Tener tal vigor y mostrarse superior y sobrio al mismo tiempo es algo propio de una persona que posee un espíritu equilibrado e indómito, cosa que demostró durante la enfermedad que llevó a Máximo a la tumba.

12. Aparece esta reflexión en el *Banquete* 215a y en Jenofonte, *Recuerdos de Sócrates*, I,3,4.

20. Debo a los dioses haber tenido buenos abuelos, buenos progenitores, una buena hermana, buenos preceptores, buenos y auténticos parientes y amigos; casi todos ellos excelentes. También les debo el que nunca caí en la tentación de faltar a ninguno de ellos, a pesar de que mi disposición natural me habría inclinado a hacerlo, si se hubiera presentado la ocasión.

21. Fue una bendición divina no tener que someterme a esta prueba. También les debo el no haberme criado por mucho tiempo junto a la concubina de mi abuelo; el haber salvaguardado mi juventud, y no haberme hecho hombre antes de tiempo, sino incluso haberme retrasado algo. El haberme tenido que someter a la disciplina de un jefe, mi padre, que reprimió en mí todo sentimiento de vanidad, y me inculcó la idea de que se puede vivir en palacio sin necesidad de llevar escolta personal, sin vestir prendas suntuosas, ni echar en falta candelabros, estatuas ni otros lujos; antes bien, que es posible vivir con modestia, como un simple particular, sin que ello signifique que se es más infeliz ni negligente en el cumplimiento de las obligaciones que nos demanda el ejercicio de nuestra función pública. Les debo igualmente que me hayan dado un hermano cuyo carácter me estimuló a cuidar de mí mismo, y que además era para mí motivo de alegría y de estima; el no haber engendrado hijos subnormales o físicamente deformes. También el que no profundizara demasia-

do en la retórica, la poética ni otras disciplinas afines, en cuyo estudio me habría entretenido, si se me hubieran dado bien.

22. Me anticipé a conceder a mis preceptores el rango de dignidad que parecían buscar, sin demostrarme en ello por creer que al ser jóvenes podría concedérselo más adelante. Debo igualmente a los dioses el haber conocido a Apolonio, a Rústico, a Máximo; el haberme hecho clara y continuamente a la idea de que la vida es acorde con la naturaleza, de modo que por lo que se refiere a los dioses –sus dones, socorros e inspiraciones– nada me impedía vivir conforme a la naturaleza; y si aun hoy día permanezco sin alcanzar este ideal es sólo culpa mía, por no observar los preceptos divinos ni sus enseñanzas.

23. También les debo que mi cuerpo haya resistido tanto en una vida como la que me ha tocado vivir; el no haber tocado siquiera a Benedicta ni a Teodoto, y el haberme curado de las pasiones eróticas en las que había caído; el no haberme extralimitado cuando me enfadaba con Rústico, algo de lo que me habría arrepentido. Les debo el que mi madre viviera conmigo sus últimos años, a pesar de que muriera joven; nunca ningún indigente ni necesitado me oyó decir que no tenía dinero ni de dónde iba a sacarlo; y que yo mismo jamás me viera en una situación de necesidad semejante, hasta el punto de tener que pedir a otros. Haber tenido una

esposa¹³ tan obediente, amantísima y tan sencilla; haber dispuesto de medios económicos suficientes para que mis hijos tuvieran buenos tutores. El haber recibido mediante sueños diversos remedios para, entre otras cosas, no vomitar sangre ni sufrir mareos, así como haberme proporcionado el vaticinio de Gaeta¹⁴; que cuando me aficioné a la filosofía no vine a caer en manos de sofistas, ni me aficioné a pasar el tiempo entre escritores ni a resolver silogismos, ni a inmiscuirme en cuestiones de astrología. Para todo ello conté con el favor de los dioses y de la Fortuna.

Redactado en tierra de los cuados,
a orillas del río Gran¹⁵.

13. Ana Galeria Faustina, hija de Antonino Pío. Ambos tuvieron más de doce hijos, uno de ellos el futuro emperador Cómodo (161-192). A pesar del perfil sumamente positivo que de ella dibuja aquí Marco Aurelio, otras fuentes no la consideran tan virtuosa. De hecho, algunos autores la tildan de mujer infiel, y aunque el asunto se presta a cierto morbo, es verdad que Marco jamás se quejó de sus supuestas infidelidades.

14. Frase enigmática, quizá debido a que el texto está corrupto.

15. Hoy, el río Hron, afluente del Danubio, en tierras eslovacas.

Libro II

1. Cada mañana, bien temprano repítete lo siguiente: seguro que hoy me encuentro con un indiscreto, con un desagradecido, con un insolente, con un mentiroso, con un envidioso o con un insociable. Son así porque desconocen lo que está bien y lo que está mal. En cambio, yo, que he comprendido la naturaleza del bien, que es bella, y la del mal, que es vergonzosa, y que sé que la naturaleza de una persona que yerra es idéntica a la mía (no porque participe de mi misma sangre ni porque proceda de una misma semilla, sino porque compartimos la inteligencia y una misma porción de la divinidad), no puedo sufrir daño alguno de esa persona, pues nadie podrá despojarme de mi honradez. Por eso no puedo enfadarme con mi semejante, ni odiarlo. Y es que hemos nacido para colaborar entre nosotros, al igual que hacen nuestros pies, las manos, los párpados o la dentadura, superior e inferior. De modo que actuar como adversarios entre nosotros es algo contrario a la naturaleza. Y obrar contra natura es también indignarse y mostrar mutua aversión.

