

# ACTUALIDAD DEL TRATADO DE LA AMISTAD (*PHILIA*) DE ARISTÓTELES EN *ÉTICA A NICÓMACO VIII Y IX*

*Poul Michell Izaguirre Villanueva\**  
*Universidad Católica Sedes Sapientiae*  
pizaguirre@ucss.edu.pe

**RESUMEN:** Un estudio contemporáneo dirigido por Waldinger ha mostrado que las buenas relaciones nos hacen más felices y saludables. El presente artículo tiene como objetivo identificar las principales nociones del tratado sobre la Amistad (*philia*) de Aristóteles en *Ética a Nicómaco VIII y IX*: la amistad como virtud, tipos de amistad, amistad y felicidad, necesidad de la amistad, amistad y divinidad, amor a sí mismo y amistad política. Luego, se muestra la actualidad de estas reflexiones aristotélicas en relación con el *Estudio de Desarrollo del Adulto de Harvard* que servirán de base teórica en la elaboración de una disciplina práctica que ayude en el cultivo las buenas relaciones en el mundo contemporáneo.

**PALABRAS CLAVE:** Buenas relaciones, amistad, virtud, felicidad, amistad política.

## CURRENT TREATY OF FRIENDSHIP (*PHILIA*) OF ARISTOTLE IN *ETHICS TO NICÓMACO VIII AND IX*

**ABSTRACT:** A contemporary study led by Waldinger has shown that good relationships make us happier and healthier. This article aims to identify the main notions of Aristotle's treatise on Friendship (*philia*) in *Nicomachean Ethics VIII and IX*: friendship as virtue, types of friendship, friendship and happiness, necessity of friendship, friendship and divinity, self-love and political friendship. Then, the currently of these Aristotelian reflections in relation to the Harvard Adult Development Study is shown, which will serve as a theoretical basis in the elaboration of a practical discipline that develops good relations in the contemporary world.

**KEYWORDS:** Good relations, friendship, virtue, happiness, political friendship.

---

\* **Poul Michell Izaguirre Villanueva** es magíster en filosofía teórica por la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma. Profesor de filosofía en la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

“La amistad (...) es lo más necesario para la vida.  
En efecto, sin amigos nadie querría vivir,  
aunque tuviera todos los otros bienes”

Aristóteles, *Ética a Nicómaco*

## 1. Importancia del tema de la amistad y objetivos

En una famosa charla TED, Waldinger (2015) al inicio de su presentación se hizo una pregunta: ¿qué nos mantiene felices y saludables a lo largo de la vida? La respuesta que ofreció fue que las buenas relaciones nos hacen más felices y más saludables. Estaba compartiendo los resultados del *Estudio de Desarrollo de Adultos de Harvard* que desde 1938 y por el transcurso de 75 años habían rastreado la vida de 724 personas. Los resultados de este largo estudio habían arrojado tres lecciones sobre las buenas relaciones humanas. La primera es que las buenas relaciones sociales hacen mucho bien y que la soledad mata. La segunda es que lo más importante no son la cantidad de amigos sino la calidad de las relaciones cercanas que se tiene y que estas no solo brindan bienestar psicológico sino que también preservarán la salud física. La tercera lección que arroja el estudio es que las buenas relaciones son muy beneficiosas para el cerebro. A final de su presentación, Waldinger reconoce que el mensaje de que las buenas relaciones son buenas para alcanzar la felicidad es una sabiduría “vieja como el tiempo”.

En la filosofía occidental, esta sabiduría vieja como el tiempo tiene en Aristóteles, a quien Dante llamó “il maestro di color chi sanno”, a un gran representante. Entre las múltiples obras que escribió destaca en el ámbito de la filosofía práctica la *Ética a Nicómaco* (en adelante *Eth. Nic.*). En esta obra Aristóteles pretende responder a la pregunta ¿cómo debemos vivir? Lo primero que nos dice Aristóteles es que los seres humanos debemos identificar el bien supremo que sería la felicidad (*eudaimonía*). Luego, nos dice que debemos trabajar en nosotros mismos y para ello debemos cultivar la virtud (*areté*), ya que la virtud es la plena realización del ser humano. Junto a la virtud son importantes algunos bienes externos como la salud, un mínimo de riqueza, una buena familia, unos buenos hijos, un aspecto agradable, una ciudad bien gobernada y el más importante de todos, la amistad (*philia*).

En *Eth. Nic.*, al tema de la amistad, Aristóteles le ha dedicado dos libros de los diez libros que conforman esta obra, el libro VIII y el libro IX. En este artículo vamos a abordar el tema de la amistad comentando sobre todo la *Eth. Nic.* El objetivo es identificar las principales nociones sobre la amistad presentes en esta obra aristotélica para mostrar

la actualidad de las intuiciones del Estagirita en relación con el *Estudio de Desarrollo de Adultos de Harvard*.

Berti (2008) se pregunta, ¿por qué Aristóteles le dedica tantas páginas a la amistad? La respuesta es que para Aristóteles la amistad es “lo más necesario para la vida”, una condición necesaria para la felicidad. Además, cabe señalar que la palabra con la que Aristóteles habla de la amistad es *philia*, y esta palabra tiene un sentido amplio, ya que incluye toda forma de afecto entre los seres humanos. Será, por tanto, importante desde un punto de vista filosófico esclarecer los diferentes sentidos de la palabra *philia* para poder recoger nociones que nos puedan ayudar en la elaboración de una disciplina práctica que nos ayude a cultivar la verdadera amistad en el presente.

## 2. La amistad como virtud

Aristóteles (trad. en 2017), al inicio del libro VIII 1 de la *Eth. Nic.*, dice lo siguiente:

Después de esto, podría seguir una discusión sobre la amistad, pues la amistad es una virtud o algo acompañado de virtud, y, además, es lo más necesario para la vida. En efecto, sin amigos nadie querría vivir, aunque tuviera todos los otros bienes; incluso los que poseen riquezas, autoridad o poder, parece que necesitan sobre todo amigos; porque ¿de qué sirve esta abundancia de bienes sin la oportunidad de hacer el bien, que es la más ejercitada y la más laudable hacia los amigos? ¿O cómo podrían esos bienes ser guardados y preservados sin amigos? Pues cuanto mayores son, tanto más inseguros. En la pobreza y en las demás desgracias, consideramos a los amigos como el único refugio. Los amigos ayudan a los jóvenes a guardarse del error; y ayudan a los viejos, los cuales a causa de su debilidad, necesitan asistencia y ayuda adicional para sus acciones; y los que están en la flor de la vida les prestan su apoyo para las nobles acciones. «Dos marchando juntos», pues con amigos los hombres están más capacitados para pensar y actuar. (pp. 216-217)

En este fragmento, Aristóteles afirma que la amistad es una virtud. Esto para nosotros es inusual, ya que la palabra amistad no nos viene en mente como una virtud. Para nosotros que somos contemporáneos el concepto, amistad no es una palabra filosófica, es un sentimiento, un afecto que experimentamos por ciertas personas. Hoy en día con la proliferación de las redes sociales, por ejemplo Facebook, la palabra amistad tiene un sentido genérico, que incluye a nuestros amigos en sentido estricto, a personas que apenas

conocemos e incluso a personas que siguen nuestro perfil por admiración, por interés o por algún otro motivo.

