

Jordi Nadal nació en Lliçà d'Amunt (Barcelona, 1962) y es licenciado en Germánicas por la Universidad de Barcelona. Comenzó su andadura en Vicens Vives y continuó su carrera en Herder (Alemania). Entre otros puestos, ha sido director de Edhasa, director editorial y de publicaciones de Círculo de Lectores, consultor en Random House en Nueva York, director general de desarrollo corporativo para España y América en Plaza & Janés y adjunto a dirección en Ediciones Paidós. Es coautor del libro *Meditando el Management... y la vida* (Plataforma Editorial, 2012) y *Libros o velocidad. Reflexiones sobre el oficio editorial* (Fondo de Cultura Económica, Madrid y México, 2005), y autor de *Todo tan cerca* (Poliedro, 2005), *Tu nombre* (Almuzara, 2008) y *El paraíso interior* (Plataforma Editorial, 2011). En 2007 fundó Plataforma Editorial, su proyecto de vida. Es padre de Adrià, Martina y Clara, tres motivos constantes para dar siempre gracias a la vida.

www.jordinadal.com

www.libroterapia.eu

Libroterapia™

Libroterapia™

Leer es vida

Jordi Nadal

Introducción de Luis Alberto de Cuenca
y prólogo de Xavier Coll



Primera edición en rústica: mayo de 2017
Segunda edición en rústica: junio de 2017
Primera edición en tapa dura: enero de 2018
Segunda edición en tapa dura: abril de 2018
Tercera edición ampliada y actualizada: marzo de 2019

Edición exclusiva no venal

© Jordi Nadal, 2017
© de la introducción, Luis Alberto de Cuenca, 2017
© del prólogo, Xavier Coll, 2017
© del capítulo «Encarnación de la sabiduría y la compasión,
El Buda», Agustín Pániker, 2017
© de la presente edición: Plataforma Editorial, 2017

Plataforma Editorial
c/ Muntaner, 269, entlo. 1ª – 08021 Barcelona
Tel.: (+34) 93 494 79 99 – Fax: (+34) 93 419 23 14
www.plataformaeditorial.com
info@plataformaeditorial.com

Printed in Spain – Impreso en España

Diseño de cubierta y fotocomposición:
Grafime

El papel que se ha utilizado para imprimir este libro proviene de explotaciones forestales controladas, donde se respetan los valores ecológicos, sociales y el desarrollo sostenible del bosque.

Impresión:
BookPrint Digital
L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos. Si necesita fotocopiar o reproducir algún fragmento de esta obra, diríjase al editor o a CEDRO (www.cedro.org).

A Clara, que en febrero de 2017
dijo por primera vez:
«Ya sé leer».

A Xavier Melgarejo, *in memoriam*

«*We were put on this Earth to make things.*»
«Nos pusieron en la Tierra para hacer cosas.»

W. H. AUDEN (1907-1973)

Índice

<i>Introducción de Luis Alberto de Cuenca</i>	15
<i>Prólogo de Xavier Coll</i>	19
<i>Presentación</i>	23
<i>¿Por qué leer buena literatura?</i>	25
Saber vivir antes de morir, Mitch Albom	31
Un emperador estoico como modelo de vida admirable, Marco Aurelio	37
El valor del compromiso, Albert Camus	43
Una espada contra la vanidad, Elias Canetti	47
Lo dijo casi todo sobre la condición humana, Antón Chéjov	51
La unión de lo sagrado y lo humano, Ralph Waldo Emerson	61
2.000 páginas estupendas, como su autora escondida, Elena Ferrante	65
El sentido (de la vida) es una decisión, Viktor Frankl	73
Nuestras propias alas, André Gide	79
Cuando la infancia es tu fortaleza, Natalia Ginzburg	83
La ternura de un corazón duro, Patricia Highsmith	89
El mejor periodismo del siglo xx, Ryszard Kapuscinski	97
Dejemos que el tiempo vaya construyendo sólidos castillos con lo que parecía arena, Hiromi Kawakami	103
La palabra afilada del pesimismo brillante, François de La Rochefoucauld	111

De la vida rural, sencilla y auténtica, a lo más elevado y sublime, Selma Lagerlöf	115
Leemos para saber que no estamos solos, C. S. Lewis	123
Dos volcanes de pasión en duelo, Rosa Montero	127
No hay obstáculos para la inteligencia, Chimamanda Ngozi Adichie	133
Una visión ácida y corrosiva del mundo laboral en Japón, Amélie Nothomb	141
El valor de la esperanza, Octavio Paz	149
Encuentro con la espiritualidad, Jacques Philippe	153
La perfección en los matices, Josep Pla	159
Una narradora de cuentos insuperable, Katherine Anne Porter	163
Ver lo esencial, Antoine de Saint-Exupéry	169
Puede romperte el corazón con una frase, James Salter	175
La lucidez como mutación letal, Miguel Torga	183
El poeta iluminado de inmensidad, Giuseppe Ungaretti	187
Leerla hará que algunas mujeres –y muchísimos hombres valientes y generosos– entiendan mejor qué es ser mujer, Virginia Woolf	197
El aprendizaje de que hay más de una sabiduría, Marguerite Yourcenar	203
Pensar qué hacemos con nuestras vidas, entendiendo nuestras emociones y creencias, Theodore Zeldin	207
El retorno del humanismo, Stefan Zweig	217
<i>Encarnación de la sabiduría y la compasión, El Buda, por Agustín Pániker</i>	223
<i>Agradecimientos</i>	233

