

El miedo en Aristóteles

Vicente Domínguez
Universidad de Oviedo

En este artículo se estudia el concepto de «miedo» en Aristóteles. Para la comprensión en el filósofo griego del concepto de «phóbos», una de las emociones que se producen en la *psychê*, es necesario explicar el significado y la relación entre sí de los conceptos de *páthos*, *aretê*, *êthos*, *éthos*, *andreía*, y *héxis*. Finalmente se propone una definición de «phóbos» con el propósito de sugerir un esquema general y comprensivo del miedo.

The concept of «fear» in Aristotle. This article analyses the concept of «fear» in Aristotle. To understand in the Greek philosopher the concept of «phóbos», one of the emotions which are produced in the *psychê*, it is necessary to explain the meaning and the relation among the concepts of *páthos*, *aretê*, *êthos*, *éthos*, *andreía*, and *héxis*. Finally, a definition of «phóbos» is proposed with the aim of suggesting a general and comprehensive scheme of fear.

Joseph Conrad escribió en *An outpost of progress* (1896), una breve novela de atmósfera geográfica y moral muy parecida a la de su famosa *Heart of Darkness* (1902), que «el miedo siempre permanece. Un hombre puede destruir todo lo que tiene dentro de sí mismo, el amor y el odio y las creencias, e incluso la duda; pero mientras se apega a la vida no puede destruir el miedo». Es decir, el miedo tiene un poder preponderante, algo que también le reconoce H.P. Lovecraft en su ensayo *Supernatural horror in Literature* (1927), donde sin preámbulos comienza afirmando que «el miedo es la emoción más primitiva y más fuerte de la humanidad» («the oldest and strongest emotion of mankind is fear»).

En la literatura occidental, *phóbos* debuta ya en la *Iliada* de Homero. Pero es preciso señalar que *Phóbos* todavía no significa «miedo» cuando Homero lo menciona como la personificación divina de una acción que se presenta en el campo de batalla en compañía de Deímos (Terror) y *Éris* (Discordia, disputa) (*Il.* IV 440). Exactamente, «phóbos», en Homero, es un nombre de acción derivado del verbo *phéboimai* (= *phobéomai*) que significa «huir». Con más precisión, en el *Dictionnaire étymologique de la langue grecque. Histoire des mots* de P. Chantraine se dice que *phéboimai* significa «huir», «spécialement en parlant d'une troupe saisie par la panique, «fuir dans la précipitation et le désordre»». Es decir, el ámbito originario principal de *Phóbos* es el campo de batalla. En efecto, como personificación de la huida, *Phóbos* bordea todo el contorno del escudo de Atenea, diosa de la guerra por excelencia. En el interior de ese contorno, por así decirlo, «phóbico» están grabados, entre otros, *Éris*, el gélido *Iókê* (Ataque o Persecución), y la cabeza de Gorgona, monstruo terrible que produce terror y es-

panto (*Il.* V 739-41). La Gorgona también está labrada en el escudo de Agamenón, rey y «general» de los aqueos en la guerra de Troya (Ilión, en griego, de ahí *Iliada*), junto con *Deímos* y *Phóbos*. (*Il.* XI 36-7). Por lo demás, *Phóbos* es hijo de Ares, el terrible dios de la guerra arrasador de mortales, y le acompaña en el campo de batalla para poner en fuga incluso al más firme o tenaz de los soldados (*Il.* 299-300). Debe añadirse que Ares además es asistido en el campo de batalla por *Deímos* (Terror) (*Il.* 119).

Después de Homero, sin embargo, el sentido usual de *phóbos*, como establece Chantraine, ya es «miedo» (del latín «metus», en francés «peur», «fear» en inglés, «furcht» en alemán). No obstante, el paso de «huída» a «miedo» no debe extrañar a la vista de las compañías con las que Homero asoció a *Phóbos*. Y, en cualquier caso, la forma griega de llamar a la emoción más primitiva y más intensa de la humanidad se ha impuesto universalmente en el nomenclátor de la Psicología para dar nombre a numerosas entidades nosológicas en las que el miedo es el rasgo principal.

Sobre el miedo desde un punto de vista estrictamente psicológico, remito a los recientes y cualificados trabajos de Marino Pérez Álvarez, *Espacios y momentos del miedo en la ciudad* («el miedo está inscrito en el alma humana tanto por lo que tiene el ser humano de natural, zoológico, y de sobre-natural, cultural y, aún se precisaría, por lo que tiene de animal que viven en las ciudades») y *Miedo normal y miedo patológico* de Enrique Echeburúa. Ambos trabajos están publicados en el libro colectivo *Los dominios del miedo* (Domínguez, 2002). Por lo que respecta al tratamiento psicológico de trastornos relacionados con el miedo, pueden verse los trabajos de Capafons (2001), Bados (2001) y Botella (2001).