Para los antiguos la amistad también era una virtud. El término usado por Aristóteles es *philia*, que es un sustantivo del verbo *phileo* que significa amar. Con la palabra *philia* Aristóteles entiende todo tipo de afecto, todo tipo de amor; el amor pasional, aquel que se da entre los que se enamoran y se dejan fascinar por la pasión; el amor que se tienen los esposos; el amor que se tienen padres e hijos; el amor que se experimenta entre hermanos; el amor entre los miembros de una familia; el afecto entre amigos en el sentido estricto de la palabra; y el afecto que se tienen los ciudadanos de la misma *polis*, la llamada amistad cívica o política.

También para Aristóteles (trad. en 2014) la amistad es un sentimiento y esto lo dice explícitamente en el siguiente texto de la *Eth. Nic.*:

Vamos ahora a examinar qué es la virtud. Dado que en el alma todo lo que se da son tres cosas, pasiones, facultades y hábitos, la virtud deberá ser alguna de éstas. Denomino pasiones al deseo, la cólera, el miedo, el coraje, la envidia, la alegría, el sentimiento de amistad (*philia*), el odio, la nostalgia, los celos, la piedad, y en general a todas las afecciones a las que acompaña el placer o la pena. (p. 39)

En este texto, Aristóteles afirma que todo lo que se da en el alma son tres cosas, pasiones, facultades y hábitos. En la lista que hace de las pasiones incluye a la amistad. Por tanto, para el Estagirita la amistad es también un sentimiento. En esto cada uno de nosotros estaría de acuerdo. Sin embargo, para Aristóteles la amistad además de ser un sentimiento es también una virtud. Lo dice explícitamente en el texto que hemos citado anteriormente. Ahora, virtud en griego se dice *areté*. La palabra *areté* tiene un significado amplio, significa excelencia, perfección. Para Aristóteles toda forma de excelencia, toda forma de perfección es virtud (*areté*). Para nosotros la palabra virtud tiene un sentido moral (moralista) y normalmente la palabra virtud está en contraposición con el vicio. Hoy en día incluso la palabra virtud casi ya no se utiliza, se prefiere utilizar la expresión valor (valores). Las palabras virtud y vicio hacen referencia a las buenas o malas acciones; las buenas acciones son permitidas o premiadas y las malas acciones son prohibidas o castigadas. Y este sentido de virtud y vicio no gusta a muchos. En Aristóteles, virtud tenía un sentido amplio, como lo acabamos de decir, hacía referencia a toda forma de perfección, a toda forma de excelencia. La virtud es la acción bien hecha, la perfección de la acción, la *eupraxia* aristotélica.

Este sentido de la palabra virtud (*areté*) ha llegado hasta nuestros días. Por ejemplo, cuando decimos que un músico es virtuoso. Cuando murió el músico peruano Óscar Avilés, emblemático guitarrista de la música criolla, los diarios locales lo elogiaron por su virtuosismo musical. Obviamente, no se referían a su comportamiento moral o ético sino a su habilidad, dominio y técnica en el arte que practicó. Este es el sentido de virtud en la antigüedad.

Luego, Aristóteles (trad. en 2017) afirma que “la amistad es lo más necesario para la vida. En efecto, sin amigos nadie querría vivir aunque tuviera los otros bienes” (p. 216). He aquí el valor y la importancia de la amistad según el filósofo de Estagira. Esto quiere decir que si un ser humano no tuviera un afecto en el mundo, es decir, si no tuviera personas a quienes amar o si no tuviera personas que lo amen la posesión de los otros bienes no sería suficiente para hacerlo feliz.

La amistad no es la esencia de la felicidad para el filósofo. Aristóteles (trad. en 2017), en el libro X de la *Eth. Nic.*, afirma que la felicidad suprema el filósofo la alcanza en la vida teórica, es decir, en la búsqueda de la verdad, en la búsqueda de los primeros principios y primeras causas. En muchas de nuestras traducciones contemporáneas de la *Eth. Nic.* se traduce *vida teórica* que en griego sería *bíos theoretikós* con la expresión *vida contemplativa*. Según Berti (2013), este tipo de traducción podría traer confusiones. La expresión *vida contemplativa* está relacionada sobre todo a la mística cristiana en donde Dios es el objeto de contemplación del alma devota. Un ejemplo de esto sería san Juan de la Cruz (2007) que en sus coplas del alma que pena por ver a Dios dice:

Vivo sin vivir en mí, y de tal manera espero, que muero porque no muero. En mí ya no vivo ya, y sin Dios vivir no puedo (...) Esta vida que yo vivo es privación del vivir; y así, es continuo morir hasta que viva contigo; oye, mi Dios, lo que digo que esta vida no la quiero; que muero porque no muero (...) Lloraré mi muerte ya, y lamentaré mi vida en tanto que detenida por mis pecados está. ¡Oh mi Dios!, ¿cuándo será? Cuando yo diga de vero: vivo ya porque no muero. (pp. 51-53)

Aquí está claro que el alma del poeta desea contemplar a Dios y de alguna manera le suplica para que rasgue los cielos y lo lleve a su presencia. En el mundo cristiano esta visión es correcta, al ser Dios el sumo bien, el ser humano encuentra su máxima felicidad en la contemplación de Dios. Sin embargo, cuando Aristóteles habla de vida teórica se está refiriendo a una actividad que es propia del filósofo y que está en relación con la mayor de las virtudes dianoéticas, *sophia*, que es la capacidad de la razón teórica de

conocer los primeros principios y las primeras causas y que en el libro de la *Metafísica* Aristóteles llamará *filosofía primera*. Por tanto, para Aristóteles, la felicidad suprema estará en el conocimiento último de la razón de las cosas. En este punto coincide con la escuela epicúrea cuando en *De rerum natura* de Lucrecio se encuentra la siguiente sentencia “Felix qui potuit rerum cognoscere causas”, que quiere decir, feliz aquel que puede conocer la causa, la explicación de las cosas. Hoy esta sería la felicidad del hombre de ciencia, del filósofo, de todo aquel que dedica su vida a la búsqueda de la verdad y a esclarecer en la medida de lo posible el mundo de la experiencia. Si bien es cierto la amistad no es en Aristóteles la esencia de la felicidad, es de los bienes externos la más importante, puesto que sin amigos nadie querría vivir.

### 3. Tipos de amistad

Aristóteles nos acaba de decir que la amistad es una virtud, pero nos podríamos preguntar: ¿todo tipo de amistad es virtud? La respuesta de Aristóteles es negativa. Para esto, Aristóteles distingue tres tipos de amistad: la amistad basada en el placer, la amistad basada en el interés y la amistad basada en el bien, en la virtud. Según Aristóteles (trad. en 2017), “no todo puede amarse, sino solo lo amable, y que esto es o bueno o agradable o útil” (pp. 218-219). Según esta división, solamente se puede amar aquello que es bueno, es decir, el bien; aquello que es agradable o placentero; y aquello que nos es útil, es decir, aquello que es de nuestro interés. Es por ello que afirmará: “tres son las causas por las que los hombres aman” (p. 219), es decir, aquello que causa el amor es el bien, el placer o el interés. Y siguiendo esta tripartición, concluirá que “tres son, pues, las especies de amistad, iguales en número a las cosas amables” (p. 220). Aquí aparece la clásica distinción aristotélica de los tres tipos de amistad: la amistad basada en el placer, la amistad basada en el interés y la amistad basada en el bien.

