

La preparación para la guerra en las obras de los principales representantes de la pedagogía humanista en Inglaterra

Beatriz Fernández Díez

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad de León
beafdoxa@terra.es

José Antonio Robles Tascón

Eduardo Álvarez del Palacio

Introducción

En el siglo XVI, una de las preocupaciones de los humanistas europeos eran las continuas y numerosas quejas y críticas sociales respecto al modo de vida e incumplimiento de las obligaciones tradicionales de la aristocracia, así como su creciente ociosidad e ignorancia. Estas causas llevaron al humanismo pedagógico a centrarse con fuerza en la educación de los nobles tanto para el mantenimiento de la distinción y el ideal caballeresco, como para su preparación en la defensa. De este modo, los tratados y obras centrados en la preparación caballeresca, militar y bélica de los nobles proliferaron durante toda la etapa del Renacimiento.

Desde esta perspectiva, pretendemos dar a conocer las ideas acerca de la preparación física para la guerra, que los humanistas ingleses plasmaron en sus obras pedagógicas. Entre ellos destacamos autores conocidos como Thomas Elyot o Roger Ascham, pero también autores no conocidos con obras de gran valor histórico: Humphrey Gilbert, Stephen Gosson, James Cleland, Henry Percy, William Martín, Henry Peacham y John Milton.

Nuestro objetivo es así rescatar o sacar a la luz autores que, aún desde una perspectiva militar, contribuyeron al desarrollo de la educación física europea, o que al menos sembraron la semilla que siglos más tarde daría lugar a la concepción inglesa de educación físico-deportiva y militar que tanto ha influido en la española.

Propuestas de preparación bélica de los humanistas ingleses

The Boke Named the Governour (1531), de Thomas Elyot, traza un concepto profundo de educación para los hijos de la clase gobernante, de preparación de la juventud para llevar a cabo las demandas de ciudadanía y servicio público a través de la defensa.

Dedica doce capítulos de su primer libro a la descripción y defensa de las formas de ejercicio necesarias para la formación de los “gentlemen”, los cuales deben estar preparados para salir airoso en las guerras. Determina su programa de ejercicio físico especialmente para los jóvenes de catorce años en adelante, edad a partir de la cual se incrementa, según él, la fuerza y la valentía. Clasifica las formas de ejercicio en función de su finalidad física:

“hay diversas formas de ejercicio de las cuales unas solamente preparan y favorecen la digestión; otras aumentan también la fuerza y endurecimiento del cuerpo; otras sirven para la agilidad y destreza del cuerpo; algunas para la celeridad y velocidad. También existen las que sólo se deben usar en casos de necesidad”¹.

Los ejercicios que considera aptos para el caballero, para que con ellos adapte su cuerpo a la fuerza y agilidad, y así pueda salvarse de los peligros en las guerras u otras necesidades son: la lucha, la carrera, el salto, la natación, el manejo de armas, la equitación, la caza, la cetrería, el tiro con arco y la danza. La lucha, que encabeza la lista de los ejercicios físicos mencionados por Elyot, debe practicarse con alguien que tenga la misma fuerza o parecida, y en un suelo blando para no

dañarse en las caídas. La carrera es defendida desde los ejemplos de Epaminondas, Aquiles, Alejandro Magno y Papirio, el corredor romano. La natación, aunque entraña ciertos peligros, es importante para las guerras, tal como la famosa historia de Horacio Cocles y Julio Cesar nos demuestran². Aunque recomienda el aprendizaje en el manejo de armas, especialmente la espada y el hacha de guerra, afirma que es más honorable y útil montar a caballo, pues Alejandro se salvó en alguna batalla gracias a su caballo Bucéfalo, y lo mismo le ocurrió a Julio César. La caza es ilustrada desde la *Ciropedia* de Jenofonte³, también los griegos cazaban bestias salvajes, como el león, el leopardo y el oso, pero señala que el inglés de su época tiene que conformarse con la liebre, el reno rojo, el gamo y el zorro. Resulta curioso que Elyot recomiende la danza como ejercicio de preparación para la guerra, entre otras finalidades. La recomienda principalmente entre los siete y los veinte años, partiendo de las siguientes virtudes: “prudencia, providencia, industria, circunspección, capacidad de elección, experiencia y modestia”. Así considera este ejercicio uno de los principales en la educación moral y física de los jóvenes, ambas necesarias para una buena actuación en caso de guerra.