Introducción

Palabras para Jordi

Si Jordi Nadal no existiese, habría que inventarlo. Es una de las criaturas más nobles, sabias, clarividentes y cariñosas que conozco. Se ha movido en el mundo editorial con una elegancia, una perspicacia y un *savoir faire* tales que ya tiene reservado –cuando todavía le quedan muchos años de vida activa por delante– un puesto de excepción en la logia mayor de la edición española contemporánea.

Lo conocí a comienzos de los años noventa del siglo pasado. Su amistad me resultó especialmente sanadora, pues no pasaba yo entonces por un buen momento personal. Supe enseguida que Jordi no iba solo a fundirse conmigo en una amistad meramente «literaria». Su capacidad empática, su interés por el otro y su inteligencia emocional hicieron que se construyese *ab initio* un espacio de afecto entre los dos digno del que se dio en la antigüedad clásica entre personajes como Eneas y Acates o, en el mundo del cómic, tan grato al que suscribe, entre Batman y Robin (por lo menos). Para que nuestro pacto de amistad entrañable se corroborase con una colaboración editorial, tuvo la bondad de invitarme a dar una larga charla ante un grupo de jóvenes que luego se convirtió en un libro, *Lección magistral*, con el que tuve el honor de ser incluido hace unos años en el modélico catálogo de Plataforma, el juguete genial que se sacó de la manga hace diez años ese *puer aeternus* que es Jordi. (Por cierto, nunca me olvidaré de la

LIBROTHERAPIA™

cita de René Char que un día lejano me proporcionó y que guardo como un tesoro en un rincón de mi cartera y, sobre todo, de mi memoria.)

Sabedor de las virtudes curativas que tienen los libros, Jordi Nadal publicó hace unos meses una primera entrega de *Libroterapia*™, un pequeño gran libro en el que se respira la pasión que la lectura produce en su autor, a quien podríamos definir como bibliómano y bibliópata más allá de toda medida. Al amparo del éxito que tuvo su *Libroterapia*™ inicial, Jordi ha ampliado su experiencia con nuevos autores en esta segunda entrega «libroterapéutica» que ahora tienes en las manos, querido lector, y para las que he escrito estas líneas dictadas por la devoción, la admiración y la complicidad.

Los libros nos informan de lo que ocurre en nuestro interior con una capacidad de penetración digna de la más sofisticada de las excavadoras. Y, por si fuera poco, curan. Bien lo sabían los chamanes de los que habla Eliade, cuando con la palabra sanaban espiritualmente los corazones y las almas de las mujeres y los hombres de la tribu. Palabras sanadoras que Nadal ha extraído de las lecturas de algunos de sus autores favoritos, diez más en total en esta ocasión, como los años que lleva transmitiendo su benéfico y sólido mensaje el sello Plataforma dentro del mundo editorial español. Si la primera *Libroterapia*™ incluía nombres tan apetecibles como Camus, Canetti, Emerson, André Gide, La Rochefoucauld, C. S. Lewis, Saint-Exupéry o Torga, esta segunda incluye al maestro Antón Chéjov, a la enigmática Elena Ferrante, al periodista polaco Ryszard Kapuscinski, al emperador y filósofo Marco Aurelio, al sacerdote lorenés Jacques Philippe, a la narradora texana Katherine Anne Porter, al novelista neoyorquino James Salter, al gran poeta italiano Giuseppe Ungaretti, al polifacético Theodore Zeldin (a quien tuve ocasión de conocer en un almuerzo inolvidable propiciado por Jordi) y al gigantesco

Introducción

Stefan Zweig, nunca suficientemente alabado por su prosa sin parangón en la primera mitad del siglo xx. Son, desde luego, diez nombres que desprenden valores terapéuticos transmisibles a todo aquel que se acerque a su producción literaria. Nadal nos introduce en cada uno de los universos personales de esos diez grandes autores y nos prepara de forma inmejorable para disfrutar de su lectura, procurándonos preciosa y suficiente información acerca de su vida, su obra y sus traducciones al castellano, además de ofrecernos algunos fragmentos escogidos de su escritura.