El miedo, *phóbos*, es, indudablemente, un tema fundamental propio de la Psicología desde sus comienzos. Pero mucho antes de que ésta se constituyese como disciplina científica, el *phóbos* ya había despertado el interés de Aristóteles en diversas obras. Aunque, un poco primero, Platón se ocupó del miedo en el *Laques*, un diálogo breve de juventud donde Sócrates discute con sus interlocutores sobre la *andreía*, término este que por el momento dejo sin

traducir ni definir, pues las reflexiones más sistemáticas de Aristóteles sobre *phóbos* están inseparablemente relacionadas con ella. No obstante, es necesario señalar que Platón, en el *Laques*, en vez de «phóbos» usa sobre todo la palabra «déos», que significa «temor» («craintre»), y, por tanto, como especifica Chantraine, tiene un carácter más general que «phóbos» («peur»). De hecho, añade Chantraine, el gramático Ammonio (I-II d.C.) distingue explícitamente «phóbos» de «déos», siendo éste la suposición, presunción, sospecha o recelo de un mal por venir duradero, mientras que el «phóbos» es un golpe presente y momentáneo producido por algo aterrador.

En cualquier caso, lo que sigue es una exposición sobre el miedo en Aristóteles, para lo cual será necesario moverse entre *De anima*, la *Retórica*, la *Ética eudemia*, pero sobre todo, la *Ética Nicomaquea*.

El miedo como emoción de la *psyché*

El miedo, según Aristóteles, es una de las *páthē* que se producen en la *psychē*. Nuevamente, y sólo por el momento, dejo sin traducir ni definir el término *páthos* (*páthē* en plural), aunque diré ya que, sean lo que sean las *páthē*, para Aristóteles van acompañadas de placer y dolor (*EN* 1105 b 21-23). Y en cuanto a *psychē*, sobre la que el filósofo griego escribió un tratado monográfico, puede dejarse tal cual, o traducirse por «alma», en cuyo caso debe hacerse al instante una aclaración. Como dice Tomás Calvo en la introducción de su traducción al español del *Perí psychês* (*Acerca del alma*), «el horizonte dentro del cual Aristóteles debate el problema del alma difiere notoriamente del horizonte intelectual en que se halla instalado el lector moderno en virtud de diversas circunstancias históricas de las cuales tal vez merezcan destacarse las dos siguientes: las connotaciones religiosas asociadas a la idea de alma y la decisiva influencia ejercida por el Cartesiano sobre la psicología metafísica a partir de la modernidad. (...) Aristóteles, sin embargo, no plantea la cuestión del alma en conexión con creencias religiosas, sino desde una perspectiva estrictamente naturalista. (...) La perspectiva en la que se sitúa es la explicación del fenómeno de la vida. El razonamiento subyacente a su planteamiento es, más o menos, el siguiente: en el ámbito de los seres naturales los hay vivientes y no-vivientes; entre aquellos y éstos existe una diferencia radical, una barrera ontológica infranqueable; ha de haber, por tanto, algo que constituya la raíz de aquellas actividades y funciones que son exclusivas de los vivientes. Este algo —sea lo que sea— es denominado por Aristóteles alma (*psychē*)» (Calvo, 1978).

En primer lugar, atemorizarse (tener miedo), alegrarse, enfadarse, etc., son movimientos, y dado que tales cosas se producen en el alma, se podría pensar, dice Aristóteles, que el alma, la *psychē*, se mueve (*An.* 408 b 1-5). Por varias razones, que no vienen a cuento aquí, Aristóteles descarta la posibilidad de que el alma se mueva, y concluye algo fundamental. No es el alma el que se atemoriza o entristece, en cuyo caso se movería, sino «el ser humano con el alma» (*An.* 408 b 14-5). Y aquí la preposición «con» debe entenderse en su sentido instrumental primario (pues en griego, *psychē* ahí va en dativo con valor instrumental), es decir, el alma es el «medio, modo o instrumento que sirve para hacer alguna cosa» (*Diccionario de la Real Academia Española, sub voce* «con»). Por tanto, las *páthē*, en tanto que movimientos que se producen «unas veces hasta aquella [hasta el alma] y otras veces desde aquella», lo que no debe entenderse «como si el movimiento existiese»