Según Aristóteles (trad. en 2017), tres son las condiciones que son necesarias para que se pueda hablar de amistad. Fijémonos en el siguiente texto de la *Eth. Nic.*, VIII 2:

Siendo tres las causas por las cuales los hombres aman, cuando uno tiene afición a una cosa inanimada no lo llamamos a esto amistad, porque no hay reciprocidad ni se desea el bien del objeto (pues sería, sin duda, ridículo desear el bien del vino, aunque, en todo caso, se desea que se conserve, para disponer de él); en cambio, decimos que debe desearse el bien del amigo por el amigo mismo. Pero llamamos benévolos a los que desean así el bien de otros, si por parte de éstos no existe el mismo sentimiento, pues hay amistad cuando la simpatía es recíproca. ¿O debemos añadir: «con tal de que <esta simpatía> no pase

inadvertida»?, pues muchos están bien dispuestos hacia aquellos que no han visto, pero que sospechan que son buenos o útiles, y es posible que alguno de ellos tenga el mismo sentimiento recíproco; tales personas, entonces, parecen estar bien dispuestas unas para con otras, pero ¿cómo podría llamárselos amigos, si desconocen la disposición de los otros para con ellos? Debe haber, pues, una buena disposición recíproca y que cada uno desee el bien del otro sin ser ignorante de esto, y por una de las razones mencionadas. (p. 219)

Lo primero que dice Aristóteles es que el afecto que podemos tener por seres inanimados no puede llamarse amistad porque no existe reciprocidad y tampoco se desea el bien de estos objetos. Esto a nosotros nos parece evidente, sin embargo, lo que Aristóteles quiere enfatizar es que en la relación de amistad debe existir reciprocidad. Aristóteles pone como ejemplo el afecto al vino, ya que alguno podría decir que ama el vino pero no por ello el vino sería amigo suyo. Por tanto, la amistad debe ser un afecto recíproco. Luego, Aristóteles dice que la amistad es un afecto en el que uno quiere el bien del otro, el bien de la persona amada. Finalmente, dice Aristóteles que la amistad para que sea tal no debe ser ignorada por la persona que es objeto de nuestro afecto, es decir, debe ser manifiesta. Por tanto, según Aristóteles, para que se pueda hablar de amistad son necesarias tres condiciones: que un ser humano quiera por la persona amada el bien; que el afecto sea recíproco y que el afecto se manifieste, que no sea ignorado por la persona amada. Como dice Aristóteles (trad. en 2017), “en cada una de ellas se da un afecto recíproco y no desconocido, y los que recíprocamente se aman desean el bien los unos de los otros en la medida en que se quieren” (p. 220).

Berti (2008), comentando este pasaje de la *Eth. Nic.*, señala también estas tres condiciones. Y comentando la primera añade que el bien deseado para la persona amada puede ser real o aparente. Además, señala que si faltan la reciprocidad y la manifestación de la amistad estaríamos hablando no ya de amistad sino de benevolencia, y si faltara la primera, es decir, el deseo del bien por el ser que es objeto de nuestro afecto, no existiría ni siquiera la benevolencia.

### **3.1. La amistad basada en el placer**

Según Aristóteles, en la amistad basada en el placer, las personas se aman por lo que tienen y no por lo que son, puesto que buscan en la persona que es objeto de su afecto lo placentero. No se busca el bien del amigo sino el propio placer, y es por ello que es una amistad pasajera. Para el Estagirita es una amistad accidental. Si bien es cierto, no aparece aquí un juicio negativo sobre este tipo de amistad, lo que se nos está diciendo es que esta

especie de amistad tiene un límite. Según Aristóteles (trad. en 2017), es una forma de amistad que se encuentra de forma particular en los jóvenes. Leamos el siguiente texto de la *Eth. Nic.* VIII 3:

(...) la amistad de los jóvenes parece existir por causa del placer; pues éstos viven de acuerdo con su pasión, y persiguen, sobre todo, lo que les es agradable y lo presente; pero con la edad también cambia para ellos lo agradable. Por eso, los jóvenes se hacen amigos rápidamente y también dejan de serlo con facilidad, ya que la amistad cambia con el placer y tal placer cambia fácilmente. (p. 221)

Esto se debe a que los jóvenes viven bajo el influjo de las pasiones ya que buscan placeres inmediatos. Los jóvenes buscan lo que es agradable y placentero en el presente. La juventud es, sin lugar a dudas, el periodo en el que las personas son más bellas y la belleza y la juventud producen placer. Este tipo de amistad tiene un límite, ya que si está fundada solo en lo placentero con el paso del tiempo desaparece. Podemos concluir, entonces, que este tipo de amistad es imperfecta.

### 3.2. La amistad basada en el interés

La amistad basada en el interés es también imperfecta. En este tipo de amistad se procura el propio interés y por lo mismo no es constante. Leamos el siguiente texto de la *Eth. Nic.* VIII 3:

Tampoco lo útil permanece idéntico, sino que unas veces es una cosa, y otras, otra; y, así, cuando la causa de la amistad se rompe, se disuelve también la amistad, ya que ésta existe en relación con la causa. Esta clase de amistad parece darse, sobre todo, en los viejos (pues los hombres a esta edad tienden a perseguir no lo agradable, sino lo beneficioso), y en los que están en el vigor de la edad, y en los jóvenes que buscan su conveniencia. Tales amigos no suelen convivir mucho tiempo, pues a veces ni siquiera son agradables los unos con los otros; tampoco tienen necesidad de tales relaciones, si no obtienen un beneficio recíproco; pues sólo son agradables en tanto en cuanto tienen esperanzas de algún bien. (pp. 220-221)

Esta especie de amistad es frecuente, nos dice Aristóteles, en los ancianos ya que a causa de la edad ya no buscan placer, sino la utilidad.