El tiro con arco es para Elyot el ejercicio físico más recomendable de todos los demás por sus beneficios físicos, sobre todo el fortalecimiento de los brazos y parte superior del tronco, y por lo tanto por su utilidad en la defensa nacional. Concluye el capítulo con una defensa del arco frente a la ballesta.

Institucion⁴ of a Gentleman⁵ (1555), anónimo, tiene como preocupación fundamental el hecho de que nadie puede llamarse ‘gentle’ sin poseer excelencia personal. Para lograr esa excelencia y poder aplicarla al beneficio y defensa del Estado se dedicará al planteamiento de una educación apropiada enfocada a la consecución de tales metas. Se señala como ejercicio más adecuado el tiro con arco, porque su práctica conduce a una seguridad natural, y así a una seguridad ciudadana. Las palabras del escritor sobre este ejercicio son: “Nosotros los ingleses podemos llamar al tiro con arco el honor de nuestro país”, y concluye sobre él que “resultará que todos los nobles practicarán este pasatiempo inglés nuestro del tiro con arco como mayor juego y diversión”⁶. Esta finalidad platónica de poner la educación al servicio del bien común y de la defensa del Estado será una constante en la mayoría de los tratados de educación de nobles.

Como ejercicios necesarios para su formación física apunta la necesidad de dominar las armas y otras estrategias militares, completando, así, su formación física e intelectual en este ámbito.

The Scholemaster (1570), de Roger Ascham, es otra de las obras pedagógicas que, dentro de un marco general de educación -en este caso, educación para los hijos de los nobles- se interesan por la preparación para la guerra: “los jóvenes ‘gentlemen’ deberían practicar y deleitarse con los ejercicios cortesanos y pasatiempos de caballeros”⁷. Éstos los divide, principalmente, en ejercicios para la guerra y ejercicios -que él llama ‘pasatiempos’- para la paz.

Los requisitos que señala Ascham para la práctica de cualquier ejercicio físico son: que vaya siempre unido con el trabajo, que se practique al aire libre y durante la luz del día, y que se mezclen los ejercicios de preparación para la guerra con los pasatiempos para la paz.

Aunque no desarrolla su programa de ejercicio, sí que establece una lista con los ejercicios recomendados en la educación del joven noble, pero sin dar detalles sobre la práctica de los mismos:

“Por tanto, cabalgar con sutileza, correr con lealtad en la justa o en el cercado, manejar todas las armas, disparar con precisión si se utiliza el arco, o con seguridad si se utiliza el arma, saltar animadamente, correr, brincar, luchar, nadar. Bailar con habilidad, cantar, y tocar instrumentos con ingenio, practicar la cetrería, cazar, jugar al tenis, y todos los pasatiempos...”⁸

que cumplan los requisitos anteriormente dichos.

Queene Elizabethes Achademy (escrito sobre el año 1572, publicado en 1859), de Sir Humphrey Gilbert, representa, como ya se ha apuntado anteriormente, el proyecto más completo y comprensible de enseñanza superior desarrollado en su tiempo. Movido por la indiferencia de los jóvenes nobles ante un estudio y preparación digna, se propuso crear una academia en Londres⁹ llamada Academia Reina Isabel, que proporcionase a los futuros guardianes de la Reina y a otros jóvenes de la nobleza, una educación firme y consistente. Al desarrollo teórico de este propósito dedicará todo su libro, que permaneció como manuscrito hasta su publicación y, por tanto, sin ponerse en práctica.

El principal tema de su discurso es la guerra y los asuntos militares, por lo que la mayoría de las materias están encaminadas o constituyen un medio para lograr un aprendizaje marcial. Así se enseñará filosofía política -civil y militar-, historia militar, geografía, astronomía, navegación, primeros auxilios, aritmética y geometría -dos asignaturas que solo se aplicarían a fortificaciones, batallas y otras cuestiones de guerra-.

Del mismo modo que la mayoría de las disciplinas teóricas se centraban en asuntos militares, todos los ejercicios físicos se prescriben con esta finalidad -para la guerra-, a excepción de la danza, considerada un complemento necesario para el “gentleman” y, por tanto, único ejercicio físico para la paz. La academia proveerá de un maestro “que mantendrá una *escuela de danza y salto acrobático*; y anualmente se le admitirá para lo mismo”¹⁰. Igualmente proporcionará otro maestro especialista en defensa que se encargará de la instrucción en las armas más utilizadas en la época, el estoque y la daga, la espada, el puñal, el hacha de guerra y la piqueta.

