

¿Qué haría Nietzsche...?

Cómo los grandes **filósofos**
resolverían tus problemas cotidianos

Marcus Weeks

LAROUSSE

Texto © Marcus Weeks, 2017

Ilustraciones: cubierta y caricaturas de páginas 7, 8, 27, 33, 45, 46, 70, 72,
95, 116, 145, 146, 157, 185 © Gareth Southwell Illustration, 2017 /
ilustraciones restantes © Grace Helmer, 2017

Editado originalmente en Gran Bretaña, 2017, por Cassell,
división de Octopus Publishing Group Ltd

EDICIÓN ORIGINAL

Dirección editorial: Trevor Davies

Edición: Alex Stetter

Dirección artística: Yasia Williams

Diseño: Ella McLean

Producción: Sarah Kulasek-Boyd

EDICIÓN ESPAÑOLA

Dirección editorial: Jordi Induráin Pons

Edición: Carlos Dotres Pelaz

Traducción: Francesc Reyes Camps

Adaptación de maqueta y preimpresión: José M.^a Díaz de Mendivil

© LAROUSSE EDITORIAL, S. L.

Rosa Sensat, 9-11, 3^a planta • 08005 Barcelona

teléfono: 93 241 35 05 • larousse@larousse.es

www.larousse.es • facebook.com/larousse.es • [@Larousse_ESP](https://twitter.com/Larousse_ESP)

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 plagieren, reprodujeren, distribuyeren o comunicaren públicamente,
en todo o en parte y en cualquier tipo de soporte o a través de cualquier medio, una obra literaria,
artística o científica sin la preceptiva autorización.

Primera edición: 2018

ISBN: 978-84-16984-76-3

Depósito legal: B-22674-2017

1E11

Sumario

Introducción 6

Capítulo 1: Relaciones 8

La pareja de mi amiga se la está pegando: ¿se lo cuento? • ¿Cómo se cura un corazón roto? • Mantengo una batalla silenciosa con mi pareja sobre la temperatura del termostato • Acabo de descubrir que mi padre no es mi padre • Atropellé al perro de la vecina para esquivar a otro coche... ¿Debería sentirme culpable? • Mi chico pierde mucho tiempo jugando a videojuegos o en las redes sociales • Mi nueva pareja parece obsesionada con la parte física de nuestra relación, mientras que a mí no me interesa tanto. ¿Me pasa algo? • Mi pareja me regaló un par de zapatos por mi cumpleaños, pero me parecen horribles.

Capítulo 2: Trabajo 46

¿Es aceptable perjudicar a otros cuando opto a un importante ascenso? • Cumpló 50 y estoy harto de ser contable: ¿debería emprender mi sueño de convertirme en una estrella del rock? • ¿Debería inculpar a un colega para evitar que me echen? • Me parece que mi ordenador piensa por sí mismo... • ¿Cómo puede ser que me harte a trabajar y no llegue a fin de mes mientras otros se forran sin dar golpe? • Me han despedido y ahora me doy cuenta de que no hay trabajo para todos.

Capítulo 3: Estilos de vida 72

No quiero acabar viejo y decrepito. Dadme una pastilla, y se acabó • ¿Es aceptable creer en la homeopatía? • Me han robado el smartphone y me preocupa que suplanten mi identidad • ¿Me ayudarían las drogas a entender la vida, el universo y toda la pesca? • Si Dios hubiera querido que fuéramos vegetarianos, ¿habría creado animales comestibles? • ¿Coche deportivo o familiar? • Tuve una infancia difícil, ¿vale? Si soy un pozo de maldad, no es culpa mía • ¿Qué debo hacer para ser uno de los buenos? • Con todo lo que ocurre en el mundo, ¿cómo voy a creer en Dios? • Me aterra morir. ¿Es normal?

Capítulo 4: Tiempo libre 116

¿Por qué la gente se lo toma todo tan en serio? Solo quiero pasar un buen rato • Mi familia quiere ir de acampada, pero a mí nada me da más pereza que esa «llamada de la naturaleza» • ¿Debería preocuparme por cómo se produce la comida? • ¿Seguro que Shakespeare es mejor que los Simpson? • ¿Qué hay de artístico en un revoltijo de trastos? ¿Me estoy perdiendo algo? • ¿Cómo te quedas ante esa pintura de 10 millones de dólares que se desvaloriza de golpe al descubrirse que es una falsificación? • Mi cantante favorito ha sido condenado por violencia doméstica. ¿Borro todas sus canciones de mi Smartphone?