### 3.3. La amistad basada en el bien

Cuando Aristóteles (trad. en 2017) empieza a hablar de la amistad basada en el bien, es decir, la amistad perfecta, nos dice lo siguiente:

Pero la amistad perfecta es la de los hombres buenos e iguales en virtud; pues, en la medida en que son buenos, de la misma manera quieren el bien el uno del otro, y tales hombres son buenos en sí mismos; y los que quieren el bien de sus amigos por causa de éstos son los mejores amigos, y están así dispuestos a causa de lo que son y no por accidente; de manera que su amistad permanece mientras son buenos, y la virtud es algo estable. (p. 221)

Solo este tipo de amistad es perfecta según el Estagirita y se da entre personas que son buenas e iguales en virtud. Aquí se desea para el amigo el bien verdadero y se ama al amigo por lo que es y no por lo que tiene. En este tipo de amistad, los amigos quieren el bien el uno del otro y son personas buenas en sí mismas. Es una amistad que se da entre personas de bien, entre personas que cultivan la virtud, entre personas que son de valor y puesto que tienen este fundamento, la amistad dura en el tiempo puesto que la virtud, es algo estable. La amistad basada en el bien y la virtud, dice Aristóteles (2017), no solamente es buena sino que también es agradable y útil. Este tipo de amistad es la que es necesaria para la felicidad ya que “el cariño y la amistad en ellos existen en el más alto grado y excelencia”. Luego, el Estagirita reconoce que este tipo de amistad es peculiar, ya que existen pocas personas que son buenas y virtuosas. Además, este tipo de amistad requiere tiempo y trato, ya que “el deseo de amistad surge rápidamente, pero la amistad no” (p. 222).

## 4. Amistad y felicidad

Según Aristóteles (trad. en 2017), la felicidad es una actividad del alma de acuerdo con la virtud. Esto lo dice en un pasaje conocido del libro I de la *Eth. Nic.*:

Si, entonces, la función propia del hombre es una actividad del alma según razón, o que implica la razón, y si, por otra parte, decimos que esta función es específicamente propia del hombre y del hombre bueno, como el tocar la cítara es propio de un citarista y de un buen citarista, y así en todo añadiéndose a la obra la excelencia queda la virtud (pues es propio de un citarista tocar la cítara y del buen citarista tocarla bien), siendo esto así, decimos que la función del hombre es una cierta vida, y ésta es una actividad del alma y unas acciones razonables,

y la del hombre bueno estas mismas cosas bien y hermosamente, y cada uno se realiza bien según su propia virtud; y si esto es así, resulta que el bien del hombre es una actividad del alma de acuerdo con la virtud, y si las virtudes son varias, de acuerdo con la mejor y más perfecta, y además en una vida entera. Porque una golondrina no hace verano, ni un solo día, y así tampoco ni un solo día ni un instante <bastan> para hacer venturoso y feliz. (p. 36).

La felicidad es una actividad del alma según virtud (*areté*). Luego, Aristóteles señala que “si las virtudes son varias, de acuerdo con la mejor y más perfecta”. Según el Estagirita, la virtud perfecta, la mejor, es la sabiduría (*shopia*). Así lo muestra en el Libro VI de la *Eth. Nic.*, cuando examina las virtudes intelectuales. Ahora, la sabiduría (*sophia*) es la virtud de la razón teórica que permite conocer los primeros principios y las primeras causas, y siendo Aristóteles un filósofo esto suponía para él la verdadera felicidad, la vida teórica (*bíos theoretikós*). La vida teórica es para Aristóteles la vida perfecta, la suprema felicidad. Luego Aristóteles señala:

Si la felicidad es una actividad de acuerdo con la virtud, es razonable (que sea una actividad) de acuerdo con la virtud más excelsa, y ésta será una actividad de la parte mejor del hombre. Ya sea, pues, el intelecto ya otra cosa lo que, por naturaleza, parece mandar y dirigir y poseer el conocimiento de los objetos nobles y divinos, siendo esto mismo divino o la parte más divina que hay en nosotros, su actividad de acuerdo con la virtud propia será la felicidad perfecta. Y esta actividad es contemplativa, como ya hemos dicho. (trad. en 2017, p. 287)

Una vez más, Aristóteles nos habla de la intrínseca relación entre felicidad y virtud. Para Aristóteles no puede existir felicidad sin virtud. Luego, dice que la máxima felicidad estará en relación con la más eminente de las virtudes y esta, como hemos dicho, es la sabiduría (*sophia*), que en la práctica sería la *vida teórica*, aquella vida que hace experimentar al filósofo la más elevada felicidad. Según Berti (2008), *vida teórica* (*bíos theoretikós*) se ha traducido normalmente como *vida contemplativa*, y esto lleva a confusión puesto que la expresión *vida contemplativa* está cargada, para nosotros, de un significado cristiano que en Aristóteles no encontramos. Para el mundo cristiano, la vida contemplativa es la contemplación de Dios, quien es visto como el bien supremo y al que el alma del creyente devoto quisiera ver cara a cara. En Aristóteles, la *vida teórica* es la vida dedicada al estudio, a la investigación en todos los ámbitos del saber, como lo demuestra su propia obra. La vida que había elegido vivir cuando ingresó a la Academia

de Platón y luego en su escuela, el Liceo. Por tanto, para Aristóteles la *vida teórica* es la vida del investigador, la vida del científico, así como de todo aquel que busca la verdad y pretende explicar el mundo que nos rodea, el mundo de la experiencia.

Ahora bien, la vida teórica, para que pueda proporcionar al filósofo la suprema felicidad presupone una serie de condiciones. En *Eth. Nic.* I, 8, Aristóteles divide los bienes en tres clases: los bienes exteriores, los bienes del cuerpo y los bienes del alma. Cuando habla de los bienes exteriores afirma que es evidente que la felicidad necesita de ellos. Aristóteles menciona algunos: la salud, un mínimo de riqueza, poder político, nobleza de linaje, buenos hijos, aspecto agradable, una buena familia, una ciudad bien gobernada, buenos amigos y suerte o fortuna. Como ya habíamos citado al inicio, en *Eth. Nic.* VIII, 1 Aristóteles afirma que la amistad es lo más necesario para la vida y en *Eth. Nic.* X, 7 Aristóteles afirma que incluso el sabio que goza de una cierta autosuficiencia necesita de colegas o colaboradores, por tanto, la felicidad del filósofo no puede estar en la soledad de la vida teórica sino en la colaboración con otros filósofos.

## 5. ¿El hombre feliz tiene necesidad de amigos?

En *Eth. Nic.* IX 9, Aristóteles nos dice que la amistad es necesaria para la felicidad. El Estagirita se pregunta, ¿el hombre feliz tiene necesidad de amigos? La respuesta de Aristóteles será que el hombre feliz necesita amigos. Para Aristóteles, la felicidad no consiste solo en la actividad teórica sino que son necesarias muchas otras condiciones como ya hemos explicado. La felicidad implica la actividad de la *vida teórica* y la posesión de todos los bienes posibles, es decir, los bienes del alma, los bienes del cuerpo y los bienes externos. Para Aristóteles (trad. en 2017), la amistad es el mayor de los bienes externos. Luego, el filósofo afirma:

Quizá es también absurdo hacer del hombre dichoso un solitario, porque nadie, poseyendo todas las cosas, preferiría vivir solo, ya que el hombre es un ser social y dispuesto por la naturaleza a vivir con otros. Esta condición pertenece, igualmente, al hombre feliz que tiene todos los bienes por naturaleza, y es claro que pasar los días con amigos y hombres buenos es mejor que pasarlos con extraños y hombres ordinarios. Por tanto, el hombre feliz necesita amigos. (p. 264)

Para fundamentar la importancia de la amistad en la vida del hombre feliz, Aristóteles recuerda su famosa definición del hombre como “animal político (o social) por naturaleza” expuesto en su tratado titulado *Política*. En este texto se nos dice que ni siquiera el hombre feliz puede ser un ser solitario, ya que nadie elegiría vivir solo así

poseyera todos los otros bienes. Al ser un ser social o político, el hombre está dispuesto por la naturaleza a vivir con otros y es claro que, dice Aristóteles, pasar los días con amigos es mejor que pasarlos en soledad, y por ello concluye que el hombre feliz necesita amigos.

