

El conflicto con el cuerpo. Los Ejercicios espirituales de la Filosofía antigua convertidos al cristianismo

Raquel Ferrández Formoso¹

Recibido: 29-09-2021 / Aceptado: 21-12-2021

Resumen. A partir de los apologistas cristianos del siglo II, los ejercicios espirituales de la filosofía antigua van a ser empleados al servicio de la imitación de Cristo y mezclados con ejercicios de mortificación corporal totalmente ajenos al espíritu de la filosofía platónica, estoica o neoplatónica. El cuerpo de los ascetas cristianos no puede ser negado ni ignorado –pues sería como negar la corporalidad de Jesús–, pero tampoco puede ser querido ni valorado –en nombre de la imitación de Cristo. Junto al elogio del sufrimiento, la relación paradójica con el propio cuerpo está en la base del modo de vida cristiano y condiciona la dirección y la profundidad de los ejercicios que el cristianismo toma prestados de la filosofía antigua.

Palabras clave: Pierre Hadot, *paideia*, penitencia, ascetismo, teología, alma.

[en] The conflict with the body. The Spiritual Exercises of Ancient Philosophy converted to Christianity

Abstract. Christian apologists not only borrowed the theoretical framework from ancient philosophy, but also the existential heart of it. The spiritual exercises of ancient philosophy will be used in the service of the Imitation of Christ and mixed with exercises of corporal mortification totally alien to the spirit of Platonic, Stoic or Neoplatonic philosophy. The body of Christian ascetics cannot be denied or ignored –for it would be like denying the corporality of Jesus–, but neither can it be loved or valued –in the name of the imitation of Christ. Along with the praise of suffering, the paradoxical relationship with one’s own body is at the base of the Christian way of life and determines the direction and depth of the exercises that Christianity borrows from ancient philosophy.

Keywords: Pierre Hadot, *paideia*, penance, asceticism, theology, soul.

Sumario. 1. Introducción. 2. La asimilación cristiana de la Filosofía antigua. 3. El conflicto con el cuerpo: un esbozo de los desacuerdos doctrinales. 4. Los Ejercicios Espirituales de la Filosofía antigua convertidos al cristianismo. 5. Conclusiones.

Cómo citar: Ferrández Formoso, R. (2022): El conflicto con el cuerpo. Los Ejercicios espirituales de la Filosofía antigua convertidos al cristianismo, en *Revista Anales del Seminario de Historia de la Filosofía* 39 (1), 1-16.

1. Introducción

Los apologistas cristianos de los primeros siglos consideraron el cristianismo como la “verdadera filosofía”, manipulando, muy a menudo, la filosofía platónica para hacerla coincidir con los dogmas cristianos y haciendo remontar sus orígenes al judaísmo. Como es bien sabido, para Clemente de Alejandría (ss. II-III), Moisés fue el maestro “oculto” de Platón. Siglos después, Teodoro de Ciro (ss. IV-V) considera que los monjes son filósofos e incluso llama a los retiros ascéticos “escuelas de filosofía”². Los préstamos que el cristianismo toma de

la filosofía griega rebasan el ámbito teórico, estilístico y terminológico. Los apologistas cristianos van a asimilar el corazón mismo de la filosofía, es decir, los ejercicios espirituales, el carácter transformador y auto pedagógico que está en las raíces de la filosofía platónica, estoica, y neoplatónica. En numerosos trabajos, Pierre Hadot ha reivindicado el carácter ejercitante de la filosofía antigua, entendida como un modo de vida que se realiza en comunidad y que tiene como base lo que él denominó “ejercicios espirituales”. Su mérito principal fue señalar que la filosofía antigua asume la forma de una dirección espiritual: “no busca ofrecer una enseñanza abstracta, sino que todo ‘dogma’ tiene como fin transformar el

¹ Doctora en Filosofía (UNED). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0514-8226>.

² Siniosoglou, N. *Plato and Theodoret. The Christian Appropriation of Platonic Philosophy and The Hellenic Intellectual Resistance*. Cambridge University Press. New York, 2011, p. 116.

alma del discípulo”³. Además, Hadot denunció la reapropiación cristiana de muchos de los ejercicios que habían sido la base de modos de vida filosóficos:

Es porque existen ejercicios espirituales cristianos por lo que creemos que los ejercicios espirituales son de orden religioso. Pero precisamente los ejercicios espirituales cristianos aparecen en el cristianismo únicamente por el empeño del cristianismo, a partir del siglo II, de presentarse como una filosofía basada en el modelo de la filosofía griega, es decir, como un modo de vida que implica ejercicios espirituales, prestados de la filosofía griega.⁴

Este ensayo quiere contribuir al estudio de las raíces prácticas y existenciales de la filosofía antigua, señalando la “conversión”⁵ que sufren sus ejercicios a manos de los “nuevos filósofos” (es decir, los ascetas cristianos). En primer lugar, la relación conflictiva del individuo con su propio cuerpo es un rasgo específico de los cristianos que ahora encarnan dichos ejercicios, como también lo es el elogio del sufrimiento, dos factores que van a modificar la dirección, el propósito y la profundidad de los ejercicios asimilados. Desde el cilicio que Antonio Abad (s. III) deja como herencia a los monjes en el desierto egipcio, hasta los *Exercitia Spiritualia* de Ignacio de Loyola (s. XVI) en los que se aconseja al ejercitante observar toda su “corrupción y fealdad corpórea” y tomarse a sí mismo como una “llaga y postema de donde han salido tantos pecados y tantas maldades y ponzoña tan turpísima” (ES, 58), pasando por las vidas de los santos penitentes, cada asceta, eremita, monje y monja cristianos ha lidiado a su manera con el conflicto de un cuerpo al que no puede ignorar –pues implicaría ignorar la corporalidad de Jesús–, pero tampoco reconocer ni valorar –en nombre de la imitación de Cristo–. Esta relación de amor-odio con el propio cuerpo resulta visceral, y no podemos tomarla como un mero detalle complementario al ejercicio de la vigilancia de los pensamientos, de las meditaciones, la lectura o la escritura. Es una relación que altera por completo dichos ejercicios, superponiéndoles una atmósfera de rutinas y creencias completamente ajenas al espíritu de la filosofía griega. Platón profesaba una consideración negativa del cuerpo (lo consideraba una prisión, *σῆμα*), pero no tenía ningún conflicto con la materia: debemos trascender el reino de las cosas sensibles, entre ellas, el propio cuerpo, y desconfiar de los sentidos porque nos engañan. La práctica de la separación del alma y el cuerpo, del recogimiento total del alma consigo misma (*φρόνησις*, Phd. 79d), está en la base de la filosofía platónica, pero para lograr esto no se propone ninguna

clase de castigo corporal, ni tampoco mental. De hecho, autoinducirse dolor sería contraproducente: Sócrates insiste en que no solo los placeres clavan el alma al cuerpo, sino también el dolor (Phd., 83d). Platón define la filosofía como la práctica de la muerte (*μελέτη θανάτου*; Phd., 81a), pero esta práctica no incluye el desprecio corporal llevado a término por medio de instrumentos como el cilicio y similares, sino un entrenamiento cuidadoso para que el ojo del alma (*ψυχῆς ὄψιν*) se eleve hacia arriba y consiga estar a solas consigo misma. Esta práctica consiste en una verdadera educación (*παιδεία*) del alma, para que aprenda a valerse de su propio poder (*δύναμις*) que es la visión intuitiva de las Formas eternas e inmutables, y sepa cómo emplear ese poder sin distracciones e interferencias. Lo mismo puede decirse de los ejercicios neoplatónicos y estoicos, entre los que encontramos ejercicios de autocontrol, pero nunca de mortificación o castigo corporal. Sabemos por Paul Rabbow que muchos de los ejercicios cristianos –en especial los de Ignacio de Loyola– derivan de aquellos otros⁶, pero con el añadido de una penitencia que, ahora sí, incorpora el castigo de la carne. Además, estos ejercicios “religiosos”, como los llama Tomás de Kempis en su célebre *Imitación de Cristo* (s. XV), ya no tienen como fin proteger a la mente de impresiones erróneas o evitar un sufrimiento infundado, sino más bien adiestrar a la mente para que acepte con gusto e incluso desee este sufrimiento como un medio privilegiado de relacionarse con Dios.

En primer lugar, ofrezco un breve resumen sobre la recepción de la filosofía por parte de los apologistas cristianos, pues algunos le atribuyen un origen maléfico y otros, un origen divino. Sin embargo, lo que prima es una reapropiación de la filosofía pagana, entendiéndola como un antecedente de la auténtica filosofía, a saber, el cristianismo. Del encuentro decisivo entre los cristianos y los griegos, afirmó W. Jaeger, “dependió el futuro del cristianismo como religión mundial”⁷. La expresión “*paideia* de Cristo”, empleada en los *Hechos de Felipe*, confirma que el cristianismo quería anunciarse a sí mismo como la “continuación de la *paideia* griega clásica”⁸.

En segundo lugar, proporciono al lector un esbozo sobre los desacuerdos doctrinales que suscitó la cuestión de la corporalidad de Cristo y las condiciones de la resurrección del cuerpo. No es mi intención adentrarme en las teologías del cuerpo ni en las complejas polémicas a las que dio lugar este asunto, en el seno de la Iglesia, a lo largo de los siglos. Considero que este esbozo es necesario únicamente con el fin de señalar que dichos desacuerdos van a sobrepasar el ámbito teórico para repercutir en una relación conflictiva y paradójica del asceta cristiano con su propio cuerpo. En estas condiciones, los ejercicios de la filosofía se entremezclan con ejercicios de mortificación y penitencia corporal y son puestos al servicio de un modo de vida que busca imitar el sufrimiento de Cristo –y también su cuerpo crucificado. Finalmente, menciono a Kierkegaard y a Nietzsche: dos filósofos modernos que recuperaron, a su manera, el

³ Hadot, P. *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*. Albin Michel. Paris, 2022, p. 149.

⁴ Hadot, P. *La Philosophie comme manière de vivre*. Albin Michel. Paris, 2001, pp. 70-71.

⁵ “Incluso la palabra ‘conversión’ está tomada de Platón, para quien la aceptación de una filosofía significaba, en primer término, un cambio de vida”, afirmaba Jaeger. Cf Jaeger, W. *Cristianismo primitivo y paideia griega*. Fondo de cultura económica. México, 1985, p.21. Según Pierre Hadot el fenómeno de la conversión en la Antigua Grecia es de orden filosófico y político, no religioso. Señala, además, que el término latino ‘conversio’ corresponde a los vocablos griegos “‘epistrophè’ y ‘metanoia’”, el primero alude a un retorno al origen, mientras que el segundo evoca la idea de mutación y renacimiento. Cf. Hadot, P. *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*, p.224.

⁶ Cf. Rabbow, P. *Seelenführung. Methodik der Exerzitien in der Antike*. Kösel. Munich, 1954.

⁷ Jaeger, W. *Cristianismo primitivo y paideia griega*, p. 22.

⁸ Jaeger, W. *Cristianismo primitivo y paideia griega*, p. 24.

carácter ejercitante de la filosofía, pero sostuvieron posturas enfrentadas con respecto a la ascesis cristiana. Por un lado, Kierkegaard consideraba que la cristiandad de su época había olvidado el elemento más específicamente cristiano —es decir, el sufrimiento—; por otro lado, esta imitación de Cristo le parecía a Nietzsche un ascetismo enfermo al que opuso su propio ascetismo sano.

2. La asimilación cristiana de la Filosofía antigua

Richard Bauckham señala que “la literatura judía legó a los escritores cristianos *dos puntos de vista opuestos* sobre el origen de la cultura pagana”⁹. Por un lado, se encuentra el punto de vista negativo: *todo* aspecto de la cultura pagana (incluyendo la filosofía) forma parte de los saberes que los ángeles caídos compartieron con las mujeres humanas, y con los hijos que tuvieron con ellas, los gigantes. Por el contrario, los saberes de la cultura judía fueron transmitidos por los ángeles celestiales a Enoc. Así nace la idea del origen dual de la civilización, y así se configura el mito de la irrupción del mal en el mundo que se encarna en las culturas paganas, según relata el primer libro del Ciclo de Enoc —un *corpus* de varios textos no reconocidos por el cristianismo oficial, y ausentes de la *Biblia*.

Por otro lado, encontramos la reforma positiva de este mito: *algunos* aspectos de la cultura pagana fueron transmitidos por los ángeles caídos, mientras que otros (como la filosofía) forman parte de la sabiduría que los ángeles celestiales le transmiten a Enoc¹⁰. Filón pertenece a este segundo grupo, y el modo en que acogió la filosofía griega —especialmente la platónica— va a ser una fuente de inspiración para ciertos apologistas cristianos como Justino el mártir o Clemente de Alejandría. Según Filón, la filosofía habría sido “derramada” del cielo¹¹, y gotas de este Logos al que él llama “hijo de Dios”, habrían penetrado en la mente humana, dotándola de visión. La filosofía es “la fuente de las cosas buenas” (*De Spec. Leg.* 3.186), de un modo parecido a como la trata Platón en el *Timeo* (47b), en tanto el bien máspreciado (*μείζον ἀγαθόν*) que nos han hecho los dioses. La mente humana participa del Logos divino, que en la interpretación de Filón es sinónimo del reino de las Formas platónicas y la verdadera creación de Yahvé. Nuestra mente contiene la forma de Dios (*θεοειδής*), pues está hecha a imagen y semejanza de la Forma y proviene del Logos (*De Spec. Leg.* 3. 207)¹².

