

## LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS TRATADOS DE EDUCACIÓN DE PRÍNCIPES (SIGLOS XVI Y XVII)

### Resumen

Los tratados de educación de príncipes son obras pedagógicas que intentan cubrir unos objetivos eminentemente educativo-formativos. Esta razón justificará el hecho de que todo su contenido gire en torno a una idea central: plasmar la personalidad del futuro gobernante en una estructura que le haga apto para desarrollar esa otra alta pedagogía que el jefe ha de realizar con su pueblo para llevar a cabo los verdaderos fines del Estado. La Educación Física jugará un papel transcendental en la formación integral y virtuosa del heredero; y buena prueba de ello la tenemos en el hecho de que, en todos estos tratados se dedican uno o dos capítulos a la exposición de los principios didácticos que deben de orientar esta formación físico-corporal; siempre en la línea de la gimnasia médica galénica propia de esta época, dirigida al cuidado que se debe de tener con la salud corporal del príncipe, por ser ésta la cosa más importante de las temporales. Mención especial merece la importancia que, en estos tratados, se le asigna al juego motor, considerándosele un medio formativo básico en las primeras edades, que coadyuva al desarrollo físico, intelectual, socioafectivo y moral del ser humano; destacándose la práctica del juego de pelota como la expresión lúdico-motriz más completa.

**Palabras clave:** tratados, educación de príncipes, salud corporal, gimnasia médica galénica, pedagogía, fortaleza, virtud, juego motor.

### Introducción

La obra *El cortesano* de Baltasar de Castiglione puede considerarse como el punto de partida de lo que significa la educación de la nobleza durante esta época y, por extensión, del príncipe como cabeza visible de la misma. El cortesano, caballero, gentilhomme, galán, hombre de bien, en suma, el noble, aparece en este libro magistralmente caracterizado. El espejo de caballeros será limpio de costumbres, adorador de su príncipe, vestirá con el sosiego y la gravedad que caracterizaban a las clases más altas de esta época; y añadirá a la virtud y a las artes guerreras las letras, sustancial y principal aderezo del alma. El libro de Castiglione es algo más que un manual del buen tono, está destinado a dar lustre y esplendor a la “verdadera nobleza”. La receta que permitirá llegar a ello, según el autor, pasa por “comenzar desde muy pronto una esmerada educación capaz de conformar los aspirantes al modelo”. Se imponen las perceptivas de los buenos modales; los preceptores prescriben todas y cada una de las acciones a realizar en cualquier situación de la vida cotidiana. Mientras, las clases populares se muestran reacias a pasar por el tamiz de las normas de elegancia impuestas; sirvan como demostración estas palabras del Quijote: “mucho mejor me sabe —dice Sancho— lo que como en mi rincón sin melindres ni respetos, aunque sea pan y cebolla, que los gallipavos de otras mesas donde me sea forzoso mascar despacio, beber poco, limpiarme a menudo, no estornudar ni toser si me viene en gana, ni hacer otras cosas que la soledad y la libertad traen consigo...”.

En el siglo XVI se definieron nuevos tipos de realeza, de nobleza y de pobreza, creando nuevas figuras sociales. Los agentes que intervienen y delimitan este nuevo espacio social van a ser las órdenes religiosas, con los jesuitas a la cabeza. Por lo general son hombres de letras, integrados en el servicio de la república, que impulsan, a través de la pedagogía y las prácticas educativas, la búsqueda de una vasta estrategia política de pacificación y concordia social; dicha estrategia supondrá el fundamento del nuevo arte de gobernar.

Los modos de educación serán los pilares que sustentan el nuevo orden social, jerarquizándolo y confiriéndole caracteres distintos según se tratase de infantes, caballeros, hijos de mediano estado o hijos de pobres. La tutela ejercida sobre los niños, en función de su nivel social, va a delimitar el cauce a través del que va a fluir la savia educativa de maestros a discípulos: el gobierno del alma, el cultivo del ingenio y la destreza del cuerpo constituyen sus máximas educativas.

Así pues, no sólo importa el cultivo del espíritu y del ingenio en el príncipe niño, sino también el del cuerpo. Existe toda una preceptiva que atañe a sus menores gestos y movimientos, toda una serie de ejercicios reglamentados de acuerdo con su dignidad real:

”Se le enseñará a ejecutar todas las acciones naturales con perfección, particularmente el moverse y andar. ”Realizará ejercicios más frecuentes que pesados para criarse valeroso y fuerte: desde pequeño se le enseñará a cabalgar para que sea un jinete diestro en todas las sillas. Aprenderá



asimismo a jugar todas las armas con buen aire y gracia para saber acometer y defenderse. Con tal objeto han de establecerse todo tipo de luchas entre iguales, en las que ha de intervenir procurando que sea sin mengua de su dignidad y decoro. La caza, la pelota, la sortija, el ajedrez..., son también juegos con los que ha de adiestrarse.”

En cualquier caso, el trato especialísimo que en su crianza y educación recibirá el príncipe niño no lo libera, sin embargo, del sometimiento a una programación puntual en la que, al menos en teoría, todas sus acciones quedan aprisionadas. Fernández de Otero, inquisidor apostólico, realiza incluso una distribución en el tiempo de las actividades adecuadas para la instrucción del infante:

- “Se levantará de mañana, en invierno a las ocho y en verano a las seis, dos horas después de la salida del sol, porque es conforme a la naturaleza dormir de noche y velar de día, además de ser muy provechoso y saludable.
- “Empleará una hora en oír misa, encomendarse a Dios, a la Virgen, al ángel custodio y en rezar el rosario.
- “A continuación dedicará dos horas a hacer ejercicios antes de la comida; ejercicios que no serán continuos, sino que se intercalará una hora para entretenimiento y gusto a fin de no cansar su ingenio, cargar demasiado la memoria o remontar la voluntad y aplicación.
- “A las 12, llegada la hora de la comida, el maestro podrá excusarle hasta las 15 horas de todo género de estudio y lección. En este tiempo podrá ocuparse en cosas lícitas y honestas de su gusto y diversión.
- “A las 15 horas darán comienzo las lecciones, estimulándole y haciéndole fácil el que se dedique a ellas con gusto; lecciones que durarán hasta las 17 horas en que tomará la merienda.

- “A las 18 horas rezará el rosario en el oratorio con el maestro y hará limosnas.
- “A las 19 horas se aplicará a ejercicios y ocupaciones hasta las 20 horas. Y a partir de entonces, hasta las 21 o 22 horas en que cenará, el maestro le divertirá con conversaciones amenas y de provecho en las que pueden, además, participar otros vasallos y criados. Luego cenará y se acostará a la hora que los médicos ordenen. Antes de acostarse hará el examen de conciencia, la contricción de las faltas y rezará sus oraciones.
- “Para entretenerle y divertirlo, así como para procurar que se aplique con más gusto al estudio, procurará el maestro regirle dejarle todos los días algún tiempo para juegos de trucos, pelotas, ajedrez, tablas y juegos lícitos de cartas. Debe concederle, además, un día de vacaciones a la semana en que aprenda cosas provechosas por medio de entretenimientos.”

Incluso Sancho de Moncada llega a plantearse la conveniencia de que se funde una nueva e importante universidad de la Corte para que estudie el príncipe la ciencia política, acompañado por los hijos de los grandes. El príncipe ha de comenzar, desde su más tierna infancia, a estudiar el oficio de rey, aprendiendo todo lo relacionado con la difícil ciencia de gobernar. La fundación de esta cátedra de Política en la Corte, para que el príncipe pueda asistir a ella, se fundamenta en las siguientes premisas:

- “Porque habiéndola de estudiar su alteza, donde mejor podrá hacerlo es en compañía de los nobles que tiene a su alrededor.
- “Porque no todo radica en libros y maestros, sino también en los mismos niños.
- “Porque comenzarán a venerar su ingenio angélico enseñándolos y advirtiéndose su alteza de ello.
- “Porque podrá con el tiempo y la experiencia ponderar los talentos e in-

clinaciones de todos y, cuando la ocasión llegue, elegir él mismo a personas dignas para los oficios.

