



# Biblioteca de Virtudes (Español)

Usa esta biblioteca como referencia durante tus círculos socráticos. Cada familia aporta una perspectiva distinta sobre el carácter y la acción prudente.

## 1. Griega clásica

*Carácter y juicio para la vida práctica.*

|                               |                                                                           |                                                                         |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sabiduría (Sophia)</b>     | <b>Definición:</b> Ver las cosas como son y discernir la acción correcta. | <b>Práctica:</b> Pregúntate qué es lo esencial si quitas el ruido.      |
| <b>Justicia (Dike)</b>        | <b>Definición:</b> Dar a cada quien lo que corresponde con armonía.       | <b>Práctica:</b> Considera cómo afecta la decisión a todas las partes.  |
| <b>Coraje (Andreia)</b>       | <b>Definición:</b> Enfrentar el miedo para actuar correctamente.          | <b>Práctica:</b> Identifica qué conversación difícil estás posponiendo. |
| <b>Templanza (Sophrosyne)</b> | <b>Definición:</b> Moderación consciente frente a los extremos.           | <b>Práctica:</b> Busca el punto medio entre inacción e impulso.         |

## 2. Trascendentales

*La realidad misma como brújula existencial.*

|                           |                                                                       |                                                                                |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Verdad (Veritas)</b>   | <b>Definición:</b> Honestidad radical y alineación con la realidad.   | <b>Práctica:</b> Escribe la verdad más incómoda de tu situación actual.        |
| <b>Bondad (Bonum)</b>     | <b>Definición:</b> Buscar el florecimiento y excelencia moral ajena.  | <b>Práctica:</b> ¿Esta elección ayuda al bien genuino de los demás?            |
| <b>Belleza (Pulchrum)</b> | <b>Definición:</b> Apreciación de la proporción y armonía elevadoras. | <b>Práctica:</b> Elige el camino que traiga más paz y elegancia a largo plazo. |
| <b>Unidad (Unum)</b>      | <b>Definición:</b> Conexión intrínseca de todo lo vivo y sistémico.   | <b>Práctica:</b> Mira tu dilema como parte de un todo interconectado.          |

### 3. Romana y estoica

*Prudencia, fortaleza y ecuanimidad ante la tempestad.*

|                                       |                                                                   |                                                                            |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Fortaleza<br/>(Fortitudo)</b>      | <b>Definición:</b> Resistencia mental ante la adversidad.         | <b>Práctica:</b> Acepta lo incontrolable y enfócate en tu respuesta.       |
| <b>Prudencia<br/>(Prudentia)</b>      | <b>Definición:</b> Previsión práctica de consecuencias reales.    | <b>Práctica:</b> Proyecta los efectos de tu decisión a 10 meses y 10 años. |
| <b>Ecuanimidad<br/>(Aequanimitas)</b> | <b>Definición:</b> Calma y compostura bajo presiones externas.    | <b>Práctica:</b> Respira hondo: los eventos externos no definen tu valor.  |
| <b>Autocontrol<br/>(Continentia)</b>  | <b>Definición:</b> Dominio de impulsos a favor de fines elevados. | <b>Práctica:</b> Don't let today's urgencies damage tomorrow's goals.      |

### 4. Teológica y relacional

*Virtudes para habitar el misterio y el vínculo humano.*

|                                      |                                                                     |                                                                                 |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Compasión<br/>(Misericordia)</b>  | <b>Definición:</b> Empatía en acción para aliviar el dolor ajeno.   | <b>Práctica:</b> Describe tu dilema desde la posición de la otra persona.       |
| <b>Confianza (Fiducia)</b>           | <b>Definición:</b> Certeza en la vida y en nuestra adaptabilidad.   | <b>Práctica:</b> Suelta el resultado final y enfócate en el paso presente.      |
| <b>Generosidad<br/>(Liberalitas)</b> | <b>Definición:</b> Compartir tiempo y recursos con desinterés.      | <b>Práctica:</b> Ofrece ayuda honesta a alguien sin esperar reciprocidad.       |
| <b>Amistad (Amicitia)</b>            | <b>Definición:</b> Cercanía fundada en la benevolencia y la verdad. | <b>Práctica:</b> Conversa sobre tu dilema con un amigo en total vulnerabilidad. |

## 5. Medieval y escolástica

*Lo que sostiene la comunidad y el aprendizaje mutuo.*

|                               |                                                                        |                                                                        |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>Humildad (Humilitas)</b>   | <b>Definición:</b> Reconocer las limitaciones propias con gracia.      | <b>Práctica:</b> Admite qué parte de tu dilema no sabes resolver solo. |
| <b>Paciencia (Patientia)</b>  | <b>Definición:</b> Soportar la espera sin perder la paz interna.       | <b>Práctica:</b> Deja reposar la decisión 24 horas más sin actuar.     |
| <b>Gratitud (Gratitudo)</b>   | <b>Definición:</b> Reconocer y celebrar el regalo del presente.        | <b>Práctica:</b> Nombra tres aprendizajes valiosos de esta dificultad. |
| <b>Diligencia (Sedulitas)</b> | <b>Definición:</b> Esfuerzo enfocado y amor por el trabajo bien hecho. | <b>Práctica:</b> Ejecuta la siguiente tarea con absoluta presencia.    |