En verdad, los apologistas cristianos heredan las dos actitudes judías antes mencionadas, la positiva y la negativa, combinándolas de modos diversos. De ahí que algunos le atribuyan a la filosofía griega un origen divino, siguiendo a Filón, mientras que otros, como Her-

mias, le atribuyen un origen maléfico. Al inicio de su *Sátira de los filósofos paganos* (IGP), Hermias (ss. II-III) comenta que la filosofía pagana debe haber tenido su origen en la “apostasía de los ángeles” (IGP, 1.1.4-5)¹³. Ni siquiera Taciano, que profesa una visión negativa de la filosofía, le atribuye este origen. En su lugar, Taciano alega que “los griegos han tomado prestada la filosofía de Moisés, deformándola completamente”¹⁴. En cambio, su maestro, Justino el mártir (s. II), está claramente inspirado por la filosofía platónica que estudia antes de convertirse al cristianismo, y sus escritos dan cuenta de una interpretación platónica del *Nuevo Testamento*. Lo mismo puede decirse de Atenágoras (s. II), con una visión muy próxima a la de Filón de Alejandría: Dios ha creado el mundo de las Formas inteligibles, el Logos, y por mediación de este se creó el mundo de las cosas sensibles a imagen y semejanza del modelo divino.

Clemente de Alejandría, tal vez sea el que más se inspire en Filón de Alejandría cuando se trata de reconciliar la filosofía platónica con su propia religión, en este caso, el cristianismo. Como señala Salvatore Lilla, el empeño de Clemente por reivindicar el origen divino de la filosofía griega lo lleva a postular diversas narrativas sobre su origen: los filósofos griegos habrían robado sus doctrinas del *Antiguo Testamento*, concretamente de Moisés —siguiendo a Taciano y a Juan Casiano (*Strom.* 1.21.101,2), pero para Clemente tanto el judaísmo como la filosofía griega iban a desembocar, conforme al plan de Dios, en la “verdadera filosofía” que es el cristianismo (*Strom.*, 1.13.55,1); o bien, la filosofía pertenecía en sus orígenes a Dios, y los ángeles caídos se la habrían robado —como afirmaba Hermias al inicio de su *Sátira*—, pero Dios habría consentido ese robo, sabiendo lo beneficiosa que resultaría la filosofía para la humanidad¹⁵. La reconciliación entre filosofía griega y cristianismo no solo era posible sino lógica, dado que, en opinión de Clemente, Moisés fue el maestro de Platón, y este último habría tomado prestado material de Moisés para componer *Las Leyes* (*Strom.* 1.1.10,2; 1.25.165,1). Con Clemente, ya no se trata solamente de demostrar que el cristianismo es la verdadera filosofía, sino de hacer justicia a la propia filosofía de Platón, devolviéndola al origen hebreo del que supuestamente procede.

¿Por qué insinúas la verdad, Platón? ¿De dónde el sumnistro bienhechor de razonamientos con que adivinas el culto divino? Más sabios que éstos —dice—, *son las gentes bárbaras*. Conozco a tus maestros, aunque quieras ocultarlos [...] las leyes que son verdaderas y una opinión sobre Dios [te] fueron facilitadas por los hebreos.¹⁶

⁹ Bauckham, R. “The Fall of the angels as the source of philosophy in Hermias and Clement of Alexandria”. *Vigiliae Christianae* 39, 1985, p. 319.

¹⁰ Para profundizar en este mito recomiendo el artículo de Bauckham ya citado.

¹¹ φιλοσοφίαν ὄμβρησε μὲν ὁ οὐρανός, ἐχώρησε δὲ ὁ ἀνθρώπινος νοῦς, (*De Spec. Leg.*, 3.186)

¹² Ὁ ἀνθρώπινος νοῦς πρὸς ἀρχέτυπον ἰδέαν, τὸν ἀνωτάτω λόγον, τυποθεῖς (*De Spec. Leg.*, 3.207)

¹³ τὴν ἀρχὴν εἰληναὶ ἀπὸ τῆς τῶν ἀγγέλων ἀποστασίας

¹⁴ Hanson, R. *et. al.*, “Apéndice I” en Hermias. *Satire des philosophes païens*, p.127.

Comentando la postura de Taciano, Étienne Gilson afirma: “Los capítulos 31,36 y 110 del *Discurso* intenta probar que ‘nuestra filosofía’, como llama Taciano a la religión cristiana, es más antigua que la civilización de los griegos, y que éstos han extraído de ella muchas doctrinas, sin comprenderlas bien, por lo demás”. Gilson, É. *La Filosofía en la Edad Media*. Gredos. Madrid, 2014, p. 24.

¹⁵ Lilla, S. *Clement of Alexandria. A Study on Christian Platonism and Gnosticism*. Oxford University Press. 1971, p.11 y ss.

¹⁶ Clemente de Alejandría, P. VI,70.1. En Clemente de Alejandría. *El Protréptico*. Introducción, traducción y notas de Marcelo Merino Rodríguez. Ciudad Nueva. Madrid, 2008, p.223.

Escoger frases aisladas de los diálogos platónicos para darles un significado totalmente ajeno a su contexto es una estrategia común entre los apologistas cristiano-platonizantes. En el *Fedón*, durante la última conversación de Sócrates con sus discípulos, antes de tomar la cicuta, este les recuerda que existen muchos hombres valiosos en la Hélade, y también entre los pueblos bárbaros (Phd., 78a). Clemente se sirve de esta idea, alterándola, –los bárbaros son *más* sabios, habría dicho Platón– para justificar la visión de que los hebreos fueron sus maestros ocultos¹⁷. Con todo, es de agradecer que Clemente defienda el auge de la filosofía entre pueblos no griegos. Su visión de la filosofía como un desarrollo global y no específicamente griego hace que algunas de sus apreciaciones en los *Stromateis* parezcan realmente contemporáneas. Así, Clemente menciona a los profetas egipcios, a los caldeos entre los asirios, a los druidas entre los galos, a los Samaneos, a los celtas, a los magos persas, y por supuesto, a los gimnosofistas de India. Distingue a los *śramanas* de los brahmanes, y menciona a Buddha y sus seguidores (*Strom.* 1.15.71,4-6). Pero cuando se trata de interpretar a Platón como discípulo de Moisés, y como supuesto heredero de todo este legado filosófico no-griego, las técnicas hermenéuticas en juego dejan mucho que desear, por no decir que son totalmente ilegítimas y tendenciosas. Siguiendo el ejemplo de Clemente, los apologistas de siglos posteriores también van a alterar las fuentes platónicas, ya no seleccionando y aislando frases específicas, sino directamente falsificándolas. De especial interés para este ensayo resultan las falsificaciones de apologistas tardíos como Eusebio de Cesarea y Teodoreto, cuyo fin es mostrar que Platón defendía la resurrección del cuerpo.

Pierre Hadot señala que para los filósofos de la antigüedad el término ‘askesis’ designaba solamente ejercicios que implican “una actividad interior del pensamiento y la voluntad”, y no hay que confundirlo con el término moderno “ascesis” reinterpretado en sentido cristiano¹⁸. Pero Platón le asigna a la filosofía la meta de asemejarnos a Dios en la medida de lo posible (*ὁμοίωσις θεῷ ᾧ κατὰ τὸ δυνατόν*, Th.176ab; Rep.10.613b) y, valiéndose de esta idea, Teodoreto asimila la filosofía a la ascesis cristiana, e incluso cambia el sentido de la expresión *φροντιστήριον φιλοσοφίας* que “ahora designa retiros ascéticos, en lugar de escuelas de filosofía”¹⁹. Niketas Siniossoglou indica que Teodoreto usó el término ‘filosofía’ en el sentido de “pura experiencia espiritual”.

Teodoreto nos dice que el anacoreta persa Afrahat filósofo en un “retiro filosófico” (*φροντιστήριον φιλοσοφίας*) fuera de Antioquía. La filosofía de Afrahat incluía milagros y el desencantamiento de hechizos mediante el dibujo de la señal de la cruz y el rezo. Aunque sólo podía hablar en un lenguaje “semibárbaro”, sin embargo, compitió satisfactoriamente con “los filósofos” -intelectuales paganos- demostrando que los silogismos y la elocuencia al hablar son secundarios cuando se trata de la gracia del Espíritu santo²⁰.

Werner Jaeger señaló en su día que la teología cristiana y la filosofía griega terminan por encarnarse en un solo individuo, como Clemente de Alejandría o su discípulo Orígenes (ss. III-IV), fundadores de la “teología filosófica”²¹. El enfoque que Jaeger ofrece de esta fusión cultural enfatiza el “intenso deseo de penetración mutua” que supuestamente existía por ambas partes, y deja a un lado la lucha de los filósofos griegos para evitar que la filosofía quedase subsumida bajo la teología cristiana, a través de medios que, además, faltan a la honestidad intelectual. Por otro lado, su enfoque pasa por alto el hecho de que tanto la filosofía estoica como la filosofía platónica ya ofrecen una teología propia que resulta incompatible con la teología cristiana –de otro modo, no hubiera sido necesario falsificar a Platón en puntos esenciales, ni emplear todas esas técnicas de “bricolaje hermeneutico”, como las llama Siniossoglou, a las que recurrieron los filósofos cristianos en su “guerra intelectual” contra los intérpretes paganos de Platón, es decir, los filósofos neoplatónicos²². Niketas Siniossoglou muestra que existió una “resistencia intelectual helénica” compuesta por filósofos griegos que tenían que sobreponerse a las manipulaciones constantes de la filosofía griega por parte de los nuevos filósofos cristianos. Siniossoglou defiende que el objetivo de los apologistas cristianos, especialmente de los tardíos como Teodoreto, fue “privar a la resistencia intelectual helénica de sus principales recursos filosóficos, apropiándose los convenientemente, transformándolos y subsumiéndolos al judeocristianismo”²³. Para enfrentarse a esto, en lugar de “debatir abiertamente contra los cristianos” tal y como había hecho Celso, los filósofos contemporáneos de Teodoreto –Proclo, Damascio, Simplicio y Olimpodoro– se entregaron a un trabajo exegetico de la filosofía platónica que tenía como fin “sistematizar, salvar del olvido y transmitir su filosofía a las generaciones futuras”²⁴.

3. El Conflicto con el cuerpo: un esbozo de los desacuerdos doctrinales

*Este es mi cuerpo, que se entrega por vosotros;
haced esto en memoria mía*
Lc 22:19

*En tanto que traemos este cuerpo
no podemos estar sin pecado ni vivir sin enojo y dolor*

Tomás de Kempis (*Imitación de Cristo*, I.22)

El estatus del cuerpo en el *Nuevo Testamento* es claramente ambiguo, como lo es la propia Resurrección. Por

¹⁷ En *Stromateis*, Clemente vuelve a hacer uso de esta idea del *Fedón*, pero con mayor prudencia. En este caso la emplea para recordar que Platón no negaba el hecho de que pudiera haber filósofos fuera de la Hélade. Cf. *Strom.* 1.15.66,3 y 68,3.

¹⁸ Hadot, P. *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*, p.78.

¹⁹ Siniossoglou, N., *Plato and Theodoret*, p. 116 y 118.

²⁰ *Ibid.*, p.119.

²¹ Jaeger, W. *Cristianismo primitivo y paideia griega*, p. 60.

²² “En la Antigüedad tardía, Clemente de Alejandría, Eusebio y Teodoreto de Ciro, se convirtieron en los campeones del bricolaje hermeneutico de textos platónicos, hábilmente aplicados para atribuir a los helenos (es decir, a los paganos) una obstinada persistencia a la hora de permanecer en un estado de falsedad teológica y moral”. Siniossoglou, N. “*Plato Christianus: The Colonization of Plato and Identity Formation in Late Antiquity*”, en Hummel, P. (ed.). *Pseudologie: Études sur la fausseté dans la langue et dans la pensée*. Philologicum. Paris, 2010. p. 146.