De la misma manera que los autores y los textos seleccionados por Jordi operaron en su ánimo de forma terapéutica cuando le fueron saliendo al paso a lo largo de su existencia, así nos ocurre a nosotros al acercarnos a esta segunda entrega de *Libroterapia*TM, un libro en el que su autor, como en una conversación íntima en un restaurante con velas, se convierte en nuestro *semblable*, en nuestro *frère* –que diría Baudelaire–, en un auténtico *Doppelgänger*: tal es el grado de empatía con el lector que despliegan sus páginas. Una empatía que traslada el flujo cómplice que estableció Jordi Nadal con sus veinticuatro autores terapéuticos a los lectores del libro que los agrupa, produciendo con ello un efecto catártico y sanador que hace que volvamos de su lectura más libres y más sabios. Permíteme que honre estas líneas con una frase del médico y escritor portugués Miguel Torga (1907-1995) que ya figuraba en la primera *Libroterapia*TM: «¡Aquí está el mundo otra vez! Está lleno de sol, de flores, de ruidos, y, sobre todo, no huele a medicinas». El efecto que produce este libro de Jordi es justamente ese: sentir que existe algo fuera del hospital para enfermos terminales que es la vida, un algo misterioso, curativo y perenne que se encuentra en los libros.

LUIS ALBERTO DE CUENCA,
Real Academia de la Historia
Madrid, 28 de agosto de 2017

Prólogo

Marilynne Robinson, la escritora norteamericana ganadora del Premio Pulitzer del año 2005 y una de las autoras preferidas de Barack Obama, escribe en uno de sus ensayos: «Añoro la civilización y quiero que me la devuelvan».

Muchos hemos tenido momentos similares de añoranza en los últimos años. Añoranza de un mundo rico en ideas y debates sobre lo que somos y hacemos, y lo que deberíamos ser y hacer. Desearíamos volver a creer en el «arte de vivir» como un acto de buena fe entre los seres humanos, y entender que el acto más crítico para avanzar en el pensamiento y la democracia es nuestra capacidad de interactuar y debatir entre nosotros.

De forma similar a la capa fértil de la Tierra, esos pocos centímetros de materia orgánica que constituyen el nutriente de nuestro planeta, la civilización es frágil. Cuando se erosiona, cuesta regenerarla, y si se consigue, es a costa del esfuerzo de varias generaciones.

¿Cómo nos reencontramos con la civilización y cómo evitamos que se escurra entre nuestros dedos esa tierra fértil para la convivencia, el diálogo y el conocimiento?

En un mundo en el que vamos estrechando el foco del aprendizaje, en el que el experto es el rey, nos encontramos con un modelo de conocimiento en el que cada día sabemos más y más de menos y menos cosas.

En paralelo a la especialización, tendencias globales como la explosión tecnológica, el cambio climático y la inmigración han

LIBROTHERAPIA™

acelerado la complejidad de nuestro entorno hasta el punto de que se hace cada día más difícil su comprensión.

Mientras los seres humanos evolucionamos y nos adaptamos de modo lineal al tiempo, al espacio y a la innovación, la complejidad de nuestro entorno crece de forma exponencial.

Para saber lo que no sabemos, para explorar lo desconocido, hay que tener la capacidad de entender la complicada interacción de las cosas. Para ello, el modelo del experto no es suficiente. Es necesario abrir la mente, sorprenderse, descubrir y, sobre todo, soñar. «El verdadero signo de la inteligencia no es el conocimiento, sino la imaginación», decía Albert Einstein.

El libro que tienes en tus manos es un regalo del autor para abrir la mente, entender el mundo, expandir las posibilidades y contribuir a explorar y crecer. ¿Qué mejor manera de estimular la imaginación que la lectura? ¿Y cómo aprender mejor que a través de lo que otros ya han aprendido?

Jordi Nadal es, sin duda, una de las mejores personas para guiarnos en este viaje literario y educativo. En nuestro primer encuentro, y tras cinco minutos de conversación, sentí que me habría gustado alargar aquella sesión sobre el placer de leer horas y horas. Desafortunadamente, el tiempo pasó con mucha rapidez, el café se enfrió y llegó el momento de la siguiente reunión en mi despacho.

Ha habido otras ocasiones. Los dos siempre nos hemos llevado una idea o un libro debajo del brazo. Y así surgió el proyecto de escribir sobre aquellos libros que deberíamos leer los directivos para ser mejores. A los pocos meses, Jordi Nadal, con inteligencia y energía, lo ha convertido en realidad.

Libroterapia™ nos abre el horizonte a través de la buena literatura, nos ofrece, en cada capítulo, sabiduría y conocimiento, y añade su grano de arena para crear mejores personas y mejores

Prólogo

directivos. Jordi Nadal nos ayuda a seguir creyendo en el «arte de vivir» y nos refuerza la esperanza de no tener que, como Marilynne Robinson, «añorar la civilización».

XAVIER COLL,
lector y directivo
Marzo de 2017

Presentación

¿Por qué no escribes las cosas que te ha gustado leer y que ayudan a formar directivos y líderes; aquellas que, además, ayudan a ser mejores personas?

Así empezó una conversación vital (al menos, en la historia de este libro) con uno de los directivos mejor formados que conozco, cuyo trabajo se desarrolla en una de las empresas más relevantes del entorno económico de nuestro país.

Me quedé pensando un momento, sorprendido, descolocado, halagado, y acepté el reto.

Y aquí cuento el porqué.