- “Porque por este medio se habituará a no temer los juicios de los hombres habiendo de ser el blanco de todos los ojos del reino.
- “Porque holgará su alteza de ver alabar al aprovechado y sentirse él negligente, dejadas muchas otras utilidades fáciles de entender.”

En definitiva, que los tratados de educación de príncipes persiguen el ideal del príncipe perfecto, que engloba también el concepto de hombre perfecto, y aun lo desborda. Pero al tratarse de una misma persona, hay que educar al hombre desde el primer momento con miras al príncipe, a su papel dentro de los destinos nacionales. Las sólidas concepciones teológicas, filosóficas, jurídicas y políticas de esta época marcarán las líneas pedagógicas de estas obras.

## Los tratados de educación de príncipes de la época

### Misión

Estas obras son eminentemente formativas. Todos tienen como objetivo último “plasmear la personalidad del gobernante en una estructura que le haga apto para desarrollar esa otra alta pedagogía que el jefe ha de realizar con su pueblo para llevar a cabo los verdaderos fines de Estado” (1). La educación intelectual, física y moral está orientada en estos tratados, a la formación integral del hombre, que le permita moverse con un orden y con un fin. Su forma pedagógica “les ha de conducir a un hábito o costumbre razonable y virtuosa, la cual hace al hombre digno del insigne título y renombre de bueno, que es el más ilustre y excelente que merecer puede ninguna racional criatura, mayor incomparable al de toda grandeza y dignidad humana” (2).

La libertad es una de las premisas propuestas por los autores de estos trata-



dos, como una condición básica de la actividad moral. Luis Vives se refiere a la libertad de la voluntad del ser humano como “un gran don de Dios por el que nos hizo hijos suyos, no siervos, y puso en nuestra mano formarnos como quisiéramos con el auxilio de su favor y gracia. De no ser así, no habría diferencia alguna en cuanto se refiere a la excelencia de la virtud, entre el hombre y las bestias, si obrase en nosotros una potencia tan necesaria e inevitable como en ellos” (3). Para ellos, sin embargo, esta libertad no es incondicionada; toda obra educativa es una conquista de la verdadera libertad.

El padre Juan de Mariana afirma que “el príncipe está colocado en la cumbre de las sociedades, apareciendo como una especie de deidad, como un héroe bajado del cielo, superior a la naturaleza de los demás mortales. Para aumentar su majestad y conciliarle el respeto de sus súbditos está casi siempre rodeado de lujo y de aparato, contribuyendo no poco a deslumbrar los ojos del pueblo y a contenerle en el círculo de los deberes sociales. Aprobamos como prudente y racional esta medida; más creemos que a todo este fausto y pompa ha de añadirse el esplendor y brillo de todas las virtudes,

tales como la prudencia, la justicia, la fortaleza y la templanza; como también el que dan las letras y el cultivo del ingenio, con los cuales se concilia también mucho la veneración de los ciudadanos” (4).

Todos los autores de estos tratados convergen en la idea de que el príncipe ha de saber velar por todos los súbditos de su Estado, sin distinción de raza o de clase. Su cabeza debe permanecer serena y despejada, lo que, en definitiva, le va a permitir tomar decisiones, en la mayoría de los casos, de gran responsabilidad y comprometidas. Debe aventajar a sus súbditos en los valores morales, intelectuales y físicos, para granjearse el amor y el respeto de su pueblo, a la larga más positivos que el miedo. Su figura debe irradiar autoridad; cierta gravedad su semblante; benevolencia y perspicacia su espíritu; y altura y robustez su cuerpo; en cuanto al deseo y la fortuna, el padre Juan de Mariana, dice que “le son dados por el cielo más bien que procurados por la prudencia de los hombres, principalmente siendo la monarquía, como es entre nosotros, hereditaria y debiendo honrar por rey al que tal vez fue engendrado infelizmente por sus padres” (5); y prosigue en esta línea afirmando

“que se evitaría este peligro si se escogiesen siempre para mujeres de los príncipes a las dotadas de grandes facultades, nobles hermosas, modestas y, en lo posible, ricas; mujeres en cuyas costumbres no hubiese nada de vil ni bajo, mujeres que a su belleza física y a las virtudes de sus antepasados correspondiese la grandeza de sus almas, pues no es de poca monta que reúnan excelentes cualidades las que han de ser madres de hombres destinados a mandar a todos y ha procurar la felicidad o la infelicidad de todos y de cada uno de los ciudadanos” (6).

En estas obras se llega incluso a hacer alusión directa al cuidado en la elección de la nodriza para el amamantamiento y educación de los príncipes en su infancia. Todos los autores coinciden, sin embargo, en la necesidad de que sean las propias madres las responsables de la educación básica de sus hijos: “sería de verdad muy saludable que las madres criasen a sus hijos, tanto porque, así llenarían completamente sus deberes de madre, como porque continuando los hijos el uso del mismo alimento que les fuese formado, saldrían más vigorosos, más robustos y sobre todo más puros, por no tener en su cuerpo mezcla alguna de ajeno juego ni de ajena sangre” (7).

La orientación que se le dé a la educación del príncipe en las primeras edades se revela como transcendental a la hora de consolidar su formación sólida y eficaz en la adultez. Así pues, son factores importantes: la elección de un buen ayo, un maestro que destaque por su prudencia, su erudición y sus virtudes; en definitiva, que pueda ejercer su notable papel de transmisor de saberes y valores éticos y morales. La opinión general, recogida en estos tratados es que no basta con un solo maestro para completar la formación del príncipe, puesto que no es fácil encontrar una persona docta en todas las ciencias de donde se han de tomar tan diversos conocimientos para el desarrollo multifuncional de sus deberes reales: administrar justicia, nombrar magistrados,



resolver negocios de paz y guerra, hablar y juzgar de muchas cosas que en cada momento suceden en la gobernación de un reino.

El padre Juan de Mariana expone en su obra ya citada que la instrucción del príncipe debe ser confiada, en un nivel superior, a “cuatro varones principales del reino para que cada cual le enseñe con acierto el arte en que más se aventajase: el primero le instruyese en la literatura, el segundo en las leyes patrias, el tercero en las ceremonias y ritos religiosos, el cuarto en la preparación física y en el arte de la guerra, en que tanto descansa la fuerza y la salud de la república” (8). En cualquier caso, todos los autores coinciden en que el/los preceptor/es de los príncipes ha de procurar, con los actos de su vida, fijar en el ánimo de su alumno para irle formando en todas las reglas de la virtud y del saber que han sido trazadas por los grandes filósofos. Se han de evitar al príncipe las compañías de jóvenes sin pudor ni vergüenza, de aduladores, aprovechados, enemigos de la salud pública, etc.

Se ha de cultivar el ánimo del príncipe con verdaderas virtudes e instruirle por medio de la razón, aunque con severidad, si es necesario. En primera instancia, se ha de utilizar la reprensión, y, si con ella no bastare, el castigo; los preceptores deben dejar a un lado la indulgencia que pueda robustecer en él los vicios naturales, “al león, animal fiero y cruel, ni se le ha de gobernar con continuos golpes, ni halagar con frecuentes caricias; es preciso mezclar las alabanzas con los halagos, para que se amanse” (9).