²³ Siniossoglou, N., *Plato and Theodoret*, p.4

²⁴ *Ibid.*, p.5.

un lado, en los Evangelios nunca se menciona explícitamente la “resurrección de la carne”, por otro lado, hay ciertos pasajes donde Jesús resucitado hace ver que no es un espíritu, sino que ha regresado con un cuerpo material, un cuerpo que se presta a ser tocado por sus discípulos incrédulos y, es más, un cuerpo que come pescado con naturalidad (Lc 24:39). El Evangelio de Lucas es el que más acentúa la *materialidad* de eventos cruciales para el cristianismo: el bautismo de Jesús, cuando el Espíritu Santo desciende sobre él adoptando la *forma corpórea* de una paloma; la ascensión de Jesús al cielo, que en la versión de Lucas es un acontecimiento empírico que solo ocurre cuando los testigos están mirando atentamente; también los Galileos son testigos del *cuerpo* muerto de Jesús en la tumba, y después, insiste Lucas, comprueban la ausencia *de este mismo cuerpo*, y más tarde cuando resucita, se trata de un cuerpo material y sólido. Encontramos en este relato de Lucas una visión claramente anti-docética, y un apoyo para todos los apologistas posteriores dispuestos a refutar la herejía docetista que negaba la corporalidad y humanidad de Cristo, y el hecho de que Jesús pudiera haber sufrido, o incluso que pudiera haber sido crucificado. Según afirma Charles H. Talbert: “Al enfatizar la corporalidad del que asciende y su continuidad con el que sufrió y resucitó en Jerusalén, el Tercer Evangelista busca garantizar la verdadera humanidad de Jesucristo”²⁵. El docetismo no fue una secta en particular, sino una tendencia a “subestimar la realidad histórica de la obra salvífica de Dios. Se encuentra principalmente en contextos platónicos, en los que las verdaderas realidades del mundo inteligible se oponían a las realidades aparentes del mundo sensible”²⁶ (Studer, 2014, p. 729). La tendencia espiritualista, y anti corpórea del docetismo se expresa de modos diversos en Marción y los seguidores de Valentín, y va a ser severamente confrontada por apologistas como Ireneo y Tertuliano que defendían una resurrección en términos materiales, negándose a “espiritualizar” la doctrina de la resurrección, y reivindicando así la corporalidad y la humanidad de Cristo. Ahora bien, se apoyan para ello en Pablo de Tarso²⁷, lo cual resulta confuso dado que hay pasajes que dan a entender que Pablo no se refería en absoluto a una resurrección de la carne, sino a la resurrección de un cuerpo espiritual (*σῶμα πνευματικόν*; 1Cor 15:44): “Hermanos, os digo que la carne (*σάρξ*) y la sangre (*αἷμα*) no pueden heredar el reino de Dios” (1Cor 15:50)²⁸. Orígenes (s.

III-IV), a su vez, va a tratar de refinar esta resurrección defendida en término materialistas mediante una teología compleja que ha despertado numerosas polémicas dentro y fuera de la Iglesia. Distingue entre el cuerpo (*σῶμα*), entendido de forma positiva, y la carne (*σάρξ*), como algo negativo que representaría la materialidad moralmente inferior. Además, la forma divina del Logos se revela y se manifiesta de muchas maneras, y las condiciones de su visión están determinadas por la capacidad espiritual del observador. “La visión de Cristo es, por tanto, un juicio y una medida de la capacidad espiritual del individuo”, comenta John McGuckin, “porque los hombres deben ver a Cristo con los ojos del alma, así como con los ojos del cuerpo, ya que solamente para los ojos del alma la ‘significación’ y el ‘significado’ se hacen evidentes”²⁹. Pero, precisamente, a pesar de su intento por revalorizar la corporalidad de Cristo de una forma espiritual y menos literal que la de los apologistas antes mencionados, Orígenes está fuertemente influido por tendencias neoplatónicas y parece dar siempre prioridad a “los ojos del alma”, y a la aprehensión de un Logos incorpóreo. De ahí que, en ocasiones, Orígenes parezca acercarse a las tendencias docéticas que él mismo pretendía refutar³⁰. En consecuencia, Metodio de Olimpo (s. III-IV) presenta una teoría de la resurrección que busca refutar la de Orígenes, y de un modo bastante elegante trata de justificar a un tiempo la bondad del cuerpo físico creado por Dios, y la condición de su mortalidad y posterior resurrección tras la muerte. En los fragmentos que conservamos de su obra sobre la resurrección, Metodio distingue entre el cuerpo y el pecado³¹. El pecado sería, según su visión, un parásito que habría invadido el cuerpo para enraizarse fuertemente en él. Pero el cuerpo originario es bueno en sí mismo, pues ha sido creado por Dios, y su naturaleza originaria es inmortal dado que se asemeja a su creador. Ahora bien, para eliminar el pecado del cuerpo, Dios habría tenido que interponer la muerte y devolverlo a una resurrección en la que el ser humano vuelve a recuperar su condición pura, inmortal y moralmente perfecta. La paradoja del enfoque de Metodio es que esta recuperación de la pureza que le acontece a todo ser humano tras la muerte, no garantiza la vida eterna, pues tras la resurrección tiene lugar el juicio y ahí cada ser humano va a ser juzgado en función de cuánto luchó en vida por mitigar el parásito del pecado y por mejorar su condición moral. Como señala Thomas McGlothlin, se da la brillante paradoja de un ser humano restaurado a su condición pura y libre de pecado que, tras el juicio, puede ser condenado al infierno por la clase de vida

²⁵ Talbert, C. H., “An Anti-Gnostic Tendency in Lucan Christology”, *New Testament Studies*, 14, 1968, p. 266.

²⁶ Studer, B. “Docetism”, en Angelo di Berardino (ed.), *Encyclopedia of Ancient Christianity*. IVP Academic. Illinois, 2014, p. 729.

²⁷ Thomas Corbett afirma que “hombres como Ireneo y a fortiori Tertuliano dieron al ‘sarx’ [σάρξ] de Pablo un significado sustancialista. Significaba para ellos ‘el cuerpo material del individuo’”. Cf. Corbett, T. “Origen’s Doctrine on the Resurrection.” *Irish Theological Quarterly* 46, no. 4 (December 1979), p. 277.

²⁸ Existe una polémica abierta en torno a la concepción paulina de las condiciones del cuerpo resucitado. Para una propuesta interesante que sintetiza el panorama contemporáneo y respalda la tesis tradicional de la “transformación”, según la cual, Pablo defendería la transformación del cuerpo material en un “cuerpo material glorificado”, y no el intercambio de un cuerpo material por un cuerpo espiritual diferente, ver Pitts, Andrew W., “Paul’s Concept of the Resurrection Body in 1 Corinthians 15:35–58”, en Porter, S.E., y Yoon, D. (eds.) *Paul and Gnosis*. Brill, Leiden, The Netherlands, 2016, pp.44-58.

²⁹ McGuckin, J.A., “The Changing Forms of Jesus” en Lothar Lies (ed.), *Origeniana Quarta*, Tyrolia. Innsbruck, 1987, p.218.

³⁰ John A. McGuckin menciona las acusaciones de “docetismo” y “gnosticismo” que recibió la interpretación de Orígenes acerca de las diversas manifestaciones posibles (*epinoiai*) del Logos. Cf. *Ibid.*, p.215.

³¹ Para explicar la postura de Metodio de Olimpo, me baso en: McGlothlin, T., *Resurrection as Salvation. Development and conflict in Pre-Nicene Paulinism*. Cambridge University Press, 2018. Los fragmentos conservados de esta obra de Metodio pueden leerse traducidos al inglés en Roberts, A., y Donaldson, J. (eds.) *The Ante-nicene Fathers*. vol VI. The Christian Literature company. Buffalo, 1886, pp. 364-377.

que llevó cuando estaba encarnado y cedía al pecado³². El objetivo fundamental de Metodio es defender que el cuerpo no es el problema, sino los intrusos parasitarios que lo infectan, contra los que cada ser humano ha de resistirse en vida, en la medida de sus fuerzas. Metodio desafía la idea platónica de un cuerpo que ha de ser trascendido y de un alma que ha de purificarse para separarse del cuerpo— idea que Metodio también atribuye a Orígenes³³. No voy a entrar aquí en el meollo teológico del problema, acerca de cómo la (mal)interpretación de Metodio al respecto de Orígenes influyó en apologistas de siglos posteriores, tales como Epifanio de Salamina o Jerónimo. Mi propósito no es clarificar la solución de este complejo problema teológico ni tampoco reflejar todas las posturas sobre el asunto³⁴. Pero sí hay una razón por la que he querido ilustrar en términos generales los desacuerdos doctrinales que la cuestión del cuerpo y el valor de lo corpóreo suscitó en el cristianismo de los primeros siglos. Me parece importante tener en cuenta este escenario dado que dicho conflicto “teórico” repercute y se manifiesta en la *praxis* y en la vida del cristiano —asceta o seglar—, por lo que afecta tanto a la reapropiación como a la puesta en práctica de los ejercicios espirituales tomados de la filosofía antigua. Los ejercicios espirituales cristianos están condicionados por una *relación paradójica y conflictiva* con el cuerpo: con un cuerpo que no puede ser negado o ignorado —siguiendo la filosofía de Platón—, pero tampoco querido, reconocido, ni valorado —dado que es el campo donde los pecados echan raíces. Lejos del triunfo del cuerpo, los ejercicios ascéticos cristianos reflejan una relación conflictiva con la carne, un fenómeno específicamente cristiano que no procede de la filosofía griega. Como indica B. Studer, la devaluación del cuerpo no fue un fenómeno exclusivo de algunos herejes aislados, sino que va a impregnar toda la teología cristiana, “por no hablar del riesgo de *conclusiones prácticas exageradas para la vida cristiana* (devaluación de los valores corporales de la sexualidad y el matrimonio)”³⁵. Entre esas “conclusiones prácticas exageradas” deberíamos incluir la propia ascesis cristiana, y situar en el seno de esa ascesis la reinterpretación de los ejercicios de la filosofía griega que ahora van a servir a un modo de vida espiritual en cuya base está la mortificación del cuerpo.

A pesar de la enorme influencia platónica que se advierte en los apologistas cristianos, y a lo largo de toda la primera patrística, el ideal de vida que nos plantean los primeros eremitas del desierto egipcio, la soledad interior o *hēsychia* (ἡσυχία), es muy diferente del ideal de vida platónico. Y la diferencia que aquí nos interesa resaltar es la que atañe al cuerpo y no tanto al pensamiento, porque nos ayuda a entender un aspecto fundamental de los ejercicios espirituales puestos al servicio del cristianismo. El cuerpo que reivindicaban los cristianos como parte de la esencia humana es un cuerpo

crucificado que ha de estar constantemente vigilado y sometido a servidumbre. No se puede gozar con Cristo sin seguirlo en sus tribulaciones; imitarlo es padecer con él. “Si gracias al espíritu matas las acciones del cuerpo, vivirás”, afirma Pablo de Tarso (Rom 8:13)³⁶, y siglos después lo recuerda Orígenes cuando justifica el vegetarianismo de los monjes apelando a este compromiso de mortificación corporal³⁷. Los monjes no son vegetarianos para evitar dañar a los animales —como los pitagóricos, que creían que todas las almas estaban sometidas al ciclo de las reencarnaciones—, son vegetarianos *para dañarse a sí mismos*. Es decir, para dañar su cuerpo, que es el modo cristiano de fortalecer el alma. Marco Aurelio (M,11.13) lamenta la disposición del alma cristiana a separarse del cuerpo —a entregarse a la muerte por defender su religión. El martirio no es un modo serio de afrontar la muerte, escribe el emperador estoico, pues la disposición a morir en este caso no es fruto de una reflexión ni de una decisión razonada.

Cuando cesa la persecución política a los cristianos, la figura del mártir da paso al eremita en el desierto. El desprecio a la muerte continúa, dado que está en la base de la experiencia fundacional del cristianismo. Antonio Abad se pregunta: “¿Cuándo la muerte ha sido despreciada así, sino cuando apareció la cruz de Cristo?” (VA,79,5)³⁸. Este desprecio a la muerte está estrechamente ligado al desprecio *carnal* del cuerpo que, a partir de ahora, tendrá lugar en el martirio de la conciencia (*conscientiae martyrium*, VA.47.1). Sin embargo, ese martirio conlleva un modo de vida que condiciona radicalmente los ejercicios espirituales de la filosofía. El intento por desviar el sentido de la filosofía platónica forma parte de esa relación paradójica con el cuerpo que vengo defendiendo como típicamente cristiana. Por lo menos un siglo antes de Metodio, Atenágoras ya había desafiado un aspecto importante de la filosofía platónica en su obra *De Resurrectione*, al defender que para que sea posible el juicio tras la muerte, no puede resucitar solo el alma, sino el alma y el cuerpo de los que se compone el ser humano.

Si el cuerpo se pudre y cada parte que sufre la disolución regresa a su elemento correspondiente, mientras que el alma como tal permanece incorruptible, nunca se producirá un juicio sobre el alma, ya que la justicia estaría ausente; [...] la justicia está ausente si el que hace la justicia o la injusticia no perdura; y el que durante toda su vida hizo cada una de las obras que se juzgan fue el hombre, no simplemente el alma³⁹.

³⁶ εἰ δὲ πνεύματι τὰς πράξεις τοῦ σώματος θανατοῦτε, ζήσθε

³⁷ Así lo escribe en *Contra Celso* (5.49): “aquéllos [los pitagóricos] se abstienen de lo animado [i.e. de comer carne] por razón del mito de la transigración de las almas [...] pero nosotros si algo de eso hacemos es que abofeteamos nuestro cuerpo y lo reducimos a servidumbre y queremos mortificar los miembros que están en la tierra, la fornicación, la impureza, la disolución, la pasión y el mal deseo, y todo lo ordenamos a matar las acciones del cuerpo”. En Orígenes. *Contra Celso*. Traducción de Daniel Ruíz Bueno. Biblioteca de Autores Cristianos. Madrid, 1967, p.374. [Las cursivas son mías]

³⁸ Para todas las citas de este texto empleo la edición: Atanasio. *Vida de Antonio*. Introducción, traducción y notas de Paloma Rupérez Granados. Ciudad Nueva. Madrid, 1994..