en el alma, se dan con el cuerpo (*sómatos*). De hecho, cuando Aristóteles se plantea si hay algún *páthos* exclusivo, particular, de la *psychē*, o, en cambio, todas las *páthē* son comunes con el cuerpo (*An.* 403 a 3-5), concluye inequívocamente que las *páthē* del alma se dan conjuntamente con el cuerpo, que el cuerpo sufre (*páschein*) con todas las *páthē* (*An.* 403 a 18-9). Dicho de otro modo, no es posible que desde la *psychē* se produzca un *páthos* y a la vez, necesariamente, no se manifieste en el cuerpo de la manera que sea; por ejemplo, cuando se teme, se da también un cierto movimiento determinado del corazón (*An.* 408 b 7), o, como se diría hoy, se produce inevitablemente una alteración del ritmo cardíaco. Es decir, se puede concluir sin miedo que para Aristóteles las *páthē* no son algo exclusivamente anímico (de la *psychē*), sino también somático (del *sōma*). Es más, Aristóteles llega a afirmar taxativamente que las *páthē* son *lógoi ényloi*, esto es, algo engastado, mezclado o envuelto inseparablemente en la materia, por tanto «inherente a la materia», como traduce Tomás Calvo (1978) (dejo el plural «lógoi» sin traducir, y lo reduzco al pronombre indefinido «algo», pues resulta realmente difícil dar una traducción satisfactoria de «lógos» en esta definición aristotélica de las *páthē* sin extenderse en largas y complejas explicaciones). Y la materia a la que se refiere ahí Aristóteles es, indudablemente, la del *sōma*, la del cuerpo.

En *Ética Nicomaquea* vuelve a referirse a las *páthē* y afirma que es una de las tres cosas que llegan a ser en el alma, junto con las *dynámeis* (capacidades) y las *héxeis* (hábitos adquiridos). Y lo hace con el objeto de determinar si las *aretái*, entre las cuales se encuentra la *andreía*, son *páthē*, *dynámeis* o *héxeis*. Tras unos breves razonamientos, concluye que las *aretái* son *héxeis*, y que de ningún modo pueden ser *páthē*, pues mientras somos movidos por éstas, las *aretái* no nos mueven (*EN* 1106 a 4-5). Es decir, las *páthē* nos mueven, y, por eso, creo que la traducción más acertada de *páthos* es «emoción» (del francés «emotion» derivado culto de «emouvoir», a su vez derivado del latín «movere», es decir, «mover»). Con el término «emoción», por lo demás, Aristóteles llama a «deseo, ira, miedo, confianza, envidia, alegría, amistad, odio, añoranza, piedad y, en general, a todo aquello de lo que se sigue placer o dolor» (*EN.* 1105 b 21-3).

Marco general para la comprensión del miedo en Aristóteles:
las *aretái êthikai*

Puesto que Aristóteles se refiere continuamente a *phóbos* por respecto a una *areté*, la *andreía*, es preciso detenerse en este punto y explicar qué son para el filósofo griego las *aretái*, lo cual, a su vez, conduce inevitablemente a hablar del desarrollo en la *Ética Nicomaquea* de las reflexiones aristotélicas sobre «lo medio» (esto es, sobre «lo intermedio»). Esta demora, por lo demás, no es exclusivamente didáctica. En realidad, responde más bien a la necesidad de destejear con cuidado y precisión un *tejido* cuyos hilos conceptuales, inseparables en la práctica, son *areté*, *héxis* (recuérdese, «hábito adquirido»), una de las tres cosas que llegan a ser en el alma, junto con las *dynámeis* y las *páthē*) y *êthos* (en esta transliteración latina de la palabra griega, la «e» es una «eta», es decir, una «e» larga), el cual, a su vez, está intrínsecamente relacionado con el concepto de *êthos* (aquí la «e» es una «épsilon», es decir, una «e» breve), que significa «costumbre», es decir, «modo habitual de obrar o proceder establecido (...) por la repetición de los mismos hábitos y que puede llegar a adquirir la fuerza de precepto»). Este entramado conceptual, junto con las reflexiones aristo-

télicas sobre «lo intermedio», todo lo cual, en mi opinión puede resultar de gran interés para determinadas corrientes de la psicología actual, es confeccionado con precisión por Aristóteles en el libro segundo de la *Ética Nicomaquea*. Es más, Aristóteles sólo comenzará a hablar sistemáticamente de *phóbos* en particular después de haber delineado detalladamente qué es, en general, la *aretē êthikē*.

Empieza Aristóteles el libro dos de su *Ética Nicomaquea* distinguiendo dos tipos de *aretē*, la *dianoêthikē* y la *êthikē*, y se centra inmediatamente en esta última.