El preceptor ha de examinar el carácter del príncipe, observando lo que le estimula y le mueve; utilizando la palabra para guiarle por el camino correcto; aunque, si su actitud no fuera positiva, “si no le mueven las palabras y sí el freno, si necesita para andar de que se le apliquen las espuelas, apélese a estos medios: combátasele la cortedad si es demasiado corto, cúresele de su imprudencia si es impudente y dirjense

siempre donde quiera que puedan contrariar sus vicios. Amonéstensele, mándenle, repréndanle, castíguenle de vez en cuando, resistan a sus inmoderados deseos, esmérense, por fin, en que no salga ni insolente ni tenaz, cualidades de las que podrían ocasionarse graves perjuicios, así para él como para sus mismos súbditos” (10).

Otra norma común establecida por estos autores de tratados de educación de príncipes se centra en orientarles adecuadamente para no hacerles esclavos de la liviandad, de la avaricia y de la fiereza; al tiempo que se les deba enseñar a no despreciar las leyes, a no imponer el terror a sus súbditos, a alejarse de los placeres del cuerpo, a guardarse del estupro y del incesto, etc. Hay que explicarle razonadamente cuáles deben ser las virtudes que han de adornar a un heredero y en qué consisten sus deberes. El rey, pues, si es verdaderamente digno de este nombre, “obedecerá a las leyes divinas, tomará por guía la razón, hará igual para todos el derecho, reprimirá la liviandad, aborrecerá la maldad y el fraude, mirará por la utilidad pública y no por sus antojos el poder que ha recibido, se esforzará en aventajar a todos por su honradez y sus costumbres a proporción de lo que es mayor en autoridad y riqueza, no retrocederá ante ningún peligro, no perdonará medio para salvar a la patria, será fuerte e impetuoso en la guerra, templado en la paz; no sentirá latir el corazón si no es por la felicidad de su pueblo, al que procurará sin cesar todo género de bienes” (11).

Todos coinciden en que el príncipe, amparado por la gracia de Dios, ensalzado universalmente por sus virtudes, se granjea la voluntad de sus súbditos, lo que le ayudará a conquistar sus favores de forma mucho más racional que con la fuerza y las armas.

### Contenido

Como ya hemos visto en el apartado anterior, todos los autores de la época que han escrito sobre la educación de príncipes coinciden en afirmar que los

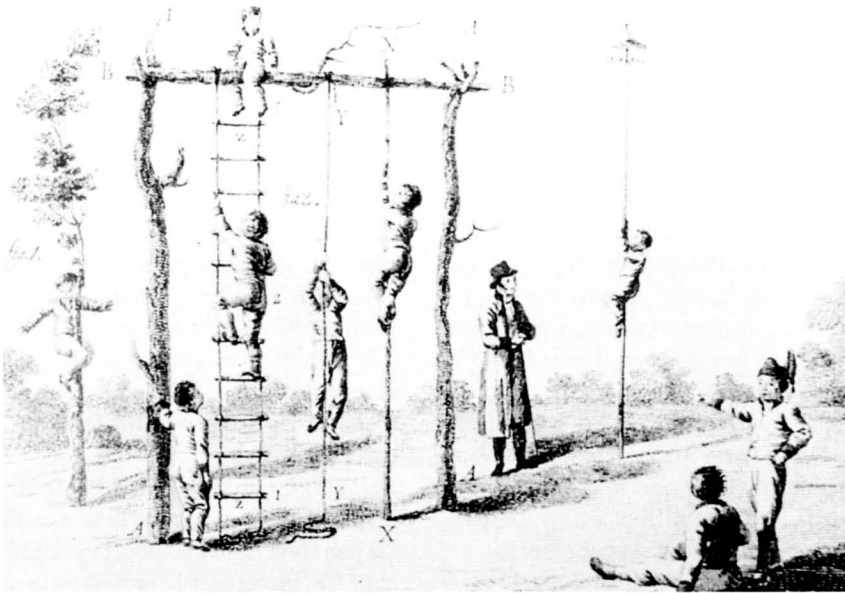
aspectos moral, físico e intelectual constituyen los tres pilares sobre los que se asienta el entramado educativo de la formación integral de los herederos.

Su preocupación principal se centra en separar a los nobles herederos del exceso de placeres: el lujo en el vestir, la demasiada delicadeza en el comer, el goce y disfrute precoz en lo carnal, llega a corromper al príncipe desde sus más tiernos años, con una educación tan débil y afeminada, pesado por su gordura y lleno de enfermedades, no haciéndole útil ni para la paz ni para la guerra. Ejemplifican las consecuencias de esta deficiente formación en los príncipes que padecen nervios, su responsabilidad les abruma, pasando el día entregados al sueño y consagrando su vida a los médicos y a los remedios, y por fin, muriendo en la flor de sus días, no por su trabajo, cuidado y desvelos hacia su pueblo, sino por su flojedad, el lujo y los placeres a los que se entregan.

Toda su educación, pues, debe dirigirse a que se aumenten y robustezcan las fuerzas del alma y del cuerpo.

Estos principios educativos, en la mayoría de los casos, van en contra de los intereses de sus cortesanos que dedican todo su talento en quebrantar unas y otras: le proporcionan mujeres para que le afeminen, procuran que su fortalecimiento físico sea el mínimo, que no disfrute del sol ni del aire, que no haya para él trabajos y molestia alguna, que permanezca cerrado entre las paredes de su palacio como una doncella tierna y delicada, que no se roce y frecuente la compañía de sus súbditos, que no juegue ni se ejercite físicamente para desarrollar sus cualidades motrices, etc. “Su objetivo se centra en cebarlo, y satisfacer todos los caprichos de su apetito, instarle las mujeres a que coma disponiéndole platos hecho con raro arte que puedan excitar su apetito; y embotando así sus tiernas facultades, casi a cada hora le entran nuevas comidas haciéndose pesadas e inoportunas hasta que las prueba” (12).

En medio de tantos placeres y de una



vida tan afeminada, quién podría impedir que el príncipe se corrompiera y debilitase las fuerzas de su entendimiento. En cuerpos débiles y enervados no caben almas grandes ni fuertes. Un cuerpo acostumbrado a los deleites no puede sobrellevar sin quebranto los trabajos y las fatigas, siguiendo el camino arduo de la virtud sin precipitarse en el vicio que es más ancho y descansado. El cuerpo inactivo enferma y se debilita, pierde sus facultades naturales y es incapaz de mantener la lucidez del espíritu para dirigir, organizar e ilusionar a su pueblo en la tarea común del estado. Dejará que se arruine la república antes que tomarse tan ímprobo trabajo.

El padre Juan de Mariana alude a varios ejemplos de “graves daños ocasionados al reino por príncipes que recibieron una educación tan afeminada y tan oscura: apenas ha habido época en España en que hayan existido desórdenes mayores que en tiempos de Juan II de Castilla, a pesar de reunir este rey muchas y muy buenas facultades. Era ese rey alto y blanco de cuerpo, dulce de carácter, amigo de la caza y de otros simulacros de guerra, bastante dado a las letras, pues compuso en romance versos de suave y fácil es-

tructura. Estaba aún en sus primeros años cuando murió Enrique III, su padre; y para que no pudieran apoderarse de él los nobles, ni se ofreciesen ocasiones de innovar las cosas públicas, pasó más de 6 años en el convento de San Pablo de Valladolid, es decir, hasta que murió su madre que era su tutora. No solo no se le permitió en todo este tiempo salir, sino que ni siquiera se admitió en su presencia a otras personas ajenas a los individuos de su palacio y corte. Triste y miserable cosa, no ya solo por el rey, sino para el reino, que careciese de la vista de los pueblos el que había después de gobernarlos, que no conociese siquiera a los grandes de su reino, que no tuviese libertad para oír ni para hablar a nadie, que hubiese de languidecer en una vida oscura y solitaria” (13).