En *Eth. Nic. IX 9*, Aristóteles (2017) dice que la conciencia de la existencia del amigo es tan deseable como la propia existencia; esto porque la felicidad no consiste solo en la realización de actividades buenas y placenteras sino en la observación, en la experiencia de actividades de este tipo y para poder tener experiencia de este tipo de actividades necesitamos de amigos en los cuales poderlas experimentar. Esto se reafirma en un bellissimo texto que encontramos en *Eth. Nic. IX 12*. Citamos:

Ahora bien, ¿no es verdad que para los amigos el convivir es lo más deseable, de la misma manera que para los amantes el ver es lo más precioso y prefieren este sentido a todos los demás, porque es en virtud de esta sensación principalmente como el amor existe y nace? La amistad es, en efecto, una comunidad, y la disposición que uno tiene para consigo la tiene también para el amigo. En cuanto a uno mismo, la sensación de que existe es amable, y así, también, respecto del amigo. Ahora bien, la actividad de esta sensación surge en la convivencia, de modo que verosímilmente los amigos aspiran a ella. Y lo que cada hombre considera que es la existencia o aquello que él prefiere para vivir, esto es en lo que desea ocuparse con los amigos, y, así, unos beben juntos, otros juegan juntos, otros hacen ejercicios, o cazan, o filosofan juntos y, en cada caso, los amigos pasan los días juntos con aquellos que más aman en la vida; porque, queriendo convivir con los amigos, hacen y participan en aquellas cosas que creen que producen la convivencia. (2017, p. 270)

Aquí Aristóteles nos dice una cosa muy importante, “lo que cada hombre considera que es la existencia o aquello que él prefiere para vivir, esto es en lo que desea ocuparse con los amigos”. Esto quiere decir que las personas hacen lo que más les gusta no en soledad sino con sus amigos. Y para que se pueda entender pone varios ejemplos. A algunos les gusta la bebida y encuentran más placer, más felicidad, bebiendo entre amigos. Otros juegan juntos, dice Aristóteles, puesto que sería tonto amar el fútbol, por ejemplo, y pretender jugarlo en soledad. El fútbol es una actividad que muchos aman practicar, pero el fútbol es más placentero y hace más felices a las personas si estas lo juegan con sus amigos. Y, finalmente, dice hay algunos que filosofan juntos. Este último ejemplo seguramente Aristóteles lo recoge como testimonio de su propia vida. Sabemos

que cuando Aristóteles ingresó a la Academia de Platón tenía diecisiete años y salió de ella, luego de la muerte del maestro, Platón, cuando tenía treinta y siete años. En la academia de Platón, Aristóteles hacía lo que más le gustaba: hacía filosofía, tenía una vida teórica, sin embargo, era más feliz haciéndolo con sus amigos filósofos. Prueba de ello es quizá el siguiente fragmento de la carta VII de Platón (1999).

Y cuando después de muchos esfuerzos se han hecho poner en relación unos con otros cada uno de los distintos elementos, nombres y definiciones, percepciones de la vista y de los demás sentidos, cuando son sometidos a críticas benévolas, en las que no hay mala intención al hacer preguntas ni respuestas, surge de repente la intelección y comprensión de cada objeto con toda la intensidad de que es capaz la fuerza humana. (p. 518)

Aquí Platón nos deja un testimonio de cómo se hacía filosofía en común. Cuando un punto de vista o una teoría son sometidos a crítica, esta última debe de realizarse con benevolencia y sin mala intención; se hacen preguntas y se procura ofrecer una respuesta. En este contexto surge “la comprensión de cada objeto con la intensidad que es capaz la fuerza humana”. No se puede ser feliz en soledad, se es feliz haciendo lo que más nos gusta con los amigos.

## 6. Amor a sí mismo (*philautía*)

Aristóteles se pregunta, ¿uno debe amarse a sí mismo? Su respuesta es afirmativa al afirmar que “cada uno es el mejor amigo de sí mismo, y debemos amarnos, sobre todo, a nosotros mismos” (2017). Ahora bien, el amor a uno mismo no debe ser egoísta sino que nos debemos afanar en hacer cosas justas, en ser prudentes, o cualquier actividad que esté de acuerdo con la virtud. Es decir, debemos salvaguardar para uno mismo lo noble y si actuamos de esta manera nadie diría que es egoísmo. Dice Aristóteles (trad. en 2017):

(...) todos acogen con agrado y alaban a los que son excepcionalmente diligentes en realizar acciones nobles, y si todos los hombres rivalizan en nobleza y se esforzaran en realizar las acciones más nobles, entonces todas las necesidades comunes serían satisfechas y cada individuo poseería los mayores bienes, si en verdad la virtud es de tal valor. (p. 261)

Es por esto, dice Aristóteles (trad. en 2017), que el hombre bueno debe amarse a sí mismo, ya que se ayudaría a sí mismo haciendo lo más noble y sería de provecho para los demás. Luego, el Estagirita añade lo siguiente:

Es también verdad que el hombre bueno hace muchas cosas por causa de sus amigos y de su patria, hasta morir por ellos si es necesario. Abandonará riquezas, honores y, en general, todos los bienes por los que los hombres luchan, procurando para sí mismo lo noble; preferirá un intenso placer por un corto período, que no uno débil durante mucho tiempo, y vivir noblemente un año que muchos sin objeto, y realizar una acción hermosa y grande que muchas insignificantes. Este, quizá, sea también el caso de los que dan su vida por otro: eligen para sí mismos el mayor bien. (p. 262)

Es conocido por nosotros la famosa regla de oro “ama a tu prójimo como a ti mismo”. Según, Aristóteles uno se debe amar a sí mismo, y amarse a sí mismo implica la elección y la práctica del bien. Nosotros debemos identificar el bien y para ello tenemos la virtud práctica de la prudencia (*phrónesis*) que nos permite elegir los medios adecuados para realizar una acción perfecta. El hombre bueno es prudente porque elige lo mejor, elige lo justo y en la repetición de actos buenos se vuelve bueno. Al ser bueno se ama a sí mismo, ya que por medio de la virtud de la prudencia (*prhónesis*) elige lo mejor y existe armonía entre lo que dice y lo que hace. Por tanto, el amor a uno mismo (*philautía*), es legítimo y está a la base de las acciones más nobles que puede realizar el ser humano.