En 1978 empecé a redactar una ficha de cada libro que leía. Tengo algo menos de mil ochocientos informes de lectura. No lo cuento para alardear. Es un hecho que tiene que ver con mi realidad, con mis aficiones, con mis estudios y con mi profesión. Y aun así, nunca sospeché que empezaría este libro.

Desde entonces, he leído, subrayado y copiado fragmentos que me han gustado. Muchos los recuerdo, algunos, los releo. Mis lecturas son hoy parte de mi vida –como para tantas otras personas–, pero para mí son, insisto, mi vocación, mi profesión y mi misión como editor.

LIBROTHERAPIA™

Los libros nos enseñan a comprender cosas de un modo mucho más profundo que otras formas fáciles de información. En la actualidad no se trata de tener más información. Más que nunca, se trata de tener **criterio**, de saber elegir qué es relevante. Hoy se trata de saber descartar la información superflua y de adquirir un buen conocimiento.

El poeta T. S. Eliot (1888-1965) lo formuló magistralmente en estos versos:

*«¿Dónde está la sabiduría que hemos perdido en conocimiento?
¿Dónde el conocimiento que hemos perdido en información?».*

Esta obra es una modesta guía personal, un recorrido por 32 autores para compartir fragmentos de aquellos libros clave para mí, de modo que si quieres disfrutar de una muestra de lucidez y conciencia, hazlo. Porque este libro me lo he planteado para disfrutar, como si uno fuese goloso y se pasease por las mejores pastelerías del mundo y tomase de cada tienda ese dulce que le hará paladar lo excelso de cada lugar. Un disfrutar como forma superior de búsqueda para aprender a gobernar un poco mejor, con humildad y agradecimiento, una vida propia en libertad.

No se trata de proponer la lectura de libros relacionados con la creatividad o el liderazgo (ni mucho menos), sino precisamente de sugerir la lectura de buena literatura, como fuente de acceso a grandes autores llenos de saber.

¿Por qué leer buena literatura?

Al menos, por dos razones.

Recordemos la película *Lo imposible* (Juan Antonio Bayona, 2012). Los segundos, los minutos que siguen al terrible tsunami. Esa situación tan espantosa en la que todo se destruye.

Lo primero que es necesario después de una inundación, sea de la magnitud que sea, siempre es una simple cosa: agua potable. Pues bien, nuestro mundo ha sido arrollado por el tsunami del Internet, por la sobreinformación. Para conservar el equilibrio, la salud, la armonía y la paz son necesarias, más que nunca, agua potable, agua filtrada, justo la necesaria, nada de más, y, sobre todo, filtrada.

Leer cosas buenas y hacerlo bien es como beber agua potable en un mundo colmado de agua insalubre, desbordado por una inundación en la que sobreabunda (como es propio de una inundación) lo que en su mayoría es muy malo, por trivial, por falso, por engañoso.

Leer buena literatura es disfrutar de algo sano, de algo sabio, de algo profundo, de algo bello, de algo verdadero. En definitiva, leer bien es cuidar la salud, como puede apreciarse en el artículo «Las personas que leen libros viven hasta dos años más, según un estudio» (*El Mundo*, 5/08/2016).

«El estudio realizado por tres científicos de la Escuela de Salud Pública de la prestigiosa universidad americana [de Yale] ha comprobado que, dentro del grupo de lectores sobre el que se han rea-

LIBROTHERAPIA™

lizado 12 años de seguimiento, aquellos que dedican a la lectura unas tres horas y media a la semana eran menos propensos a morir en un 17%, mientras que los que superan esas horas de lectura llegaban a alcanzar el 23%.

Una de las autoras del estudio, Becca R. Levy, revelaba al New York Times: “Las personas que leen un libro siquiera media hora al día experimentan significantes avances de supervivencia en su vida” y, además, añadía que estas mejoras no se limitan a la longevidad, sino que también obtienen beneficios “para su salud, educación, habilidades cognitivas y muchas otras variables”.*

Según este estudio, leemos no solo para dar más longitud a la vida. También para darle más profundidad, más sentido y más intensidad.

Si la primera razón que planteaba tiene el dramatismo y la fuerza de un tsunami, hay una segunda razón más hermosa, fina, delicada y profunda:

*«Entre dos cirujanos igualmente competentes,
procure que le opere el que haya leído a Chéjov.»*

SIMON LEYS (1935-2014)

Si nos tiene que operar un cirujano, si es igual de bueno uno que otro, pero uno de los dos se emociona leyendo a Antón Chéjov (1860-1904), estaremos menos solos con este último en la mesa de operaciones. Quien haya leído y se haya conmovido con Chéjov (o con otro autor igual, aunque haya tan pocos a su nivel) tendrá una profundidad de mirada que le hará ser mejor per-

* <www.elmundo.es/f5/2016/08/05/57a3756a46163fc63e8b462b.html>.