De este ejemplo se deduce lo absurdo e ilógico que resulta que, al príncipe heredero y luego rey se le privara del contacto de sus súbditos, a los que habría de gobernar; que no tuviera libertad para oír ni hablar con nadie, languideciendo en una vida oscura y solitaria, rodeado de mujeres, lujo y fastos; desembocando en una vida tonta, lóbrega, voluptuosa y sin sentido.

Todos los autores de estos tratados coin-

ciden en que sus planteamientos educativos no persiguen el que escaseen al príncipe la comida y el vestido, sino que siguen el ejemplo general de la naturaleza, en la que vemos a todos los demás seres animados procurando abundantes alimentos a sus hijos, ayudándoles a consolidar su crecimiento y desarrollar sus fuerzas. Ahora bien, el príncipe no debe limitar sus deseos al buen comer y vestir; ha de aspirar a metas más altas, engrandeciendo su espíritu para afrontar las más difíciles empresas.

### Aspectos a considerar

De todo lo expuesto en los dos apartados anteriores podemos deducir que entre las disposiciones óptimas que se requieren en el sujeto del príncipe, la virtud es quizá la más notable. La actuación pública del heredero preocupa a sus súbditos, como reflejo claro, que es, de su personalidad. Hemos visto como el alto ideal del gobernante en esta época, reflejado en la persona del rey, implica, naturalmente, la condición virtuosa del príncipe.

El padre Rivadeneira en su tratado defiende la tesis de que “Dios premia al buen gobierno de los reyes con la prosperidad de su nación” (14). Es falso que el engrandecimiento del reino obligue a posponer los valores religiosos y éticos en favor de una astuta política de manejo de sus súbditos, “la Providencia de Dios es más paternal con los buenos reyes” (15).

La necesidad de la virtud en el príncipe está también justificada por razones teleológicas, derivadas de la tradición de un gobierno para el bien, transmitida por los clásicos y sustanciada en el pensamiento de Santo Tomás, que exige del gobernante una virtud continuamente ejercitada, escribe: “la virtud es proporcional a la naturaleza de que procede, y el acto es proporcional a la virtud. La naturaleza del cargo real lleva consigo cierta universalidad —en cuanto el rey tiene que atender al bien común en toda su extensión—, porque su providencia es común a todos sus súb-



ditos; luego su virtud y sus actos han de revertir también cierta universalidad, porque el cargo del señor es comunicativo por naturaleza” (16). Es corriente que en los títulos y subtítulos de estos tratados figure la palabra *virtud* o *virtuosidad* como expresión del tema central de los mismos.

La necesidad de dar ejemplo constituye otro motivo que, según ellos, justifica la virtuosidad en el príncipe. Se trata de una conveniencia moral que aconseja su formación en esta línea, por motivos psicológicos relacionados con el instinto de imitación. El padre Rivadeneira afirma que “el príncipe es una ley viva, no sólo porque tiene potestad para hacer la ley, interpretarla y dispensarla, sino porque la ley por sí es muerta, si él, como ánima de la misma con su ejemplo, no le da vida” (17).

Políticamente era también necesario limitar por dentro, con la norma de una recta conciencia, el poder máximo que ponía en las manos del monarca todos los resortes del mando, exento en absoluto del control y sanción de sus decisiones por parte de cualquier otro organismo temporal.

Existen también motivos de tipo personal, de índole pedagógica, haciendo coincidir en él todas las preocupaciones culturales y de tipo religioso. Pedagógicamente, la esencia de la educación es la formación de las virtudes y fundamentalmente en la caridad, sin la que no puede llegarse al perfeccionamiento humano. Fernández Otero, en su obra *El maestro del Príncipe*, compara la formación del heredero con la construcción de un edificio, cuyos pilares serían las diversas virtudes que el maestro ha de ir despertando en su discípulo, y entre las que juzga como más importantes, la cultura, la educación física y la educación moral asentadas ellas sobre estas cuatro paredes maestras: el desprecio del mundo, el desprecio de la honra, la clemencia y el desprecio de la quietud.

La razón social de la educación, en cuanto a su contenido, su material y su cuerpo, hace que la formación del príncipe

esté condicionada por determinantes personales, religiosos, de carácter y culturales. Dice en este sentido el padre Rivadeneira: “por ser uno rey no deja de ser hombre, antes está obligado a aventajarse en lo que es propio del hombre” (18).

La pedagogía establecida para la educación de príncipes desemboca en la consecución del equilibrio entre sus intereses sociales y particulares. El monarca ha de mirar por el bien de su Estado como por el suyo propio, puesto que su perfección individual no puede ya desgajarse de sus deberes de gobernante, mientras que, inversamente, todo perfeccionamiento de su persona redundará en bien de la comunidad.

Todo lo expuesto nos lleva a la conclusión de lo que el concepto de perfección en el príncipe incluye, pero rebasa el de hombre virtuoso. De entre las virtudes fundamentales que todo ser humano necesita, las hay que en el príncipe cobran una importancia especial, y dentro de ellas cabe destacar determinados rasgos reconocidos como propios del jefe.

Los rasgos fundamentales solicitados para el gobernante perfecto, por los diferentes autores de estos tratados, pueden resumirse en: la prudencia, la justicia, la templanza y la fortaleza; unidas íntimamente a ellas, algunos autores destacan la libertad, la clemencia y la audacia.

La prudencia es una regla moral que pone en el hombre tacto y discreción para ordenar su vida y mandar en cada caso a sus subordinados lo más adecuado para la observancia de las virtudes. Destacan los dos matices propios de esta cualidad: el individual y el social. De uno y otro necesita el príncipe; del primero como hombre y del segundo como persona pública. “El que no tiene prudencia para regirse a sí mismo, menos la tendrá para regir su casa, las ciudades, las provincias y los reinos” (19). Es, según Cicerón, “arte de la vida, como la medicina de la salud” (20).

Todas las demás virtudes son comunes

a los súbditos y a los superiores; pero la prudencia es la propia del gobernante, luz y guía de los que rigen. A ella le dedican los tratadistas los más extensos capítulos, considerándola siempre, como la virtud característica del príncipe. Pedro de Avilés afirma que “los que tienen el cetro por herencia o por elección, por suerte, por violencia o por engaño no son reyes, sino los que saben mandar con prudencia” (21); ya que “dos cosas son necesarias a un príncipe: que sea santo en su casa y valeroso fuera, pero en lo uno y en lo otro, prudente” (22).

Saavedra Fajardo considera como elementos constituyentes de la prudencia “la memoria de lo pasado, la inteligencia de lo presente y la providencia de lo por venir —que requiere precaución y previsión—” (23).

La justicia es una virtud eminentemente social que regula la comunicación entre los miembros que conforman un colectivo. Se encamina a poner orden y a someter a normas ese intercambio vital tan expuesto a entorpecerse con las desequilibradas interferencias que, por necesidad, nacen de los intereses personalistas y egoístas de cada uno de los miembros que conforman esa colectividad. “Sin la justicia no hay reino, ni provincia, ni ciudad, ni aldea, ni casa, ni familia, ni aún compañía de ladrones y salteadores de caminos que se puede conservar” (24).

La justicia, considerada subjetivamente, es un estado libre de la voluntad, un deseo perpetuado de que cada uno reciba de los demás, en posesión pacífica, lo que le pertenece por derecho.

Al príncipe le concierne, ante todo, la justicia distributiva, por sintetizarse en él los deberes y derechos de una sociedad completa: el Estado. Mediante la justicia distributiva tiene lugar esa comunicación vital que ha de fluir del todo social a las partes de la sociedad, en cuanto parte de ella precisamente. En efecto, “es virtud verdaderamente real y muy propia de reyes, que les incumbe de oficio y les constituye en el ser de reyes” (25).