Los jóvenes nobles practicarán diariamente ejercicios de infantería con piquetas, arcabuces, alabardas, cañones y otras armas, así como ejercicios de instrucción que incluirían todo tipo de marchas, carreras, lucha sin armas y batallas. Todo este entrenamiento lo realizarán bajo la enseñanza de un soldado perfectamente cualificado. Otro maestro de equitación enseñará a manejar el caballo y cabalgar, a correr en las justas, en los torneos y por el campo, además de pelear a caballo con pistola.

Podemos observar que la Educación Física en su academia correrá a cargo de especialistas en cada una de las disciplinas en las que la divide el autor y, por tanto, más que tratarse de una Educación Física enfocada a una preparación motriz global del noble, se pretendía que éste dominara a la perfección todos los ejercicios que supuestamente le servirían en caso de guerra.

The Schoole of Abuse(1579), de Stephen Gosson representa las ideas del grupo de puritanos y moralistas que lanzaban invectivas contra el cambio en la naturaleza de los pasatiempos de sus contemporáneos que, según ellos, se habían vuelto afeminados, frívolos y de matiz extranjero, y lamentaban, al mismo tiempo, el supuesto declive de las verdaderas recreaciones y ejercicios físicos de preparación bélica en la sociedad respecto a una época anterior.

En Inglaterra, los antiguos ejercicios tanto de hombres como de mujeres, eran según Gosson aquellos que preparaban para la defensa:

“el tiro con arco y los dardos, la carrera y la lucha, y la práctica de maestrías que se basaban en la rapidez de los pies, la agilidad del cuerpo, la fuerza de los brazos o la disciplina marcial. Pero el ejercicio que está ahora entre nosotros es el ir a banquetes, el juego, tocar la gaita y bailar, y todos esos deleites que nos pueden conducir al placer o hacernos dormir [...] Nuestra lucha a cuerpo se ha convertido en regocijo en el regazo de las damas, nuestro coraje en cobardía, nuestra carrera en amotinamiento, nuestros arcos en bolos, y nuestros dardos en platos. Hemos robado la glotonería de *Grecia*, la inmoralidad de *Italia*, el orgullo de *España*, la falsedad de *Francia*, y el gusto por la bebida de *Alemania*”¹¹.

Los ejercicios físicos que el escritor incorporaría en la educación de la juventud serían tales que condujeran al endurecimiento corporal, a una mejora de la condición física, ejercicios que trabajasen tanto la velocidad como la resistencia y la fuerza, en definitiva, aquellos en los que se desarrollasen técnicas de defensa. Defiende la esgrima, pues el manejo de armas es necesario en una comunidad, tal como nos demostraron los romanos, pero reprueba la forma en que se llevaba a cabo y la finalidad que estaba adquiriendo en su tiempo pues, más que aplicarse a la defensa, se empleaba en reyertas, motines y altercados¹².

The Institution of a Young Noble Man (1607), de James Cleland, desarrolla un amplio programa educativo para el noble, donde el ejercicio físico juega el papel más importante. En relación con el ejercicio físico, subyacen a lo largo de su obra dos aspectos: la salud, como requisito indispensable para conseguir toda la eficiencia de las dotes físicas y así estar preparado para la defensa del país, y la naturalidad, en el cuerpo y en el discurso. Sobre la primera condición, su programa de ejercicio se apoya en las afirmaciones de Montaigne sobre el endurecimiento del cuerpo. Los ejercicios apropiados para el “gentleman” son parecidos a los que Elyot había apuntado y, al igual que él, enfatiza el tiro con arco y la equitación, basándose en la tradición persa. Respecto a la equitación, Cleland exigía al joven noble el dominio de conocimientos teóricos sobre el tema del caballo, así como el aprendizaje de variadas destrezas prácticas tales como:

“correr bien en la justa,...saltar sobre el lomo del caballo por cualquier lado sin estribo ni otro tipo de ayudas, y especialmente en movimiento, y una vez que es experto en esto, después, armado de arriba abajo”¹³.

En cuanto al tiro con arco lo considera:

“el honor de nuestro país;... Por tanto, todos los nobles y caballeros, sobre los que repercute el honor o deshonor de la guerra, deben disfrutar de este pasatiempo del *tiro con arco* en el siguiente lugar después de *la equitación* con excelentes caballos”¹⁴.