En el texto que hemos citado Aristóteles dice que el hombre bueno puede hacer muchas cosas por sus amigos, incluso podría sacrificar su propia vida, ya que eligen para ellos el mayor bien. Es inevitable, pensar en este punto el acercamiento entre Aristóteles y la figura de Jesús cuando este dice que “nadie tiene mayor amor que el que da su vida por sus amigos” (Jn 15:13, Biblia de Jerusalén). En una conferencia en torno al tema del amor en el famoso *Festival di Filosofia*, Berti (2013) se hacía la siguiente pregunta, ¿será la vida el valor supremo?, y comentando este texto aristotélico que hemos citado señala que la vida no podría ser el valor supremo, ya que se la puede sacrificar por otros valores. Por ejemplo, se puede sacrificar la vida por una persona que amamos (una madre por su hijo), por dar testimonio de la propia fe (los mártires), por la libertad y por el bien de la patria (los héroes), etc. Entonces, ¿cuál podría ser el bien supremo? El valor supremo es “lo bello”, aquello que es noble y desinteresado y que por lo mismo es digno de alabanza, en pocas palabras, el bien verdadero. Y esto lo puede hacer el hombre bueno por sus amigos, ya que elige para sí el mayor bien.

Además, para Aristóteles el amigo es otro yo (*alter ego*) puesto que uno ve en el amigo a uno mismo y lo que desea para uno lo desea para el amigo, es decir, el bien. Recordemos que para Aristóteles uno de los requisitos para que se pueda hablar de verdadera amistad es que uno quiera y desee el bien para el amigo. Además, la amistad es importante para el propio conocimiento. Así como nosotros podemos ver con una cierta claridad lo que nuestro amigo es gracias a la observación, de la misma manera nuestros amigos pueden ver en nosotros cosas que nosotros no logramos ver por nosotros mismos. Como dice Aubenque (1999), “así como, cuando queremos contemplar nuestro rostro, lo hacemos mirándonos en un espejo, igualmente, cuando queremos conocernos a nosotros mismos, nos conocemos viéndonos en un amigo. Pues el amigo, decimos, es otro yo” (p. 208). Luego, añade “(...) es necesario que el hombre tenga amigos, ya que no puede conocerse y realizar su propio bien más que a través de un alter ego” (p. 209).

“En las pobreza y en las demás desgracias consideramos a los amigos como el único refugio” (Aristóteles, trad. en 2017, p. 216). El bien, la vida, la felicidad son bienes frágiles que deben ser cuidados con mucha atención. Sin embargo, sabemos que muchas veces la vida cambia y se presentan situaciones difíciles. En estas circunstancias también necesitamos de amigos, como dice Gracián (2007) “no hay peor desierto que vivir sin amigos”. Luego añade “La amistad multiplica los bienes y reparte los males, y es el único remedio contra la adversidad de la fortuna y las penas del alma” (p. 158).

Una verdadera amistad supone amor a sí mismo, supone la práctica del bien en uno mismo, puesto que la elección y la práctica del bien permitirán la coherencia y la ausencia de conflicto en el interior de la persona.

## 7. Amistad y divinidad

Cuando explicamos la distinción entre los distintos tipos de amistad hemos mencionado la amistad basada en el placer, la amistad basada en el interés y la amistad basada en el bien y en la virtud. Estos tipos de amistad están basados en la igualdad. Como hemos dicho, la amistad basada en el placer se da sobre todo en los jóvenes y la amistad basada en el interés se da de modo particular entre las personas mayores, y la amistad perfecta, según Aristóteles, se da entre personas buenas e iguales en virtud. Según, Aristóteles junto a las amistades fundadas en la igualdad, existen las amistades entre desiguales. Dice Aristóteles (trad. en 2017) que

(...) existe otra clase de amistad fundada en la superioridad, como la del padre hacia el hijo, y en general, la del mayor hacia el más joven, y la del hombre hacia la mujer, y la de todo gobernante hacia el gobernado. (p. 228)

En la amistad basada en la desigualdad “cada cual no recibe del otro lo mismo que da, ni debe buscarlo”. Cuando Aristóteles habla de la divinidad dice que la superioridad de estos en todos los bienes, en relación al hombre es superlativa y que esto impediría una relación de amistad verdadera. Como dice Aristóteles (trad. en 2017) “pero cuando la distancia es muy grande, como la de la divinidad, no es posible la amistad” (p. 229).

En Aristóteles no se puede dar una verdadera amistad entre los dioses y los seres humanos. Esto es propio de la visión griega del mundo. Aristóteles era politeísta y creía en la existencia de una pluralidad de dioses. A diferencia de los dioses que son inmortales y felices, los seres humanos son mortales y en la medida en que no alcanzan todo lo que desean son infelices. Según la visión de Aristóteles, los dioses no tienen un motivo para amar a los hombres. En Aristóteles no está presente la noción de creación, él creía que el mundo era eterno y que había existido siempre, esto lo dice explícitamente en el libro XII de la *Metafísica*. En la visión cristiana del mundo, Dios no solo es creador de todo lo que existe sino que es capaz de encarnarse en el Hijo y ser verdadero Dios y verdadero hombre; incluso es capaz de dar la vida por sus amigos. Esto está recogido en una canción popular que dice “yo tengo un amigo que me ama, su nombre es Jesús”. Esta visión le es extraña a Aristóteles para quien los dioses son motores, son causas eficientes del movimiento en un universo que es eterno. En el libro XII de la *Metafísica* en el que Aristóteles demuestra la existencia de un primer motor inmóvil nos deja clara su posición. La divinidad es solo la causa eficiente del movimiento del primer cielo y no la causa del ser del universo. Es por ello que podemos decir que en Aristóteles la experiencia de la amistad se da principalmente entre los seres humanos.

## 8. Amistad política

Al inicio de nuestra exposición hemos dicho que con la palabra *philia* Aristóteles entiende todo tipo de afecto y amor; el afecto que une a los enamorados, el amor entre esposos, el afecto entre padres e hijos, el afecto entre parientes y también el afecto que nos une con nuestros amigos en el sentido estricto de la palabra. Para Aristóteles, *philia* también era aplicable a la colaboración en un fin común entre los ciudadanos de una misma *polis*. Con la palabra *polis*, Aristóteles entendía el conjunto de todos los ciudadanos que colaboran en la realización de un fin común. En la *Política* I 1 nos dice Aristóteles (trad. en 1988):

Puesto que vemos que toda ciudad (*polis*) es una cierta comunidad (*koinonia*) y que toda comunidad está constituida con miras a algún bien (porque en vista de lo que les parece bueno todos obran en todos sus actos), es evidente que todas



tienden a un cierto bien, pero sobre todo tiende al supremo la soberana entre todas y que incluye a todas las demás. Ésta es la llamada ciudad y comunidad cívica. (pp. 3-5)

Lo que nos dice Aristóteles es que la *polis* es una sociedad que está constituida con miras a algún bien y que la sociedad que contiene en sí todos los bienes y es necesario para los ciudadanos es la sociedad política o cívica, es decir, la *polis*. Ahora, el bien supremo que persigue el ser humano es la felicidad, es decir, su propia realización y esto lo puede hacer solo al interior de la *polis*, que es la sociedad perfecta. De igual manera, según Aristóteles (trad. en 2017), el bien de la *polis* es superior al bien particular, tal como lo dice explícitamente en *Eth. Nic. I 2*:

(...) pues aunque sea el mismo el bien del individuo y el de la ciudad, es evidente que es mucho más grande y más perfecto alcanzar y salvaguardar el de la ciudad; porque procurar el bien de una persona es algo deseable, pero es más hermoso y divino conseguirlo para un pueblo y para ciudades. (2017, p. 25)

Según Berti (2009), la *polis* no es una construcción artificial, sino que es la expresión más genuina de la naturaleza humana, ya que como lo dice el propio Aristóteles: “el hombre es por naturaleza un animal social” y la razón por la cual es un ser social es porque el hombre tiene palabra (*logos*). Cuando habla de la palabra nos dice en la *Política*:

(...) la palabra es para manifestar lo conveniente y lo perjudicial, así como lo justo y lo injusto. Y esto es lo propio del hombre frente a los demás animales: poseer, él solo, el sentido del bien y del mal, de lo justo y de lo injusto, y de los demás valores. (1988, p. 51)

Por tanto, la palabra es un instrumento de acción que le permite al ser humano vivir en la ciudad en la que este realiza su propia naturaleza. Luego, en *Eth. Nic. VIII 1*, Aristóteles (trad. en 2017) dice que la *polis* se funda en la amistad:

La amistad (*philia*) también parece mantener unidas las ciudades, y los legisladores se afanan más por ella que por la justicia. En efecto, la concordia (*homonoia*) parece ser algo semejante a la amistad, y a ella aspira sobre todo, y en cambio procuran principalmente expulsar la discordia, que es enemistad. (p. 217)

Según Aristóteles, la *polis* necesita de la amistad porque ella la mantiene unida y permite que sus miembros puedan buscar un fin común. Aquí introduce el concepto concordia (*homonoia*) que es semejante a la amistad y que quiere decir pensar en el mismo modo. Es pensar en el mismo modo sobre los valores, los fines de la *polis*. Esto es la amistad política (*politiké philia*), es decir, cuando los ciudadanos de una misma *polis* piensan en el mismo modo, en el sentido de que todos persiguen los mismos fines y colaboran en la realización del bien común.

Ahora bien, esta noción de amistad política en la que todos los miembros de una *polis* piensan lo mismo y buscan lo mismo nos parece a nosotros utópica y muy optimista. Los constantes conflictos al interior de nuestros países es una clara muestra de las dificultades que tenemos para pensar y buscar lo mismo. Sin embargo, en los momentos más difíciles de un pueblo se manifiesta este tipo de amistad. Por ejemplo, en el año 480 a. C., el ejército persa más poderoso de aquel tiempo, comandado por Jerjes, se propuso conquistar Atenas. En estas circunstancias surgió un gran hombre llamado Temístocles que logró salvar a los ciudadanos de la *polis* de Atenas: convenció a los atenienses para que construyeran una flota; los convenció para que evacuaran la ciudad y se fueran al exilio y, derrotó al mayor imperio de la época en la batalla de Salamina. Antes de la batalla, los griegos entonaron el viejo ‘peán’ y decían, “Adelante hijos de los griegos, liberen la patria, liberen a sus hijos y a sus mujeres, los altares de los dioses de sus padres, y la tumba de sus antepasados. Es hora de luchar por todo”.

En una circunstancia como esta, la *polis* de Atenas lo sacrificó todo, y todos sus ciudadanos con un mismo sentir y un mismo pensar alcanzaron su salvación. En momentos como estos se manifiesta la amistad política. No podemos ser muy optimistas, ya que la amistad política ha sido rara en el pasado y lo es en nuestro tiempo. Sin, embargo debemos tenerlo presente como fin, como meta para poder alcanzar una vida buena. Si queremos vivir bien debemos cultivar la amistad como virtud política.

Concluimos este apartado con el siguiente texto de Aristóteles (trad. en 2017): “cuando los hombres son amigos, ninguna necesidad hay de justicia, pero, aun siendo justos, sí necesitan de la amistad, y parece que son los justos los que son más capaces de amistad” (p. 217). Según Aristóteles, allí donde hay verdadera amistad no es necesaria la justicia. Esto quiere decir que la verdadera amistad incluye la justicia. Recordemos que la justicia es para Aristóteles el principio supremo y directivo de la vida social. Al decir que en la verdadera amistad la justicia es superada está diciendo que la amistad entendida como virtud reúne todas las virtudes que el ser humano necesita para ser feliz.

## 9. Algunas consideraciones finales

Al inicio de nuestra exposición hemos mencionado el *Estudio de Desarrollo de Adultos de Harvard*, que por 75 años ha rastreado la vida de 724 personas con la finalidad de responder a la pregunta: ¿qué nos mantiene sanos y felices conforme avanzamos en la vida? Según Waldinger (2015), lo que han aprendido de este estudio es que “la buenas relaciones nos hacen felices y más saludables”. Luego menciona que de las buenas relaciones han aprendido tres cosas:

“La primera es que las conexiones sociales nos hacen bien, y que la soledad mata. Resulta que las personas con más vínculos sociales con la familia, los amigos, la comunidad, son más felices, más sanos y viven más que las personas que tienen menos vínculos, (...) la segunda gran lección que aprendimos es que no tiene que ver con la cantidad de amigos que tenemos, tampoco tiene que ver con que estemos en una relación, lo que importa es la calidad de las relaciones más cercanas, (...) “y la tercera lección que aprendimos sobre las relaciones y la salud es que las buenas relaciones no solo protegen el cuerpo, protegen el cerebro”. (Ilustre Municipalidad de Ñiquén, 2017, 00:06:30)

Las conclusiones a las que ha llegado este estudio muestran la actualidad de las reflexiones aristotélicas sobre el tema de la amistad (*philia*) en la *Eth. Nic.* VIII y IX. Según Aristóteles, la amistad (*philia*) es lo más necesario para la vida y que sin amigos nadie querría vivir aunque tuviera todos los otros bienes. Recogemos ahora las principales nociones que hemos encontrado en *Eth. Nic.* VIII y IX:

- a. La primera novedad que encontramos en el tratado sobre la amistad es que esta es vista como virtud (*areté*). Es decir, la amistad no es solo un sentimiento, sino una virtud. Ahora, en Aristóteles virtud y felicidad van de la mano, un ser humano no puede ser feliz sin la virtud, puesto que la virtud al ser un hábito bueno perfecciona la naturaleza humana. Esto quiere decir que quien cultiva la amistad como virtud realiza su propio ser. Waldinger (2015) dice que el mensaje de que las buenas relaciones, es decir las buenas amistades, son buenas para la salud y el bienestar es sabiduría antigua y vieja como el tiempo. Luego, se pregunta, “¿por qué es tan difícil de entender y tan fácil de ignorar? La respuesta que ofrece es la siguiente: “Bueno, somos humanos. Nos gustaría una solución rápida, algo que nos mejore la vida y que sea permanente. Las relaciones son un lío, son complicadas, y cuidar a la familia y

a los amigos no es atractivo ni glamuroso. Dura toda la vida. Nunca termina” (Ilustre Municipalidad de Ñiquén, 2017, 00:09:59). Recuperar la noción que nos dice que es posible cultivar la amistad como virtud, es decir, como un hábito bueno y permanente, puede ayudar a las personas en sus relaciones interpersonales.

