

RESUMEN COMPLETO

Aquí Descartes deja la metafísica a un lado y se pone a diseccionar —casi literalmente— el amor, el odio, la envidia, el miedo, la alegría. Quiere saber de dónde vienen tus emociones, por qué te traicionan y, sobre todo, qué puedes hacer tú para no ser su marioneta. Si alguna vez te has preguntado por qué sientes lo que sientes y si hay alguna forma de estar en paz contigo mismo, quédate, porque este libro lleva siglos dando la respuesta y casi nadie lo lee.

Descartes nace en 1596, en Francia, con una salud tan delicada que de niño los médicos no daban mucho por él. Curiosamente esa fragilidad le regaló una costumbre que conservó toda su vida: quedarse en la cama hasta tarde, pensando. Se educa con los jesuitas, estudia derecho, pero pronto decide que los libros no bastan y se lanza a recorrer Europa como soldado y viajero, buscando lo que él llamaba "el gran libro del mundo".

Con el tiempo se instala en los Países Bajos, atraído por la libertad intelectual que ahí encontraba, y ahí escribe casi toda su obra: el Discurso del método, las Meditaciones metafísicas, los Principios de la filosofía. Pero "Las pasiones del alma" nace distinto. No surge de un plan de escritorio, sino de una correspondencia. La princesa Isabel de Bohemia, una mujer culta y bastante atormentada por sus propias penas, le escribe preguntándole cómo se relacionan el alma y el cuerpo, y cómo podemos gobernar nuestros estados de ánimo. Descartes le responde durante años. Esas cartas, maduradas y ampliadas, se convierten en 1649 en este tratado, publicado meses antes de que el filósofo muriera en Estocolmo, en pleno invierno sueco, dando clases de madrugada a una reina que no perdonaba el sueño a nadie.

Así que ten esto en mente: el hombre que más ha defendido la razón fría terminó su vida entera escribiendo sobre las emociones. Y eso, para empezar, ya dice bastante.

PRIMERA PARTE — Las pasiones en general y la naturaleza del ser humano

Descartes arranca con una idea atrevida para su época: dice que casi todo lo que se ha escrito antes sobre las pasiones es flojo, poco fiable, y que él va a empezar de cero, como si nadie hubiera tocado el tema jamás. Menudo comienzo, ¿no?

Lo primero que hace es separar lo que pertenece al cuerpo de lo que pertenece al alma. El calor, el movimiento, los latidos del corazón: todo eso es mecánica corporal, funciona como un reloj, sin necesidad de que el alma intervenga. El alma, en cambio, solo tiene dos funciones propias: querer y percibir. Y aquí está la joya del libro: las pasiones son, exactamente, percepciones del alma que se refieren a ella misma, y que son causadas, mantenidas y reforzadas por un movimiento de los espíritus, esa especie de partículas sutiles que circulan por los nervios y la sangre.

Descartes localiza el punto de encuentro entre cuerpo y alma en una pequeña glándula del cerebro, la que hoy llamamos pineal. Ojo, esto no es un capricho suyo: es su manera de explicar por qué un pensamiento puede acelerarte el pulso, y por qué un susto puede nublar la cabeza. Cuerpo y alma están tan entrelazados que uno empuja al otro constantemente.

Y entonces llega la pregunta que de verdad importa: ¿tenemos algún poder sobre lo que sentimos? Descartes es honesto y dice que no podemos apagar una pasión de golpe, igual que no podemos frenar en seco un carro lanzado cuesta abajo. Pero sí podemos, poco a poco, entrenar la mente para que no se deje arrastrar. Cierra esta parte con una frase que a mí me parece una de las más esperanzadoras de toda la filosofía: no hay alma tan débil que, bien guiada, no pueda llegar a tener un dominio absoluto sobre sus pasiones. Ahí queda eso.

SEGUNDA PARTE — El número y el orden de las pasiones

Aquí Descartes se pone en modo catálogo, pero no te asustes, porque es fascinante. Reduce todas las emociones humanas a seis pasiones primitivas, de las que salen todas las demás como ramas de un mismo tronco: la admiración, el amor, el odio, el deseo, la alegría y la tristeza.