¿Por qué leer buena literatura?

sona y, por tanto, mejor cirujano. O mejor panadero, mejor padre, mejor músico, mejor hijo... Casi sin duda: mejor lo que sea. Porque habrá tocado la esencia de la pregunta, habrá rozado el matiz; habrá dudado y habrá sacado la mejor versión de sí mismo, debido a que la belleza y la verdad son necesarias, entre otras cosas, porque nos transforman.

Otra razón que avala la lectura reposada es que hay que huir de la velocidad, tal como recomienda el artículo «Los libros no tienen prisa» (*El País*, 28/07/2016). Fernando Valverde, secretario del Gremio de Libreros y librero entrevistado para este artículo, nos recordaba: «*La reivindicación de la prisa no sirve para los libros; el libro exige tiempo lento, la vuelta al placer. Prisa y lectura no casan*».*

La lectura reposada (la lectura literaria, no la literatura más práctica, más oportunista y utilitarista) aporta intensidad y profundidad, con lo que se crean las condiciones para alcanzar una cierta serenidad. Algo que viene a ser de gran utilidad en nuestras vidas –y, por cierto, cada vez más–. Vivimos en una época que alienta una forma de lectura rápida que, como el *zapping*, es nociva para el alma porque es como un hielo quebradizo sobre el que te deslizas.

Ya lo dijo Ralph W. Emerson (1803-1882):

«*Cuando uno patina sobre hielo fino, la salvación es la velocidad*».

Es tiempo de pararse y pensar, sentir, ser conscientes. Estar aquí y ahora. Menos es más, también en la lectura y en la información. Leemos –cuando leemos bien– cosas de mayor calidad y mejores. Y las mejores lecturas nos hacen mejores. O menos peores.

* <cultura.elpais.com/cultura/2016/07/27/actualidad/1469642158_398059.html>.

LIBROTHERAPIA™

Es bueno recordar la reflexión de una amiga librera cuando un chico joven, de unos veinte años, lector humilde y prudente, le explicó que le daba miedo entrar en algunas librerías ya que sentía vergüenza de que se le notara que leía poco. La respuesta de esta librera fue tan sencilla como luminosa: *«No hay iniciación posible sin formación y una librería bien puede ser una escuela hacia el conocimiento a través de sus libros y de sus autores»*.

Leer como acto de libertad. Al formular una elección, configuramos activamente una forma de dirigir la propia vida. Leer buenos libros nos enseña a convivir con las contradicciones de la existencia, nos enseña los modos de lidiar con ellas sin padecer esquizofrenia.

Conviene añadir: los libros no admiten oportunismo. La vida verdadera, la que es propia, la que no es de prestado, no admite oportunistas. Las crisis que conlleva el hecho de vivir no se resuelven yendo a comprar, en el último minuto, una buena lectura. El extintor con las ideas y los sentimientos esenciales para defendernos debe ir llenándose con la desnudez, solemne, silenciosa, íntima y humilde del tiempo y del pensar.

Algunas de esas lecturas, en mi caso, tras casi cuarenta años de búsqueda, se recogen aquí, en un pequeño libro resultado de una vida macerada, trabajada y articulada día a día como lector, editor y, finalmente, como persona, que es lo que más cuenta. Un libro que, además, se edita coincidiendo con el décimo aniversario de Plataforma Editorial, un proyecto que nació con el mismo espíritu de fomentar la buena literatura con textos que desprenden **autenticidad** y **sentido**, el lema que acompaña las obras que edito en Plataforma Editorial desde hace diez años.

¿Por qué leer buena literatura?

Estas páginas son una forma de compartir una vida lectora que, en esencia, si se escribiese una especie de poema muy ilustrativo, diría:

Leer es comprender.

Comprender es aceptar.

Aceptar es amar.

Amar es ser.

Ser es lograr.

*Lograr poner en práctica vivir
en búsqueda del equilibrio y del sentido.*

*Las palabras te hacen ser más persona,
aprendemos desde las diferencias.*

La empatía es hija de la curiosidad.

Aprendemos por las diferencias.

Leer es ser más de lo que podías esperar.

Comprender es amar:

liderar la vida es buscar lo efectivo y lo afectivo.

Amar es encontrar el sentido.

Leer es avanzar.

Y con esta bella idea de Juanjo Millás inicio el libro y te invito a que me acompañes.

*«La realidad está hecha de palabras,
de modo que quien domina las palabras domina la realidad.»*

JUANJO MILLÁS (n. 1946)

Público al que se dirige la obra

- Personas que quieran (re)descubrir el enorme poder de la literatura a la hora de ordenar, completar y dar un marco a sus vidas. Gente que quiera vivir con autenticidad y sentido.
- Profesionales que trabajen con personas (a su cargo o como clientes) y a los que les apetezca conocer mejor el enorme poder inspirador, estimulador, liberador y creador de sentido de algunas de las mejores obras literarias.
- Personas que quieran saber más de literatura, pero que, tal vez, se angustien un poco ante todo lo que desconocen. Personas que muestren inquietudes y que quieran cultivarse, pero que les incomode no saber lo suficiente de clásicos o de buenos libros modernos.
- Personas que quieran vivir más. En este sentido se recomienda la lectura del artículo «Al fin una droga buena para la salud: leer alarga la vida»* (*El País*, 22/08/2016).