Capítulo 5: Política 146

Estoy harto de que digan lo que tengo que pensar • ¿Por qué no me decido a quién votar? • ¿Por qué los políticos nunca responden con auténtica franqueza? • Estoy intentando echar adelante un negocio, pero las normativas, la burocracia y las tasas lo hacen casi imposible • ¿Puedo creerme las predicciones de los llamados «expertos»? • Estos gobernantes me están sacando de quicio. ¿Podría hacer algo para que me escucharan? • Tal como están las cosas, me da miedo hasta pisar la calle • ¿Por qué me siento culpable cuando paso de largo ante un mendigo? • ¿Por qué debo ocuparme de todas las tareas domésticas? ¿No debería implicarse mi pareja?

Bibliografía 186

Índice 188

Introducción

Todos necesitamos un consejo de vez en cuando. La vida tiene la costumbre de presentarnos dilemas, algunos serios, otros triviales, que requieren un poco de reflexión y posiblemente algo de orientación. Y en lo que se refiere a resolver problemas, no hay nadie tan capaz como los grandes filósofos. Lo malo es que al estar tan gravemente preocupados por los grandes temas —la vida, el universo y el todo—, apenas nos dejaron los efectos beneficiosos de su sabiduría sobre las pequeñas cosas, los problemas cotidianos.

Así pues, no podemos estar completamente seguros de las respuestas que les hubieran dado los filósofos, pero sí podemos hacernos una idea aproximada de cómo hubiera encarado los problemas cada pensador. De eso trata este libro: de qué habrían aconsejado los grandes filósofos (no solo Nietzsche, aunque sus opiniones planean sobre muchos temas) al afrontar los problemas prácticos en las relaciones personales, el trabajo, los estilos de vida, el ocio y la política del mundo actual. Son cuestiones como las que se plantean entre amigos o en familia, o como las que se envían al consultorio de una revista.

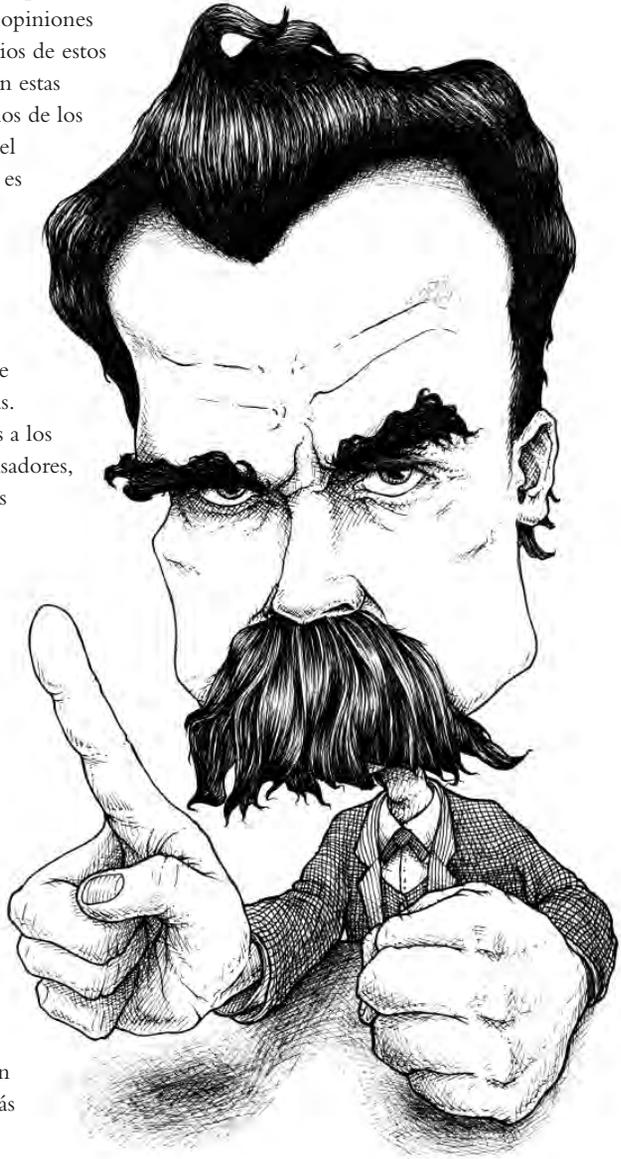
No, estos problemas no son específicamente «filosóficos» pero sí, como casi todo, pueden ser abordados de un modo filosófico. Podría ser que algunos filósofos emplearan la cuestión como trampolín para lanzarse a nadar en aguas más profundas, explorando las implicaciones más recónditas del dilema, y que muchos de ellos la enlazaran con sus propias ideas y teorías.

