

# *Carta a Meneceo*

**EPICURO**  
**(341-270 a. C)**

Traducción de Erick Valdés Meza

(del griego, edición de G. Arrighetti, *Epicuro, Opere*, Turín, 1960).

Epicuro a Meneceo, salud.

Que nadie, por joven, demore en filosofar, ni, por viejo, de filosofar se canse. Pues nunca es demasiado pronto ni demasiado tarde para obtener la salud del alma. Quien dice que aún no ha llegado la hora de la filosofía o que ésta ya pasó, habla igual al que afirma que el momento para la felicidad no ha llegado ni tampoco llegará. Así que filosofad tanto el joven como el viejo; el uno, para que aún envejeciendo, se mantenga joven en su felicidad por la gratitud de lo pasado; el otro, para que, aún siendo joven, sea viejo a la vez por su ausencia de temor ante el porvenir. Es menester, entonces, meditar en aquello que provoca felicidad, puesto que todo lo tenemos cuando la tenemos a ella, y hacemos todo por conseguirla cuando de ella carecemos.

Practica y medita las cosas que repetidamente te he aconsejado, admitiéndolas como principios de la vida buena. Que tu idea de la divinidad sea aquella de un ser incorruptible y dichoso, como lo ha sugerido siempre la noción común de dios, y no le

atribuyas nada distinto a la incorruptibilidad o a la felicidad; de modo tal que entiendas como real y verdadero a todo cuyo propósito sea mantener a aquellas unidas. Porque, en efecto, los dioses existen: así, el conocimiento acerca de ellos es evidente. Pero no son en realidad lo que son para el común de la gente, que desvirtúa su verdad y lo que de ellos se sabe. De modo que no es impío el que rechaza los dioses del pueblo, sino aquel que atribuye a los dioses las opiniones de la masa. Porque las afirmaciones de la gente acerca de los dioses no son pronociones [προλήψεις, *prolépseis*], sino falsas conjeturas. Según éstas, los más grandes males y bienes provienen de los dioses, ya que continuamente habituados a sus propias virtudes, acogen a sus semejantes, pero consideran extraño todo lo ajeno a su cualidad. Haz un hábito pensar que la muerte no es nada en relación con nosotros. Porque todo bien y todo mal radican en los sentidos, y la muerte es, precisamente, ausencia de sentidos. Luego, el recto conocimiento de que la muerte no es nada en relación con nosotros hace placentera la vida mortal, ya que lejos de añadirle un tiempo ilimitado, aparta de ella las ansias de inmortalidad. Nada hay temible en el vivir de aquél que ha bien comprendido que nada hay de temible en el no vivir. Por lo tanto, es necio aquel que dice temer la muerte, no porque sufrirá dolor cuando ésta se presente, sino porque sufre al pensar en su venida. Pues no es prudente que lo que no nos trastorna con su presencia, nos atribule durante su espera. Luego, el más pavoroso de los males – la muerte – no es nada en relación con nosotros, porque, cuando nosotros somos, la muerte no es, y cuando la muerte es, nosotros ya no somos. Por lo tanto, ella no está en relación ni con vivos ni con muertos. Porque, en el primer caso, para los unos no es, y en el segundo, los otros ya no son. Sin embargo,

algunas veces la masa huye de la muerte, por comprenderla como el mayor de los males, y otras la concibe como el remedio para los dolores del vivir. Al sabio, en cambio, le es igual el vivir y el no vivir: pues ni le pesa lo primero ni estima como un perjuicio lo segundo. Y así como, de ningún modo, elige el alimento más abundante, sino el más agradable, así también disfruta el tiempo más placentero y no el más largo. Es propio del imprudente [carente de φρόνησις, *phrónesis*], recomendar al joven que viva bien, o interpelar al viejo para que muera bien, y no sólo por lo placentero de la vida, sino también porque cuidarse de vivir bien y de morir bien son una y la misma cosa. Sin embargo, mucho peor es aquel que dice:

*bueno es no haber nacido  
o, habiendo nacido, traspasar  
cuanto antes las puertas del Hades*

Si lo dice con convicción, ¿cómo es que no abandona la vida? Porque eso está a su alcance, si es que lo ha pensado seriamente; pero si bromea, es frívolo en cosas que no lo admiten.

Pues, es menester recordar que el futuro no es completamente nuestro, más tampoco es ajeno a nosotros del todo. Luego, no debemos aguardar por él como si fuera a ocurrir necesariamente, ni tampoco debemos desesperarnos como si nunca fuera a acaecer.

De igual manera, consideremos que, de los deseos, unos son naturales y otros vanos. Y de los naturales, unos son necesarios, y otros sólo naturales; de los necesarios, unos lo son para la felicidad, otros para la ausencia de malestar del cuerpo, y otros para el vivir mismo. Así, un entendimiento acertado de éstos sabrá intencionar toda elección y todo rechazo a la salud del

cuerpo y a la imperturbabilidad del alma [ἀταραξία, *ataraxia*], por cuanto esto último representa el fin de la vida dichosa, y es en virtud de lo mismo que hacemos todo, para no padecer dolor ni turbación. Y cuando hemos alcanzado ese estado, toda tempestad del alma se apacigua, y el ser humano no tiene que seguir tendiendo hacia algo de lo cual carece [no tiene que seguir deseando, χωρίς ὀρηξέειν φυσικά], ni tampoco buscando otra cosa con la cual completar el bien del alma y del cuerpo. Porque el placer lo necesitamos cuando, por estar ausente, sufrimos dolor; pero cuando no padecemos dolor, por lo mismo no precisamos el placer.

