

# Meditaciones

Marco Aurelio

---



Reflexiones de un Emperador filósofo

Meditaciones. Marco Aurelio

# **Meditaciones**

**Marco Aurelio**

## Libro I

1. De mi abuelo Vero: el buen carácter y la serenidad.<sup>1</sup>

2. De la reputación y memoria legadas por mi progenitor: el carácter discreto y viril.<sup>2</sup>

3. De mi madre: el respeto a los dioses, la generosidad y la abstención no sólo de obrar mal, sino incluso de incurrir en semejante pensamiento; más todavía, la frugalidad en el régimen de vida y el alejamiento del modo de vivir propio de los ricos.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Marco Annio Vero "El Viejo", el abuelo paterno, se hizo cargo de Marco Aurelio debido a la muerte prematura de su padre.

<sup>2</sup> Marco Annio Vero "El Joven", el padre de Marco Aurelio, fue prefecto de Roma y cónsul en tres ocasiones. Murió prematuramente en el 124 DC.

<sup>3</sup> Domicia Lucilla (fallecida alrededor de 159 DC) madre de Marco Aurelio fue una dama de considerable influencia y riqueza. Mujer culta, excelente helenista, amaba la vida austera y exenta de lujos, a pesar de su acomodada situación económica. En su hogar se educó también Marco Didio Severo Juliano que fue emperador de Roma por poco más de dos

## Libro II

1. Al despuntar la aurora, hazte estas consideraciones previas: me encontraré con un indiscreto, un ingrato, un insolente, un mentiroso, un envidioso, un insociable. Todo eso les acontece por ignorancia de los bienes y de los males. Pero yo, que he observado que la naturaleza del bien es lo bello, y que la del mal es lo vergonzoso, y que la naturaleza del pecador mismo es pariente de la mía, porque participa, no de la misma sangre o de la misma semilla, sino de la inteligencia y de una porción de la divinidad, no puedo recibir daño de ninguno de ellos, pues ninguno me cubrirá de vergüenza; ni puedo enfadarme con mi pariente ni odiarle. Pues hemos nacido para colaborar, al igual que los pies, las manos, los párpados, las hileras de dientes, superiores e inferiores. Obrar, pues, como adversarios los unos de los otros es contrario a la naturaleza. Y es actuar como adversario el hecho de manifestar indignación y repulsa.

2. Esto es todo lo que soy: un poco de carne, un breve hálito vital, y el guía interior. ¡Deja los libros! No te dejes distraer más; no te está permitido. Sino que, en la idea de que eres ya un moribundo, desprecia la carne: sangre y polvo, huesecillos, fino tejido de nervios, de diminutas venas y arterias. Mira también en qué consiste el hálito vital: viento, y no siempre el mismo, pues en todo momento se

### **Libro III**

1. No sólo esto debe tomarse en cuenta, que día a día se va gastando la vida y nos queda una parte menor de ella, sino que se debe reflexionar también que, si una persona prolonga su existencia, no está claro si su inteligencia será igualmente capaz en adelante para la comprensión de las cosas y de la teoría que tiende al conocimiento de las cosas divinas y humanas. Porque, en el caso de que dicha persona empiece a desvariar, la respiración, la nutrición, la imaginación, los instintos y todas las demás funciones semejantes no le faltarán; pero la facultad de disponer de sí mismo, de calibrar con exactitud el número de los deberes, de analizar las apariencias, de detenerse a reflexionar sobre si ya ha llegado el momento de abandonar esta vida y cuantas necesidades de características semejantes precisan un ejercicio exhaustivo de la razón, se extingue antes. Conviene, pues, apresurarse no sólo porque a cada instante estamos más cerca de la muerte, sino también porque cesa con anterioridad la comprensión de las cosas y la capacidad de acomodarnos a ellas.

2. Conviene también estar a la expectativa de hechos como éstos, que incluso las modificaciones accesorias de las cosas naturales tienen algún encanto y atractivo. Así, por ejemplo, un trozo de

## Libro IV

1. El dueño interior, cuando está de acuerdo con la naturaleza, adopta, respecto de los acontecimientos, una actitud tal que siempre, y con facilidad, puede adaptarse a las posibilidades que se le dan. No tiene predilección por ninguna materia determinada, sino que se lanza instintivamente ante lo que se le presenta, con prevención, y convierte en materia para sí incluso lo que le era obstáculo; como el fuego, cuando se apropia de los objetos que caen sobre él, bajo los que una pequeña llama se habría apagado. Pero un fuego resplandeciente con gran rapidez se familiariza con lo que se le arroja encima y lo consume totalmente levantándose a mayor altura con estos nuevos escombros.