Con frecuencia, no hay una única solución al problema, y puede que varios filósofos

ofrezcan consejos opuestos, reflejando así la a menudo contradictoria naturaleza de la filosofía. Las actitudes diversas de los filósofos ante estos problemas no solo muestran el abanico de opciones a la hora de tomar una decisión, sino que ofrecen una reveladora imagen de las distintas aproximaciones a los problemas filosóficos. Algunos pensadores están más interesados que otros en ciertas áreas de la filosofía, como la ética o la lógica, de modo que unos aparecen más que otros en las diferentes secciones del libro. Marx, por ejemplo, es un candidato más probable a expresar su opinión sobre política que Kant, y Descartes está menos interesado en la estética que Aristóteles. Unos cuantos, no obstante, participan con regularidad en todas las discusiones: los atenienses Sócrates, Platón y Aristóteles, por ejemplo, suelen tener algo que decir sobre cualquier tema. En el caso de otros pensadores, lo notable es su ausencia: será porque en los temas tratados su filosofía no es tan relevante... O porque, como es notorio, ¡no caben todos!

Introducción

Tal reunión de autoridades nos permitirá descubrir una variada gama de opiniones y disfrutar de vivos debates. Varios de estos sabios son verdaderas estrellas en estas discusiones y representan algunos de los principales hilos conductores del pensamiento filosófico. Pero ni es este un manual de filosofía, ni pretende resumirla, sino que se limita a presentar algunas de sus ideas en su aplicación a los problemas del día a día. También podrás comprobar que la filosofía es algo más que ideas. Y mientras le vas dando vueltas a los argumentos de los diversos pensadores, también conocerás trazos de sus propios caracteres: del intencionadamente irritante Sócrates, el idealista Platón y el prosaico Aristóteles al taimado Maquiavelo, el cara de palo Kant, el gruñón Schopenhauer, el iconoclasta Nietzsche y muchos más. Algunos despertarán tu afecto, y sentirás sus consejos bien cercanos; otros te resultarán menos atractivos. También puede ocurrir que disfrutes con el intercambio de puntos de vista sin tomar partido por una postura concreta, o que te persuadan unos argumentos aun cuando el personaje te caiga más bien gordo. Todo eso también es filosofía.



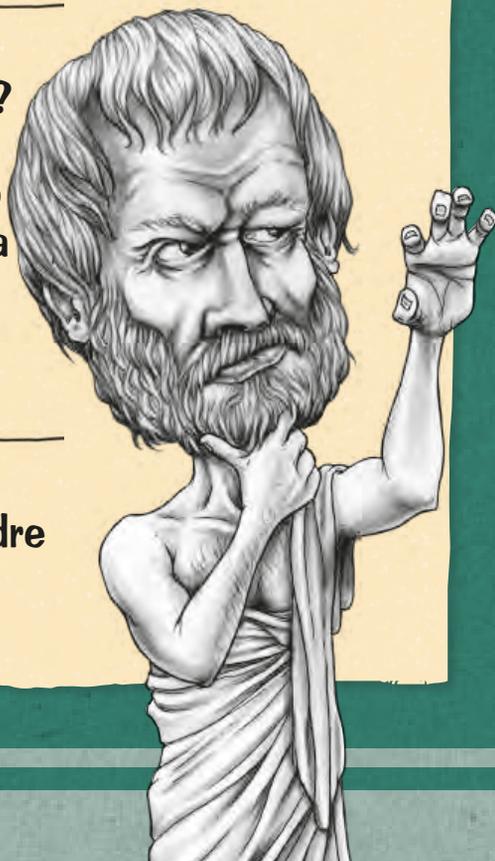
Relaciones

Página 10: La pareja de mi amiga se la está pegando: ¿se lo cuento?