Las *aretai êthikai* son un resultado, se conforman o surgen de la costumbre, del *êthos* (EN 1103 a 17). Consecuentemente, a continuación deja muy claro Aristóteles que ninguna de las *aretai êthikai* se producen en nosotros por naturaleza (EN 1103 a 19). Dicho de otro modo, ninguna de las *aretai êthikai* surge naturalmente de la naturaleza, de la *physis* del ser humano. Y pone Aristóteles la prueba de esto en que ninguna cosa natural se puede *acostumbrar* a hacer algo diferente de lo que hace por naturaleza; por ejemplo, una piedra, que por naturaleza cuando se tira hacia arriba termina por empezar a caer, no se la puede *acostumbrar* a que no caiga ni aunque se lance diez mil veces hacia arriba (EN 1103 a 20-2). Es decir, el «movimiento hacia abajo» no se puede modificar y sustituir a gusto por la repetición del «movimiento hacia arriba». En efecto, supongamos que interrumpimos la caída de una piedra que lanzamos hacia arriba justo en el momento en que empieza su «movimiento hacia abajo». Y que repetimos esa operación a lo largo de diez mil, cien mil, o un millón de veces consecutivas, de manera que durante un millón de repeticiones sólo tenga la «experiencia» del «movimiento hacia arriba». Pues bien, si al lanzamiento un millón uno no la detenemos, observaremos que no ha aprendido nada, que no ha realizado ningún progreso, y que necesariamente comenzará a «moverse hacia abajo» exactamente igual que la última vez que nuestra mano no la detuvo al iniciar su caída libre. Concluye Aristóteles que las *aretai êthikai* no se producen en nosotros ni por naturaleza, ni contra la naturaleza, y que su perfeccionamiento es causado por el *êthos*, esto es, por la costumbre, por la repetición (EN 1103 a 24-6). Lo que hacemos por naturaleza, oír o ver, por ejemplo, es consecuencia de la posesión natural de la capacidad (*dýnamis*) correspondiente, el órgano y la capacidad propia del mismo, es decir, el ojo y la visión y el oído y la audición. No se adquiere la audición y la visión por oír o ver muchas veces, sino que oímos y vemos muchas veces porque tenemos aquellas capacidades, que, usadas adecuadamente, nos permiten oír y ver. Sin embargo, las *aretai* se obtienen practicándolas primero. Esto es, las *aretai*, que determinarán en gran medida nuestro comportamiento, nuestra conducta, según las que cada uno de nosotros consiga adquirir, son un resultado de la habituación, de la práctica, de la repetición, del aprendizaje, pues lo que se hace después de un aprendizaje, se aprende (*manthánein*) haciendo ese algo. Y lo ilustra Aristóteles diciendo que se llega a ser citarista o constructor de casas tocando la cítara y construyendo casas, respectivamente (EN 1103 a 26-34). Pues bien, del mismo modo que uno se hace citarista tocando la cítara, uno se hace *andreios*, es decir, adquiere la *andreía*, practicando la *andreía* (EN 1103 b 2). Pero aún hay más; en lo que se refiere a las *technai*, como tocar la cítara o construir casas, uno llega a ser bueno (*agathós*) o malo (*kakós*), dice Aristóteles, tocando la cítara o construyendo casas. Y, nuevamente, por lo que se refiere a las *aretai* sucede lo mismo. Es decir, que a través de la práctica y la habituación a tener miedo o confianza los seres humanos llegan a ser *andreioi* o *deiloí* (cobardes) (EN. 1103 b 16-7), porque los hábitos adquiridos (*héxeis*;

recuérdese que, para Aristóteles, las *aretai* son *héxeis*), los buenos y los malos, se producen realizando operaciones o actuaciones (*enérgeiai*) iguales (EN. 1103 b 21-2), esto es, mediante la repetición de lo mismo. Quizás en este punto convenga realizar una aclaración. Habitualmente se traduce *êthos* (con «eta») por «carácter», lo cual plantea, por de pronto, el inconveniente de que en griego existía el término «*charaktēr*», palabra que hace referencia a marca, impresión, etc., es decir, algo fijo, como las marcas o las impresiones de las monedas, que ya vienen de fábrica, y permanecen inalterables hasta que son destruidas. Sin embargo, el *êthos*, para Aristóteles, es algo inequívocamente variable que depende en gran medida de la edad, de la experiencia de la vida, como se puede comprobar en la comparación que hace entre el *êthos* de los jóvenes y el de los ancianos en su *Retórica* (1389 b 13 y ss). Por tanto, y aprovechando la moderna diferencia entre «carácter heredado» y «carácter adquirido», *êthos* debería ser entendido, al menos, como «carácter adquirido». Sin embargo, en mi opinión, lo más exacto es decir que el *êthos* es la manera de ser de cada uno modelada por la experiencia de la vida, entendida ésta en toda su amplitud. En cierta forma, por lo demás, se puede decir que el *êthos*, esto es, la manera de ser que no va impresa en nuestros genes, está constituido por la totalidad de las *héxeis* particulares de cada uno, de los hábitos adquiridos de cada persona, tanto los buenos como los malos.