2. Ninguna acción debe emprenderse al azar ni de modo divergente a la norma consagrada por el arte.

3. Se buscan retiros en el campo, en la costa y en el monte. Tú también sueles anhelar tales retiros. Pero todo eso es de lo más vulgar, porque puedes, en el momento que te apetezca, retirarte en ti mismo. En ninguna parte un hombre se retira con mayor tranquilidad y más calma que en su propia alma; sobre todo aquel que posee en su interior tales bienes, que si se inclina hacia ellos, de

## Libro V

1. Al amanecer, cuando de mala gana y perezosamente despiertes, acuda puntual a ti este pensamiento: «Despierto para cumplir la tarea propia de un hombre.» ¿Voy, pues, a seguir disgustado, si me encamino a hacer aquella tarea que justifica mi existencia y para la cual he sido traído al mundo? ¿O es que he sido formado para calentarme, reclinado entre pequeños cobertores? «Pero eso es más agradable». ¿Has nacido, pues, para deleitarte? Y, en suma, ¿has nacido para la pasividad o para la actividad? ¿No ves que los arbustos, los pajarillos, las hormigas, las arañas, las abejas, cumplen su función propia, contribuyendo por su cuenta al orden del mundo? Y tú entonces, ¿rehúsas hacer lo que es propio del hombre? ¿No persigues con ahínco lo que está de acuerdo con tu naturaleza? «Mas es necesario también reposar.» Lo es; también yo lo mantengo. Pero también la naturaleza ha marcado límites al reposo, como también ha fijado límites en la comida y en la bebida, y a pesar de eso, ¿no superas la medida, excediéndote más de lo que es suficiente? Y en tus acciones no sólo no cumples lo suficiente, sino que te quedas por debajo de tus posibilidades. Por consiguiente, no te amas a ti mismo, porque ciertamente en aquel caso amarías tu naturaleza y su propósito. Otros, que aman su profesión, se consumen en el ejercicio del trabajo idóneo, sin

## Libro VI

1. La sustancia del conjunto universal es dócil y maleable. Y la razón que la gobierna no tiene en sí ningún motivo para hacer mal, pues no tiene maldad, y ni hace mal alguno ni nada recibe mal de aquélla. Todo se origina y llega a su término de acuerdo con ella.

2. Sea indiferente para ti pasar frío o calor, si cumples con tu deber, pasar la noche en vela o saciarte de dormir, ser criticado o elogiado, morir o hacer otra cosa. Pues una de las acciones de la vida es también aquella por la cual morimos. En efecto, basta también para este acto «disponer bien el presente».

3. Mira el interior; que de ninguna cosa te escape ni su peculiar cualidad ni su mérito.

4. Todas las cosas que existen rapidísimamente se transformarán y, o se evaporarán, si la sustancia es una, o se dispersarán.

5. La razón que gobierna sabe cómo se encuentra, qué hace y sobre qué materia.

6. La mejor manera de defenderte es no asimilarte a ellos.



## Libro VII

1. ¿Qué es la maldad? Es lo que has visto muchas veces. Y a propósito de todo lo que acontece, ten presente que eso es lo que has visto muchas veces. En suma, de arriba abajo encontrarás las mismas cosas de las que están llenas las historias, las antiguas, las medias y las contemporáneas, de las cuales están llenas ahora las ciudades y las casas. Nada nuevo; todo es habitual y efímero.

2. Las máximas viven. ¿Cómo, de otro modo, podrían morir, a no ser que se extinguieran las imágenes que les corresponden? En tus manos está reavivarlas constantemente. Puedo, respecto de esto, concebir lo que es preciso. Y si, como es natural, puedo, ¿a qué turbarme? Lo que está fuera, de mi inteligencia ninguna relación tiene con la inteligencia. Aprende esto y estás en lo correcto. Te es posible revivir. Mira nuevamente las cosas como las has visto, pues en esto consiste el revivir.

3. Vana afición a la pompa, representaciones en escena, rebaños de ganado menor y mayor, luchas con lanza, huesecillo arrojado a los perritos, migajas destinadas a los viveros de peces, fatigas y acarreos de las hormigas, idas y venidas de ratoncillos asustados, títeres movidos por hilos. Conviene, en efecto, presenciar esos espectáculos benévolamente y sin rebeldía, pero seguir y

## Biografía de Marco Aurelio

Marco Aurelio nació en Roma el 26 de abril del año 121. Murió en Vindobona (la actual Viena) el 17 de marzo del 180. Estuvo al frente del Imperio Romano veinte años y fue un gran gobernante; el último emperador de los llamados *Cinco Emperadores Buenos* — una denominación propuesta por Maquiavelo y adoptada por el historiador Edward Gibbon. De él se ha dicho que fue “el único de los emperadores que dio fe de su filosofía no con palabras ni con afirmaciones teóricas de sus creencias, sino con su carácter digno y su virtuosa conducta”.