Página 13: ¿Cómo se cura un corazón roto?

Página 17: Mantengo una batalla silenciosa con mi pareja sobre la temperatura del termostato

Página 21: Acabo de descubrir que mi padre no es mi padre



Página 25: Atropellé al perro de la vecina para esquivar a otro coche... ¿Debería sentirme culpable?

Página 31: Mi chico pierde mucho tiempo jugando a videojuegos o en las redes sociales

Página 37: Mi nueva pareja parece obsesionada con la parte física de nuestra relación, mientras que a mí no me interesa tanto. ¿Me pasa algo?

Página 42: Mi pareja me regaló un par de zapatos por mi cumpleaños, pero me parecen horriblos

Capítulo 1

La pareja de mi amiga se la está pegando: ¿se lo cuento?

Kant • Bentham

¡Aquí sí que tienes un dilema! Tu amiga es felizmente inconsciente de la infidelidad de su pareja, y tú no sabes si debes hacer añicos sus ilusiones. Por supuesto, te sentirías fatal si tuvieras que contarle una flagrante mentira, lo cual sería tan incómodo como mantenerla en el limbo. De alguna manera, sientes el deber de ser honesto con ella, pero sabes el dolor que le causará y, en cambio, no estás seguro de cómo reaccionará. Parece que estés condenado, tanto si se lo dices como si no, y sea cual sea tu decisión, quieres que ella sepa que la tomaste con la mejor intención.

Buscando alguna orientación entre los filósofos para afrontar este asunto, nos adentraremos en aguas muy profundas, en las preguntas fundamentales sobre cómo juzgamos lo que es moralmente correcto o erróneo. Por tanto, no esperemos respuestas fáciles.

Muy probablemente tú hayas crecido, como la mayoría de la gente, pensando que

mentir está mal, simple y llanamente, y que deberíamos decir siempre la verdad. Así de claro, ¿no? Esta es la perspectiva conocida en filosofía como *deontología*, que se resumiría en que hay normas morales absolutas que tenemos el deber de seguir. Si no lo hacemos, nuestra acción es moralmente punible. El defensor más conocido de este enfoque fue

¿Hay grados de honestidad?



Immanuel Kant (1724–1804), quien resumió la idea en lo que llamó «imperativo categórico»: actúa solo de acuerdo a una máxima que al mismo tiempo pueda convertirse en una ley universal. Lo que significa que si tú crees que algo, como mentir, por ejemplo, es por lo general malo, entonces es que siempre es malo, sin excepción.

Esta perspectiva en blanco y negro es bastante sencilla, ¿pero no hay también zonas grises? Si tu amiga te pregunta a bocajarro si su pareja le es infiel, tienes el deber moral de decirle la verdad. Pero si no lo hace... no estás propiamente mintiendo, aunque tampoco estés diciendo la verdad. ¿O quizá la ley moral venga a decir que también es malo remolonear con la verdad o que siempre debes decirlo todo a los demás? ¿Incluso las cosas completamente irrelevantes para ellos?

Verdad y consecuencias

Seguir las normas morales no es por tanto una solución tan simple para este dilema como en un principio pudiera parecer, por lo que cabría considerar un enfoque completamente distinto, el *consecuencialismo*, que juzga la bondad o maldad por sus resultados. Esta es la base de gran parte de la filosofía moral desde el Renacimiento, en contraste con los «mandamientos» de

Pregunta filosófica básica

¿Tenemos el deber moral de decir siempre la verdad o a veces está moralmente justificado no revelarla, ocultarla o incluso decir una mentira en su lugar?

carácter religioso acerca de lo que es o no correcto. En cuanto al problema de decir o no decir, resulta relevante la idea de **Jeremy Bentham** (1748–1832) de evaluar la «utilidad» de una acción según la cantidad de felicidad o armonía que genere. En tu caso, deberías estimar todos los resultados posibles que supondría informar o no a tu amiga, y basar tu decisión según el bien y la armonía que provocaría cada opción, tanto a corto como a largo plazo. Podrías entonces optar por no decir nada, o por contarle una «mentira piadosa», y aun así sentirte justificado pese a romper con las normas morales establecidas; o, para evitarle una vida regida por la mentira, convertirte en el heraldo de tan malas noticias, eso sí, en su propio interés.