De lo dicho hasta aquí, y volviendo a las *aretai*, se puede concluir ya que éstas, para Aristóteles, son algo adquirido por una buena práctica en la que se repite una misma operación, o actuación.

Una vez establecido la anterior, sigue Aristóteles con que es necesario considerar lo relativo a las acciones (*práxeis*), cómo llevarlas a la práctica, pues según sean las acciones, así serán los hábitos adquiridos (EN 1103 b 29-31). Aristóteles no tiene dudas, y señala inmediatamente como principios de destrucción al exceso y al defecto (EN 1104 a 11-2), lo cual, sin duda, puede considerarse como un anticipo del posterior desarrollo sistemático de la conveniencia de que las personas se conduzcan según «lo medio» (*mésos*, en el sentido de «intermedio» entre dos extremos). A continuación, pone Aristóteles unos cuantos ejemplos de ruinas producidas por el exceso y el defecto, entre los que me quedo con el siguiente: un exceso o un defecto de comida y bebida arruinan la salud de cualquiera (EN 1104 a 16-8). Pues bien, lo que ocurre con la salud y cosas parecidas cuando se dan con respecto a ellas el exceso o el defecto, así sucede con todas las *aretai*, esto es, que el exceso y el defecto las destruyen, mientras que «lo intermedio» (*mésos*) las preserva (EN 1104 a 25-27). Así, dice Aristóteles, la *aretē* de la *andreía* se arruina o se destruye cuando se pierde «lo intermedio» por tener un exceso o un defecto de *phóbos*. Mas precisamente, quien de todo huye y todo teme o le da miedo y nada soporta, se convierte, llega a ser un cobarde (*deilós*). Y quien no teme nada y a todo se arroja, se convierte, llega a ser un temerario (*thrasýs*), es decir, alguien con un exceso de confianza (EN 1104 a 20-2) ante lo temible o que produce miedo, lo cual es realmente grave si se tiene en cuenta que, aunque hay cosas que producen miedo relativamente a quien las encara, también hay cosas que producen miedo, y por tanto son temibles, siempre y de por sí. En efecto, Aristóteles distingue claramente, por un lado, «lo temible» o «lo que produce miedo», diríamos, dentro de la escala o medida humana, que se caracteriza por ser susceptible de «el más» o «el menos», de modo que la magnitud y el grado dependerá de quién lo afronte en concreto; y, por otro lado, «lo temible» o «lo que produce miedo» por encima de lo humano, y por tanto temible no se-

gún y quién, sino temible para todo ser humano que tenga sentido (*noús*), que esté en su sano juicio, para decirlo vulgarmente (EN 1115 b 7-9). Teniendo presente esta distinción, ya se puede decir algo absolutamente esencial: para Aristóteles nos convertimos o llegamos a ser *andreíoi* acostumbrándonos (*ethizómenoí*) a manejar y a soportar las cosas que producen miedo. Entonces, cuando tras ese «entrenamiento» alcanzamos la *areté* de la *andreía* ya podemos soportar o sobrellevar las cosas que producen miedo (EN 1104 b 1-3). Y aunque Aristóteles no llegue a decirlo explícitamente, la consecución de la *andreía*, una *areté*, un buen hábito adquirido tras una habituación adecuada, no significa o implica la eliminación de la emoción del miedo ante las cosas que lo producen. Dicho de otro modo, la adquisición de un buen hábito adquirido (*héxis* o *areté*) mediante la habituación correcta no elimina las emociones (*páthē*), sino que nos acostumbra a manejarlas de buena manera. Porque tenemos miedo o ira, dice Aristóteles, sin «elección previa» (EN 1106 a 2-3), es decir, sin razón (*lógos*) ni pensamiento (*diánoia*), ambos inherentes al tipo de elección referida, a la *proairesis* (EN 1112, a 15-16). Por tanto, se puede añadir a todo lo dicho sobre la *areté* que es, hablando metafóricamente, una especie de instrumento que adquirimos para manipular o manejar algo que se produce en nosotros sin elección previa.

