

Carlos Goñi

VIRTUDES MÍNIMAS
PARA ALCANZAR LA FELICIDAD

arpa

SUMARIO

PRESENTACIÓN	13
1. Alegría: la piedra filosofal	16
2. Amistad: la sal de la vida	19
3. Atención: el mejor regalo	22
4. Audacia: dar peso	25
5. Austeridad: la lija que suaviza	28
6. Benevolencia: voluntad de bien	31
7. Coherencia: para vivir como se piensa	34
8. Confianza: la virtud democrática	37
9. Diálogo: una forma de besar	40
10. Discreción: pasar desapercibido	43
11. Elegancia: saber estar	46
12. Equidad: la primera obligación de la igualdad	49
13. Esperanza: el sueño del hombre despierto	52
14. Estudio: salud del alma	55

15. Fe: donde termina el orgullo	58
16. Fidelidad: la respuesta al amor	61
17. Fortaleza: nada es difícil	64
18. Generosidad: la primera hija del amor	67
19. Gratitud: el valor de la memoria	70
20. Honestidad: arte perdida	73
21. Hospitalidad: abrir la puerta	76
22. Humildad: la puerta de la verdad	79
23. Humor: el pararrayos vital	82
24. Inquietud: para vivir honestamente	85
25. Justicia: la otra cara del amor	88
26. Laboriosidad: el arte de acabar	91
27. Lealtad: para la supervivencia	94
28. Misericordia: el corazón lleno de miserias	97
29. Obediencia: la virtud ciega	100
30. Optimismo: la fe que conduce al logro	103
31. Orden: peldaño a peldaño	106
32. Paciencia: la fortaleza del débil	109
33. Perseverancia: andar lo suficiente	112
34. Piedad: reconocer lo sagrado	115
35. Pobreza: luminosidad sin brillo	118
36. Prudencia: escoger la ocasión	121
37. Pudor: epidermis del alma	124
38. Puntualidad: la memoria de quien espera	127

39. Respeto: el espacio donde debía estar el amor	130
40. Responsabilidad: la otra cara de la libertad	133
41. Sencillez: con el equipaje necesario	136
42. Serenidad: signo de sabiduría	139
43. Seriedad: la madurez del espíritu	142
44. Silencio: sabiduría moral	145
45. Sobriedad: lo que más necesitamos	148
46. Solidaridad: la caridad horizontal	151
47. Templanza: el más delicado de los placeres	154
48. Tolerancia: conjugar las diferencias	157
49. Urbanidad: vivir en sociedad	160
50. Veracidad: decir la verdad	163
EPÍLOGO: EN EL BUEN SENTIDO DE LA PALABRA	167
GLOSARIO ONOMÁSTICO	169

*A Pilar,
que hace que lo pequeño sea hermoso.*

PRESENTACIÓN

Lo que nos hace grandes no son las grandes cosas que hacemos, porque generalmente no está en nuestra mano hacerlas; son más bien esas pequeñas acciones, esas obras sin apenas relieve, cotidianas y comunes, las que llenan nuestras vidas y nos conducen a la excelencia y a la felicidad, porque ellas nos dan altura, una altura nada más y nada menos que ontológica.

Esto último suena muy rimbombante, hablar de altura «ontológica» resulta demasiado *fuerte* para hacerlo en un libro tan pequeño; sin embargo, no lo es, porque todos, cada uno de nosotros, podemos llegar a ser grandes, no en un sentido físico, sino «metafísico». Lo que quiero decir es que, aunque no todos podamos jugar en la NBA, sí podemos formar parte de un gran equipo que juega a construir un mundo más justo, más libre, más humano.

Giovanni Pico della Mirandola decía que el ser humano tiene una naturaleza «mudadiza», es decir, que no está determinado ni acabado, sino que él mismo debe ir

forjando su propia forma de ser, su propio destino. El filósofo renacentista pensaba que con nuestras decisiones libres nos hacemos lo que queremos ser, y de ese modo podemos llegar a ser grandes o pequeños.

Muchos pensadores, desde los albores de la humanidad, han considerado que la clave de la vida moral radica en la práctica de la virtud. En la actualidad, nos hemos olvidado de esta tendencia e incluso parece que nos da vergüenza pronunciar la palabra virtud, como si virtuoso fuera sinónimo de mojigato, sumiso, pusilánime, santón o timorato. Sin embargo, es justamente lo contrario: la persona virtuosa afronta la vida con grandeza porque esas pequeñas virtudes la curten, la fortalecen, la hacen grande.