Sobre la lucha dice lo mismo que Elyot y emplea palabras idénticas:

“*La lucha* es un buen ejercicio, siempre que se practique con uno de igual fuerza, o algo más débil, y que el lugar sea suave para que en las caídas los cuerpos no se magullen”¹⁵. Por el contrario, a diferencia de la tendencia dominante, Cleland prohíbe la esgrima, por ser la causa de muchas peleas y tumultos en defensa del honor y provocar, a menudo, diversas heridas en la cara, golpes, ceguera, etc.

La natación, siguiendo el pensamiento dominante, que la consideraba importante no por su placer inherente sino por su utilidad en la guerra, Cleland la recomienda, sobre todo, por la ayuda que representa en la lucha por tierra y por mar, tal y como muestra la historia de nobles ciudades, ejércitos y capitanes. Al igual que Elyot y Mulcaster, la aventura de Horacio Cocles en el puente sobre el río Tíber, está presente como un aporte más a la defensa que hace de la natación.

Advice to His Son (comenzada en 1596, revisada en 1609 y publicada en 1930), de Henry Percy, y *Youth Instruction* (1612), de William Martyn, son dos obras concretas que cada autor dedica a sus hijos. En ambas se ofrecen consejos y sugerencias sobre la educación más apropiada, con carácter noble, dirigida en particular a cada uno de ellos; asimismo, aparecen referencias al ejercicio físico que sus hijos debían practicar para estar bien acondicionados físicamente y así servir a su país en la defensa. Henry Percy le recomienda practicar ejercicios de preparación física como “brincar, luchar, correr, saltar acrobáticamente, y similares”, pero sitúa la natación, junto con la equitación y “el manejo de todo tipo de armas” en el puesto más alto de las categorías de ejercicio, pues ofrecen al mismo tiempo “fuerza, agilidad y utilidad”¹⁶.

Martyn, por su parte, en su obra *Youth Instruction* (1612), escrita en beneficio de su hijo cuando era estudiante en Oxford, hace resaltar la danza y el salto por ser “cualidades deliciosas y

agradables”¹⁷, que fortalecen los miembros y avivan el espíritu, y pueden ser de utilidad si la vida está en peligro.

The Compleat Gentleman (1622), de Henry Peacham, es un tratado sobre la educación más recomendable para el noble, y su talante no es tan militar y guerrero como otros de su época, aunque especifica qué ejercicios son más adecuados como preparación para la defensa. Ejercicios como correr y saltar son necesarios para conseguir una buena preparación física y, pueden servir de mucha ayuda en situaciones de peligro, como puede ser una guerra. Alega en su defensa ejemplos de generales romanos que se salvaron gracias a su destreza en la carrera y el salto¹⁸.

Peacham concibe la lucha como un ejercicio ideal para los soldados pero no adecuado para la educación del noble:

“Porque el lanzamiento [de pesos] y la lucha, los tengo por ejercicios no tan apropiados para la nobleza, sino más bien para los soldados en un campamento o para el escolta de una princesa;...”¹⁹.

Del mismo modo, aunque defiende la equitación, la participación en justas y torneos las considera arriesgadas por el peligro de lesión que suponen. La natación es también otro de los requisitos que debe poseer todo noble: “La habilidad y arte de la natación es también un requisito indispensable en todo noble y caballero”²⁰.

Of Education (1644), de John Milton, panfleto sobre educación que representa la fusión de los elementos clásicos del Humanismo con los del Cristianismo y es el último de la larga serie de tratados humanistas que habían comenzado casi trescientos años antes²¹. En él están presentes las principales características de la tradición; es aristocrático y presenta un trasfondo moral y ético. Divide su tratado en tres apartados destinados a la educación del joven de doce a veintiún años: uno dedicado a la descripción de la preparación intelectual, otro a los ejercicios físicos, y el último a la dieta que ha de llevar.

El apartado que nos interesa fundamentalmente es el del ejercicio físico, cuyo programa se indica como apropiado tanto para la paz como para la guerra. Comienza señalando la idoneidad de practicar ejercicio diario una hora y media antes de la comida, y después de ésta, descansar convenientemente. El ejercicio que recomienda, en primer lugar, es el uso correcto del arma, que mantendrá a los jóvenes saludables, ágiles, fuertes y bien preparados en cuanto a capacidad respiratoria, además de constituir la mejor forma de fomentar el crecimiento. En segundo lugar, para trabajar la fuerza recomienda la lucha, que además incrementa el calor corporal. Del mismo modo, dos horas antes de cenar practicará el muchacho ejercicios militares, primero a pie y después a caballo²².

