

¿CÓMO VIVIR SEGÚN PLATÓN?

Ramon ALCOBERRO

Para un griego la filosofía no era solo un conjunto de teorías sobre el mundo, sobre la razón o sobre la conducta. La filosofía en Grecia constituye en primer lugar una *forma de vida*, una manera de organizar la propia existencia desde la sabiduría. Filosofar implica un estilo de vida (o para decirlo de una forma más técnica, *una cura del alma*). Cuando en el *Fedón*, Platón afirmó que la filosofía consistía en aprender a morir, lo que esa frase significaba es que para quien ha entendido el sentido de la vida, para quien ha vivido filosóficamente, morir deja de ser algo angustioso.

Vivir filosóficamente significa que uno ha llevado una vida con sentido, que ha sido capaz de prestar atención no solo a su cuerpo sino a su alma. Y en este sentido ha sido racional, porque la racionalidad es lo que nos hace humanos. ¿Se puede intentar vivir, comer, dormir, amar y organizar la propia vida a la manera que propone Platón?

Veremos a continuación algunos ejemplos de lo que sería una vida llevada a cabo con los criterios que propone Platón.

COMER: Platón en la *República* afirma que los fundadores de la Ciudad han de preocuparse ante todo por procurar comida suficiente. En las *Leyes* afirma que dos tercios de las cosechas no deben comercializarse, para evitar la especulación y el hambre.

En los diálogos platónicos se come siempre en común y también comen juntos los guardianes de la República. La comida es un acto simbólico, sirve para anudar relaciones y para unir a los amigos. Sócrates (*República* 372a-373e) opone una ciudad vegetariana, frugal y en buena salud a una ciudad de lujos, que consume carne y enferma.

Por lo demás, la comida es un símbolo del conocimiento. El alma necesita el saber, como el cuerpo el alimento. En esta búsqueda, el alma se puede dejar engañar por las apariencias. En el *Gorgias*, Sócrates recuerda que los niños prefieren los pasteles a los alimentos saludables y creen que el pastelero es mejor guía que el médico.

GESTIONAR EL TIEMPO: Contra lo que se acostumbra a creer, la gestión del tiempo es algo muy importante en Platón. En las *Leyes* muy especialmente aparecen calendarios y referencias muy concretas al empleo del tiempo. Pero ese uso del tiempo no está en función del beneficio económico, del cual un griego de clase alta o incluso media habría abominado. El trabajo ha de servir para gozar de ocio, es decir, de tiempo para pensar.

DORMIR: En Grecia dormir demasiado era considerado propio de gente viciosa. Levantarse tarde resultaba indigno de un hombre libre. Platón (*Leyes*, VII, 808b), dice que dormir no conviene ni a los cuerpos ni a las almas. Estar despierto constituye una condición esencial de la vida. La vida no es sueño. Para él un hombre que duerme no vale nada.

AMAR: Contra lo que se cree, el 'amor platónico' (amor sin sexo) no tiene nada que ver con Platón. Fue un invento del cristianismo. El cuerpo en Platón no es malo, pero de lo que se trata es de ascender desde el amor al cuerpo al amor a las almas y del amor a las almas, al amor por las ideas, pues sin Eros no hay conocimiento. El amor es una condición de la filosofía, (ella misma, etimológicamente 'amor al saber'). Quienes buscan la sabiduría, lo hacen por un acto de amor. Por lo demás en Grecia las fronteras del amor eran muy ambiguas. El amor religa todos los cuerpos, sin una distinción demasiado precisa por razón de sexo o de edad.

RIQUEZA: Platón, que provenía de una familia aristocrática, detesta el dinero. La *República* propone un comunismo integral y los guardianes de la ciudad no pueden llevar ningún metal precioso y ni siquiera entrar en un lugar donde haya objetos de plata ni de oro.

MORIR: En sus diálogos *Fedón* y *Critón*, Platón insiste en la tesis según la cual sabe morir quien ha sabido vivir. La muerte sin inquietud es el distintivo del sabio (Sócrates).