2. Esto es todo lo que soy: un trozo de carne, un hálito vital y una conciencia crítica. ¡Deja a un lado los libros! No te distraigas más tiempo; no te es permitido. Imagina que estás a punto de morir, desprecia la carne, que no es sino sangre, huesecillos y tejido nervioso compuesto de diminutas venas y arterias. Considera que tu hálito vital no es sino aire, y no siempre el mismo, pues de continuo se inspira y se expira. Y en tercer lugar está tu conciencia. De modo que recapacita: eres viejo, no permitas por más tiempo que tu conciencia se esclavice, ni que sea una marioneta al albur de un impulso egoísta, ni que se enoje por el destino que tienes delante, ni que recele del porvenir.

3. Las obras de los dioses están llenas de providencia, y las de la fortuna no suceden al margen de la naturaleza, ni de la trama y urdimbre de lo que la providencia dispone. De ahí procede todo. A ello se añade lo que es necesario y lo que es conveniente para el conjunto del universo, del que tú mismo eres parte. Para cualquier elemento de la naturaleza es bueno todo lo que colabora con ella en su conjunto y es capaz de conservarla. Y preservan el mundo tanto las transformaciones de los elementos simples como las de los compuestos. Que estas ideas te sean suficientes y te sirvan como principios básicos. Aparta de ti ese afán de nuevas lecturas, para no morir lamentándote, sino alegre y contento, con sincero agradecimiento a los dioses.

4. Haz memoria de cuántas veces has dejado esto para más adelante, y cuántas veces has recibido aviso de los dioses y no les has hecho caso. Preciso es que a partir de ahora tomes conciencia del mundo a que perteneces, y de que eres una emanación de lo que gobierna el mundo; de que tienes un tiempo tasado, y si no aprovechas esta oportunidad para sosegar te, ese tiempo pasará, y tú también pasarás y no tendrás una segunda oportunidad.

5. Preocúpate a cada momento, como romano y como hombre, de hacer resueltamente lo que traes entre manos, con dignidad y sin afectación, con amor a tus semejantes, con libertad y justicia, y deja de lado cualquier otra idea. Y lo conseguirás, si realizas cada tarea como si fuera la última de tu vida, es decir, lejos de toda irreflexión, de cualquier pasión que te pudiera alejar de lo que te dicta la razón, sin hipocresía, sin egoísmo y sin indignarte contra el destino. No son muchos los principios que hay que manejar para llevar una vida tranquila y casi divina: los propios dioses no exigirán más a quien los observe.

6. ¡Avergüénzate, avergüénzate, alma mía! Ya no tendrás oportunidad de ennoblecerte. ¡Breve es la vida del hombre! La tuya casi ha transcurrido ya, y no sólo no la has ennoblecido, sino que has fiado tu felicidad al capricho de los demás.

7. ¿Tal vez te desvían las ocupaciones externas? Procúrate tiempo libre para aprender algo bueno y

deja de girar como una peonza. Y también has de precaverte de otro error: desvarían quienes pasan toda la vida ocupados sin un objetivo al que dirigir todos sus esfuerzos y toda su imaginación.

8. No te será fácil encontrar a alguien que sea desgraciado por preocuparse de lo que le ocurre a su prójimo; en cambio, quienes nunca han sido sensibles a los impulsos de su corazón, forzosamente han de ser unos desgraciados.

9. Ten siempre presente esto: ¿cuál es la naturaleza del universo en su conjunto?, ¿cuál es la mía?, ¿cómo se relacionan una y otra entre sí?, ¿qué clase de parte es una respecto de la otra? Y también debes meditar sobre el hecho de que nadie te puede impedir que digas o hagas lo que sea conforme a la naturaleza, de la que tú mismo eres parte.

10. El filósofo Teofrasto¹, cuando compara los diversos tipos de faltas (cómo podrían clasificarse de un modo general) afirma que son más graves las cometidas por concupiscencia que por un arrebató de ira. Pues quien monta en cólera parece apartarse de la razón con cierta pena y congoja en su corazón; en cambio quien yerra por concupiscencia, lo hace vencido por el placer y aparece como más dé-

1. Famoso discípulo de Aristóteles, al que sucedió en la dirección del Liceo. Autor de diversos tratados, entre los que destaca el titulado los *Caracteres*, estudio de diversos arquetipos humanos.

bil y menos viril en sus yerros. De modo que le asistía toda la razón al filósofo al afirmar que es más reprochable quien yerra por placer que quien lo hace con pena. Pues este último se parece más a quien ha sufrido una injusticia y reacciona encolerizándose, mientras que el primero se ha lanzado por propia iniciativa a obrar mal, dejándose llevar a ello por su propia concupiscencia.

11. Como si estuvieras ya a punto de abandonar la vida, piensa, di y haz todo conforme a lo siguiente: abandonar el mundo, si existen los dioses, no es nada horrible, pues los dioses no pueden sumirte en ningún mal. Y si no existen o no se ocupan de los hombres, ¿qué sentido tiene vivir en un mundo sin dioses y sin su providencia? Pero sí que existen, y además les importa todo lo humano, y lo han dispuesto todo para que el hombre no sucumba a los verdaderos males. Y si todavía subsistiera algún mal, también lo habrían previsto los dioses para que la humanidad no cayera en él. Por tanto, lo que mejora al hombre ¿cómo podría empeorar su vida?

La naturaleza del conjunto no habría permitido eso, ni por ignorancia ni conscientemente, quizá tan sólo por ser incapaz de prevenir o corregir esos defectos. Ni tampoco habría cometido, por ser incapaz o inepta, un error de tales dimensiones, hasta el extremo de que sus consecuencias recayeran por igual sobre buenos y malos.

Y el caso es que muerte y vida, fama e infamia, dolor y placer, riqueza y pobreza se reparten indis-