³⁹ Atenágoras, *De Resurrectione*, 20.3. En Athenagoras. *De Resurrectione*. Traducción de William R. Schoedel. Oxford University Press, 1972, p. 138. Robert. M. Grant puso en duda que este texto pudiera

³² McGlothlin, T. *Resurrection as Salvation*, p.218.

³³ *Ibid.*, p.237.

³⁴ Para profundizar en las diferentes “teologías del cuerpo” y las posturas al respecto de la resurrección, Cf. Walker Bynum, C. *The Resurrection of the Body in Western Christianity, 200-1336*. Columbia University Press. New York, 1995.

³⁵ Studer, B., “Docetism”, p. 730.

Étienne Gilson cree ver en esta defensa del cuerpo como parte de la esencia humana, una anticipación del “triumfo final del aristotelismo sobre el platonismo en el pensamiento de los filósofos cristianos”⁴⁰. Tal vez a nivel doctrinal o teórico, la reivindicación del cuerpo sea importante en tanto dogma que justifica la resurrección. Pero resultaría un poco exagerado hablar de un “triumfo” del cuerpo en el seno del cristianismo. Al menos, no parece que los ejercicios espirituales cristianos reflejen este triunfo –y los apologistas tardíos optarán por manipular las fuentes platónicas antes que por enfrentarse a su filosofía. Siguiendo el ejemplo de Clemente de Alejandría, dichos apologistas manipularán las fuentes platónicas para hacerlas concordar con el dogma de la resurrección. Por ejemplo, tal y como señala Niketas Siniossoglou, Eusebio de Cesarea (ss. III-IV), en su obra *Praeparatio Evangelica*, hace decir a Platón que cuando las almas son purificadas por la filosofía, viven tras la muerte “sin fatiga” (*ἀνευ καμύπτων*), en lugar de “sin cuerpo” (*ἀνευ σωματίων*) que es lo que puede leerse propiamente en el *Fedón* (114c)⁴¹. “Mediante este juego de manos, Platón parece estar de acuerdo con la doctrina cristiana de la resurrección de los muertos” –advierte Siniossoglou, añadiendo que Teodoreto de Ciro, cuyas fuentes básicas son Clemente y Eusebio, reproduce esta misma falsificación en su obra *Graecarium Affectionum Curatio*. Como ya he indicado, Siniossoglou se enfoca en lo que él denomina la “resistencia helénica”, especialmente la que incumbe a los filósofos neoplatónicos que no solo tienen que desmentir manipulaciones como esta, sino que además ven amenazada su identidad y cuestionada su propia interpretación de Platón. Los filósofos neoplatónicos consideran el cuerpo de forma tan negativa como lo hacía Platón. Porfirio comienza su *Vida de Plotino* indicando que su maestro “tenía el aspecto de quien se siente avergonzado de estar en un cuerpo” (VP, 1.3)⁴² y para ilustrar esto cuenta que Plotino no se dejaba retratar por los pintores, ni por los escultores: “¿Es que no basta con sobrellevar la imagen con que la naturaleza nos tiene envueltos, sino que pretendes que encima yo mismo acceda a legar una más duradera imagen de una imagen, como si fuera una obra digna de contemplación?”, amonestaba Plotino a su discípulo Amelio (VP, 1.5-10). Pero esta consideración negativa no refleja ningún conflicto, y mucho menos uno que interfiera con el propósito de su filosofía. Al contrario, esta imagen negativa es perfectamente coherente con el ejercicio filosófico tanto platónico como neoplatónico. Plotino no necesita justificar el cuerpo en el plano doctrinal, ni atribuirle un origen divino y más tarde una caída, o como Metodio decir que ha sido infectado por parásitos. Y, más importante aún, la visión negativa del cuerpo no lleva a Plotino a mortificarlo, ni a estimularlo mediante penitencias, sino que se limita a ignorarlo y a trabajar en la educación del alma, para “elevar lo que de divino hay en nosotros hacia lo

que hay de divino en el universo” (VP, 1.28-29). De hecho, es posible encontrar en las *Enéadas* (II.9.18.1-14) la amonestación de Plotino a los cristianos gnósticos de su época que insultaban y menospreciaban el cuerpo. Tal y como indica Pierre Hadot, para Plotino ni el cuerpo ni las cosas sensibles son malas en sí mismas. “Sin embargo, la preocupación que nos causan impide que prestemos atención a la vida espiritual, por lo que vivimos inconscientemente”⁴³. Con el fin de evitar esta distracción, se nos invita a recogernos en el interior, a entrenarnos sin descanso en el ascenso del alma a las Formas divinas. La filosofía platónica y neoplatónica trabaja sobre un alma sin territorio –la idea de un *logos* encarnado no tiene cabida–, y es una filosofía coherente en la medida en que está en paz con sus convicciones.

4. Los Ejercicios Espirituales de la Filosofía antigua convertidos al cristianismo

Pues a vosotros se os ha concedido el privilegio, no solo de creer en Cristo, sino de sufrir por él.

Fil 1:29

Lo específicamente cristiano es el sufrimiento
S. Kierkegaard (*El Instante*)

Los primeros eremitas cristianos no se limitaron a tomar prestados ejercicios de la filosofía antigua. Es indudable que también crearon ejercicios propios, diseñados a la medida de sus propias batallas. En *Vida de Antonio* encontramos dos ejemplos para ilustrar esto: ejercicios que se han tomado prestados del estoicismo, y ejercicios originales de cuño cristiano. En el primer caso, se trata de la técnica estoica de la autovigilancia de las impresiones o imágenes mentales que llegan a nuestra mente. En el contexto eremita de Antonio, esta práctica se asocia al “don del discernimiento de espíritus” (*donum spirituum discernendorum*; VA,38.5), un talento que los eremitas van a necesitar para distinguir la intención y el origen de la multitud de voces que pueblan su soledad. El desierto físico funciona como el símbolo externo y espacial del desierto interior al que Antonio es llamado a retirarse si verdaderamente busca la tranquilidad del *quiescere* o de la *hesyquia*⁴⁴. En el desierto de esta soledad es donde se mide la grandeza del eremita, pues es ahí donde habitan los demonios: “Aléjate de nuestro lugar, ¿qué tienes que hacer tú en el desierto? No puedes soportar nuestros ataques” (VA.13,2). Reivindicando la soledad como una “técnica cultural”, Thomas Macho la describe como el campo de batalla para luchar contra “el gran otro”, es decir, contra el ruido psicológico y el griterío incisivo de las voces que podrían, tanto llevarnos a estados de alteración y psicosis, como catapultarnos a estados más sublimes de existencia. La soledad no solo se padece, sino que se entrena, y el asceta, –ya sea religioso o no–, recurre a ella

ser atribuido a Atenágoras. Cf. Grant, R. “Athenagoras or Pseudo-Athenagoras”, *Harvard Theological Review*, 47 (1954):121-129.

⁴⁰ Gilson, É. *La Filosofía en la Edad Media*. p.132.

⁴¹ Siniossoglou, N. *Plato and Theodoret*, p. 12.

⁴² Para todas las citas de esta obra empleo la edición: Porfirio. *Vida de Plotino*. Introducción, traducción y notas de Jesús Igal. Gredos. Madrid, 1982.

⁴³ Hadot, P. *Plotino o la simplicidad de la mirada*. Alpha Decay. Barcelona, 2016, p.41.

⁴⁴ Entiéndase ‘soledad’ (*quiescere*) en el sentido de reposo, paz y tranquilidad para encontrarse con Dios.

para purificar su mente y adiestrarse en la batalla consigo mismo. “No en vano se dice: *omnia nobis mala solitudo persuadet* [la soledad persuade de todos los males]”, comenta Thomas Macho, citando a Séneca.

La soledad ‘habla’, charla y persuade, ese es su peligro potencial. El solitario corre el riesgo de ser literalmente “hablado hasta la muerte”; en soledad, incluso “un hombre justo”, sostiene Platón en el libro décimo de la *República*, “expondría muchas cosas de las que se avergonzaría si alguien lo oyera”. Porque quién es el único en decir, se expone a muchas voces: no importa si las escucha como propias o ajenas⁴⁵.

Para poner orden y discernimiento en esta maraña de voces que amenazan la integridad psíquica del monje, Antonio Abad recomienda a sus discípulos en el desierto que se ejerciten en investigar el origen de las imágenes mentales que aparecen en su mente. “Cuando aparezca una imagen cualquiera no se ha de ceder al temor, sino que con confianza se ha de preguntar primeramente: ‘¿Tú quién eres y de dónde vienes?’” (VA, 43,1). Antonio menciona como ejemplo de esta técnica el pasaje bíblico en el que el profeta Daniel libera a Susana de una condena injusta, rehaciendo de nuevo el juicio y *preguntando* a los testigos la verdad sobre lo que vieron (Dn, 13.45-64). Pero la pregunta por el origen de las imágenes mentales es de cuño estoico, no bíblico. Este pasaje nos remite directamente a Epicteto: “Igual que Sócrates proponía no vivir una vida sin examen, así también no admitir una representación sin examen, sino decir: ‘Espera, deja que vea quién eres y de dónde vienes’. Como los guardianes nocturnos: ‘Muéstrame la contraseña’” (Dis., 3.12,15-16)⁴⁶. La reapropiación cristiana de esta técnica estoica se ha simplificado a nivel filosófico, pues a los monjes no se les recomienda ya indagar en los juicios o valores erróneos de los que procederían dichas imágenes, con el fin de deshacerse de las falsas creencias. En la versión de esta técnica propuesta por Antonio Abad (o, más bien, por Atanasio), solo hay dos clases posibles de imágenes mentales: las angélicas y las demoníacas. El monje ha de prestar atención a la ‘sensación’ que aparece tras la pregunta: “si es una visión de santos te tranquilizarán y *convertirán tu miedo en alegría*. Por el contrario, si es un ser diabólico, al momento perderá su poder al ver un pensamiento fortalecido. Pues la pregunta ‘¿tú quién eres y de dónde vienes?’ es señal de un corazón no turbado” (VA, 43.2-3). La complejidad del ejercicio (*askesis*) traslada ahora su peso de la indagación filosófica a la comunicación intuitiva con los mensajeros de Dios (los ángeles) y sus enemigos (los demonios) que viene mediada por la mera emoción, y prescinde de cualquier indagación analítica en el dominio de la mente⁴⁷.

Por el contrario, el ejercicio de la escritura como *técnica de autocastigo*, convoca una vergüenza moral de cuño netamente cristiano, y se trata de un ejercicio original que surge de la propia ascesis eremita. Atanasio incluye un discurso de Antonio en el que recomienda a sus discípulos la escritura como técnica para prevenir los pensamientos impuros. Hadot entiende que este ejercicio ilustra el carácter “terapéutico” de la escritura⁴⁸, y Foucault recurre a este ejercicio para reivindicar el “carácter etho-poietico” de la misma, como si la escritura jugase aquí el rol de un compañero (de soledad) o de un director espiritual⁴⁹. En contra de ambas interpretaciones, la descripción de Antonio da a entender que la escritura es un aspecto secundario del ejercicio. Antonio recomienda a los monjes poner por escrito sus pensamientos impuros por la vergüenza que puede provocar el que otros los lean. La función de la escritura es arrancar dichos pensamientos del confort de la privacidad mental y exponerlos a un público potencial. La escritura solo es un medio para corregir —a través de la vergüenza— las desviaciones internas del alma. Del mismo modo que nos cuidamos de no tener sexo en público, explica Antonio, el monje mejorará la calidad de sus pensamientos en el momento en que estos no puedan esconderse, y se vuelvan, por el contrario, transparentes y visibles, susceptibles de ser conocidos por otros (VA,55.11). No se le está recomendado al monje escribir un diario que lo acompañe en su soledad, ni tampoco se le recomienda escribir para distraer o disipar los pensamientos impuros que pueblan su mente. De hecho, Atanasio nos presenta a un Antonio más bien crítico con el uso del intelecto. En sus conversaciones con filósofos paganos enseguida se declara iletrado pero iluminado por la fe de Dios, y llega a decirles “el que tiene la mente santa, no necesita las letras” (VA, 73,3). Atanasio insiste en que quienes hablan con él se quedan maravillados de que un hombre “iletrado” pueda poseer semejante sabiduría, y usa este argumento como prueba de que Dios lo ama (VA,73,3; 85,5). No hay nada en su enseñanza que delate un aprecio por la escritura o por la lectura, sino más bien todo lo contrario. Por ello, cuando recomienda “escribir” se dirige únicamente a aquellos que albergan pensamientos bochornosos: ha de escribir aquel que tenga algo de lo que avergonzarse. Se trata de que el eremita nunca se sienta a salvo para pecar, a solas para ceder al demonio. La escritura confesional se convierte en una penitencia mucho más radical que la confesión hablada y privada a un director espiritual si tenemos en cuenta que cualquiera puede acceder a la confesión, incluso después de que el monje fallezca. El valor terapéutico de este ejercicio no recae en la escritura sino en la vergüenza que puede provocar lo escrito, y también, por otra parte, en la liberación que produce el propio acto de confesar⁵⁰. En el

⁴⁵ Macho, T. “Mit sich allein. Einsamkeit als Kulturtechnik”, en Assman, A. y Assman, J. (Eds.), *Einsamkeit. Archäologie der literarischen Kommunikation VI*. Wilhelm Fink. München, 2000, p. 29.