Antes de pasar ya definitivamente a hablar de manera detallada sobre el miedo en Aristóteles, sólo resta referirse a la naturaleza (*phýsis*) de la *areté* según el propio filósofo griego. Y en este punto, Aristóteles vuelve a ser muy claro. La *areté* es «lo medio». Esto es, la naturaleza de la *areté* es lo intermedio entre dos extremos, o, puesto que estamos con Aristóteles, quizá no resulte muy desacertado decir su «lugar natural».

Aristóteles distingue entre lo intermedio respecto a las cosas (*prágmatos méson*) y lo intermedio respecto a nosotros (*méson pròs hēmâs*). Así, «seis» es lo intermedio respecto de «dos» y «diez». Pero si en lugar de números hablamos de personas, entonces «lo intermedio» no se determina aritméticamente, porque es relativo. En efecto, «lo intermedio» respecto a nosotros puede coincidir con «lo intermedio» aritmético, o quizá «lo intermedio» esté más cerca de uno de los extremos. Por ejemplo, entre dos y diez libras de comida al día, «lo intermedio» aritmético es «seis». Pero para la salud de alguien «lo intermedio» aritmético puede ser insuficiente (por ejemplo, para Milón el atleta, es decir, para cualquiera que esté sometido a grandes desgastes de energía ocasionados por inusuales cargas de trabajo físico) mientras que para la salud de otro, «seis» resultará un exceso (EN 1106 a 29-b 24), incluso, quizá, mortal. En fin, todo el que tenga conocimiento huye del exceso y el defecto, y busca y elige «lo medio», pero no el de la cosa, sino el relativo a nosotros (EN 1106 b 5-7). Establecido esto, vuelve entonces Aristóteles a la *areté*, y afirma sin dudar que el objetivo de ésta, en el sentido de aquello hacia lo que debe orientarse y ser capaz de alcanzar, es «lo medio», «lo intermedio». Porque las emociones y acciones (*páthē kai práxeis*) son las cosas por respecto a las cuales se determina la *areté êthikē*, y es obvio que en ellas se dan el exceso y el defecto y lo medio (en el sentido ya dicho de lo intermedio entre el exceso y el defecto) (EN 1106 b 14-8). Consiguientemente, dice Aristóteles, en el tener miedo hay «el más» y «el menos», y ninguno de los dos es bueno (EN 1106 b 18-21). Pero si se tiene miedo cuando se debe, en torno a lo que se debe (de lo que se debe), respecto de quienes y de la manera que se debe, entonces se está en lo intermedio (*méson*) y lo mejor, y esto es la *areté* (EN 1106 b 22-23). Ahora bien, la *areté* es «lo intermedio» cuando hablamos de su entidad (*ousía*) y

de su definición (*lógos*); pero desde el punto de vista de «lo excelente» y «el bien», ya no es «lo intermedio», sino «el extremo perfecto» (*akrótēs*) (EN 1107 a 6-8).

En este punto, Aristóteles considera que ya ha delineado detalladamente qué es, en general, la *areté êthikē*, y que, por tanto, es el momento de aplicar su esquema a casos particulares, es decir, a *aretái thikaí* particulares, concretas. Y comienza precisamente por la *andreía*.