Todos los tratadistas coinciden a la hora de asignar cometidos específicos a la acción del rey en relación con la justicia: mandar lo razonable, premiar los servicios, proveer los cargos y empleos con sujetos dignos, velar por el cumplimiento de las leyes y reprimir los desórdenes.

La templanza cabría entenderla como una disposición de la razón para mantenerse en el justo medio en toda materia; referida a la regulación de los grandes deleites, sometiendo nuestra conducta a la razón en esta materia. Podemos considerarla como una virtud moderadora que actúa a modo de freno de los movimientos pasionales del alma, que persiguen los placeres corporales y sensibles. Acompañan éstos al ejercicio de las funciones orgánicas y están en razón directa de lo natural y fundamental de las mismas. Las funciones más naturales son la nutrición y la reproducción; las primeras, encaminadas a la conservación del individuo; las segundas, a la de la especie. La templanza lleva a estos ejercicios una norma general: la necesidad vital, entendida de una manera amplia. El uso de tales bienes tendrá como norma la satisfacción de la necesidad.

Llegados a este punto, hemos de significar la gran importancia que los autores de estas obras asignan a la Educación Física, como medio básico de cuidado y conservación de la salud corporal del príncipe, por ser lo más importante para su formación. "Un cuerpo acostumbrado a los deleites y la molicie no tiene nada de apto para soportar trabajos y fatigas. Es moralmente imposible que pueda seguir el áspero camino de la virtud y abandone el del vicio ancho y descansado, quien se aplica con desmedido afán a buscar los placeres" (26).

La fortaleza es una perfección moral de la parte afectiva sensible que nos hace afrontar con valor los grandes riesgos, o a moderar los ímpetus de la audacia. Tiene su manifestación culmen en las acciones que comportan un peligro de muerte.

Esto sólo se consigue resistiendo a los obstáculos que nos separan del bien, por una parte reprimiendo el temor, y por otro, a moderar la audacia, para que no degeneren en temeridad.

Existen virtudes parecidas a la fortaleza en la manera de obrar: la magnanimidad y la magnificencia, la paciencia y la perseverancia.

La libertad da a cada uno de lo que es suyo, anteponiendo el respeto hacia los demás. La justicia se para en el derecho, la libertad le sobrepasa. La derivación de esta cualidad, que el ser humano ejercita dentro del derecho colectivo, es la liberalidad como una disposición interior que regula el amor, la complacencia y el deseo relativo de beneficio y servicio hacia los demás. El padre Juan de Mariana tiene un concepto espléndido y atractivo de esta brillante virtud, "désele a entender al príncipe que no hay más regío que poder hacer beneficios a sus súbditos, tanto que esta facultad viene a templar y sazonar los graves y enojosos cuidados del gobierno. A imitación del mismo Dios, no debe atender a los frutos que recogerá, sino a la hermosura de la beneficencia misma, haciéndose siempre cargo de que es preciso dar mucho a ingratos y, por consiguiente, perder mucho para llegar a colocarse bien un beneficio. Dé algunas veces antes de que se lo pidan, y no demore nunca otorgar la merced solicitada, pues nada hay más caro que lo que ha debido alcanzarse a fuerza de súplicas e importunidades" (27).

El príncipe debe acostumbrarse desde sus primeros años a ejercer su libertad, y no hay mejor forma para ello que otorgando mercedes a sus súbditos.

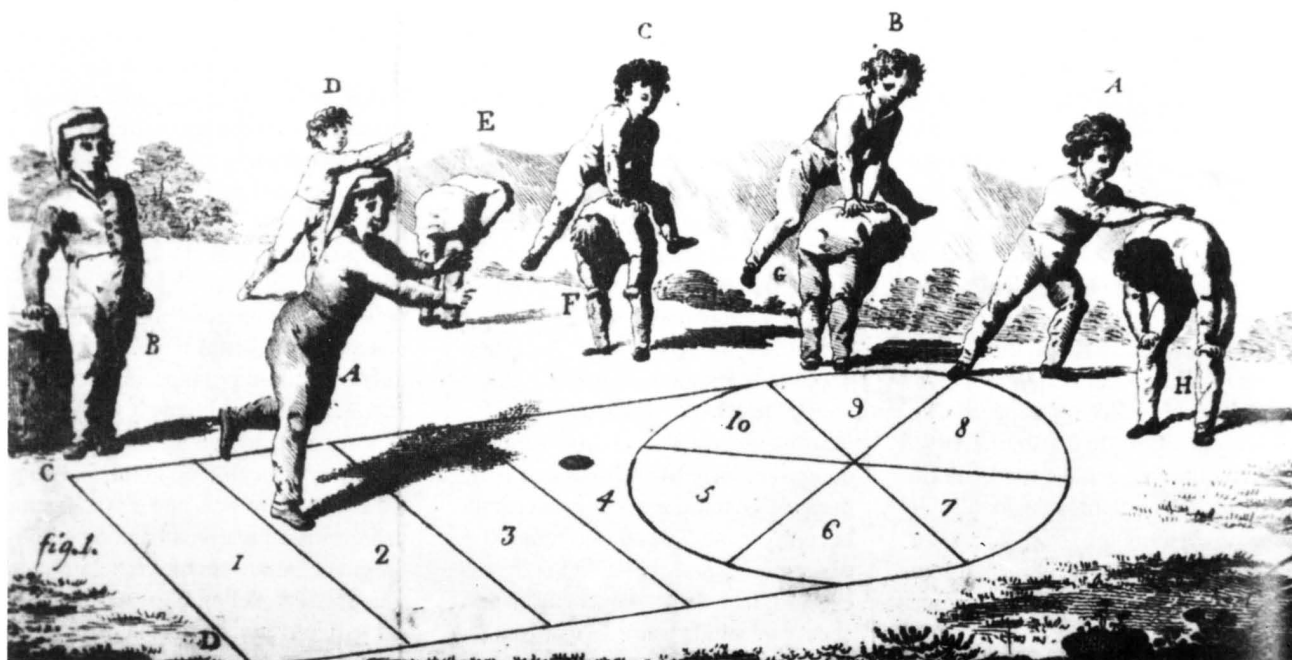
### **La actividad física en los tratados de educación de príncipes de la época**

#### **De los ejercicios corporales**

Teniendo en cuenta los presupuestos descritos en el apartado anterior acerca de la educación de los príncipes y

conviniendo en que no se debe dar a los herederos una educación afeminada ni hacerles vivir enclaustrados en sus palacios, se hace necesario que ejerciten su cuerpo con continuos trabajos para robustecerlo, a la vez que desarrollan su espíritu para mejorar su audacia. Esto les va a asegurar una buena salud del cuerpo y una correcta disposición de ánimo para cumplir todos sus deberes reales con humanidad y modestia. Todos estos tratadistas dejan entrever su miedo de que el príncipe, por su inadecuada educación, llegue a ser perezoso y cobarde, lo que les lleva a proponer una instrucción en la lucha, en las letras y en la música, que les facilite los principios educativos básicos: el gobierno del alma, el cultivo del ingenio y la destreza del cuerpo. Así pues, el desarrollo físico, intelectual y moral va a ser la base de su felicidad y del reconocimiento de sus súbditos: "solamente moviéndose dentro de los límites de la moderación y de la humanidad, podrá el príncipe defender sus riquezas y sus libertades, bienes que así se pierden por flojedad y cobardía, como por exceso de temeridad y atrevimiento; y para alcanzar que todos tuvieran aquellas dos virtudes, estableció por un lado las luchas que habían de procurarle la fortaleza del cuerpo y la del alma, por otros ejercicios músicos y literarios que templasen sus costumbres y les hiciesen buenos" (27)