## 6. Oriental

*Benevolencia, presencia y el arte del fluir.*

|                              |                                                                      |                                                                              |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Humanidad (Ren)</b>       | <b>Definición:</b> Empatía fundamental hacia todo ser sintiente.     | <b>Práctica:</b> Asegúrate de que tu decisión respete la dignidad de todos.  |
| <b>Rectitud (Yi)</b>         | <b>Definición:</b> Actuar por justicia intrínseca, no por beneficio. | <b>Práctica:</b> Elige lo correcto aun cuando sea la opción más costosa.     |
| <b>No-apego (Aparigraha)</b> | <b>Definición:</b> Soltar el aferramiento a ideas o resultados.      | <b>Práctica:</b> Renuncia a tener la razón y ábrete a lo inesperado.         |
| <b>Atención Plena (Sati)</b> | <b>Definición:</b> Consciencia del presente sin juzgar.              | <b>Práctica:</b> Observa tu dilema actual sin etiquetarlo como bueno o malo. |

## 7. Psicología moral moderna

*Fortalezas de carácter validadas por la ciencia moral.*

|                      |                                                                 |                                                                           |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| <b>Integridad</b>    | <b>Definición:</b> Alineación de valores, palabras y conductas. | <b>Práctica:</b> ¿Esta decisión te enorgullecería ante tu mejor versión?  |
| <b>Perseverancia</b> | <b>Definición:</b> Esfuerzo constante ante la adversidad.       | <b>Práctica:</b> Divide la resolución en micro-acciones y haz la primera. |
| <b>Curiosidad</b>    | <b>Definición:</b> Interés genuino por explorar y comprender.   | <b>Práctica:</b> Escucha y analiza activamente la opinión opuesta.        |
| <b>Imparcialidad</b> | <b>Definición:</b> Justicia basada en la equidad objetiva.      | <b>Práctica:</b> Juzga la situación dejando de lado simpatías personales. |

## 8. Cívica y democrática

*Corresponsabilidad y civilidad para el bien común.*

|                        |                                                                    |                                                                         |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>Solidaridad</b>     | <b>Definición:</b> Apoyo mutuo en pos de la cohesión común.        | <b>Práctica:</b> ¿Cómo puede tu resolución fortalecer a tu equipo?      |
| <b>Responsabilidad</b> | <b>Definición:</b> Responder por los actos y honrar los pactos.    | <b>Práctica:</b> Asume la autoría de tu situación sin culpar a otros.   |
| <b>Civilidad</b>       | <b>Definición:</b> Respeto por la dignidad del otro en el disenso. | <b>Práctica:</b> Expresa tu desacuerdo cuidando siempre el tono.        |
| <b>Colaboración</b>    | <b>Definición:</b> Sinergia activa para metas compartidas.         | <b>Práctica:</b> Co-crea la solución con los afectados por la decisión. |

# Virtue Library (English)

Use this library as a reference during your Socratic circles. Each family offers a distinct perspective on character and wise action.

## 1. Classical Greek

*Character and judgment for practical living.*

|                                |                                                                             |                                                                          |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wisdom (Sophia)</b>         | <b>Definition:</b> Seeing things as they are and discerning correct action. | <b>Practice:</b> Ask yourself what is essential if you remove the noise. |
| <b>Justice (Dike)</b>          | <b>Definition:</b> Giving everyone their due and seeking harmony.           | <b>Practice:</b> Consider how the choice affects all stakeholders.       |
| <b>Courage (Andreia)</b>       | <b>Definition:</b> Facing fear to do what is morally right.                 | <b>Practice:</b> Identify the difficult conversation you are delaying.   |
| <b>Temperance (Sophrosyne)</b> | <b>Definition:</b> Mindful moderation against emotional extremes.           | <b>Practice:</b> Find the middle ground between inaction and impulse.    |

## 2. Transcendentals

*Reality itself as an existential compass.*

|                          |                                                                          |                                                                             |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Truth (Veritas)</b>   | <b>Definition:</b> Radical honesty and alignment with objective reality. | <b>Practice:</b> Write down the most uncomfortable truth of your situation. |
| <b>Goodness (Bonum)</b>  | <b>Definition:</b> Seeking the flourishing and moral benefit of others.  | <b>Practice:</b> Does this choice foster the genuine good of others?        |
| <b>Beauty (Pulchrum)</b> | <b>Definition:</b> Appreciating order and harmony that elevate the soul. | <b>Practice:</b> Pick the path that brings the most peace and elegance.     |
| <b>Unity (Unum)</b>      | <b>Definition:</b> Essential interconnectedness of all life systems.     | <b>Practice:</b> Look at your dilemma as part of a larger, unified system.  |