«La verdad, toda la verdad y nada más que la verdad»

Del juramento o promesa de un testigo ante un tribunal para prestar declaración

«Obra siempre de tal modo que también puedas desear que la máxima que te guía se convierta en ley universal»

Immanuel Kant

Y en este punto, empezarás a ver que no solo estás pensando en los resultados, sino también en tus propias intenciones y motivos para hacer lo que vas a hacer. Esto es parte del área de la filosofía conocida como ética de las virtudes, que, como el consecuencialismo, evalúa la moralidad caso por caso, pero que, en lugar de concentrarse en las acciones individuales, examina la «virtud» de la persona que las toma. Así, en vez de decir si algo es moralmente bueno o malo, nos fijamos en las razones que han llevado a tomar esa decisión, si la persona que la toma, por ejemplo, actúa en su propio interés o en el de los demás, lo cual depende de su propio sentido de la moral. Así pues, si haces algo porque honestamente crees que ese es el modo correcto de actuar en esas circunstancias, entonces estás actuando de acuerdo con la moral, aun cuando ello suponga mentir o empeorar enormemente las cosas. El simple hecho de que te reconcomas sobre lo que debieras hacer, sea cual sea la decisión, ya constituye un signo de tu moral personal.

Toma una decisión

Puedes pensar, como Kant, que tienes el deber de ser honesto con tu amiga, incluso si es doloroso. Entonces, ¿eres en verdad honesto si tan solo evitas contárselo? Bentham te apremia a que valores las probables consecuencias de contárselo y de no contárselo. Quizá ella preferiría saber qué está pasando.

¿Cómo se cura un corazón roto?

Boecio • De Beauvoir • Epicuro • Zenón de Citio • Buda • Schopenhauer • Nietzsche

Estás pasando un mal momento. La persona que lo era todo para ti te ha dejado. Por supuesto, el mundo no se acaba ahí, aunque lo parezca. Nada más te importa. No quieres sentirte así, pero no ves el final del túnel ni ningún asidero que te ayude a salir de él. Francamente, ahora mismo no le encuentras sentido a nada. ¿Cómo se supone que debes afrontar el porvenir cuando tu mundo entero se ha venido abajo? ¿Y qué sentido tiene todo el dolor que ahora te embarga?

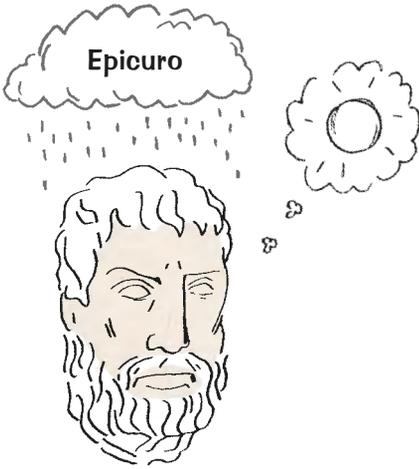
Bien, este es un problema serio. Quizá no sea un asunto de vida o muerte —sobre todo, si se ve desde fuera—, pero para la persona que lo sufre puede llegar a parecerlo. Por otro lado, es una experiencia universal, así que cabría esperar que la mayoría de los filósofos pudieran ofrecernos buenos consejos. El pensador romano **Boecio** (c. 480-524) escribió una obra, *La consolación de la filosofía*, cuyo título daría a entender que los filósofos tienen algunas indicaciones al respecto, pero que en realidad se ocupa de proponer que dirijamos nuestra mente hacia temas más elevados. Además, y como ocurre con casi cualquier asunto, los filósofos tienen unas

opiniones ampliamente divergentes sobre cómo tratar un corazón roto. Estas podrían agruparse en tres grandes opciones: la de «deshazte de ello y tira adelante», la de «al mal tiempo buena cara» y la de «esto hará de ti una persona mejor».