⁴⁶ Ver también, Dis. 2.18,24-25, donde Epicteto repite la consigna de este ejercicio: “Espérame un poco, representación, deja que vea quién eres y de qué tratas, deja que te ponga a prueba”. Para todas las citas de este texto empleo la edición: Epicteto. *Disertaciones por Arriano*. Introducción, traducción y notas de Paloma García Ortiz. Gredos. Madrid, 1993.

⁴⁷ He tratado someramente la versión cristiana del ejercicio de la vigilancia de las impresiones mentales, en Ferrández Formoso, R. “Philosophical Ascesis and the Pact of Indifference. Around Sloterdijk’s

Anthropotechnic Turn and Indian Spiritual Exercises”. En Manuel Bermúdez (Coord.) *Luces en el camino: Filosofía y Ciencias Sociales en tiempos de desconcierto*. Dykinson. Madrid, 2020, pp.74-92.

⁴⁸ Hadot, P. *Ejercicios Spirituales et Philosophie Antique*, p. 306.

⁴⁹ Foucault, M. “L’Écriture de Soi”. *Corps écrit*, n.5, 1983, pp. 3-23.

⁵⁰ Según el monje bizantino Teopto (ss. XIII-XIV), el que se muestra reticente a compartir sus pensamientos “no está en paz, pues él mismo se apodera de lo que pertenece a sus enemigos. [...] Si no entregas lo que injustamente posees ¿cómo puedes escapar de tu ad-

ejercicio de escritura planteado por Antonio, sin embargo, la finalidad es que el monje no tenga ninguna razón para escribir, pues si el autocastigo surte efecto, habrá abandonado los pensamientos vergonzosos: “Que lo que escribimos sea para nosotros como los ojos de nuestros compañeros en la ascesis, para que, *enrojeciéndonos de escribir* lo mismo que de ser vistos, no tengamos más pensamientos malvados” (VA, 55.12).

Como es sabido, la *askesis* fundamental del acervo contemplativo cristiano es la oración incesante mencionada en el Nuevo Testamento (“orad sin cesar”; *ἀδιαλείπτως προσεύχεσθε*, 1Th, 5:17). La *Filocalia* da cuenta de su perfeccionamiento a lo largo de siglos de práctica –de los diversos métodos, niveles, clasificaciones y obstáculos que surgen como una suerte de conocimiento sapiencial en torno a la técnica de la oración. El objetivo esencial de esta técnica es fortalecer la mente y entrenar los pensamientos –más allá de facilitar experiencias de contacto con Dios y epifanías diversas–. Constituye un ejercicio espiritual complejo, dado que para su correcta ejecución se requiere la maestría de varios ejercicios espirituales previos, como la imperturbabilidad (*ἀπάθεια*), el autocontrol (*εγκράτεια*), y la atención plena (*προσοχή*) –todos ellos ejercicios de la filosofía antigua, ya sea platónica o estoica⁵¹. Nadie como Evagrio Pónico (s. IV) ha resaltado, en el seno de la ascesis cristiana, el poder curativo de la palabra divina. Con el método de la réplica o la refutación (*antirrhesis*), Evagrio invita al monje a usar pasajes seleccionados de la Escritura para contrarrestar el ataque de los pensamientos demoníacos. Esta práctica ya puede encontrarse esbozada en Atanasio, pero sobre todo en los salmos de David y en el propio Cristo, Verbo encarnado y, como tal, el “gran médico de las almas” (*ὁ μέγας τῶν ψυχῶν ἱατρός*)⁵². Este método requiere que el monje se entregue a un desdoblamiento psicológico en el que un “yo inferior” se somete a la terapia de un “yo superior”:

Cuando nos veamos aquejados por el demonio de la acedia, entonces, con lágrimas, *dividamos nuestra alma: una parte que consuela y otra que es consolada*, sembrando en nosotros buenas esperanzas y cantando lo que el santo David: ‘¿Por qué estás triste, alma mía, y por qué te me turbas? Espera en Dios porque lo alabaré; salud de mi rostro y Dios mío’⁵³.

La escisión del alma en un yo que necesita ser consolado, y un yo que está capacitado para consolar e iluminar, la encontramos ya en Marco Aurelio y Epicteto. Este último menciona al *daimón* interior, ese guardián protector que la divinidad nos ha asignado a cada uno de nosotros, y al que es imposible engañar: “Así que cuando cerréis las puertas y hagáis la oscuridad dentro, acordaos de no decir nunca que estáis solos, porque no lo estáis, sino que la divinidad está dentro y vuestro *daimón* también” (Dis., 1.14.13-14). Vale más prestar juramento a ese *daimón* interior, insiste Epicteto, que al propio César. En un pasaje similar, Epicteto advierte que hay *otro* que nos observa desde arriba, al que debemos agradar más que a cualquier hombre poderoso (Dis., 1.30.1-2). Al respecto de ese “otro” –que refiere a la divinidad, y también a su enviado, el *daimón* personal– Pierre Hadot comenta: “Ese Otro, como una voz interior, dialoga con el principio rector [*ἡγεμονικόν*] en la discusión que imagina Epicteto en la continuación del texto, y es también aquel Otro trascendente que Marco Aurelio hace dialogar con él en las *Meditaciones*”⁵⁴. En el caso de los eremitas cristianos, ese “yo superior” será el propio Jesús, el *Logos therapeutikós*. “El ‘gran otro’ de Antonio”, comenta Thomas Macho, “se llamaba ‘Cristo’: el Dios-Hombre fue puesto en el lugar del yo empírico (en tanto *sol* de la *solitudo*). Sólo concentrándose en este nuevo ‘*agathós daimōn*’ pudo el ermitaño resistir las voces e imágenes de los malvados demonios”⁵⁵. En Clemente de Alejandría, este “buen *daimón*” (*ἀγαθός δαίμων*), es decir, el *Logos*, toma la forma del “buen médico” (*ἱατρός ἀγαθός*) que aplica “los emplastos a los cuerpos enfermos, haciendo masajes a unos, dando lociones a otros, sajando con el bisturí a unos, cauterizando a otros, y a veces también amputando, si aún es posible sanar al hombre en algún miembro o parte”⁵⁶. La palabra de las Escrituras tiene el efecto sanador de Dios y de su hijo, el *Logos* encarnado⁵⁷. También las palabras del anciano

versario?”. Cf. Palmer, G., et al., *The Philokalia*. vol. IV. Bloomsbury. London, 1998, p.186.

⁵¹ Estos tres ejercicios, especialmente los dos primeros, aparecen numerosas veces en el *Tratado Práctico* de Evagrio. Una sección del *Tratado* está dedicada a la *apatheia* (*ἀπάθεια*) o “imperturbabilidad”, piedra angular de la filosofía estoica que el neoplatonismo termina asimilando. Evagrio comienza dividiendo al cristianismo en tres partes que son, precisamente, las tres partes en las que se divide la filosofía platónica. “El cristianismo es la doctrina de Cristo [...] que se compone de la *práctica*, de la física y de la teología”, nos dice Evagrio (TP,1). Pierre Hadot indica que esta división corresponde a las tres partes de la filosofía platónica, señaladas por Plutarco, que representan “tres etapas, tres niveles del progreso espiritual”: Ética (a la que Evagrio denomina “práctica”), Física y Teología. En el contexto de la filosofía platónica, la ética constituye una primera etapa purificatoria, la física un entrenamiento para separarnos de lo sensible, y la teología nos remite a la contemplación de las Formas divinas. Además, Hadot señala que el método de sustituir una tendencia demoníaca por su tendencia opuesta, método que Evagrio recomienda (TP,58), ya lo había propuesto, siglos antes, el filósofo Cicerón (*Tusculanas*, IV,5). Hadot, P. *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*, p.93 y p. 91.

⁵² Así lo denomina Basilio de Cesarea (s. IV), en la carta XLVI: “El gran Médico de las almas está dispuesto a curar vuestros males; porque Él es el liberador, no solo de ti, sino de todos los que han sido esclavizados por el pecado. Suyas son las palabras. Sus labios dulces y salvadores han dicho: ‘Los que están sanos no necesitan médico, sino los que están enfermos. No he venido a llamar a los justos, sino a los pecadores al arrepentimiento’ [Mt, 12:13]”. En Basil of Caesarea. *The Letters of Saint Basil*, vol.1. Traducción de Roy J. de Ferrari. Loeb Classical Library. London, 1926.

⁵³ Evagrio, *Tratado Práctico*, 27. En Evagrio. *Obras Espirituales*. Traducción de Juan Pablo Rubio. Ciudad Nueva. Madrid, 2020, p.147.

⁵⁴ Hadot, P. *La Ciudadela Interior. Introducción a las Meditaciones de Marco Aurelio*. Alpha Decay. Barcelona, 2021, p.216.

⁵⁵ Macho, T. “Mit sich allein. Einsamkeit als Kulturtechnik”, p.33.

⁵⁶ Clemente de Alejandría, P, 1.8.2.

⁵⁷ En el contexto cristiano únicamente se atribuía poder sanador a las palabras bíblicas; aplicar esta misma técnica de refutación y discurso interior usando palabras no bíblicas, se consideraba superstición y magia. Tal y comentan Rubén Peretó y Ceferino Muñoz, en su *Epístola a Marcelino* “el mismo Atanasio advierte acerca de la posibilidad de que este medio ascético pueda convertirse en un medio mágico. Recuerda que los israelitas echaban a los demonios con la sola lectura de las Escrituras, pero ahora algunos hombres han compuesto oraciones con palabras tomadas de otras fuentes y se llaman a sí mismos exorcistas. Los demonios, continúa Atanasio, se burlan de ellos pues el único modo de echar a los demonios es con las palabras de la Biblia”. Peretó Rivas, R. y Muñoz, C. “*La Compilación como práctica terapéutica en Evagrio Pónico*”. En Muñoz, M.J., et al. (eds.). *La Compilación del saber en la Edad Media*. Fédération Internationale des Instituts d’Études Médiévales. Porto, 2013, p. 404.

o director espiritual en el desierto, el Abba, debido a su sabiduría, poseen este mismo poder curativo. Pedro Laín Entralgo estudió esta “curación por la palabra”, que ya está presente en Platón, desde sus primeros diálogos – como es el caso de *Cármides*– hasta el último, en las *Leyes*. “En las más diversas ocasiones, con los más distintos motivos”, comenta Laín Entralgo “los personajes de sus diálogos llaman *epodé* a la palabra psicológicamente eficaz, a la expresión verbal virtual o realmente persuasiva”⁵⁸. El término griego ‘ἐπωδή’ significa “conjuro”, “encantamiento”, o “ensalmo”, pero va a ser empleado por Platón de un modo un tanto subversivo, como una especie de “poder mágico” que ahora ejerce el propio discurso filosófico, al crear prudencia en el alma y curarla de miedos ilusorios y falsas creencias. Nos interesa especialmente el momento en el que Cebes, en el *Fedón*, pide a Sócrates que cure a los presentes del miedo a la muerte, “no como si fuéramos nosotros quienes lo tienen, pues tal vez haya en nuestro interior un niño que sea quien sienta tales miedos” (77e)⁵⁹. Para curar a ese niño interior, responderá Sócrates, es necesario aplicarle ensalmos cada día. Por tanto, anima a los presentes a buscar a un buen “conjurador” o “encantador” (ἐπωδός) e incluso los invita a convertirse, ellos mismos, en encantadores y terapeutas de sus propios miedos (78a). En este mismo diálogo, Sócrates ya les ha proporcionado un ensalmo contra el temor a la muerte, al relatarles el mito del viaje del alma al Más allá, cuando se separa del cuerpo. “El mito, un relato bello y suasorio, actúa como *epodé* contra la nociva puerilidad del temor a la muerte”, indica Laín Entralgo, y añade: “La *epodé*, que comenzó siendo conjuro o ensalmo mágico, ha venido a ser razonamiento o relato contra el error o contra los afectos nocivos”⁶⁰. El propio Sócrates advierte en el *Fedón* que este relato sobre el destino del alma solo es un mito, y no hay que tomarlo literalmente sino, más bien, como un reflejo de la verdad, pues “vale la pena correr el riesgo de creer” que el alma es inmortal: “El riesgo es hermoso, y con tales creencias es preciso, por decirlo así, encantarse a sí mismo” (Phd., 114d). Por último, Plotino también asimila esta idea acerca del poder curativo de la palabra, llevándola un poco más lejos que Platón. Pues, según el filósofo egipcio, mediante la palabra uno no solo puede encantarse a sí mismo, sino deshacer el poder de los conjuros y las drogas empleados en la magia. Según Plotino, los magos se aprovecharían del poder de la simpatía cósmica para manipular las fuerzas naturales del cosmos, valiéndose de conjuros y drogas. Los hechizos mágicos (ἐπωδαῖς) pueden afectar la parte irracional del alma, en cambio, no afectan la parte racional de la misma. Por ello, debemos usar el poder de nuestra parte racional y, “mediante contra-cantos (ἀντάδων) y contra-hechizos (ἀντεπάδων)”, disolver los poderes de la magia⁶¹. Así, la parte racional del alma, o el alma misma,

tiene el poder de sanar sus propios miedos, desdoblándose en una conversación de dimensiones terapéuticas y correctivas: uno puede des-hechizarse y re-hechizarse con la fuerza de su voluntad. En suma, se trata del poder de decidir y escoger la creencia que dará lugar a un comportamiento específico, a un propósito existencial y a una interioridad que, dependiendo de la fortaleza del encantamiento terapéutico, será más débil, o más fuerte, ante los hechizos de ciertos temores y deseos, y ante los ataquos propiciados por las circunstancias externas.