En 161, a la muerte de Antonino, Marco Aurelio, que a sus cuarenta años ya había ocupado las más altas magistraturas, heredó el cargo de Emperador tal y como estaba previsto. Al igual que su antecesor, no había luchado por el poder. Aquel mismo año su esposa Faustina dio a luz a una pareja de gemelos, uno de los cuales moriría a los pocos años. El otro descendiente, Cómodo, sería sucesor de Marco Aurelio y una calamidad para el futuro del Imperio.

Por ironía del destino, Marco Aurelio, de natural sedentario y pacífico, se tuvo que convertir en un emperador viajero y militar. Se vio envejecer entre largas campañas en el Danubio y cortas visitas a

Este libro que usted acaba de leer pertenece a la librería **Tus Buenos Libros** en la que puede disfrutar libros de la forma cómo después se explica. A continuación verá cómo funciona todo esto. **Es muy sencillo e interesante.**

Puede visitar esta librería en <http://www.tusbuenoslibros.com/>

### ¿Qué es la LIBRERÍA VIRTUAL?

Es una **nueva** forma de comprar libros y recibirlos en su ordenador a través de su correo electrónico. **También puede descargar libros GRATIS**

### ¿Qué ventajas obtengo por comprar así los libros?

Es mucho más **fácil** y **rápido** de recibir. Si se envía por el sistema tradicional, tarda varios días en llegar. Además, en otros casos, los portes los pagaría usted, o se le cargarían en el precio final. Sin embargo, al adquirir libros por este sistema, todos los **gastos de envío son gratis**, con el ahorro que supone para usted. Por otra parte, al ser nulos los gastos de imprenta y distribución, se ofrecen unos precios que no existen en los libros en papel.

### ¿Cómo sé que me llegan los libros?

Usted recibirá en la cuenta de correo que elija los libros que adquiera. Este sistema está **probado** y **garantizado**.

### ¿Es compatible con mi ordenador?

Los libros se envían en formato PDF con la finalidad que sean compatibles con cualquier sistema (PC, Mac, Linux y otros) y prácticamente cualquier lector de e-books. **Fácil** y **efectivo**.

## ¿Qué temas se pueden adquirir?

Libros de temática que no se suele encontrar en cualquier librería. Hallará libros sobre el **éxito**, sobre el **poder**, sobre la **mente**...

Naturalmente, encontrará temas tratados en

**EL ARTE DE LA ESTRATEGIA** en <http://www.elartedelaestrategia.com/> o en consonancia con su línea.

## ¿Puedo hacer copias?

Por supuesto que sí, **todas las copias que quiera**. No hay ningún dispositivo que impida hacer copias electrónicas o en papel. Hacemos esto porque consideramos que ya que usted paga por un producto, es muy **libre** de hacer con el lo que quiera (aunque los que reciban las copias no paguen).

## ¿Es seguro comprar con tarjeta en Internet?

Comprendo que resulta chocante realizar compras por Internet. El sistema de pago funciona de tal manera que: **es seguro** (nadie puede interferir los datos), nadie conoce el nº de su tarjeta y que yo mismo he hecho la prueba comprando libros y todo funcionó a la perfección. El sistema de pago usado es **PayPal**, en <http://www.paypal.es/es>



La forma de pago es por medio de la red de protección de la identidad de **VeriSign** (VIP, VeriSign Identity Protection), que ofrece un nivel adicional de seguridad durante la identificación en sitios Web que muestren el logotipo de VIP con su clave de seguridad de PayPal, por lo que la transferencia reúne todas las medidas de seguridad

Para saber más:



<http://www.paypal.es/es>

Se admite el pago con:



*En el caso de que no tenga tarjeta, ya ha habido otras personas en su situación que lo han solucionado de la siguiente manera: han pedido a otra persona que si tenía tarjeta fuera el que les realizara la compra. Después le abonó en metálico el importe de la adquisición.*

**Me quedan algunas preguntas, ¿me las podría aclarar?**

Encantados de ampliar información. Puede enviarme un mensaje en el que exprese sus preguntas a

[contacto@tusbuenoslibros.com](mailto:contacto@tusbuenoslibros.com)

Es una forma de agradecerle de antemano la oportunidad de servirle, que espero tener algún día.

Reciba un cordial saludo

*Carlos Martin Pérez*