En definitiva, este libro responde a una legítima necesidad de satisfacción de las personas que buscan saborear vivencias y pensamientos de algunos grandes autores de la literatura.

* <elpais.com/elpais/2016/08/19/opinion/1471621596_718582.html>.

Saber vivir antes de morir

Mitch Albom

a. ¿QUIÉN ES MITCH ALBOM?

Mitchell David «Mitch» Albom, nacido en Passaic, Nueva Jersey, en 1958, es escritor, periodista, guionista, dramaturgo, locutor de radio, presentador de televisión y músico. Tras una carrera dedicada al periodismo, fundamentalmente deportivo, se fue consolidando como autor de varios libros, de los que vendió más de veintiséis millones de ejemplares en todo el planeta.

Es mundialmente conocido por su libro **Martes con mi viejo profesor**, en el que narra sus experiencias junto a Morrie Schwartz, su antiguo mentor, enfermo de esclerosis lateral amiotrófica (ELA).

Contexto: Estados Unidos, años noventa del siglo xx. Un gran periodista descubrió en 1995 en un programa de televisión a su antiguo profesor, Morrie Schwartz, enfermo de ELA, hablando sobre la vida y la muerte. A partir de ese momento, Albom restableció el contacto con su viejo preceptor, y lo visitó en su casa cada martes para dialogar sobre estos dos grandes temas.

Nuestro autor, buscando un modo de costear los gastos médicos de Schwartz, encontró a un editor dispuesto a publicar el

LIBROTERAPIA

libro en que relata sus citas periódicas con el profesor, y dedicó el anticipo a pagar el costoso tratamiento.

Martes con mi viejo profesor (en el original: *Tuesdays with Morrie*) se publicó en 1997 y estuvo cuatro años en la lista de los libros más vendidos del *New York Times*. Asimismo, se han vendido más de catorce millones de ejemplares y ha sido traducido a cuarenta y un idiomas. En 1999 el libro fue adaptado para la televisión por Mick Jackson, con un maravilloso Jack Lemmon como Morrie.

b. FRAGMENTOS DE SU OBRA

«—Bueno, amigo mío —dijo—, ¿de qué hablamos hoy?

—¿Qué te parece si hablamos de la familia?

—De la familia.

Reflexionó un momento.

—Bueno, ya ves a la mía, a mi alrededor.

Indicó con la cabeza las fotos de las estanterías, en las que se veía a Morrie de niño con su abuela; a Morrie de joven con su hermano, David; a Morrie con su mujer, Charlotte; a Morrie con sus dos hijos, Rob, que era periodista en Tokio, y Jon, que era informático en Boston.

—Creo que, a la luz de lo que hemos estado hablando todas estas semanas, la familia resulta más importante todavía —dijo—. La verdad es que la gente de hoy no tiene cimientos, no tiene una base segura, si no es la familia. Me ha quedado muy claro desde que estoy enfermo. Si no tienes el apoyo, el amor, el cariño y la dedicación que te ofrece una familia, no tienes gran cosa. El amor tiene una importancia suprema. Como dijo nuestro gran poeta Auden: “Amaos los unos a los otros o pereceréis”».

Mitch Albom

c. BREVE COMENTARIO

Martes con mi viejo profesor es un vademécum de los grandes temas de la vida. Y la familia ocupa un lugar central en toda conversación íntima y sincera, al menos en las personas que así lo han decidido.

Cuando una persona se acerca a su final, suele interesarse solo en lo esencial. Y gestiona su tiempo y su saber, su sentir y su respirar, y los convierte en el centro de lo que es importante. En el lenguaje cotidiano se suele resumir con el campechano: «Tonterías, las justas».

Martes con mi viejo profesor es un excelente pasamanos para la escalera de la vida. Te servirá siempre como asidero.

d. REFLEXIONES PARA EL DÍA A DÍA

Escribe las siguientes palabras en orden de prioridad: *Trabajo y familia. Familia y trabajo*. Una en primer lugar; la otra, en el segundo. No es necesario hacerlo en público. Contesta con sinceridad. Tu respuesta es tu identidad, es quien eres. Más aún, es quien quieres ser.

En la vida tenemos principios e intereses.

La lectura de este libro te permitirá iluminar y ajustar a la realidad las prioridades de tu vida.

e. OTROS FRAGMENTOS RELEVANTES

«Este libro fue, en gran medida, idea de Morrie. Decía que era nuestra “última tesina”. Como los mejores proyectos de

LIBROTHERAPIA™

trabajo, nos unió más, y Morrie se quedó encantado cuando varios editores manifestaron su interés, aunque murió sin llegar a conocer a ninguno. El dinero que se cobró como anticipo contribuyó a pagar las enormes facturas de la atención médica de Morrie, por lo cual nos sentimos agradecidos ambos.