Un buen consejero, especialmente si eres mujer, podría ser la filósofa francesa **Simone de Beauvoir** (1908-1986). Además de ser una franca y lúcida feminista, y una *existencialista* con los pies en el suelo, tenía una rica experiencia en temas del corazón, o al menos en los de cama. Poseía la actitud, infrecuente en una mujer de su tiempo —mediados del siglo xx—, del «aquí te pillo, aquí te mato» más propia del género masculino, y posiblemente ella te diría que de peces está lleno el mar. Sí, tal vez esto no sea de gran ayuda cuando estás recreándote en la autocompasión, pero De Beauvoir no dejaría la cosa ahí. Mucho antes de que el lema «lo personal es político» se convirtiera en el grito de guerra de la segunda ola del feminismo, esta filósofa ya pregonaba el mensaje y lo encarnaba en su propia vida. Lo que es bueno para ellos, también lo es para ellas, diría: ¿por qué las mujeres deberían estar atadas de pies y manos a las convenciones de la feminidad?

Pregunta filosófica básica

¿Cuál es la razón de sufrir? ¿Cómo tanto dolor puede llegar a ser bueno para nosotros?



Por tanto, no deberías esperar mucha comprensión de su parte. Más bien te diría que dieras un volantazo y tomaras el control de la situación, en vez de que esta te controlara a ti. Seas hombre o mujer, te haría ver cómo te has dejado llevar hasta tu lamentable estado actual. Habías hecho de una relación romántica la principal fuente de sentido de tu vida... ¿Qué esperabas? Hay otras cosas en la vida, igual de importantes, y puedes ir tras ellas. A fin de cuentas, está en tu mano ser feliz o vivir amargado, sin tener que contar con los demás para alcanzar tu propósito. En pocas palabras, te diría que lo superaras y que te aseguraras de no volver a hacerte daño otra vez. Su consejo, sin embargo, sería en cierto modo como asegurarse de cerrar la puerta del establo cuando el caballo ya ha escapado, y resulta

un tanto severo mientras aún estás lamiéndote las heridas. Lo que querías saber es qué debes hacer ahora para que estas cicatricen.

El filósofo griego **Epicuro** (341-270 aC), un par de miles de años antes que De Beauvoir, podría coincidir con ella en términos generales. Su principio era minimizar el dolor (no, como popularmente se cree, la simple búsqueda del placer), por lo que tampoco se mostraría muy comprensivo viéndote sufrir así. Pero en lugar de darle más vueltas al asunto y alargar la agonía, recomendaría dar con la manera de aliviar el dolor, en primer lugar atemperando los deseos que a fin de cuentas son los que te han llevado al trance actual. Así podrás empezar a buscar cosas que te proporcionen un placer genuino y aprenderás a evitar aquellas que te causan dolor.

¡Supéralo!

Pese a lo conveniente que pueda resultar el consejo de Epicuro, probablemente tampoco te llegue a resultar de gran ayuda en este preciso instante. Si estás interesado en maneras más prácticas de salir del atolladero, quizá uno de los estoicos pueda servir. El también griego **Zenón de Citio** (c. 334-262 aC), fundador de la escuela estoica de filosofía, creía tener la respuesta para alcanzar la paz mental, así que podría ser una buena elección. Eso sí, era realista y virtuoso hasta la austeridad, de modo que su consejo quizá sea un poco duro de seguir. Te diría que el modo

«No hay nada más completo que un corazón roto»

Atribuido a Rabí Menájem Mendel

de Kotzk, el «Kotzker Rebe»

«Si esperas que un médico te cure,
tendrás que destapar tu herida»

Boecio

correcto de encarar la vida es viviéndola en armonía con la naturaleza, lo que supone que hay que afrontar igual tanto el sol como la lluvia. No debes dejar que el mal tiempo te abata, como tampoco debes exaltarte con el bueno. Y, lo principal, si tratas de cambiar cosas sobre las que no tienes control, no obtendrás más que frustración y disgustos.