Andreía y phóbos

La *andreía*, dice Aristóteles, es «lo intermedio» respecto de *phóbos* (miedo) y *thársos* (atrevimiento, confianza, coraje) (EN 1107 a 33 b 1). Pero entiéndase bien, no «lo intermedio» entre *phóbos* y *thársos*, sino «lo intermedio» con respecto a cada una de estas *páthē*, pues el exceso y el defecto se da en cada una de ellas. Es decir, la *andreía* es «lo intermedio» ante las cosas que producen miedo, y «lo intermedio» ante las cosas que producen confianza, atrevimiento (EN 1116 a 10-11), las cuales, obviamente, no tienen por qué no ser peligros, pues no es incompatible el que uno reconozca que algo es un peligro con que se afronte con confianza. En efecto, nadie en su sano juicio negará que conducir por la carretera es un peligro permanente. Sin embargo, salvo casos particulares, la conducción no produce miedo, sino confianza. En cualquier caso, lo que produce miedo y lo que produce confianza son dos cosas necesariamente diferentes, pues una misma cosa no puede producir miedo y confianza a la vez. La prueba de ello es que Aristóteles llama de manera distinta a los que, bien por exceso, bien por defecto, se pasan de *phóbos* o de *thársos*, se supone, claro, ante lo que produce miedo y ante lo que produce atrevimiento o confianza. En efecto, dice Aristóteles que los que se pasan por defecto con respecto al miedo (se supone que ante las cosas que producen miedo), es decir, los que tienen *aphobía*, carecen de nombre, son *anónymos* (EN 1107 b1); no obstante, en otro lugar de la *Ética Nicomaquea* precisará que quien nada teme es un loco o un insensible (EN 1115 b 26-7); el que se pasa por exceso de confianza (se supone que ante las cosas que producen confianza), se llama *thrasýs*, es decir, confiado (y por tanto imprevisor), arrogante, temerario, es decir, alguien que actúa con ligereza o excesiva confianza e irreflexión ante el peligro, un inconsciente, para decirlo de forma coloquial. Y el que se pasa por exceso de miedo y se atreve deficientemente, *deilós*, «cobarde» (EN 1107 b 2-4). Por supuesto, no es una contradicción que ante las cosas que producen miedo Aristóteles hable, a la vez, de un exceso de miedo acompañado por un defecto de atrevimiento. Pues no debe olvidarse que el miedo y la confianza son emociones del alma, mientras que «lo que produce miedo» y «lo que produce confianza» está en gran medida en las cosas mismas. Nadie dirá que es subjetivo el que los enchufes produzcan confianza, seguridad, tranquilidad, aunque, por supuesto, todos reconocerán que son potencialmente muy peligrosos, sobre todo si se meten los dedos, no hay diferenciales en la instalación eléctrica y además el suelo está mojado. En cualquier caso, el enchufe, como objeto, o sea objetivamente, es una cosa que produce confianza, porque, objetivamente, por su diseño, es seguro. Y, salvo casos patológicos, nadie suda, tiutuba y se lo piensa una o mil veces cada vez que tiene que enchufar un electrodoméstico o una lámpara. Por otro lado, tampoco se negará que una sierra mecánica en funcionamiento es una cosa que produce miedo como objeto, objetivamente, es decir, nadie deja de sentir una cierta dosis de miedo cada vez que la usa, por muy

experimentado que se esté en su manejo. De hecho, suele decirse que los accidentes con estas herramientas se producen por una combinación de exceso de confianza y olvido del miedo.

Entonces, y lo que sigue me parece absolutamente esencial, si la *andreía*, cuando se refiere al miedo, es «lo intermedio» entre el exceso y el defecto de miedo respecto de las cosas que producen miedo, resulta obvio que la posesión de esta *aretē ēthikē* no excluye, diríamos, cierta dosis de miedo. Es más, no tener miedo de las cosas que producen miedo objetivamente, como la enfermedad, la falta de amigos o la muerte, es impúdico (EN 1115 a 14).

Hasta aquí hemos visto lo que Aristóteles dice del miedo en relación con la *andreía*, palabra cuya traducción más correcta (no políticamente, claro) sería la de «hombría», aunque lo más frecuente es encontrarla traducida por «valentía». No obstante, y para evitar malentendidos, quizá lo más conveniente sería traducirla por algo así como «valentía acompañada de sentido o prevención razonable, etc.».

Pero Aristóteles también define el *phóbos* como emoción, definición que intentaré precisar más con la intención de sugerir un esquema general y comprensivo del miedo. Y creo que no debe entenderse que es en este momento cuando se entra propiamente en el ámbito de la Psicología. Porque, aunque pueda parecer otra cosa, considero que lo dicho hasta aquí sobre el miedo está en la escala y perspectiva de ciertas corrientes psicológicas contemporáneas.

Definición de *phóbos*: ensayo de un esquema psicológico

Aristóteles, en la *Ética Nicomaquea* dice que el *phóbos* es la suposición de un mal (EN 1115 a 9). Sin embargo, es en la *Retórica* donde podemos encontrar una definición de *phóbos* más elaborada. En efecto, ahí define Aristóteles el *phóbos* como sigue: «Sea pues el miedo (*phóbos*) una aflicción o barullo de la imaginación (*phantasia*) cuando está a punto de sobrevenir un mal destructivo o aflictivo» (1382 a 21-22). El uso de la palabra *phantasia* en esta definición introduce un término enormemente problemático sobre el que se ha escrito mucho, y en torno al cual no hay acuerdo. De hecho, qué es la *phantasia* en Aristóteles exigiría muy largas reflexiones y explicaciones, algo que no es posible acometer por razones de espacio, aunque debe saberse que hay numerosos estudios monográficos y artículos al respecto que polemizan entre sí. En cualquier caso, la definición aristotélica del miedo tal como aparece en la *Retórica* me interesa aquí esencialmente como base de una propuesta de definición pensando en la Psicología.