A parte de los ejercicios diarios anteriormente mencionados, recomienda que, en la primavera, se hagan salidas a caballo provistas de guías, o viajes por el mar, para aprender a navegar, de gran utilidad para las batallas navales²³.

Conclusiones

La mayoría de los humanistas tratados considera indispensable la necesidad de dominar las armas y otras estrategias militares para que su formación física sea completa. Las armas principales a utilizar son: el estoque, la daga, la espada, el puñal, el hacha de guerra, piquetas, arcabuces, alabardas y cañones.

Los ejercicios físicos más valorados son aquellos que proporcionan al cuerpo fuerza, velocidad y resistencia, así como agilidad y destreza. Entre ellos, podemos destacar como comunes a la mayoría de los escritores: la lucha, la carrera, el salto, la equitación, la natación, la caza, la

esgrima y el tiro con arco. Todos ellos son ilustrados con abundantes ejemplos de la antigüedad clásica griega y romana.

Por último cabe destacar que, a pesar de que las propuestas de estos autores están enfocadas a la preparación militar y bélica, ninguno descuidaba una formación más global del cuerpo y la mente a través de disciplinas complementarias intelectuales y físicas. Como humanistas que eran, se preocupaban por defender y promover la salud del noble y de todo ciudadano, y garantizar el progreso de la comunidad a través de una educación totalitaria.

¹ “there be diuers maners of exercises, whereof some onely prepareth and helpeth digestion; some augmenteth also strength and hardnesse of body; other seuth for agilitie and nymblesse; some for celeritie or spedinesse. There be also which ought to be vsed for necessitie only”. Elyot, Tomas: *The Boke named The Governour*, edición facsímil seleccionada y editada por R.C. Alston. Menston 1970 (e.o. 1531), libro I, XVI, fol. 62.

² Elyot narra ambas historias en el capítulo XVII; la de Cocles: “qué beneficio recibió la ciudad entera de Roma gracias a la natación de Horacio Cocles; que es una historia noble y digna de ser recordada”. El original dice: “what benefite receiued the hole cite of Rome by the swymmyng of Oratius Cocles; whiche is a noble historie and worthy to be remembered”. Elyot: *The Boke*, libro I, fol. 65. La hazaña de Julio César se encuentra en los fols. 65-67.

³ “Ciro y otros antiguos reyes de Persia (como escribe Jenofonte), empleaban esta forma en todas sus cacerías. Primero... hasta la edad de diecisiete años, eran educados en el aprendizaje de la justicia y la templanza, y también en la continencia en la comida y la bebida... También aprendían a disparar y a lanzar el dardo o la jabalina. Cuando llegaban a la edad de diecisiete, eran alojados en los palacios del rey y los nobles... Y cuando quería cazar él mismo (el rey), algo que hacía cada mes, llevaba con él la mitad de la compañía de los jóvenes que estaban en los palacios...” Su versión original es “Cirus and other auncient Kynges of Persia (as Xenophon writeth) vsed this maner in all their huntynge. First... unto the age of seuentene yeres, brought vp in the lernyng of iustice and temperance, and also to obserue continence in meate and drinke... Also they lerned to shote and to caste the darte or iauelyn. Whan they came to the age of xvii yeres, they were lodged in the palaises that were there ordayned for the kyng and his nobles... And whan he intended in his owne persone to hunte, whiche he dyd comenly euery moneth, he toke with him the one halfe of the company of yonge men, that were in the palaises...”. Elyot: *The Boke*, libro I, XVIII, fol. 70.

⁴ Del latín *institutio*, que significa educación.

⁵ Obra realizada por un autor desconocido y dirigida al Señor Fitzwater, más tarde, Conde de Sussex.

⁶ “[W]e Englishmen may cal [archery] the honour of our country”; “it shall become al gentlemen to use this our Englyshe pastyme of shotinge for their greatest game and disporte”. Anónimo: *The Institucion of a Gentleman*. Londres 1555, I₂-I₂^v.

⁷ “youg ientlemen shold vse, and delite in all Courtelie exercises, and Ientlemanlike pastimes”. Ascham, Roger: *The Scholemaster*, A Scholar Press Facsimile. Menston 1967 (e.o. 1570), libro I, fol. 19.