Una de las obras devocionales más importantes en el seno del cristianismo, *Imitación de Cristo* (IC) de Tomás de Kempis (ss. XIV-XV), deja claro que el amor a Jesús implica compartir con él el peso de la cruz, de un modo parecido a como lo entenderá siglos más tarde Soren Kierkegaard. “Jesucristo tiene ahora muchos amadores de su reino celestial, mas muy poquitos que lleven su cruz. Tiene muchos que desean la consolación, mas muy pocos que quieran la tribulación”, y añade Kempis: “Muchos honran sus milagros, mas pocos siguen el vituperio de la cruz” (IC, 2.11)⁶². Esta obra sirvió de inspiración para los *Exercitia Spiritualia* (ES) de Ignacio de Loyola (s. XVI), en cuya edición española se incluye una cita de Pío XII advirtiendo que los *Ejercicios* “serán siempre uno de los medios más eficaces para la regeneración espiritual del mundo [...] con la condición de que sigan siendo auténticamente ignacianos”⁶³. Sabemos por Pierre Hadot que Paul Rabbow estudió las raíces de esos ejercicios espirituales “auténticamente ignacianos”, situándolos en la filosofía antigua. Rabbow, afirma Hadot, “analizó de una manera brillante los diferentes tipos de ejercicios espirituales practicados por los estoicos y los epicúreos, y subrayó el hecho de que son la misma clase de ejercicios espirituales que podemos encontrar en Ignacio de Loyola”⁶⁴. En este sentido, los ejercicios espirituales no son, ni mucho menos, una aportación original del cristianismo. En su obra *Abecedario Espiritual* (AE), Francisco de Osuna (ss. XV-XVI), coetáneo de Loyola, reconoce el origen filosófico de los ejercicios de “recogimiento” que propone.

Y según esto podemos responder a los que dicen haber los filósofos hallado este ejercicio, que por eso no es él de menos excelencia, antes de más pues que sin él ellos no pudieran ser filósofos; porque la puerta de la sabiduría es el recogimiento, aplicándose a solo Dios por el mismo recogimiento y apartándose de toda otra criatura. (AE, 3.15.1)

Esta concesión al “recogimiento filosófico” como semilla del recogimiento cristiano podría muy bien remitirnos al recogimiento del alma que Platón llamó “phrónēsis”. Al reconocerle su origen filosófico, Francisco de Osuna tiene que justificar y dar a valer este ejercicio en el seno del cristianismo, insistiendo en que no por haber tenido su origen en la filosofía, la práctica del recogimiento es “menos excelente”, o “menos propicia

⁵⁸ Laín Entralgo, P. *La curación por la palabra en la Antigüedad Clásica*. Revista de Occidente. Madrid, 1958, p. 160.

⁵⁹ Para todas las citas del *Fedón*, empleo la edición: Platón. *Diálogos. Fedón, Fedro, Banquete*. Traducción de María Araujo y Luis Gil. Penguin Books. Madrid, 2020.

⁶⁰ Laín Entralgo, P. *La curación por la palabra en la Antigüedad Clásica*, p.162.

⁶¹ Cf. Plotino, *Enéadas*, 4.4.43,8-10.

⁶² Para todas las citas de esta obra empleo la edición. Tomás de Kempis. *Imitación de Cristo*. Traducción de San Juan de Ávila. Biblioteca de Autores Cristianos. Madrid, 2018.

⁶³ Ignacio de Loyola. *Ejercicios Espirituales*. Biblioteca de Autores Cristianos, Madrid, 2018, p.15.

⁶⁴ Hadot, P. *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*, p. 76.

para los cristianos”. Rozando la hipérbole, Osuna dirá que se trata de una técnica más propia del ejercitante cristiano que de ningún otro, pues los filósofos solo se benefician parcialmente de este recogimiento teniendo en cuenta que sus almas no se recogen explícitamente en Dios. “Y aunque mediante el ejercicio del recogimiento, alcanzase algún filósofo algún don del Señor, tampoco es menoscabo el mismo recogimiento, ni por eso deja de ser ejercicio más propio de cristiano que de otro alguno” (AE, 3.15.1).

En el capítulo titulado “Ejercicios de un buen religioso”, Kempis sugiere: “A la mañana propón, a la tarde examina tus obras; qué tal has sido ese día en la obra, en la palabra, y en el pensamiento; porque puede ser que ofendiste en esto a Dios y al prójimo muchas veces” (IC, 1.19). Este balance matutino y vespertino de la jornada, es un ejercicio que ya realizaba Pitágoras, según nos cuenta Porfirio:

Antes del sueño [Pitágoras] recomendaba entonar estos versos para uno mismo: /No recibas al sueño en tus blandos ojos/ hasta que hayas repasado tres veces los actos del día/. ¿Qué ha pasado? ¿Qué he hecho? ¿Qué tenía que haber cumplido? Y antes de levantarse estos otros:/Cuando del sueño de dulce pensamiento te levantes/ lo primero es considerar bien las acciones que habrás de cumplir en la vigilia⁶⁵.

En ambos casos se propone un “programa” o un propósito que debe estar claro al amanecer, y a partir del que podremos valorar el mal o buen aprovechamiento del día transcurrido. Este consejo resuena también en Marco Aurelio: “Al amanecer, cuando de mala gana y perezosamente despiertes, acuda puntual a ti este pensamiento: ‘Despierto para cumplir una tarea propia de hombre’” y añade: “¿Voy, pues, a seguir disgustado, si me encamino a hacer aquella tarea que justifica mi existencia y para la cual he sido traído al mundo?” (M, 5.1)⁶⁶. Cuando se trata de las injurias que recibimos de los demás, tanto Kempis como Marco Aurelio mantienen un enfoque bien distinto. Marco Aurelio invita a penetrar en el alma de los que nos injurian para entender por qué lo hacen, y para poder cultivar en nosotros la compasión, desde una perspectiva que trae reminiscencias del enfoque budhista.

Siempre que otro te vitupere, odie, o profieran palabras semejantes, penetra en sus pobres almas, adéntrate en ellas y observa qué clase de gente son. Verás que no debes angustiarte por lo que esos piensen de ti. Sin embargo, hay que ser benevolente con ellos, porque son, por naturaleza, tus amigos. (M, 9.27)

Tomás de Kempis, en cambio, ve en la injuria una oportunidad para que el cristiano que la recibe trabaje la virtud de la paciencia y aprenda a padecer en nombre

del Señor, “porque el padecer y ser atormentado por Ti es gran salud para mi alma” (IC, 3.21). De este modo, indica:

No digas: no puedo sufrir esto de aquel hombre, ni es razón que yo sufra tales cosas: dañóme gravemente, levántame cosas que nunca pensé: de otro sufriría de grado todo lo que me pareciere que debo sufrir. Indiscreto es tal pensamiento, que no considera la virtud de la paciencia, ni mirar quién la ha de galardonar, y se ocupa en hacer caso de las personas y de las injurias que le hacen. (IC, 3.21)

La diferencia fundamental entre ambas perspectivas viene dada por el modo de abordar el sufrimiento. Según Marco Aurelio, saber que otros han hablado mal de nosotros, no es sinónimo de sufrimiento. El sufrimiento lo añade nuestra propia mente cuando, a partir de una primera impresión, que es la representación objetiva (*phantasia kataléptiké*) de lo que ha acontecido, elabora toda una narrativa de juicios de valor que nos hacen sufrir. El discurso subjetivo o interior a menudo distorsiona el discurso objetivo, superponiéndole ideas y razonamientos totalmente infundados⁶⁷. Por tanto, si sufrimos porque hemos sido calumniados se debe únicamente a nuestra propia negligencia a la hora de ordenar los pensamientos. El daño causado no proviene de fuera, sino de nosotros mismos.

No te digas a ti mismo otra cosa que lo que te anuncian las primeras impresiones. Se te ha anunciado que un tal habla mal de ti. Esto se te ha anunciado. *Pero no se te ha anunciado que has sufrido daño*. Veo que mi hijito está enfermo. Lo veo. Pero que esté en peligro, no lo veo. Así pues, mantente siempre en las primeras impresiones, y nada añadidas a tu interior y nada te sucederá. O mejor, añade como persona conocedora de cada una de las cosas que acontecen en el mundo. (M, 8.49)

Por el contrario, Tomás de Kempis invita al ejercitante a profundizar en el sufrimiento, aprovechando que ha sido calumniado, y a sacar partido de este padecimiento para ser merecedor de la “corona de la paciencia”. El verdadero cristiano ha de ser un verdadero paciente: “Pues aparéjate a la batalla si quieres tener victoria; sin pelear no podrás venir a la corona de la paciencia. Si no quieres padecer, rehúas ser coronado, pelea varonilmente y sufre con paciencia” (IC,3.21). Aunque en ambos casos se recomienda no prestar a las calumnias una atención que no merecen, los estoicos nos invitan a

⁶⁵ Porfirio, *Vida de Pitágoras*, 40. En Hernández de la Fuente, D. *Vidas de Pitágoras. Según Porfirio, Jámblico, Diógenes Laercio, Diodoro de Sicilia, Focio de Constantinopla, Aristóteles*. Atalanta. Barcelona, 2020, p.240.

⁶⁶ Para todas las citas de esta obra empleo la edición. Marco Aurelio. *Meditaciones*. Traducción de Ramón Bach Pellicer. Gredos. Madrid, 1995.

⁶⁷ Este ejercicio mental estoico constituye lo que Pierre Hadot denominó “la disciplina del consentimiento” que consiste, precisamente, “en no aceptar ninguna representación que no sea objetiva o adecuada”. “Tendremos que repetirlo”, indicaba Hadot en su estudio sobre las *Meditaciones* de Marco Aurelio, “la vida filosófica estoica consiste esencialmente en el dominio del discurso interior. Todo en la vida del individuo depende de cómo se representa las cosas, es decir, de cómo se las dice a sí mismo. ‘Lo que nos turba’, decía Epicteto, ‘no son las cosas, sino nuestros juicios sobre las cosas’ (Manual, 5)”. Hadot, P. *La Ciudadela Interior*, p.111.

Sabemos por Arriano que Epicteto enseñaba a sus discípulos esta disciplina del consentimiento (o, mejor dicho, del “no” consentimiento): “‘Se ha muerto su hijo’. ¿Qué ha pasado? Que ha muerto su hijo. ¿Nada más? Nada. ‘Se ha hundido la nave’. ¿Qué ha pasado? Que se ha hundido la nave. ‘Le han metido en la cárcel’. ¿Qué ha pasado? Que le han metido en la cárcel. Lo de ‘le van mal las cosas’, cada uno lo añade de su cosecha” (Dis.3.8,5-6)

tomar conciencia de que el sufrimiento que la calumnia nos causa es una impostación artificial de nuestra propia mente, y para deshacerla debemos trabajar en el análisis de las impresiones que nuestra mente elabora. Por el contrario, el verdadero cristiano no solo agradece el padecimiento, sino que incluso lo desea: “Séame, Señor, por tu nombre, muy amable cualquier tribulación y deséela yo” (IC,3.21). En el primer caso, el sufrimiento es un mal que uno se causa a sí mismo, en el segundo, el sufrimiento es un bien que ayuda al ejercitante a estar más cerca de Dios. Ambas “terapias” proceden en sentidos opuestos. En una sola consigna, Kempis captura la tensión inherente a la terapia espiritual cristiana: “No hay otro remedio para escapar el dolor y la tribulación de los males sino sufrir” (IC,2.12) –una paradoja cuanto menos asombrosa.

Tanto Epicteto como Kempis parecen estar de acuerdo en que el ejercicio debe personalizarse. Cada practicante, en función de sus virtudes y sus debilidades, ha de entrenarse de un modo diferente en cada caso. “¿Quién es el que se ejercita?”, pregunta Epicteto, y responde: “el que se aplica a no utilizar el deseo y a utilizar el rechazo sólo en lo concerniente al albedrío y se aplica sobre todo a lo más difícil. Según esto, unos han de practicar más una cosa, y otros otra” (Dis. 3.12,8). Se trata de enfocarse siempre en la costumbre contraria a aquella que deseamos cambiar: el que tiende a perder la calma cuando le hablan mal, debe entrenarse en soportar injurias, el que tiene problemas con el alcohol debe centrarse en el ejercicio de abstinencia, etc. Epicteto menciona el ejercicio sugerido por Apolonio: “Por eso, con razón decía Apolonio que ‘cuando quieras ejercitarte para ti mismo, un día que estés sediento y haga calor, toma un trago de agua fría y escúpelo y no se lo digas a nadie’”. Tendría sentido que estuviera refiriéndose al neopitagórico Apolonio de Tiana (s. I), tal y como se ha sugerido⁶⁸, dado que este último ejercicio es similar a los entrenamientos de autocontrol que practicaban los pitagóricos, según nos cuenta Diodoro de Sicilia:

Y realizaban ejercicios de temperancia de esta manera. Se disponían ante ellos los más lujosos banquetes, que observaban durante un largo tiempo. Y luego, después de que mediante su contemplación se hubieran despertado los deseos naturales de disfrutarlos, ordenaban a sus esclavos que los retirasen de las mesas y se marchaban sin haber probado los manjares que se les habían servido⁶⁹.