El título, dicho sea de paso, se nos ocurrió un día en el despacho de Morrie. A él le gustaba dar nombre a las cosas. Tenía varias ideas. Pero cuando yo dije: “Qué te parece Martes con mi viejo profesor”, él sonrió casi con rubor, y yo supe que había dado en el clavo.

Cuando murió Morrie, revolví varias cajas de antiguos papeles de la universidad. Y descubrí un trabajo de fin de curso que había preparado para una de sus asignaturas. El trabajo ya tenía veinte años. En la primera página aparecían mis comentarios escritos a lápiz, dirigidos a Morrie, y debajo de estos aparecían los comentarios de él como respuesta a los míos.

Los míos comenzaban: “Querido entrenador...”.

Los suyos comenzaban: “Querido jugador...”.

Por algún motivo, cada vez que lo leo, lo echo más de menos.

¿Has tenido realmente alguna vez un maestro? ¿Un maestro que te viera como algo en bruto pero precioso, como una joya que, con sabiduría, podía pulirse para darle un brillo imponente? Si tienes la suerte suficiente para encontrar el camino que conduce a maestros así, siempre encontrarás el camino para volver a ellos. A veces, solo está en tu cabeza. A veces está junto a sus lechos.

Mi viejo profesor impartió la última asignatura de su vida dando una clase semanal en su casa, junto a una ventana de su despacho, desde un lugar donde podía contemplar cómo se despojaba de sus hojas rosadas un pequeño hibisco. La clase se

Mitch Albom

*impartía los martes. La asignatura era el Sentido de la Vida.
Se impartía a partir de la experiencia.
La enseñanza prosigue.»*

f. SUGERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Martes con mi viejo profesor, Madrid, Maeva, 2010.

Un emperador estoico como modelo de vida admirable

Marco Aurelio

a. ¿QUIÉN ES MARCO AURELIO?

Emperador y filósofo romano, Marco Aurelio Antonino Augusto (Roma, 121-180 d. C.) fue uno de los emperadores romanos más admirados de la historia. Huérfano de padre desde los tres años de edad, cuando ascendió al trono, Marco Aurelio siempre alegó que su madre le había enseñado que era posible vivir sin ostentación: «*La frugalidad en el régimen de vida y el mantenerme lejos de la vida de los ricos*». Fue el emperador Adriano quien descubrió el potencial de Marco Aurelio. Antes de asumir el trono como emperador recibió el título de César, y también fue Cónsul. Llamado «el Sabio» por su gran formación cultural y filosófica, marcada por el estoicismo, su singularidad reside en que durante toda su vida se dedicó a escribir reflexiones y pensamientos mientras luchaba continuamente contra los partos y los pueblos bárbaros.

Llegó a emperador en el año 161, cargo en conjunto con Lucio Vero, el otro hijo adoptivo de Antonino, en tanto que a partir del año 169 y hasta el 177 gobernó solo, y desde ese año hasta el 180 lo hizo junto a su hijo Cómodo por los problemas de salud que lo aquejaban. Al final de su tiempo, en los intervalos entre las

LIBROTHERAPIA™

guerras contra los bárbaros de Germania y la frontera del Danubio, se dedicó a escribir, en griego helenístico, sus **Meditaciones**. Marco Aurelio enfermó de la plaga que asoló su imperio. Su hijo Cómodo debió asumir el mando. El emperador falleció en el año 180 a causa de la viruela.

Contexto: Marco Aurelio está considerado una de las figuras más representativas de la filosofía estoica. Bajo la protección del emperador Adriano, quien lo apodó cariñosamente *verissimus* (honesto), nos encontramos ante un raro ejemplo de enorme poder y sólida profundidad reflexiva, algo de una enorme actualidad por lo inusual y necesario, hoy y siempre.

Marco Aurelio tenía un imperio con grandes amenazas: por un lado, en la zona de Asia y, por el otro, en el norte europeo, con los bárbaros y la frontera del Danubio. Aunque ambos frentes exigían siempre al emperador toda su atención, hubo un momento en la historia en la que un emperador supo y quiso pensar y preguntarse, continuamente, por el sentido del poder y del vivir. Aunque hoy no tengamos exactamente ni a los partos ni a los bárbaros como enemigos imperiales, otras formas de desafío y peligro nos rodean. Por tanto, sus reflexiones nos acompañan, orientan y defienden de cuantas amenazas nos acechan.

b. FRAGMENTOS DE SU OBRA

«De mi abuelo Vero, el carácter bondadoso y la impasibilidad.

*De la reputación y el recuerdo que tengo del que me engendró,
la discreción y la virilidad.*

*De mi madre, la veneración a los dioses y la liberalidad, el
abstenerme no solo de obrar mal, sino también de caer en semejante*

Marco Aurelio

pensamiento. Asimismo, la frugalidad en el régimen de vida y el mantenerme lejos de la vida de los ricos.

De mi bisabuelo, el no haber ido a las escuelas públicas y haber tenido en casa buenos enseñantes, y el haber comprendido que para tales cosas hay que gastar sin miramientos.

