



La literatura y la tradición de los ejercicios espirituales filosóficos

Bernat Castany Prado¹

Recibido: 10 de noviembre de 2015 / Aceptado: 15 de diciembre de 2015

Resumen. Este trabajo estudia el papel de la literatura y la retórica como vías de ejercitación filosófica en el seno de la tradición grecolatina de los “ejercicios espirituales”. El objetivo de estas páginas es proponer nuevos enfoques para un replanteamiento de la filosofía y la literatura en tanto que disciplinas formativas o psicagógicas, así como para la defensa del papel de la filosofía y la literatura en la sociedad actual.

Palabras clave: Filosofía y literatura; filosofía práctica; ejercicios espirituales; Pierre Hadot.

[en] The literature and the tradition of the philosophical spiritual exercises

Abstract. This paper studies the role of literature and rhetorics as a tool of philosophical practice within the classical tradition of «spiritual exercises». The aim of this study is to propose new ways of thinking the relations among philosophy and literature as formative or psicagogic disciplines, as well as for stand up for the role of philosophy and literature in our society.

Keywords: Philosophy and literature; practical philosophy; spiritual exercises; Pierre Hadot.

Sumario: 1. Las funciones filosóficas de la literatura y retórica; 2. Referencias bibliográficas.

Cómo citar: Castany Prado, B. (2017): “La literatura y la tradición de los ejercicios espirituales filosóficos”, en *Revista de Filosofía* 42 (2), 261-274.

¹ Universidad de Barcelona
bcastany@ub.edu

1. Las funciones filosóficas de la literatura y retórica

El estudio acerca de las relaciones entre la literatura (y la retórica)² y la filosofía ha sido generalmente de tipo teórico y, particularmente, gnoseológico, cuando no epistemológico. En efecto, dichos estudios se han limitado a estudiar las diferentes relaciones que la literatura y la filosofía mantienen con el conocimiento: sus diferentes modos de acceder a la verdad –considerados complementarios, incompatibles o, simplemente, inconmensurables–, así como sus diferentes conceptos de verdad o su mayor o menor utilidad para la vida.³ Sin negar el interés de este tipo de enfoque, hemos preferido, en este trabajo, adoptar un acercamiento más práctico, que trate de averiguar de qué forma la filosofía y la literatura forman un todo orgánico, en el que la primera se ocuparía de generar ideas, mientras la segunda se centraría en transformarlas en prácticas.

Recordemos, con Pierre Hadot, que la Antigüedad grecolatina distinguía entre la «filosofía» propiamente dicha, de naturaleza eminentemente práctica, y el «discurso filosófico», de corte fundamentalmente teórico, que nunca fue considerado un fin en sí mismo, sino sólo un medio para ejercitar la primera. Por toda una serie de procesos históricos que no podemos estudiar aquí,⁴ actualmente designamos con el término «filosofía» lo que los antiguos llamaban «discurso filosófico», mientras que lo que ellos entendían por «filosofía», esto es, la práctica filosófica, es tratado apenas como una curiosidad arqueológica, como una peculiaridad de algunos filósofos «vitalistas» o «existencialistas» o como una cuestión propia de la religión, la psicología o la literatura de autoayuda.⁵ En la línea de autores como Pierre Hadot (2006a, 2006b, 2009, 2010), el último Michel Foucault, Martha Nussbaum (2003), Michel Onfray (2002 y 2008:131-142) o Hilary Putnam (2011), adoptaremos un enfoque eminentemente práctico de nuestro tema.

Empezaremos distinguiendo brevemente los dos tipos de funciones filosóficas básicas que la literatura y la retórica suelen cumplir cuando entran en una relación orgánica con la filosofía. Evidentemente, la literatura no se agota en estos dos tipos de funciones, ya que puede cumplir muchas otras funciones cuando no se articula con la filosofía, si bien éstas quedan ya fuera del tema de nuestro trabajo. Distinguimos, pues, de forma analítica, entre funciones teóricas, en virtud de las cuales la literatura se articularía con los aspectos más teóricos o conceptuales de la filosofía, como sería la expresión y la generación ideas; y funciones prácticas, en virtud de las cuales la literatura serviría como ejercicio de incorporación de una determinada norma o

² Aun siendo conscientes de las diferencias que existen entre «literatura» y «retórica», el enfoque eminentemente práctico de nuestro trabajo nos llevará a tratarlas de forma indistinta. Aunque, en un origen, la retórica se vio asociada fundamentalmente a ámbitos no literarios (políticos, judiciales), Platón y Aristóteles –según indica Laín Entralgo en *La curación por la palabra en la Antigüedad clásica* (1958)– vislumbraron un cuarto género oratorio, relacionado con la psicagogía, cuyo objetivo era la conducción o formación del alma a través de «bellos discursos» (*logos kalós*). En el seno de este cuarto género oratorio, que llamaremos filosófico, la retórica y la literatura coinciden e, incluso, se confunden, en su intencionalidad psicagógica, esto es, en su proyecto de reforma integral del alma.