Por tal motivo decimos que el placer es principio y fin de la vida feliz. Pues lo hemos reconocido como el bien primero y congénito, y desde él iniciamos toda elección y rechazo, y a él señalamos cuando juzgamos los bienes teniendo como criterio la aflicción. Y por cuanto es el bien primero y connatural, no elegimos todos los placeres, sino que también prescindimos de muchos de ellos, en virtud de que generan mayores contrariedades. Y consideramos muchos dolores preferibles a ciertos placeres, cuando después de haber experimentado largos períodos de dolor, obtenemos de ello, placeres mayores. Si bien todo placer, por poseer una naturaleza ajustada a lo humano, es un bien, no cualquiera debe elegirse. Del mismo modo, todo dolor es un mal, pero no por ello debemos evitarlo siempre [el dolor]. Por lo anterior, conviene juzgar el placer y el dolor según sus beneficios y perjuicios. Pues, en algunas circunstancias estimamos el bien como un mal, y, otras veces, el mal como un bien.

Y admitimos la autosuficiencia [αὐτάρκεια, *autarkeia*]<sup>1</sup> como un gran bien, no para que en todo momento disfrutemos de poco, sino para que, si no tenemos mucho, con poco disfrutemos, en la convicción de que es más dulce el goce de la abundancia cuando menos se la necesita, y que todo lo natural es fácil de lograr, pero difícil lo superfluo. La alimentación sobria implica un placer similar al de una dieta suntuosa, cuando apacigua el dolor que provoca la carencia. Y así, pan y agua provocan un placer supremo cuando alimentan al que tiene necesidad. De este modo, la costumbre del comer frugal y sin ostentaciones se ajusta a la salud y conduce al hombre a ser diligente en las ocupaciones necesarias de la vida. Así también, cuando eventualmente accedemos a mejores alimentos, mejora nuestra disposición frente a la vida que ellos representan [la vida de abundancia], y nos dispone como libres de temor ante la suerte.

Por lo tanto, cuando afirmamos que el placer es el único fin, no nos referimos a los placeres de los disolutos ni a los de aquellos de vida licenciosa [κραϊπάλη, *craipálee* (crápula)], como creen algunos que ignoran nuestra doctrina, la mal interpretan o no están de acuerdo con ella. Más bien, aludimos a no experimentar dolor en el cuerpo ni turbación en el alma. Pues ni los festejos ni los banquetes continuos, ni el goce con mancebos y mujeres, ni tampoco los pescados ni todas las otras viandas que trae una mesa suntuosa, fecundarán la vida buena, sino que el *logos* [Λόγος, recto juicio, recto razonamiento] que escruta los principios de toda elección y rechazo, y destierra las opiniones mediante las cuales se inquietan las almas con máxima agitación.

---

<sup>1</sup> Epicuro utiliza aquí esta palabra y no αὐταρχία [*autarjía*], que significa “poder absoluto o dominio de sí mismo”. Una pequeña declinación del griego antiguo me lleva a traducir el término utilizado por el filósofo como “autosuficiencia”.

El principio de todo esto y el mayor bien es la prudencia. Ésta es máspreciada aún que la filosofía, porque de ella provienen todas las otras virtudes, y ella nos enseña que no es posible vivir placenteramente sin recto juicio [Λόγος, *logos*], sin honestidad y sin justicia, ni poseer recto juicio, ser honesto y ser justo sin tener una vida placentera. Porque, las virtudes son connaturales con el vivir placentero, y éste es inseparable de ellas.

Entonces ¿a quién estimarías superior: a aquél que tiene opiniones piadosas sobre los dioses, que no tiene temor ante la muerte, que admite y considera el propósito [τέλος, *telos*, fin]<sup>2</sup> de la naturaleza, dando cuenta de que el límite de los bienes es fácil de lograr, y que, por el contrario, el de los males, o es breve en tiempo o implica sufrimiento? ¿Que se burla de aquello que algunos conciben como amo soberano de todo – el destino –, sentenciando que las cosas surgen de la necesidad, del azar, o de nosotros mismos, pues observa que la necesidad es irresponsable, que el azar es inestable, mientras que lo que depende de nuestro arbitrio no tiene otro amo, y por ello le acompaña o la reprobación o el elogio? Pues mejor sería atender al mito en lo que dice sobre los dioses, en vez de esclavizarse al destino de los físicos; pues con lo primero se imagina la esperanza de obtener el favor de los dioses honrándolos, mientras que con lo segundo sólo conocemos que el destino es necesariamente inexorable. El hombre prudente no toma el azar ni por un dios, como estima el vulgo (pues un dios no obra sin armonía, ni tampoco por una causa trivial), ni acepta que aquel endose a los hombres el bien y el mal en relación con la vida feliz, aunque sí sea fuente de grandes bienes y de grandes males. Así, el hombre prudente prefiere ser desafortunado razonando

---

<sup>2</sup> En este caso, Epicuro, entiende τέλος como “propósito”.

bien, que afortunado razonando mal<sup>3</sup>, toda vez que lo más ajustado a la virtud es que en las acciones el recto juicio florezca con su ayuda.

Estas recomendaciones, y sus similares, medítalas noche y día en tu interior, y acompañado de quien sea semejante a ti; y nunca, ni en la vigilia ni en el sueño, zozobrarás en la turbación, sino que vivirás como un dios entre los hombres. Pues en nada se parece a un mortal el hombre que vive entre bienes inmortales.

© Erick Valdés Meza

Todos los derechos reservados

No reproducir ni hacer circular sin la autorización expresa del traductor

---

<sup>3</sup> Nótese la similitud del pasaje clásico de Mill –“Es mejor ser un ser humano insatisfecho que un cerdo satisfecho; mejor ser un Sócrates insatisfecho que un necio satisfecho” – con la afirmación de Epicuro.