Los amigos, sin dejarse humillar por ellos ni desdeñándolos ingratamente.

De Sexto, la benevolencia; el ejemplo de una casa en que se sigue las costumbres de los mayores; la noción de vivir según la naturaleza; la dignidad sin artificio; el preocuparse de los amigos con solicitud; la tolerancia con los ignorantes y con los que opinan sin reflexionar; la acomodación a todo el mundo, de suerte que su trato era más agradable que cualquier adulación y por ellos mismos era sumamente respetado en aquel preciso momento; la capacidad para comprender, encontrar con método y ordenar los principios necesarios para la vida; no dar jamás la impresión de cólera o cualquier otra pasión, sino ser a un tiempo muy desapasionado y muy tierno; alabar sin estridencias y saber mucho, sin ansias de relumbre.»

«Al amanecer, dite a ti mismo: me voy a tropezar con un indiscreto, un desagradecido, un insolente, un envidioso, un insociable. Todo esto les sucede por su ignorancia del bien y del mal. Pero yo que he visto la naturaleza del bien, que es lo bello, y la del mal, que es lo vergonzoso, y la del mismo que comete la falta, que es de mi género, participe no de la misma sangre o semilla, sino de la mente y de una partícula divina, no puedo sufrir daño por obra de ninguno de ellos, pues ninguno me cubrirá de vergüenza; y no puedo enfadarme con un pariente ni odiarlo, porque hemos nacido para una tarea común, como los pies, como las manos, como los párpados, como las hileras de dientes superiores e inferiores. De

LIBROTHERAPIA™

modo que obrar unos contra los otros va contra la naturaleza y es obrar negativamente enojarse y volverse de espaldas.»

c. BREVE COMENTARIO

Este tratado de serenidad aplicada está dividido en doce libros. En el primero, impresionante y admirable en todos los sentidos, relata la historia de familiares y amigos (y menciona qué virtudes ha aprendido de cada uno de ellos), mientras que el último es una despedida de la vida. Deberíamos tomar nota de esta generosidad, que habla de su grandeza.

Nietzsche, a quien no era fácil impresionar, reconocía en el emperador Marco Aurelio un «tónico» para la vida.

Sus **Meditaciones** forman parte de uno de los documentos más impresionantes de sinceridad en la búsqueda, constante y atenta, de la armonía entre uno mismo y la naturaleza humana. Digamos que cuando un gran poder se manifiesta de un modo profundo, humano y delicado, estamos ante un bello momento de la condición humana. Hay motivos para tener esperanza.

d. REFLEXIONES PARA EL DÍA A DÍA

En este mundo de poderosos, aprendices de tiranos empequeñecidos y empequeñecedores, personajes lamentables que a golpe de tuit y de decreto fabrican odio y más odio, por no hablar de algunos tertulianos y de millones de troles, hace falta tener modelos de grandes personas que no son destruidas por la *Hybris* tal como la entendían los griegos: la soberbia del poderoso.

El emperador Marco Aurelio nos da motivos de esperanza. Si

Marco Aurelio

hubo un emperador como él, ¿por qué no esperar que nuestra vida esté marcada por la fortuna feliz de encontrar a otros como él, sean emperadores o, más modestamente, políticos clave, presidentes, etcétera, o, ya más en el mundo de la empresa, directores generales o consejeros delegados? Gente que ayude a vivir mejor.

e. OTROS FRAGMENTOS RELEVANTES

«¿Qué es la maldad? Es lo que has visto tantas veces. Y en ocasión de todo lo que acontece ten presente que es lo que has visto muchas veces. En resumidas cuentas, por arriba y por abajo, encontrarás las mismas cosas, de las que están llenas las fábulas de antaño, las intermedias y las de hoy día, de las que ahora están llenas las ciudades y las casas. Nada es nuevo: todo es habitual y de escasa duración.»

«No sientas vergüenza de pedir ayuda. Pues dispuesto está que cumplas tu cometido, como el soldado en el asalto a una muralla. ¿Qué harías, pues, si no puedes subir solo a la barbacoa, porque cojeas, pero ello te es posible con otro?»

«¿Qué es lo que nos puede guiar? Solo y únicamente la filosofía.»

«Así que es preciso estar recto, no que te pongan recto.»

«Vivirás sin perseguir ni huir.»

«El arte de vivir es más semejante a la lucha que a la danza, por el hecho de que hay que mantenerse inamovible y preparado para lo que nos pueda caer y nos sea desconocido.»

LIBROTERAPIA™

«Es ridículo no huir de la propia maldad, lo cual es posible, y huir de la de los demás, lo cual es imposible.»

«Los hombres han nacido los unos para los otros, por tanto, enséñalos o sopórtalos.»

«No actúes como quien va a vivir diez mil años. La necesidad se cierne sobre ti. Mientras vivas, mientras es posible, sé bueno.»

«Lo que no beneficia a la colmena tampoco beneficia a la abeja.»

f. SUGERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Meditaciones, edición de Bartolomé Segura Ramos, Madrid, Alianza, 1989.