¿Para qué necesitamos las virtudes? Para defendernos de la mediocridad, el conformismo, la bajeza moral, el relativismo, el individualismo, la injusticia... Necesitamos las virtudes para emprender la empresa más valiosa: llegar a ser humanos, una tarea en la que todos estamos implicados.

Pretendo, pues, recuperar el valor de las virtudes; renovarlas y reunir las en una suerte de glosario abierto. No trato de definirlas o analizarlas, sino de comprenderlas, acercarnos, activarlas, para descubrir esa pequeñez que contienen y por qué hacen grande a quien las ejerce. Por eso no las expongo según los cánones de la filosofía moral, sino *secundum opinionem propriam*, es decir, a mi manera.

Así, explico la gratitud a partir de una experiencia de mi infancia; la justicia de la que hablo no es la que se

imparte sino la que se practica; al estudio lo considero virtud universal no solo exclusiva de los estudiantes; la austeridad la veo como una lija que suaviza, y creo que el silencio es lo que nuestra época más necesita, tanto como la elegancia, el humor, la pobreza, el respeto, la urbanidad...

Todas estas cincuenta pequeñas virtudes se confabulan para un solo fin: encaminarnos hacia el bien, por lo tanto, hacia la felicidad. Son mínimas porque son pequeñas y porque son las mínimas que necesitamos para ser grandes.

I

ALEGRÍA: LA PIEDRA FILOSOFAL

La primera virtud es la alegría. Y no solo lo es en este elenco de virtudes mínimas, sino con una prioridad casi metafísica: es la primera manifestación del bien en nosotros. Si la cara refleja el estado del alma, la alegría manifiesta una interioridad que está en paz consigo misma. Se podría decir que el bien sale de la boca y produce la sonrisa, que ilumina el rostro y hace transparente la mirada. El bien engendra alegría.

Benjamin Franklin la consideraba «la piedra filosofal que todo lo convierte en oro», porque ella hace que nos sea más fácil vivir. Las personas alegres solucionan mejor los problemas, porque los afrontan con optimismo, y son más felices.

La alegría es un complejo vitamínico compuesto por optimismo, buen humor, entusiasmo, confianza, seguridad, imaginación, una combinación que nos revitaliza, que nos da el vigor necesario para sobreponernos a las circunstancias adversas. Mejor dicho, la alegría hace que ninguna circunstancia sea lo suficientemente adversa como para que se salga con la suya.

Quien ha encontrado esa «piedra filosofal» es el más rico porque cuenta con una pócima mágica que le aporta el nutriente principal para ser feliz. Como el rey Midas, la persona alegre convierte en oro todo lo que toca, quita agrura a los disgustos, simplifica los problemas, resuelve los dilemas, ilumina las incertidumbres. Además, la alegría es altamente contagiosa. La persona alegre no solo convierte en oro todo lo que toca, sino que contagia de alegría a los que tiene a su lado.

Se podría decir que la alegría no es sino la manifestación natural de la vida humana (el filósofo francés Fabrice Hadjadj dice que «hemos sido creados para la alegría»). Para saber si una persona está viva, viva de verdad, no solo en sentido biológico, no es suficiente comprobar que respira, debemos comprobar también que sea alegre. Porque, para estar viva, una persona necesita algo más que respirar: necesita hacerlo con una sonrisa constante, aunque no siempre visible.

¡Qué bien se está con las personas que respiran de esa manera! Quizás porque nos hacen respirar así también a nosotros. Nos obligan a hacer visible esa sonrisa que los agobios de la vida nos han hecho esconder tan profundamente.

Entre los muchos efectos beneficiosos de la alegría está la creatividad. Así como la tristeza nos cierra en nosotros mismos, la alegría nos abre horizontes, nos pone en disposición de encontrar soluciones donde parece que no las hay.

Alegre viene del latín *alacer* o *alacris*, que significa vivo, ágil, ligero, brioso. La alegría nos hace tener ese

brío, ligereza, agilidad y viveza con los que resulta más fácil afrontar las contrariedades diarias. Podríamos decir que la alegría, como reza el eslogan de cierta bebida energética, nos da alas, pues «alegre», con permiso de la etimología, se podría emparentar con «ala».

La persona alegre es capaz de volar por encima de las preocupaciones cotidianas y de los problemas grandes y pequeños, y, desde esa altura, ve mejor. A la persona alegre no le salpica el barro del camino porque siempre se mantiene por encima del suelo. Las alas le permiten construir su casa por encima de los desasosiegos del mundo. Por eso, cuando uno se encuentra «alado» es como si estuviera por encima de todo.