Kempis coincide en que el entrenamiento debe ajustarse a las necesidades del practicante. De un modo muy similar a Epicteto, advierte que “una cosa conviene más a uno que a otro. También, según el tiempo, así aplacen diversos ejercicios: unos son para fiestas, otros para la semana. Unos cumplen para el tiempo de la tentación, otros para el de paz y sosiego”. (IC, 1.22). Y en cuanto a la urgencia de comenzar el entrenamiento, tanto los es-

toicos como Kempis instan al ejercitante a no demorarse ni un día más en el cuidado de su alma. Epicteto deja claro cuáles son las consecuencias de demorarse en la vigilancia de las impresiones mentales.

Ahora, cuando digas: “Mañana prestaré atención” [*ἀπαύριον προσέξω*], sábetete que lo que dices es esto: “Hoy seré desvergonzado, impertinente, malvado; dependerá de otros el entristecerme; hoy me irritaré, seré envidioso”. Mira cuántos males vuelves contra ti. Pero si mañana va a estar bien, ¡cuánto mejor hoy! Si mañana va a ser conveniente, mucho más hoy, para que también mañana seas capaz y no lo retrases de nuevo a pasado mañana. (Dis. 4.12,20-21)

Tomás de Kempis, reconoce un peligro similar cuando se trata de demorar los ejercicios “religiosos”, como él los llama, que nos preparan para el acceso a la vida eterna.

¿Por qué quieres dilatar tu propósito? Levántate en este momento y comienza y di: Ahora es tiempo de obrar, tiempo de pelear, tiempo de convenirme en enmendarme. [...] Hoy confiesas tus pecados, mañana te tornas a ellos. Ahora propones de guardarte, y de aquí a una hora haces como si no propusieras nada. [...] ¿Qué será de nos al fin que ya tan temprano estamos tibios? (IC,1.22)

La meta de una vida divina tras la muerte, asociada a la idea de un cuerpo que en la teología medieval de Kempis ya es sinónimo de pecado y corrupción, da lugar a ejercicios que implican un castigo corporal explícito, una penitencia que sobrepasa el autocontrol, y que forma parte del programa de ejercicios religiosos: “Aprende ahora a morir al mundo, para que después comiences a vivir con Cristo. Aprende ahora a despreciar todas las cosas, para que entonces puedas libremente ir a Cristo. Castiga ahora por penitencia tu cuerpo, porque entonces puedas tener *confianza* cierta” (IC,1.24). Esta relación conflictiva con el propio cuerpo es una consecuencia de la relación conflictiva entre la vida y la muerte, espejos opuestos que intercambian valores y significados. “En tanto que traemos este cuerpo no podemos estar sin pecado ni vivir sin enojo y dolor” (IC, 1.22), sentencia Kempis. Dicha subversión viene mediada por el símbolo de la cruz, y por el ejercicio cristiano por excelencia que está en la base del resto de ejercicios de sus manuales, a saber: el ejercicio de la imitación de la cruz.

Toma, pues, la cruz y sigue a Jesucristo, e irás a la vida eterna. Él vino primero, y llevó su cruz, murió en la cruz por tí, porque tú también la lleves y desees morir por ella. Porque si murieras juntamente con Él, vivirás con Él. Y si fueres compañero de la pena, serlo has también de la gloria. Mira que todo está en la cruz, todo está en morir en ella, y no hay otra vía para la vida y para la verdadera y entrañable paz, sino la vía de la cruz y continua mortificación. (IC, 2.12)

Al igual que en el caso de Platón y de los neoplatónicos, los estoicos no proponen ningún ejercicio que implique mortificación corporal, pues los ejercicios que

⁶⁸ Ver Epicteto. *Disertaciones por Arriano*. Introducción, traducción y notas de Paloma Ortiz García, p. 300, nota 64.

⁶⁹ Hernández de la Fuente, D. *Vidas de Pitágoras. Según Porfirio, Jámblico, Diógenes Laercio, Diodoro de Sicilia, Focio de Constantino-pla, Aristóteles*. Atalanta. Barcelona, 2020, p.207.

tienen como fin refrenar las pasiones corporales hacen más hincapié en el autocontrol de la mente que en el propio castigo al cuerpo. Se trata de ejercicios de temperancia, no de mortificación. La diferencia entre ambas clases de ejercicios la especifica el propio Ignacio de Loyola. El jesuita distingue entre la penitencia interna, que consiste en “dolerse de los pecados con firme propósito de no cometer aquellos ni otros algunos” (ES, 82), y la penitencia externa de la que reconoce tres clases: penitencia en el alimento, en el sueño, y en el castigo de la carne. “Cuando quitamos lo superfluo no es penitencia, sino temperancia”, afirma Loyola, “penitencia es cuando quitamos de lo conveniente, y quanto más y más mayor y mejor, sólo que no se corrompa el sujeto ni se siga enfermedad notable” (ES, 83). Los ejercicios de temperancia trabajan el autocontrol de la mente, y hacen posible que el practicante desarrolle una serie de rutinas vitales basadas en la frugalidad, la austeridad y el ascetismo. La penitencia, en cambio, consiste en desprenderse incluso de lo necesario, es decir, se trata de producir una carencia añadida, un plus de austeridad que modifica las condiciones del ejercicio. Loyola explica que el “castigo de la carne”, la tercera forma de penitencia externa, se lleva a cabo “dándole dolor sensible, el qual se da trayendo cilicios o sogas o barras de hierro sobre las carnes, flagelándose o llagándose y otras maneras de asperezas” (ES, 85). Sin embargo, el penitente ha de ser cauteloso a la hora de mortificarse a sí mismo, pues la finalidad de la penitencia no es autoinducirse una enfermedad.

Lo que parece más cómodo y más seguro de la penitencia, es que el dolor sea sensible en las carnes y que no entre dentro de los huesos, de manera que dé dolor y no enfermedad; por lo cual parece que es más conveniente lastimarse con cuerdas delgadas, que dan dolor de fuera, que no de otra manera que cause dentro enfermedad que sea notable. (ES, 86)

Reinterpretados en clave cristiana, los ejercicios espirituales configuran un modo de vida ahora orientado a la imitación de Cristo que consiste ante todo en la imitación del Jesús crucificado, y tiene como modelo y momento cumbre su muerte, antes que su vida. Esto quiere decir que son practicados en el contexto de una ética que tiene como base la auto mortificación y el sufrimiento, en aras de una vida eterna con la que el ejercitante será *recompensado*. “La vida humana es pequeñísima comparada con los siglos futuros, de manera que todo nuestro tiempo es nada si pensamos en la vida eterna”, dice Antonio a sus discípulos, y más adelante continúa: “por lo tanto, si perseveramos en la ascesis durante todos estos ochenta o cien años, no reinaremos un período igual a estos cien años, sino que en lugar de cien años reinaremos por los siglos de los siglos” (VA, 16.4,8). Máximo el Confesor resume esta inversión de valores en una de las estrofas de *Capita de Caritate*:

La muerte en el verdadero sentido es la separación de Dios, y “el agujijón de la muerte es el pecado” (1Cor. 15:56). Adán, que recibió el agujijón, se embarcó al mismo tiempo en un exilio del árbol de la vida, del paraíso y de

Dios (Gen. 3); y a esto siguió necesariamente la muerte del cuerpo. La vida, en el verdadero sentido, es Él, que dijo “Yo soy la vida” (Jn 11:25), y el que, habiendo conocido la muerte, devolvió a la vida a quien había muerto.⁷⁰

La vida, en el verdadero sentido, es la imitación de la ‘Vida’, es decir, de Cristo. Y la vida humana y efímera, que ahora se revela como el verdadero sentido de la muerte, debe ser sacrificada en esta mimesis. Los ejercicios espirituales, en esta atmósfera metafísica, sirven al propósito de la vida eterna que es a un tiempo la vida en el “verdadero” sentido, y la negación de esta vida actual, frágil, encarnada y pasajera. Es esta inversión de valores la que Nietzsche denunció con tanto ahínco, entre otras cosas porque, en su imaginario, la *Imitatio Christi* se opone a la *Imitatio Iesu*. Como sabemos, el Jesús nietzscheano es lo contrario del Jesús crucificado, y no se puede imitar a uno sin contradecir al otro. La imitación del crucificado forma parte de la “mala nueva” paulina que tras la muerte de Jesús convirtió su ‘buena nueva’ –una práctica de paz, perdón y no resistencia que Nietzsche asocia con el budismo– en una redención con vistas a la vida futura. Nietzsche entiende esta redención como un movimiento de venganza contra la vida humana, la vida “pequeñísima” de la que hablaba Antonio Abad. El cristianismo como práctica decadente se habría iniciado a partir de la interpretación de Pablo de Tarso. En consecuencia, la ascesis basada en la imitación de Cristo “el crucificado”, que trata de imitar el sufrimiento de la crucifixión y que cifra sus esperanzas en una vida eterna tras la muerte, se trataría para Nietzsche de una *ascesis paulina*, deudora de esta inversión ‘perversa’ de sentido. Teniendo en cuenta que Nietzsche desconfía de los evangelios, a los que llama “disangelios” (AC, 39), su versión del Jesús ingenuo e “idiota” –en sentido dostoyevskiano (AC, 29)–, incapaz de juzgar, de pecar, de dañar, comprometido con la paz y la bondad, anunciador de un reino que ya está “dentro de nosotros” y no esperándonos tras la muerte, no se apoya en otra fuente que en la de su propio imaginario. El Jesús que nos presentan los evangelios ya es un Cristo crucificado y resucitado; el Jesús nazareno que Nietzsche describe con tanta pasión nace de la danza de su pluma. Cualquiera que trate de interpretar a Jesús al margen de su crucifixión y posterior resurrección, está obligado a recrear su propia versión desatendiendo el mensaje fundamental que buscan evocar los evangelios. Y desatendiendo al Nuevo Testamento, todo lo que queda es un deseo, un presentimiento, una interpretación privada y personal de lo que Jesús pudo haber enseñado, o de las “prácticas” que podría haber dejado. Las canalizaciones del mensaje de Jesús que se ofrecen en el marco de la espiritualidad *New Age*, pretenden ser canalizaciones del “verdadero” mensaje de Cristo, pero solo evidencian la necesidad contemporánea que existe de interpretar a Jesús al margen de la cruz, de hacer que la imitación cristiana sea una imitación del amor de su vida y no del

⁷⁰ Máximo el Confesor, *Capita de caritate*, 2.93. En Maximus the Confessor “Four Hundred Text son Love” en G. E.H. Palmer *et al.* (eds., trans) *The Philokalia*. Vol. II., Bloomsbury. London, 1990, p.81.

sufrimiento de su muerte⁷¹. Estas canalizaciones satisfacen dicha necesidad espiritual, pero el Jesús que resulta de las mismas es tan ficticio como lo es la versión de Jesús que nos presenta Nietzsche. Con esto no estoy diciendo que el Jesús que nos presentan los evangelios sea el verdadero —ni en cuanto a historia, ni en cuanto a fe. El *Nuevo Testamento* ya es un intento por justificar teológicamente la crucifixión, es decir: las fuentes cristianas más antiguas ya son *crucianistas*. En el momento en que desconfiamos de estos textos, por la razón que sea, nos quedamos sin fuentes para sostener la teoría de un Jesús diferente, de un Jesús que no necesita la cruz ni la resurrección para inspirarnos. De ahí que nadie imite al nazareno propuesto por Nietzsche, dado que solo él parece conocerlo. Sobre todo, si tenemos en cuenta que el Jesús de Nietzsche no necesita recurrir a ningún ejercicio espiritual: “Él ya no precisaba fórmulas ni ritos para su relación con Dios, ni siquiera la oración” (AC, 33)⁷². Como es bien sabido, Nietzsche es uno de los pensadores que recupera el carácter ejercitante de la filosofía, y va a oponer al ascetismo enfermo de la imitación de Cristo su propio ascetismo sano⁷³. La salud del ascetismo nietzscheano radica en una sublimación de los instintos que tiene como fin fortalecer la voluntad de poder. Esto quiere decir que la meta no es extirpar los impulsos afectivos ni someterlos a una represión estéril, sino canalizarlos hacia metas creativas y usar el poder que nos brindan⁷⁴. En las antípodas de este ascetismo, se encuentra el ejercicio vital de Søren Kierkegaard. Para él la esencia del cristianismo es el sufrimiento de la cruz: lo que le reprocha a la cristianidad de su tiempo es que no se toma lo suficientemente en serio este sufrimiento. Quien no esté dispuesto a vivir en sus carnes la *kenosis* (Fil.2:2), —el “auto vaciamiento”, el sacrificio sagrado de quien, siendo hijo de Dios, se humilló a mero hombre y aceptó morir por nuestros pecados—, no puede llamarse a sí mismo “cristiano”. Los pulpitos de la cristiandad están tan alejados del mensaje que predicán y enseñan, insiste Kierkegaard, que si un feligrés tratase de imitar el ejemplo de Abraham tras haber oído en la iglesia cómo Dios puso a prueba su fe, el primer escandalizado sería el pastor que dio el sermón. Y esto, dice Kierkegaard, prueba que el pastor no entiende nada de lo que dice, y aun así se permite a sí mismo ser el emisario de un sufrimiento que no comprende⁷⁵. Sin llegar al extremo literal de esta mimesis, la historia del ascetismo cristiano le da la razón a Kierkegaard, y no a Nietzsche: imitar a Jesús es imitar la cruz. Vivir para Dios es morir al mundo, y vivir para el mundo es morir ante Dios.