³ Véase Castro Santiago (2004), pp. 491-500.

⁴ Básicamente, la asunción por parte del cristianismo de los aspectos prácticos de la filosofía –San Agustín, Thomas Kempist, San Ignacio de Loyola– y, ya en época moderna, la adopción de un enfoque fundamentalmente epistemológico de la filosofía.

⁵ Sobre la literatura de autoayuda, véanse los interesantes trabajos de Eva Illouz (2010) y David Viñas (2011).

regla de vida filosófica.⁶ Es, precisamente en este punto, donde aparece la noción de «ejercicio espiritual», tal y como la estudió Pierre Hadot en libros como *Ejercicios espirituales y filosofía antigua* (2006) o *La filosofía como forma de vida* (2010).

Llamamos «ejercicios espirituales» a aquellas actividades –mentales, físicas o sociales– que debían contribuir a generar o a mantener una vida filosófica.⁷ Aun siendo éstos muy variados, pues cada escuela, y cada discípulo, inventaba sus propios ejercicios en función de sus objetivos particulares, es posible reconocer un acervo común de prácticas filosóficas con una estructura básica que tiende a repetirse. En general, la ejercitación filosófica suponía la condensación de una regla o norma de vida (*kanon*) en máximas y argumentos de carácter persuasivo (*epilogismoi*) que el discípulo debía aprender de memoria (*mneme*), meditar (*melete*) y ejercitar (*askesis*), con el objetivo de tenerlas siempre «a mano», transformadas en reflejos psicológicos o existenciales a los que recurrir de forma rápida e instintiva en cualquier ocasión que pudiese presentársele (*prokheiron*).

Estos ejercicios, que tenían como objetivo la incorporación o metabolización de cierta doctrina filosófica, podían hacerse de forma mental, dialogada o escrita, si bien el objetivo último era trascender el ámbito teórico e imaginativo, para aplicar la doctrina a situaciones reales. Sin olvidar nunca este objetivo, la ejercitación podía ser tanto intelectual (asistencia a lecciones impartidas por un maestro, exégesis de textos propiamente filosóficos, diálogo socrático, lectura y meditación de sentencias de poetas y filósofos), como propiamente práctica (ascensión a lugares elevados, observación de tormentas, estudio de los fenómenos físicos o astronómicos, práctica de la amistad, asunción de una disciplina de los pensamientos y de las pasiones, u otras actividades como la música, el ejercicio físico, el paseo o un determinado régimen alimenticio).

Aunque la mayor parte de estos ejercicios no han llegado hasta nosotros directamente, ya sea porque la filosofía moderna no se ha interesado por este tipo de prácticas, ya sea por su naturaleza fundamentalmente vivencial, íntima y cotidiana, hallamos numerosos testimonios indirectos. Tal es el caso, por ejemplo de muchas de las anécdotas que Diógenes Laercio conservó en sus *Vidas de los filósofos más ilustres*. También conservamos huellas de estos ejercicios en Plutarco (*Del control de la cólera, De la tranquilidad del alma, De la envidia y el odio*), en Lucrecio (*De rerum natura*), en Ovidio (el «carpe diem» epicúreo en sus *Odas*, I, 11), en Cicerón («El sueño de Escipión», en *De república*, VI §9-29), en Séneca (*De la cólera, De las buenas acciones, De la tranquilidad del alma, De la ociosidad...*) o en Marco Aurelio (*Meditaciones*).

Este listado de obras y autores es importante, ya que muestra, en sus orígenes mismos, que los ejercicios espirituales son uno de los principales puntos de contacto entre la filosofía y la literatura, como ya sugirieron Abbagnano y Visalberghi, en su *Historia de la pedagogía*, al constatar el «carácter predominantemente literario de la educación helenística».⁸ De un lado, para ser incorporada o metabolizada, la filosofía necesita de la fuerza persuasiva de la literatura; del otro, la literatura halla

⁶ Hemos estudiado este tema en nuestra ponencia, «Las funciones filosóficas de la literatura y la retórica», presentada en el I Congreso Internacional de Literatura, Filosofía y Teoría de la Literatura (Madrid, 16, 17 y 18 diciembre 2015). En prensa.