La admiración es la primera en aparecer, casi un reflejo, porque surge en cuanto algo nos resulta nuevo o raro, antes incluso de saber si nos conviene o no. El amor y el odio nacen cuando algo se nos presenta como bueno o malo para nosotros. El deseo es esa inquietud que nos empuja hacia lo que falta. Y la alegría y la tristeza cierran el círculo, según sintamos que poseemos un bien o que sufrimos un mal.

Lo que hace Descartes después es casi de médico forense: para cada pasión describe qué mueve la sangre, cómo cambia el pulso, por qué se te enrojece la cara, por qué tiembles, por qué a veces te desmayas de una noticia fuerte, por qué lloras, por qué te ríes, por qué suspiras sin darte cuenta. Es curioso ver cómo alguien en el siglo diecisiete ya intuía que las lágrimas, la risa o el color de la piel son el idioma del cuerpo contando lo que pasa por dentro.

Pero no se queda solo en la fisiología. También pregunta para qué sirve cada pasión, y aquí viene lo interesante: ninguna pasión es mala en sí misma. El problema no es sentir, el problema es exagerar. El miedo te avisa del peligro, pero si se dispara sin medida te paraliza. El deseo te mueve a mejorar, pero si se descontrola te esclaviza. Así que el objetivo de Descartes nunca es eliminar las pasiones, como pedían los estoicos, sino aprender a usarlas bien. Y aquí ya empieza a asomar el tema de la felicidad, porque para él, vivir bien no es no sentir, es sentir con cabeza.

TERCERA PARTE — Las pasiones particulares

En esta última parte, Descartes coge las seis pasiones primitivas y va mostrando cómo se combinan y matizan hasta dar todas las emociones concretas que reconocemos en la vida real.

Habla de la estima y el menosprecio, y de ahí saca dos hermanas muy distintas: la generosidad, que para él es casi la reina de todas las virtudes, y el orgullo, su versión torcida. La diferencia es sutil pero decisiva: el generoso sabe lo que vale por hacer buen uso de su libre albedrío, y por eso respeta a los demás; el orgulloso se cree superior sin motivo real, y por eso desprecia. Ojalá esta distinción se enseñara más, la verdad.

Sigue con la esperanza y el temor, la seguridad y la desesperación, los celos, la valentía y la cobardía, el remordimiento. Analiza la burla y por qué suelen practicarla más los que tienen menos que ofrecer. Habla de la envidia, de la piedad, del arrepentimiento, de la gratitud, de la indignación y de la ira, distinguiendo entre una ira noble, que reacciona ante la injusticia, y una ira mezquina, que solo busca desahogo. Y termina con la gloria, la vergüenza, el hastío, el pesar y la alegría.

Todo este recorrido desemboca en un final que es pura sabiduría práctica. Descartes propone un remedio general contra el desorden de las pasiones: pararte, respirar, y recordarte que casi nunca lo que te altera merece tanta alteración. Y remata el libro con una afirmación que resume todo el tratado: de las pasiones depende, por completo, todo el bien y todo el mal de esta vida. No de la fortuna, no de la suerte, no de lo que te ocurre por fuera. De cómo gestionas lo que sientes por dentro.

Así que, después de recorrer trescientas páginas de fisiología, glándulas y espíritus animales, Descartes te deja con una idea sencilla y enorme a la vez: la felicidad no está en que la vida te trate bien, está en que tú sepas tratar bien lo que la vida te hace sentir. No se trata de convertirte en alguien de piedra ni de fingir que nada te afecta. Se trata de conocerte, de entender por qué te enfadas, por qué amas, por qué temes, y desde ahí, elegir. Ese es el regalo que nos deja este libro casi olvidado: la certeza de que ser feliz no es cuestión de azar, sino de aprender, poco a poco, a ser dueño de tus propias pasiones.