Defino el «miedo» como una emoción más o menos pasajera que aparece cuando se presiente o supone un peligro real o aparente (es decir, que «parece y no es») y concreto o inconcreto (vago, impreciso), que se puede sentir individual o colectivamente. Si se disponen las cuatro primeras variables (real o aparente y concreto o inconcreto) en las cabeceras de las columnas y de las filas de una tabla de dos por

dos, y en cada una de las cuatro casillas resultantes se colocan las amenazas o peligros pertinentes, automáticamente se obtendrá una primera aproximación de las características del miedo con el que uno se enfrenta, lo cual es esencial para cualquier intervención terapéutica que se pretenda. Pero, además, cada una de las amenazas o peligros que se colocan en cada una de las cuatro casillas, siempre, y necesariamente, se experimentarán como algo individual o colectivo, variable que igualmente resultará pertinente para la evaluación y posterior tratamiento psicológico eficaz. Y, por supuesto, una misma cosa puede producir dos tipos de miedo distintos, pues no debe olvidarse que, como dice Aristóteles, lo que produce miedo no es para todos lo mismo, o lo que es igual, una misma cosa será más o menos temible según quien la considere, e incluso será temible por razones diferentes. Por ejemplo, pensemos en el caso nada infrecuente de encontramos una escalera apoyada sobre la pared de un edificio cuando caminamos tranquilamente por la calle. Ante esta eventualidad, la conducta más frecuente de la mayoría de las personas es evitar el pasar por debajo de la escalera. Y se evita conscientemente. Pero unos lo harán porque perciben la escalera como un objeto grande, duro y contundente que puede desplomarse sobre sus cabezas, mientras que otros evitan pasar por debajo de aquella porque este tránsito es percibido como fuente segura de males morales y vitales incontrolables e imprevisibles. En el primer caso, la escalera, en tanto que peligro, es concreto (una escalera) y real (puede caerse sobre nuestra cabeza). En el segundo es igual de concreto (la misma escalera), pero el peligro obviamente aparente o ficticio (lo que no quiere decir, por supuesto, con todo lo ficticio que sea, que cuando la escalera es percibida supersticiosamente, ese peligro para el que así la percibe es tan real como quien la percibe como objeto duro contundente). Naturalmente, la evitación de las escaleras porque nos pueden golpear en la cabeza es, sin duda, un miedo «protector», para utilizar la feliz expresión de Santiago González Escudero en su artículo titulado precisamente «El miedo protector» (Domínguez, 2002), artículo, por lo demás, en el que se hace un análisis muy minucioso del miedo en la *Poética* de Aristóteles, y que complementa perfectamente el presente trabajo. Ahora bien, cuando la escalera se evita porque puede desencadenar una racha de mala suerte, estamos inequívocamente ante un miedo destructor de la persona. Naturalmente, el miedo en ambos casos, como dice Aristóteles, admite grados. Y de la misma manera que el miedo protector, si es excesivo, se convierte en destructivo (uno teme tanto que puedan caerle encima las escaleras que posiblemente encuentre por la calle y matarlo, que no sale de casa), una superstición leve tampoco es quizá destructora. Pero lo relevante es que el miedo ante un peligro concreto y real y el miedo ante un peligro concreto pero aparente, en grados patológicos, requieren estrategias e intervenciones terapéuticas muy diferentes, lo cual vale exactamente igual para el resto de los diferentes miedos que están en función de las variables que se han señalado.

Referencias

- Bados, A. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para la agorafobia. *Psicothema*, 13(3), 453-464.
- Botella, C. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para el trastorno de pánico. *Psicothema*, 13(3), 465-478.
- Calvo, T. (1978). Introducción a la traducción de *Acerca del alma* de Aristóteles. En *Aristóteles. Acerca del Alma*. Madrid: Gredos.
- Capafons, J. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para las fobias específicas. *Psicothema*, 13(3), 447-452.
- Domínguez, V. (2002). *Los dominios del miedo*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Echeburúa, E. (2002). Miedo normal y miedo patológico. En V. Domínguez (Comp.), *Los dominios del miedo* (pp. 89-99). Madrid: Biblioteca Nueva.
- González Escudero, S. (2002). El miedo protector. En V. Domínguez (Comp.), *Los dominios del miedo* (pp. 135-170). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Monográfico sobre tratamientos psicológicos eficaces (2002). *Psicothema*, 3.
- Pérez, M. (2002). Espacios y momentos del miedo en la ciudad. En V. Domínguez (Comp.), *Los dominios del miedo* (pp. 229-250). Madrid: Biblioteca Nueva.