Si, no obstante, lo que necesitas es un poco más de compasión, sería preferible que buscaras en una fuente más espiritual. En **Buda** (nacido c. ss. VI-IV aC), por ejemplo. Él mismo ya parece más comprensivo, con esa sonrisa beatífica. Sí, sería comprensivo, pues era plenamente consciente de que el mundo está lleno de sufrimiento, pero lo bueno es que él conocía un modo de superarlo. Te diría que, en efecto, sabe lo espantoso que es tanto sufrimiento y que todo él procede de tener deseos que no pueden satisfacerse. De acuerdo, has perdido al amor de tu vida, pero aun cuando siguieras teniéndolo, tampoco sentirías satisfacción. Para dejar de sufrir debes dejar de atarte a las cosas y a las personas. A continuación, te lanzaría su «camino óctuple» —la guía budista para el bienestar— para ayudarte a superar los insaciables deseos que causan tu tormento. Persevera en el programa y podrás alcanzar la tranquilidad eterna.

Mucho antes de que se pusiera de moda entre los hippies de Occidente, el filósofo alemán **Arthur Schopenhauer** (1788-1860) quedó prendado con la filosofía india, a la que debe mucho en la configuración de

su visión del mundo. Pero, salvo que quieras seguir regodeándote en el abatimiento, quizá no sea la persona apropiada en la que fijarse. Tal vez fuera el filósofo más oscuro y pesimista de todos los tiempos, y eso lo ponía de mal humor. Como Buda, reconocía que el sufrimiento está por todas partes, todo el tiempo, y además insistiría en que no hay escapatoria. ¿Pero de veras quieres curar un corazón herido? No te preocupes: el mundo rezuma tristeza, cierto, y no podemos hacer nada al respecto... salvo tal vez perdernos en la filosofía o la música. Hagas lo que hagas, acabará en llanto. Acostúmbrate, es la condición humana.

Una experiencia positiva

Quizá el consejo más optimista que puedas recibir sea el que te daría **Friedrich Nietzsche** (1844-1900). Habiendo sufrido la



«Lo que no me destruye, me hace más fuerte»

Friedrich Nietzsche

horrible muerte prematura de su padre, una crisis de fe y el rechazo de una joven, sabía perfectamente lo que significaba tener el corazón roto. Y pese a estas tragedias, encontró la manera de configurar a partir de esas experiencias una filosofía positiva. Allí donde muchos filósofos con convicciones religiosas habrían vuelto su mirada hacia la fe, Nietzsche despreciaba la idea de que debamos aceptar que el sufrimiento forma parte del propósito previsto por Dios para nosotros. En cambio, coincidiría con Schopenhauer en que nuestras vidas están guiadas por cierto fatalismo; pero para Nietzsche esto debería considerarse una oportunidad, más que un revés. Simpatizaría contigo hasta cierto punto, y te diría que tu dolor es inevitable en el ser humano. Pero te aconsejaría que no solo superaras el mal momento, sino que también sacaras provecho de él. Según su experiencia, te diría, el dolor no solo es necesario sino que te arraiga a la vida. Las cosas por las que nos esforzamos, aquellas que merecen la pena, conllevan el riesgo del fracaso, y el sufrimiento que este comporta nos permite, cuando menos, apreciar nuestros logros. Si la encaramos con la actitud apropiada, cada etapa de sufrimiento en nuestra vida nos fortalecerá y nos capacitará para llevar la vida que queremos. Eso sí, mejor no rebusques en la biografía de Nietzsche, pues en ella verás que en realidad nunca superó el rechazo de su amada y que murió a los 55 años, demente y sífilítico.

Toma una decisión

¿Crees que De Beauvoir lleva razón, que deberías superar la ruptura y tomar las riendas de tu vida? ¿O te inclinas más por Zenón, Buda y Schopenhauer, cuando te dicen que, al quedar prendado en las garras del amor, debes aceptar la inevitable dosis de dolor y sufrimiento? Y si antes de pasar página tienes que pasar por el dolor, ¿coincides con Nietzsche en que la experiencia puede aportarte algo que te ayudará en el futuro y que tal vez incluso enriquezca tu vida?