Los autores de estos tratados toman como referencia a la hora de elaborar sus planteamientos educativos los principios filosóficos de la educación griega. Así, aparecen referencias constantes al mundo helénico, como las que realiza el Padre Mariana a Licurgo, Solón, Aristóteles, etc.; de todas ellas merece destacarse la que realiza de Aristóteles: "conforme al pensamiento de Solón, prescribió también Aristóteles que se instruyese a los niños en las letras, en la gimnástica y en la música, añadiendo que se les enseñe el dibujo, no tan solo para que no saliesen engañados cuando quisiesen comprar alhajas, pues a nadie conviene menos que al príncipe hacer



servir los estudios en su provecho y adquirir solo por espíritu de ahorro el conocimiento de las artes, sino también para que ocupasen sus ratos de ocio, que son los que más predisponen a los vicios, ya en pintar, ya en componer, ya en trabajar de algún modo los metales y, sobre todo, para que pudiesen conocer el mérito de las obras llenas de arte, de las imágenes que revelan ingenio, de los cuadros, de los vasos cincelados de oro y plata, de los grandes e imponentes edificios, cuya estructura parece haber debido superar las fuerzas de los hombres, mostrándose peritos en todos estos estudios, no menos que en las demás artes que adornan la vida y sirven para gobernar bien la república, así en la paz como en la guerra” (28).

La mayoría de autores de estas obras coinciden en afirmar que uno de los principales objetivos que cubre el ejercicio físico en la educación del príncipe es la “preparación para la guerra”. Así, proponen actividades físicas muy concretas como la lucha cuerpo a cuerpo, de forma individual o por equipos, añadiéndosele, en segundo término la utilización de palos y espadas. El ejercicio corporal es indispensable

en la educación del príncipe, considerándolo, bajo forma gimnástica, como un movimiento aplicado al cuerpo, en el que deben existir determinadas variaciones aplicativas en cuanto a los parámetros de intensidad, descanso, velocidad de ejecución, sobrecarga, etc. Creen que el ejercicio metódico, racional y equilibrado consigue el correcto desarrollo de las facultades físicas del ser humano; por el contrario, si ese mismo ejercicio se realiza con temeridad e inoportunidad producirá deformaciones físicas y enfermedades.

El responsable de la formación física del príncipe ha de considerar la forma correcta en la aplicación de ese ejercicio físico. Galeno ya estableció las diferentes partes de las que debe constar una sesión gimnástica: “ejercicios preparatorios, ejercicios de intensidad creciente y ejercicios apoteropéticos o de relajación” (34).

La actividad física y deportiva de esta época era considerada como una parte más de la medicina. Así Mercurial nos habla de “la medicina curativa aplicada a curar los seres ya enfermos; y la medicina conservatoria —concepto paralelo al griego higiene—, cuyo obje-

tivo es prevenir las enfermedades” (35). Dentro del apartado de la medicina conservatoria —hoy día conocida como preventiva—, incluye la gimnasia que, según él, es muy útil para conservar la salud, prevenir las enfermedades y como medio de restablecimiento en el período de convalecencia.

El propio Mercurial define la gimnasia como “la facultad que considera la oportunidad de todos los ejercicios y enseña poniendo por obra la diversidad de éstos; ya para conservar la buena salud, ya para adquirir y retener mejor disposición del cuerpo” (36).

Hasta tal punto tiene Mercurial las ideas claras, que establece una diferenciación entre la gimnasia conservatoria, los juegos deportivos y el ejercicio físico pre-militar.

Sin embargo, Mercurial, en un capítulo de su Libro IV, alude a la gran importancia del ejercicio físico en la educación integral de los príncipes, interpretado bajo una forma tridimensional:

- *Gimnasia guerrera o militar*: su objetivo se centraba en el entrenamiento y adquisición de pericia militar.



# HIERONYMI MERCVRIALIS DE ARTE GYMNASTICA Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM  
vctutarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid  
denique ad corporis humani exercitationes  
pertinet, diligenter explicatur.

*Tertia editioe correctiores, & auctiores facti.*

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum  
cognoſcedarum, & valetudinis conſeruandae  
ſtudioſis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II.  
IMPERATOREM.



VENETIIS, M D LXXXVII.  
Apud Iuntas.

- *Gimnasia atlética o viciosa* (término este utilizado por Galeno): su fin se centra en el robustecimiento corporal que permita al príncipe medirse con sus súbditos, ganar contendas y conseguir el premio y la corona. Los griegos la llamaron “agonística”.
- *Gimnasia verdadera o “legitimada”*: incluida dentro de la medicina y dirigida al cuidado y la conservación de la salud corporal, a través de la utilización del ejercicio físico moderado y gradual en cantidad y calidad”.

A propósito, Platón afirma que “no el ser muchos los ejercicios sino moderados, ayudan al hombre a conseguir un buen hábito” (37). Esta afirmación podríamos encuadrarla dentro de la concepción actual de la gimnasia de mantenimiento. Aristóteles afirma que “conviene realizar mucho ejercicio físico para robustecerse, pero menos para mantener la salud” (38). Jerónimo Mercurial define el ejercicio

físico de manera clara, concisa y globalizadora, integrando todas las cualidades y objetivos que se persiguen con su aplicación: “es propiamente un movimiento del cuerpo humano, vehemente, voluntario, hecho con alteración de la respiración y por causa de la salud, o para proporcionar un buen hábito al cuerpo” (39).

El mismo Mercurial hace una división de la gimnasia médica, preventiva o conservatoria, en:

- La que atiende a los movimientos que los hombres hacen por sí mismos: *saltatoria* y *paléstrica*.
- La que atiende a los movimientos realizados aprovechando otra fuerza motriz.

*Movimientos que los hombres hacen por sí mismos*

#### 1. La saltatoria:

Se divide a su vez en cubística, esférica o juego de pelota y orquéstica. La cubística, robustece los brazos y las piernas, flexibiliza el cuerpo y mejora la circulación sanguínea —es lo que hoy denominamos, dentro de la gimnasia, agilidad en suelo—. Dice Mercurial que han de abstenerse de hacer estos ejercicios “los que sean delicados de cabeza, entrañas, riñones y articulaciones” (40).

La esférica o juego de pelota, en sus diferentes manifestaciones —con pelota pequeña, grande, vacía o de viento, y el córyco— desarrolla los brazos, el tronco, las piernas y el aparato cardiorrespiratorio; aunque eran juegos difíciles de practicar y no aplicables a las personas enfermas.

La orquéstica era la danza o el baile, y Mercurial la define como “la facultad para realizar diferentes movimientos y

posturas del cuerpo, hechas con cierto artificio, número y modo, para imitar las costumbres, pasiones y acciones de los hombres” (41). Galeno dijo, a propósito de esta manifestación física que “el movimiento vehemente de los danzantes que bailan mucho alrededor de sí, contribuye a la salud, de modo que ninguno deberá dudar del por qué se ha colocado la orquéstica dentro de la gimnasia médica” (42).

#### 2. La paléstrica:

Dentro de este apartado correspondiente a la gimnasia se ejecutaban muchos ejercicios, pero los que mantuvieron un mayor protagonismo fueron la lucha, la carrera, el salto y el lanzamiento.

La lucha se practicaba en un principio como entrenamiento para la guerra, después se utilizó como entrenamiento para los atletas, de cara a los grandes certámenes o concursos. Su utilidad como medio para la formación física de los príncipes, se relacionaba con la adquisición de buenos hábitos y la conservación de la salud.

La lucha realizada con moderación mejora la potencia general, endurece la musculatura y aumenta la capacidad cardiorrespiratoria. Galeno la incluye en la gimnasia atlética, no en la médica.