- b. *El Estudio de Desarrollo de Adultos de Harvard* nos dice que lo más importante no es la cantidad de amigos, sino la calidad de nuestras amistades. La distinción aristotélica entre los tres tipos de amistad nos da un criterio de discernimiento sobre el tipo de amistad que nos es indispensable para nuestro bienestar. Son importantes las amistades basadas en el placer y las amistades basadas en la utilidad, pero debemos cultivar sobre todo amistades basadas en el bien y en la virtud, puesto que al ser estables duran toda la vida.
- c. Waldinger (2015) dice que las conexiones sociales y la amistad nos hacen bien y que la soledad mata. Según Aristóteles, la felicidad máxima para un filósofo es la vida teórica, es decir, la búsqueda del conocimiento como fin en sí mismo. Esta visión aristotélica es de mucha importancia, puesto que lo que nos está diciendo es que la felicidad consiste en realizar actividades que son fines en sí mismas, que no sean instrumentales. Para Aristóteles la felicidad debe ser un fin y no un medio. Esto abre un abanico de posibilidades que van más allá de las que piensa Aristóteles para la vida del filósofo. Actividades que pueden ser practicadas por el placer que dan por sí mismas y no porque sirvan para otras cosas pueden ser la danza, la música, el canto, el deporte, la poesía, la literatura, etc. Ahora bien, por experiencia personal, sabemos que estas actividades son más placenteras si las realizamos con nuestros amigos, con las personas por las que experimentamos un afecto particular. Por tanto, la felicidad debe ser buscada en actividades que sean un fin.
- d. No se puede ser feliz en soledad. El ser humano ha nacido para vivir con los demás, o como diría Aristóteles ha nacido para vivir en la *polis*, puesto que es un ser político o social por naturaleza. Según Aristóteles, incluso la persona feliz no elegiría para sí la soledad puesto que nadie elegiría vivir solo así poseyera todos los otros bienes.
- e. El éxito de nuestras relaciones interpersonales depende del amor a uno mismo entendido como la búsqueda y la práctica del bien. Muchas personas pre-

tenden encontrar buenas amistades sin trabajar en su propia persona. Como dice Aristóteles, las buenas amistades se construyen y se dan de manera excelente entre personas de valor, entre personas que han elegido el bien y lo practican. Si bien es cierto este tipo de amistades son raras, debe ser la meta a la que debemos aspirar.

- f. Según Aristóteles, para vivir bien es necesario practicar la amistad política. Para un bienestar humano auténtico es necesario cultivar buenas relaciones no solo con nuestro entorno más cercano sino con nuestra ciudad, con nuestro país y en el momento presente incluso con el mundo entero. En este sentido nos ayuda mucho la noción aristotélica de amistad política que busca que una colectividad autosuficiente busque y persiga fines comunes.

Trabajos como el *Estudio de Desarrollo de Adultos de Harvard* nos hacen reflexionar una vez más en la importancia de los afectos, en la importancia de la amistad. Sin embargo, en nuestro mundo contemporáneo las aspiraciones personales están en el dinero, en el éxito, en la fama pero no en el cultivo de las buenas relaciones o amistades. Esto se debe a los mensajes que recibimos de las pantallas que acompañan nuestra vida como son la televisión, las computadoras, las tablets, los teléfonos. Los mensajes que recibimos de los medios tienen que ver sobre todo con el dinero, el éxito y la fama; y nos venden el mensaje que si logramos dinero, éxito y fama seremos felices. Sin embargo, estudios como el que hemos abordado muestran que lo más importante para nuestro bienestar y para nuestra salud son las buenas relaciones, es decir, la amistad verdadera.

Aristóteles en siglo IV a. C. ya había dicho que lo más importante para la vida es la amistad y que sin amigos, es decir, sin afectos, ninguno querría vivir y tampoco sería feliz. Esto nos impulsa a proponer y crear una metodología o una disciplina que nos permita construir buenas relaciones tal como lo hace hoy una persona que va al gimnasio para lograr un buen aspecto físico o seguir los consejos de un nutricionista para alimentarse bien y gozar de buena salud. Lo que hemos recogido de este estudio nos ayudará en este propósito.

Finalizamos sugiriendo el siguiente experimento mental: imagina que el día de mañana al despertar te das cuenta que eres el único habitante humano en el planeta tierra, incluso pasadas unas horas o unos días te autoproclamas dueño de todo el mundo. Esto implicaría que tendrías a tu disposición todo lo que nuestro planeta puede ofrecer. La pregunta que te hacemos es la siguiente: ¿ser dueño del mundo te bastaría para ser feliz? Si tu respuesta es que te faltaría alguien con quien compartir lo que tienes, estarías

reconociendo que somos más felices cuando tenemos experiencias reales con nuestros seres queridos que poseyendo cosas; pues con amigos estamos más capacitados para pensar, vivir y actuar.

### Referencias

- Aristóteles. (1988). *Política* (trad. M. García). Madrid, España: Gredos.
- Aristóteles. (2006). *Ética a Nicómaco* (trad. V. Gutiérrez). Madrid, España: Ediciones Mestas.
- Aristóteles. (2014). *Ética a Nicómaco* (trad. R. Rutiaga). México D.F., México: Grupo Editorial Tomo.
- Aristóteles. (2017). *Ética a Nicómaco* (trad. J. Pallí). Barcelona, España: Gredos.
- Aubenque, P. (1999). *La prudencia en Aristóteles*. Barcelona, España: Crítica.
- Berti, E. (2008). *Nuovi studi aristotelici. III - Filosofia pratica*. Brescia, Italia: Morcelliana.
- Festivalfilosofia. (2019, diciembre, 04). *Enrico Berti, Amicizia, Festivalfilosofia 2009* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=ivO5S-DqpYU&t=4s>
- Festivafilosofia. (2019, diciembre, 04). *Enrico Berti, Etica Nicomachea di Aristotele, Festivalfilosofia 2013* [Archivo de video]. Recuperado de [https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=589&v=xqLHT5k6Me4&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=589&v=xqLHT5k6Me4&feature=emb_logo)
- Festivalfilosofia. (2019, diciembre, 04). *Enrico Berti, Politica di Aristotele, Festivalfilosofia 2016*. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=FL1o0yHEq58>
- Gracián, B. (2007). *El arte de la prudencia*. Santo Domingo, D.N., República Dominicana: Editora Amigo del Hogar.
- Ilustre Municipalidad de Ñiquén. (2017, octubre, 13). *¿Qué nos mantiene felices? Estudio Universidad de Harvard*. Por Robert Waldinger [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/KSxHQmjIh1s>
- Platón. (1999). *Diálogos VII, Cartas*. Madrid, España: Gredos.
- Peri politeias. (2016, abril, 20). *Aristotele y la "philia", Enrico Berti 2014* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=-u1CQpAMtVg&t=2482s>
- San Juan de la Cruz. (2007). *Poesías completas*. Madrid, España: Edimat Libros.