5. Conclusiones

Los ejercicios espirituales del anacoreta cristiano están al servicio de una vida futura y eterna, —tal y como lo expone Antonio Abad, al explicar su ascesis vitalicia como la conquista de la vida eterna con la que será *recompensado*—, y sirven como armas para la guerra contra los impulsos vitales del cuerpo y contra las tentaciones del mundo. En su mayoría, son practicados, bien como técnicas de prevención contra los demonios, bien como técnicas para mantener la mente fija en Dios a través de la oración y la contemplación. Pero estas prácticas contemplativas se fusionan con otras basadas en el auto-castigo, con las mortificaciones corporales, y con la idea de que la *hesyquia*, la paz interior, es un *sacrificio* que dará frutos en una vida futura. Por tanto, los ejercicios espirituales van a ser expuestos a un clima de creencias y rutinas que hacen del sufrimiento la piedra angular de la vida; tienen poco que ver con la búsqueda de la “felicidad” (*eudaimonía*) propia de los estoicos o con la meta de la “paz mental” (*ataraxía*) en sentido epicúreo. Y aunque la meta de la “vida eterna” pueda sonar similar a la meta de la filosofía platónica — el retorno del alma purificada al mundo divino de las Formas— esta similitud es meramente superficial. Tanto por el modo de vida como por los ejercicios de pensamiento empleados, el cristianismo está en las antípodas de la filosofía platónica, aunque haya tomado prestados numerosos elementos de la misma. Con estos préstamos, los pensadores cristianos no buscaban contribuir a la teología platónica, sino más bien deconstruirla, para rectificar aquello que consideraban falso por no adecuarse al mensaje bíblico y ensalzar o exagerar aquello que sí encajaba en su marco ideológico. Heinrich Dörrie defendía que, en lugar de hablar de un “platonismo cristiano”, dudoso y probablemente inexistente, haríamos mejor en hablar de un “antiplatonismo cristiano”⁷⁶. Ciertamente, los padres del desierto creían que mediante “duras mortificaciones” el ser humano podía transformarse y purificar sus pecados. Su ideal no era la felicidad ni el bienestar, pero tampoco la transformación y el autoconocimiento en el sentido griego del término “*paideia*”. Su meta era la conquista de la vida eterna a través de la imitación de un Logos encarnado que resulta totalmente ajeno a la filosofía platónica (y en general, a la filosofía griega). El hecho de que el cristianismo pudiera asimilarse a una filosofía, comenta Pierre Hadot, indica que “la filosofía ya era ante todo ella misma un modo de ser, un estilo de vida”⁷⁷. Cuando la teología cristiana termina de apropiarse de esos ejercicios espirituales, la filosofía pasa a ser entendida como un discurso especulativo al servicio de dicha teología. La reducción de la filosofía a un discurso teórico divorciado de todo carácter práctico, todavía la asumimos en nuestros días, pues la academia filosófica sigue estando muy lejos de las raíces existenciales que la engendraron.

⁷¹ Como ejemplo de este Jesús *New Age*, destaca el best-seller *El otro rostro de Jesús. Según recuerda un esenio*, que nos presenta una versión de Jesús fruto de los viajes astrales de sus autores. Cf. Meurois, D., Givaudan, A., *El otro rostro de Jesús. Según recuerda un esenio*. Editorial Luciérnaga. Barcelona, 2009.

⁷² Empleo la edición. Nietzsche, F. *El Anticristo*. Alba Editorial, Madrid, 2001, p.64.

⁷³ Cf. Sloterdijk, P. *Has de cambiar tu vida*. Pre-textos. Valencia, 2013, p.52.

⁷⁴ Cf. Kaufmann, W. *Nietzsche. Philosoph, Psychologist, Antichrist*. Princeton University Press. New Jersey, 2013, p. 224.

⁷⁵ Ver Kierkegaard, S. *Temor y Temblor*. Alianza. Madrid, 2016, pp. 94-96.

⁷⁶ Ver Siniosoglou, N. “*Plato Christianus: The Colonization of Plato and Identity Formation in Late Antiquity*”, en Hummel, P. (ed.). *Pseudologie: Études sur la fausseté dans la langue et dans la pensée*. Philologicum. Paris, 2010. p. 151.

⁷⁷ Hadot, P. *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*, p. 81.

Si la filosofía antigua estableció un vínculo íntimo entre el discurso filosófico y el modo de vida, ¿por qué hoy, dada la forma en que se suele enseñar la historia de la filosofía, la filosofía se presenta ante todo como un discurso, que puede ser teórico y sistemático, o crítico, pero en cualquier caso carece de una relación directa con el modo de vida del filósofo?⁷⁸

Esta clase de preguntas mantienen vivo el sentido de la filosofía originaria, y le debemos a Pierre Hadot el haber dedicado su vida a recordarnos las dimensiones vitales de este “amor a la sabiduría”. Continuando con su legado, algunos creemos que el futuro de la filosofía es regresar a sus raíces.

Bibliografía

- Atanasio. *Vida de Antonio*. Traducción de Paloma Rupérez Granados. Ciudad Nueva. Madrid, 1994.
- Athenagoras. *De Resurrectione*. Translated by William R. Schoedel. Oxford University Press, 1972.
- Basil of Caesarea. *The Letters of Saint Basil*, vol. 1. Translated by Roy J. de Ferrari. Loeb Classical Library. London, 1926.
- Bauckham, R. “The Fall of the angels as the source of philosophy in Hermias and Clement of Alexandria”. *Vigiliae Christianae* 39, 319-, 1985. Doi: <https://doi.org/10.2307/1583769>
- Clement of Alexandria. *Stromateis*. Books 1-3. Translated by John Ferguson. The Catholic University of America Press. Washington D.C., 2005.
- Clemente de Alejandría. *El Protréptico*. Edición bilingüe preparada por Marcelo Merino Rodríguez. Ciudad Nueva. Madrid, 2008.
- Corbett, T. “Origen’s Doctrine on the Resurrection”. *Irish Theological Quarterly* 46, no. 4, 1979, pp. 276-290. Doi: <https://doi.org/10.1177/002114007904600404>
- Epicteto. *Disertaciones por Arriano*. Traducción de Paloma García Ortiz. Editorial Gredos. Madrid, 1993.
- Epictetus. *The Discourses of Epictetus, with the Encheiridion and Fragments*. Translated by George Long. George Bell and Sons. London, 1890.
- Evagrio Póntico. *Obras Espirituales*. Traducción de Juan Pablo Rubio Sadia. Ciudad Nueva. Madrid, 2020.
- Ferrández Formoso, R. “Philosophical Ascesis and the Pact of Indifference. Around Sloterdijk’s Anthropotechnic Turn and Indian Spiritual Exercises”. En Manuel Bermúdez (Coord.) *Luces en el camino: Filosofía y Ciencias Sociales en tiempos de desconcierto*. Dykinson. Madrid, 2020, pp.74-92.
- Foucault, M. “L’Ecriture de Soi”. *Corps écrit*, n.5, 1983, pp. 3-23.
- Francisco de Osuna. *Tercer Abecedario Espiritual*. Biblioteca de Autores Cristianos. Madrid, 2015.
- Gilson, É. *La Filosofía en la Edad Media*. Editorial Gredos. Madrid, 2014.
- Grant, R. M. “Athenagoras or Pseudo-Athenagoras”. *Harvard Theological Review*, 47, 1954, pp. 121-129. Recuperado de <https://www.jstor.org/stable/1508460>
- Hadot, P. *La Ciudadela Interior. Introducción a las Meditaciones de Marco Aurelio*. Traducción de María Cucurella Miquel. Alpha Decay. Barcelona, 2021.
- Hadot, P. *La Philosophie comme manière de vivre*. Albin Michel. Paris, 2001.
- Hadot, P. *Exercices spirituels et philosophie antique*. Albin Michel. Paris, 2002.
- Hadot, P. *What is Ancient Philosophy?* Translated by Michael Chase. Harvard University Press. Cambridge, 2002.
- Hadot, P. *Plotino o la simplicidad de la mirada*. Alpha Decay. Barcelona, 2016.
- Hermias. *Satire des Philosophes Païens*. Translated by R.P.C. Hanson, D. Joussot, et al. Les Éditions du Cerf. Paris, 1993.
- Hernández de la Fuente, D. *Vidas de Pitágoras. Según Porfirio, Jámblico, Diógenes Laercio, Diodoro de Sicilia, Focio de Constantinopla, Aristóteles*. Atalanta. Barcelona, 2020.
- Ignacio de Loyola. *Ejercicios Espirituales*. Biblioteca de Autores Cristianos. Madrid, 2018.
- Jaeger, W. *Cristianismo primitivo y Paideia griega*. Fondo de Cultura Económica. México, 1985.
- Kaufmann, W. *Nietzsche. Philosopher, Psychologist, Antichrist*. Princeton University Press, 2013.
- Kierkegaard, S. *Temor y Temblor*. Traducción de Vicente Simón. Alianza Editorial. Madrid, 2016.
- Laín Entralgo, P. *La curación por la palabra en la Antigüedad Clásica*. Revista de Occidente. Madrid, 1958.
- Lilla, S. *Clement of Alexandria. A Study on Christian platonism and gnosticism*. Oxford University Press, 1971.
- Macho, T. “Mit sich allein. Einsamkeit als Kulturtechnik”. En Aleida y Jan Assmann (eds.), *Einsamkeit. Archäologie der literarischen Kommunikation VI*. München: Wilhelm Fink, 2000, pp. 27-44.
- McGlothlin, T. *Resurrection as Salvation. Development and conflict in Pre-Nicene Paulinism*. Cambridge University Press, 2018.
- McGuckin, J. A. “The Changing Forms of Jesus”. En Lothar Lies (Ed.). *Origeniana Quarta*, Innsbruck: Tyrolia. Innsbruck, 1987.
- Marco Aurelio. *Meditaciones*. Traducción de Ramón Bach Pellicer. Editorial Gredos, 1977.
- Meurois, D., Givaudan, A. *El otro rostro de Jesús. Según recuerda un esenio*. Luciérnaga. Barcelona, 2009.
- Nietzsche, F. *El Anticristo*. Traducción de María Cándor Orduña. Editorial Alba. Madrid, 2001.
- Orígenes. *Contra Celso*. Traducción de Daniel Ruíz Bueno. Biblioteca de Autores Cristianos. Madrid, 1967.
- Palmer G. E. H., Sherrard, P., y Ware, K. (trans.) *The Philokalia. The Complete Text*. vol. II. London: Bloomsbury. London, 1990.
- Peretó Rivas, R. y Muñoz, C. “La Compilación como práctica terapéutica en Evagrio Póntico”. En Muñoz, M.J., Cañizares, P., y Martín, C. (eds.). *La Compilación del saber en la Edad Media*. Fédération Internationale des Instituts d’Études Médiévales. Porto, 2013, pp. 399-416.
- Platón. *Diálogos. Fedón, Fedro, Banquete*. Traducción de María Araujo y Luis Gil. Penguin Books. Madrid, 2020.
- Philo of Alexandria. *Philo*. vol. VII. Translated by F. H. Colson. Loeb Classical Library. Cambridge, 1997.
- Porfirio. *Vida de Plotino*. Traducción de Jesús Igal. Editorial Gredos. Madrid, 1982.

⁷⁸ Hadot, P. *What is Ancient Philosophy?* Harvard University Press. Cambridge, p.253.

- Siniossoglou, N. *Plato and Theodoret, The Christian appropriation of Plato Philosophy and The Hellenic Intellectual Resistance*. Cambridge University Press, 2011.
- Siniossoglou, N. "Plato Christianus: The Colonization of Plato and Identity Formation in Late Antiquity", en Hummel, P. (ed.). *Pseudologie: Études sur la fausseté dans la langue et dans la pensée*. Philologicum. Paris, 2010. pp. 145-176.
- Sloterdijk, P. *Has de cambiar tu vida*. Traducción de Pedro Madrigal. Pre-textos. Valencia, 2013.
- Studer, B. "Docetism". En Angelo Di Berardino (Ed.) *Encyclopedia of Ancient Christianity*. IVP Academic. Illinois, 2014, pp. 729-730.
- Talbert, C. H. "An Anti-Gnostic Tendency in Lucan Christology". *New Testament Studies*, 14, 1968, pp. 259-271. Doi: <https://doi.org/10.1017/S0028688500018658>
- Tomás de Kempis. *Imitación de Cristo*. Traducción de San Juan de Ávila. Biblioteca de Autores Cristianos. Madrid, 2018.
- Walker Bynum, C. *The Resurrection of the Body in Western Christianity, 200-1336*. Columbia University Press. New York, 1995.