El pancracio era una modalidad de lucha, combinación de ésta y del pugilato. Era una actividad física de gran dureza que desarrollaba la fuerza de tronco y brazos, la resistencia y la agilidad. Esta forma de lucha está expresamente prohibida en la educación de los príncipes.

La carrera era parte muy importante en el entrenamiento militar, aunque también se convirtió en una actividad básica para el desarrollo de hábitos higiénicos y la conservación de la salud. Se realizaba al aire libre y su práctica era muy recomendada para el fortalecimiento general del cuerpo y de forma específica para mejorar la resistencia, la coordinación general y la capacidad de sacrificio.

El salto era otro tipo de ejercicio muy



practicado en esta época, existiendo dos formas distintas de ejecución: el exilición o salto en largo, y el salto propiamente dicho o salto en altura. El efecto positivo de esta actividad física se centra en el desarrollo de la potencia de piernas y de tronco, la coordinación y la velocidad de traslación.

El lanzamiento de disco era utilizado como una forma de entrenamiento para la guerra y para los concursos atléticos. El artefacto o disco era de piedra o bronce de forma circular y tenía un diámetro de unos 20 cm. Su práctica ayudaba a mejorar la fuerza del tren superior, la velocidad y la coordinación dinámica general.

El lanzamiento de jabalina tenía un contenido importante en la gimnasia militar, aunque también tuvo su lugar en la atlética y en la médica. En cuanto a los objetivos de desarrollo físico, coinciden con los expuestos para el caso del lanzamiento de disco.

El paseo era una actividad física muy recomendada y practicada en esta época. Se consideraba el mejor ejercicio para conservar la salud, ahuyentar la debilidad producida por la enfermedad y proporcionar buenos hábitos al cuerpo. No solo lo recomiendan los médicos, precisa Mercurial, sino que en los centros educativos existía un lugar especialmente habilitado para pasear: los pórticos, lugares unidos a los templos, a los centros escolares, a las casas de los nobles, etc., los lugares de inclemencia, al aire libre, en jardines, bosques, etc.; y los lugares subterráneos y a cubierto, especialmente habilitados para que paseasen las personas que, por su estado de salud, no podían exponerse a las inclemencias del tiempo. Mercurial hace una extensa clasificación de los paseos, atendiendo a diversos criterios: por el movimiento, por el lugar donde se desarrollan y por el tiempo en que se dan. Sus efectos beneficiosos se centran en la mejora de la eficiencia orgánica, la movilidad articular y la fuerza de las piernas.

Dentro de la palestra, debemos aludir a un tipo de ejercicio físico con gran

aplicación y aceptación en esta época: los ejercicios respiratorios, lo que ellos conocían textualmente como “cohibición de la respiración”. Mercurial los define como “movimientos que comprimen todos los músculos del tórax, hasta cohibir la acción llamada respiración” (43). Su realización comprende de dos tiempos:

- “La inspiración: cuando se introduce el aire en las cavidades del pecho para templar los acordes del corazón y causar sus vibraciones.
- “La espiración: cuando las inmundicias que hay en el corazón se expelen por las cavidades del pecho” (44).

El efecto positivo de este ejercicio se centra en el aumento de la capacidad cardiovascular y respiratoria, limpiando los alvéolos pulmonares y mejorando la perfusión gaseosa.

#### *Movimientos que los hombres hacen aprovechando otra fuerza motriz*

La equitación, que los griegos llamaban *ipasia*, era un ejercicio muy utilizado para adquirir pericia y habilidad guerrera. Fue muy utilizado también como medio de la gimnasia curativa o de conservación y además para crear buenos hábitos al cuerpo. La equitación, según Galeno, “aumenta el calor natural y ayuda a la eliminación de excrementos” (45).

La natación llegó a ser una forma básica de entrenamiento en la gimnasia militar; también tuvo su aplicación en la conservación de la salud para la cura de algunas enfermedades. Existían instalaciones específicas —los baños— donde se practicaba esta actividad.

La caza, para Galeno, era “el ejercicio más completo, pues además de fatigar el cuerpo recrea el ánimo” (46). Además fue un medio básico de la gimnasia médica militar y atlética; ejercicio fundamental que ayuda a conservar la salud y desarrolla hábitos higiénicos. Platón clasifica las cacerías en acuáticas, volátiles y terrestres. El efecto positivo de este ejercicio se centra en la

mejora de la resistencia general, la coordinación óculo-manual y la agilidad. Mercurial afirma que la caza a caballo “conforta el pecho, el estómago, los intestinos, la espalda y las piernas” (47); mientras que la caza a pie “es más trabajosa y su efecto se centra en la mejora respiratoria y circulatoria, la potencia de piernas, del tronco y la agilidad” (48).

Todas las formas de ejercicio físico expuestas han de tenerse en cuenta a la hora de fortalecer la salud física del príncipe y mejorar sus hábitos higiénicos, así como prepararle para la guerra. Sin embargo, todos los tratadistas hacen una precisión al respecto de la lucha y el pancracio, desaconsejándolas como formas de práctica física en la educación del príncipe.

#### **De las actividades deportivas**

La práctica deportiva es una de las actividades propuestas por estos tratadistas para lograr el fortalecimiento de la salud corporal del príncipe. En muchos casos es difícil delimitar hasta dónde llega el ejercicio corporal propiamente dicho, y en que punto comienza lo que hoy podríamos encuadrar dentro de las actividades deportivas; coincidiendo en algunos casos ambos.

La carrera es una forma deportiva altamente considerada en la preparación del príncipe. Debe desarrollarse tanto en forma de resistencia, como de velocidad, “contienda entre sí sobre quien ha de ser más veloz en la carrera, o más resistente en las largas distancias” (49). La equitación, tanto en la fase de aprendizaje como de entrenamiento es otra actividad física fundamental en la formación motriz del joven príncipe. Dominar la monta, bien sin armas, bien cubiertos de hierro, es fundamental para salvar situaciones difíciles en el transcurso del combate.

La esgrima, como entrenamiento básico para el dominio de la espada y el florete. El tiro con arco y con armas de fuego; en forma de lucha entre sí a brazo partido que ayuden al príncipe a superar el miedo, desterrar la cobardía y mejo-

rar su pericia. Todos estos combates han de ser imitación y simulacro de la guerra, a la vez que permiten ejercitar las fuerzas del cuerpo, indispensables para fomentar la audacia, alejar de sí el temor y mejorar la habilidad y destreza. A estas actividades hay que añadirles la caza, enseñándoles a perseguir las fieras en campo abierto y a vencer los obstáculos impuestos por la propia naturaleza. Diego de Gurrea dice que esta actividad “es de provecho para la salud, el buen temperamento del cuerpo y el ánimo del príncipe, que le hace animoso, valiente y esforzado para la guerra. Entre otros, Cicerón dijo que la caza es el mejor ensayo para la milicia y el ejercicio militar” (50).

Los juegos de pelota de la época eran otra forma importante de ejercitación física: la *soule*, el *mallo* y la *palma*, son juegos recogidos de la época medieval y antecedentes originarios del rugby, el golf y el tenis/squash, respectivamente. Fueron muy practicados en esta época, sobre todo por las clases nobles, llegando a tener, inclusive, instalaciones específicas para su práctica —los famosos *tripots*, similares a los frontones actuales—.

La danza es otra actividad física importante, medio para educar la sensibilidad y el sentido rítmico del príncipe, al compás del sonido de la flauta. Debían ser danzas populares y tradicionales del reino que llevasen al príncipe a conocer las costumbres y tradiciones de su pueblo.