⁸ “Therefore, to ride cumlie: to run faire at the tilte or ring: to plaie at all weapones: to shote faire in bow, or surelie in gon: to vant lustely: to runne: to leape: to wrestle: to swimme: To daunce cumlie: to sing, and playe of instrumentes cunninggly: to Hawke: to hunte: to playe at tennes, & all pastimes generally, which be ioyned with labor, vsed in open place, and on the day light, containing either some fitte exercise for warre, or some pleasant pastime for peace, be not onelie cumlie and decent, but also verie necessarie, for a Courtlie Ientleman to vse”. Ascham: *The Scholemaster*, fols. 19-20.

⁹ Gilbert escogió Londres porque “la inmensa mayoría de los jóvenes ‘gentlemen’ en este Reino están más familiarizados con Londres, donde la Corte de su Majestad tiene con más regularidad su residencia...”; sus palabras originales son: “the greatest number of younge gentlenen within this Realme are most Conversant abowte London, where your Majestes Cowrte hath most ordinarie residence...”. Gilbert, Sir Humphrey: *Queene Elizabethes Achademy, a booke of precedente, the ordering of a funeral*. Londres 1859, vol. 8, p. 1.

¹⁰ “who shall keepe a dawncing and vawting schole; and shalbe yearely allowed for the same”. Gilbert: *Queene*, p. 7.

-
- ¹¹ “The exercise of both was shootyng and darting, runnng and wrestling, and trying suche maisteries, as eyther consisted in swiftenesse of feete, agilitie of bodie, strength or armes, or Martiall discipline. But the exercise that is nowe among vs, is banquetting, playing, piping, and dauncing, and all suche deligthes as may wine vs to pleasure, or rocke vs in sleepe. [...] Our wrestling at armes, is turned to wallowing in Ladies lappes, our courage to cowardice, our running to riot, our bowes into bolles, and our dartes to dishes. We haue robbed *Greece* of Gluttony, *Italy* of wantonnes, *Spayne* of pride, *France* of deceite, and *Dutchland* of quaffing”. Gosson, Stephen: *The Schoole of Abuse*, edición facsímil de Theatrum Orbis Terrarum Ltd & Da Capo Press. Amsterdam 1972 (e.o. 1579), B₈^v y C, fols. 16 y 17.
- ¹² Gosson: *The Schoole*, D₄, D₅ y D₆, fols. 28, 29 y 30.
- ¹³ “to runne well at the Tylte,... to leape on horse-backe at everie side without styrrop or other helpe, and especiallie while he is going, and being therein expert, then armed at al points”. Cleland, James: *The Institution of a Young Noble Man*. Oxford 1607, p. 218.
- ¹⁴ Cleland: *The Institution*, pp. 218-219.
- ¹⁵ “*Wrestling* is a good exercise, so that it be with one that is equal in strength, or somewhat weaker, and the place be soft, that in falling your bodies be not bruised”. Cleland: *The Institution*, p. 220.
- ¹⁶ “leaping, wrestling, running, vaulting, and such like”; “managing all sorts of arms”; “strength, nimbleness, and use together”. Percy, Henry: *Advice to His Son*, by Henry Percy, ninth Earl of Northumberland, con una introducción biográfica por G.B. Harrison. Londres 1930 (e.o. 1609), pp. 63-64.
- ¹⁷ Hay que destacar que Martyn habla de la danza y las acrobacias como cualidades, no como habilidades, y su práctica en sí le llevaría al joven a una cualificación directa. Sus palabras originales respecto a ello son: “delightfull and pleasing qualities”. Martyn, William: *Youth Instruction*. Londres 1612, p. 96.
- ¹⁸ Peacham, Henry: *The Compleat Gentleman*. Londres 2ª edición 1627 (e.o. 1622), p. 179.
- ¹⁹ “For throwing and wrestling, I hold them exercises not so well beseeming Nobilitie, but rather souldiers in a Campe, or a Princes guard;...”. Peacham: *The Compleat*, p. 179.
- ²⁰ “The skill and art of swimming is also very requisite in every Noble and Gentleman”. Peacham: *The Compleat*, p. 180.
- ²¹ Cfr. Bush, Douglas: *The Renaissance and English Humanism*. Canadá, Toronto 1972, p. 113.
- ²² Para detalles sobre este párrafo, ver Milton, John: *Milton's Prose Writings (Of Education)*, introduction and editing, J.M. Dent & Sons. Londres 1965 (e.o. 1644), p. 328.
- ²³ Milton: *Milton's Prose Writings*, p. 329.