### 3. Roman and Stoic

*Prudence, fortitude, and composure in the storm.*

|                                      |                                                                  |                                                                                  |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Fortitude</b><br>(Fortitudo)      | <b>Definition:</b> Mental toughness and resilience in adversity. | <b>Practice:</b> Accept what is outside your control and focus on your response. |
| <b>Prudence</b><br>(Prudentia)       | <b>Definition:</b> Practical foresight to choose the best means. | <b>Practice:</b> Project the effects of your choice 10 months and 10 years out.  |
| <b>Equanimity</b><br>(Aequanimitas)  | <b>Definition:</b> Calm and composure under external pressure.   | <b>Practice:</b> Take a deep breath: external events do not define your worth.   |
| <b>Self-Control</b><br>(Continentia) | <b>Definition:</b> Mastering impulses in favor of higher goals.  | <b>Practice:</b> Don't let today's urgencies damage tomorrow's goals.            |

### 4. Theological & Relational

*Virtues for inhabiting mystery and the human bond.*

|                                     |                                                                    |                                                                                  |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Compassion</b><br>(Misericordia) | <b>Definition:</b> Empathy in action to relieve another's pain.    | <b>Practice:</b> Describe your dilemma from the other person's view.             |
| <b>Trust</b> (Fiducia)              | <b>Definition:</b> Faith in life's flow and our own adaptability.  | <b>Practice:</b> Let go of the final outcome and focus on the step.              |
| <b>Generosity</b><br>(Liberalitas)  | <b>Definition:</b> Freely sharing time and resources with others.  | <b>Practice:</b> Offer honest help to someone without expecting return.          |
| <b>Friendship</b><br>(Amicitia)     | <b>Definition:</b> Closeness founded on mutual goodwill and truth. | <b>Practice:</b> Talk about your dilemma with a trusted friend in vulnerability. |

## 5. Medieval & Scholastic

*What sustains community and mutual learning.*

|                              |                                                                            |                                                                          |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>Humility (Humilitas)</b>  | <b>Definition:</b> Gracefully recognizing one's own limitations.           | <b>Practice:</b> Admit what part of the dilemma you cannot solve alone.  |
| <b>Patience (Patientia)</b>  | <b>Definition:</b> Bearing delays and setbacks without losing inner peace. | <b>Practice:</b> Let the decision rest for another 24 hours.             |
| <b>Gratitude (Gratitudo)</b> | <b>Definition:</b> Recognizing and celebrating the gift of the present.    | <b>Practice:</b> Name three valuable insights gained from this hardship. |
| <b>Diligence (Sedulitas)</b> | <b>Definition:</b> Focused effort and love for a task well done.           | <b>Practice:</b> Perform your next task with absolute presence.          |

## 6. Eastern

*Benevolence, presence, and the art of flowing.*

|                                    |                                                                        |                                                                                |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Humanity (Ren)</b>              | <b>Definition:</b> Inherent empathy and respect for all living beings. | <b>Practice:</b> Ensure your decision respects everyone's dignity.             |
| <b>Righteousness (Yi)</b>          | <b>Definition:</b> Doing good for the sake of good, not self-interest. | <b>Practice:</b> Choose the right path even if it is the most costly.          |
| <b>Non-attachment (Aparigraha)</b> | <b>Definition:</b> Letting go of clinging to ideas or results.         | <b>Practice:</b> Let go of needing to be right and embrace the open path.      |
| <b>Mindfulness (Sati)</b>          | <b>Definition:</b> Non-judgmental awareness of the present moment.     | <b>Practice:</b> Observe your current dilemma without labeling it good or bad. |



## 7. Modern Moral Psychology

*Character strengths validated by moral science.*

|                     |                                                                    |                                                                                     |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Integrity</b>    | <b>Definition:</b> Total alignment of values, words, and behavior. | <b>Practice:</b> <i>Would this decision make your best self proud?</i>              |
| <b>Perseverance</b> | <b>Definition:</b> Constant effort in the face of obstacles.       | <b>Practice:</b> <i>Break the solution into tiny actions and perform the first.</i> |
| <b>Curiosity</b>    | <b>Definition:</b> Genuine interest in exploring and learning.     | <b>Practice:</b> <i>Actively listen to and analyze the opposing view.</i>           |
| <b>Fairness</b>     | <b>Definition:</b> Justice based on objective equity.              | <b>Practice:</b> <i>Judge the situation leaving personal feelings aside.</i>        |

## 8. Civic & Democratic

*Mutual responsibility and civility for the common good.*

|                       |                                                                    |                                                                                  |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Solidarity</b>     | <b>Definition:</b> Mutual support to maintain community cohesion.  | <b>Practice:</b> <i>How can your resolution strengthen your team?</i>            |
| <b>Responsibility</b> | <b>Definition:</b> Answering for one's actions and honoring pacts. | <b>Practice:</b> <i>Take ownership of your situation without blaming others.</i> |
| <b>Civility</b>       | <b>Definition:</b> Respecting the other's dignity in disagreement. | <b>Practice:</b> <i>State your disagreement while always keeping respect.</i>    |
| <b>Collaboration</b>  | <b>Definition:</b> Active synergy towards shared achievements.     | <b>Practice:</b> <i>Co-create the solution with those affected by it.</i>        |