Proponen también estos tratadistas la forma en que deben realizarse estas actividades: “han de ser los ejercicios más bien

frecuentes que pesados; en estos, como en los demás actos de la vida, ha de haber siempre cierta moderación y regla. Así manda que se observe Aristóteles, asegurando que en los que en su tierna edad ejercitaron violentamente el cuerpo han adelantado poco por tener debilitada la salud y quebrantadas las fuerzas, como dejaban ver los juegos olímpicos, en los que era raro que alcanzasen el premio en su edad viril los que habían salido vencedores en su adolescencia” (51).

Desde el punto de vista estratégico, a la hora de realizar estas actividades, también existen ciertas recomendaciones que los responsables de la formación del príncipe han de tener muy en cuenta: en la lucha, se debe escoger la forma que, además de ejercitar su cuerpo, pueda darle al príncipe honra y fama, por llevar en ella ventaja ante sus iguales, evitando que el heredero salga derrotado, lo cual pondrá en entredicho su prestigio y la consideración de débil y cobarde ante sus súbditos; sus profesores han de tener en cuenta que no todos los juegos convienen a la dignidad real, “sobre todo si conlleven formas de lucha cuerpo a cuerpo en público, que impliquen manosear su cuerpo, tocarlo o derribarlo” ((52).

Es por ello que todos convienen a la hora de recomendar al príncipe “la realización de ejercicios honestos, frecuentes, no violentos, dirigidos a mejorar su salud y a robustecer las fuerzas de su ánimo y de su cuerpo, procurando que, lejos de rebajarse en nada su majestad, sirvan los mismo juegos para dar más brillo y grandeza a la monarquía” (53). Desde el punto de vista de los requisi-

tos que debían reunir las prácticas físico-deportivas, hemos de destacar lo establecido por Jovellanos (1798), en su famoso *Plan para la educación de la nobleza y clases pudientes españolas*:

- La exigencia de salubridad del edificio —bien ventilado, sin humedad, con abundante agua y dotado de huerto o jardín espacioso dotado con una alberca “capaz de nadar en ella algunas personas”.
- La exigencia de una adecuada higiene personal —lavarse antes de cada comida, lavarse los dientes después de ellas, baño diario en verano y lavado de pies y piernas “al menos una vez por semana en invierno”, muda de camisa y vestidos tres veces por semana—.
- Endurecimiento corporal —“rarísima vez les dejará arrimarse a la chimenea o brasero”, camas con un solo colchón duro y una almohada “no muy poblada de lana”, no calentar la cama o las ropas de antemano.
- Régimen alimenticio apropiado —cuatro comidas variadas, evitando las especias, las salsas muy compuestas, el chocolate y las bebidas fuertes y preparadas “a excepción de aquellas provincias donde una experiencia constante ha enseñado que es indispensable el uso del vino en todas las edades—”.
- La práctica de adecuado ejercicio físico —juegos de habilidad (correr, trepar, nadar, montar a caballo), “con tal que no sean indecentes, arriesgados o improporcionados a la fuerza de los jóvenes—” (54).



## Notas

- (1) Galino Carrillo, M. A. *Los tratados sobre educación de príncipes: siglos XVI y XVII*. Consejo Superior de Investigaciones Científicas. Madrid, 1948 (p. 139).
- (2) Tovar Valderrama *Instituciones políticas*, (p. 130), cit. por Galino Carrillo (p. 140).
- (3) Vives, L. *Tratado del alma, L. II, cap. IV*, cit. por Galino Carrillo.
- (4) Padre Juan de Mariana *Del Rey y de la Institución Real*. Biblioteca de Autores Españoles. Madrid, 1950 (p. 101).
- (5) *Ibid.*
- (7) *Ibid.*
- (8) *Ibid.*
- (9) *Ibid.* p. 503.
- (10) *Ibid.*
- (11) *Ibid.* p. 504.
- (12) *Ibid.*
- (13) Padre Rivadeneira, Libro I, capítulo X, p. 564. Biblioteca de Autores Españoles. Madrid 1950.
- (14) *Ibid.*
- (15) Santo Tomás *Reg. Princ.* II, 7. Cit. por Galino Carrillo, p. 128.
- (16) Padre Rivadeneira, *op. cit.*, p. 565.
- (17) *Ibid.*
- (18) Padre Rivadeneira. Cit. por Galino Carrillo, p. 162.
- (19) Cicerón *De finibus, L.V.* Cit. por Galino Carrillo, p. 162.
- (20) Pedro de Avilés. *Advertencias de un político a su príncipe*. (p. 155). Cit. por Galino Carrillo, p. 16.
- (22) Saavedra Fajardo, D. *Ideas de un príncipe político cristiano*. Cit. por Galino Carrillo, p. 165.
- (23) Padre Rivadeneira, Libro II, cap. V. Cit. por Galino Carrillo, p. 206.
- (24) Padre Juan de Torres, Libro VII, cap. II. Cit. por Galino Carrillo, p. 211.
- (25) Monzón, F. *Espejo de príncipes*. Cit. por Galino Carrillo, p. 260.
- (26) Padre Juan de Mariana, *op. cit.*, p. 507.
- (27) Padre Juan de Mariana. *Del Rey y de la Institución Real*, p. 505, Biblioteca de Autores Españoles. Madrid, 1950.
- (28) *Ibid.* p. 506.
- (29) Saavedra Fajardo, D. *Idea de un príncipe político cristiano, representada en cien empresas*. Cit. por Galino Carrillo, M.A. p. 254.
- (30) De Gurrea, D. *Arte de enseñar a hijos de príncipes y señores*. Cit. por Galino Carrillo, M. A., p. 257.
- (31) Padre Juan de Mariana. *Op. Cit.* p. 506.
- (32) *Ibid.*
- (33) *Ibid.*
- (34) Galeno. *De Sanitate Tuendam*. Cit. por Mercurial, J., p. 253.
- (35) Mercurial, J. *De arte gimnástico*, p. 266. Instituto Nacional de Educación Física. Madrid, 1973.
- (36) *Ibid.* p. 276.
- (37) *Ibid.*
- (38) *Ibid.*
- (39) *Ibid.* p. 282.
- (40) *Ibid.* p. 284.
- (41) *Ibid.*
- (42) *Ibid.*
- (43) *Ibid.* p. 293.
- (44) *Ibid.* p. 295.
- (45) *Ibid.* p. 297.
- (46) *Ibid.* p. 310.
- (47) *Ibid.* p. 323.
- (48) *Ibid.* p. 324.
- (49) Padre Juan de Mariana, *op. cit.*, p. 506.
- (50) De Gurrea, D. *op. cit.*, p. 258.
- (51) Maercurial, J. *op. cit.*, p. 332.
- (52) Padre Juan de Mariana. *op. cit.*, p. 507.
- (53) *Ibid.*
- (54) Flecha Andrés, F. *Antropología y Educación en el pensamiento y la obra de Jovellanos*. Universidad de León, 1990 (p. 151).

## Bibliografía

- CASTIGLIONE, B. *El cortesano*. 3ª edición. Espasa Calpe. Madrid, 1967.
- GALINDO CARRILLO, M. A. *Los tratados sobre Educación de príncipes. Siglos XVI y XVII*. Instituto San José de Calasanz de Pedagogía. Editado por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas. Madrid, 1948.
- MAQUIAVELO. *El príncipe*. Ediciones Ibéricas. Madrid, 1971.
- MARIANA, PADRE JUAN DE. *Del Rey y de la Institución Real*. Biblioteca de Autores Españoles. Tomo II. Ediciones Atlas. Madrid, 1950.
- MERCURIAL, J. *De arte gimnástico*. Instituto Nacional de Educación Física. Madrid, 1973.
- FLECHA ANDRÉS, F. *Antropología y educación en el pensamiento y la obra de Jovellanos*. Universidad de León. León, 1990.
- VALERA, J. *Modos de educación en la España de la Contrarreforma*. Ediciones La Piqueta. Madrid, 1984.