⁷ Sobre el concepto de «ejercicio espiritual» en las filosofías helenísticas, véase los trabajos de Hadot (2006), Nussbaum (2003), Onfray (2002 y 2008:131-142) y Putnam (2011).

⁸ Abbagnano y Visalberghi (1969), pp. 119-121.

en las doctrinas y prácticas filosóficas un modo de trascender el ámbito meramente estético, para de este modo afectar o cambiar la vida —como desearán luego Rimbaud, Breton o Cortázar—. Éste fue, precisamente, el objetivo de un autor como Montaigne, cuyos *Ensayos* deben verse como ejercitaciones escépticas (autolimitación del deseo de certeza y práctica de la humildad cognoscitiva), cínicas (ejercitación de la desvergüenza o *anaideia* y de la franqueza, libertad de palabra o *parresía*), estoicas (dominio del discurso mental, con el objetivo de dominar las pasiones que nos angustian) o epicúreas (adherencia al instante, gestión adecuada del equilibrio entre placeres y displacer o superación de los miedos).⁹

El primero de los ejercicios espirituales en los que la literatura y la retórica cumplirían una función fundamental es el de la conversión. Se trata, por así decirlo, del ejercicio cero, de la vivencia iniciática, consistente en el abandono de la existencia anterior, normalmente como una existencia inconsciente e inauténtica, para adoptar una doctrina filosófica que habrá de convertirse en regla de vida. Es importante destacar que la conversión no fue, originariamente, un término fundamentalmente religioso, ya que las religiones antiguas, salvo el budismo, no reivindicaban para sí la totalidad de la vida interior de sus adeptos, sino, fundamentalmente, filosófico y político.¹⁰ En el terreno político, la conversión haría referencia a un «cambio de alma» mediante la fuerza persuasiva del lenguaje retórico; en el filosófico, nos hallaríamos ante una transformación absoluta de la personalidad.

Baste como ejemplo el siguiente fragmento del opúsculo «Filosofía de Nigrino», de Luciano de Samósata, donde un discípulo del filósofo platónico Nigrino describe de qué modo «su conversación, sostenida con gran tacto, había penetrado mi alma», provocando en él una herida «profunda y radical»;¹¹ transformación que él, a su vez, causa en su interlocutor, que en el proceso de escuchar el relato de su conversión quedará igualmente transformado: «mientras tú hablabas experimentaba una extraña sensación en el alma, y ahora que te has detenido me hallo abrumado y —hablando a nuestra manera— herido.»¹²

Pero el papel de la literatura y la retórica en el seno de la filosofía no se acaba con la conversión filosófica, sino que continúa, siendo fundamental en la memorización, meditación y ejercitación de aquellas reglas de vida filosófica que se ha decidido vivir. En lo que respecta a la memorización (*mneme*), recordemos que era esencial la condensación de una regla de vida en máximas y argumentos de carácter persuasivo (*epilogismoí*). Tal sería el caso de las máximas de Epicuro («Nada es suficiente para quien lo suficiente es poco», *Sentencias vaticanas*, § 68, p. 104); de las sentencias de Séneca («Débil y cobarde es quien muere porque sufre, necio quien vive para sufrir», *Epístolas a Lucilio*, LVIII, § 36, vol. I, p. 337); de los *Apotegmas* de Erasmo («Más vale una paz injusta que una guerra justa»); de las preguntas de Montaigne («*Que sais-je?*»), «Apología de Raimundo Sabunde», *Ensayos*, II, xii); de las definiciones y proposiciones de Spinoza («La felicidad no es el premio de la virtud, sino la virtud misma», en *Ética* V, xlii); o de los aforismos de Nietzsche («Aquel que tiene un porqué para vivir se puede enfrentar a todos los ‘cómos’», *Así habló Zaratustra*). En

⁹ Si coincidimos, con Borges, en que «la multiplicación de su linaje [de Montaigne] por toda Europa, sería reescribir la historia de la literatura» (2003: 38), nos sentiremos reafirmados en la importancia fundamental de la tradición de los ejercicios espirituales en la historia de la literatura.

¹⁰ Pierre Hadot (2006), p. 178.

¹¹ Luciano de Samósata (2000): p. 127.

¹² *Ibid.*, p. 129.

ocasiones, la filosofía habría buscado también en el acervo paremiológico cápsulas filosóficas que facilitasen la rememoración. Tal sería el caso de los *Adagios*, de Erasmo, en cuyos «Prolegómenos» a la edición de 1508, no sólo se considera el valor ornamental del adagio (85), sino también su valor filosófico: «en estos dichos tan breves nos llegan a través de su envoltorio aquellos mismos mensajes que los príncipes de la filosofía transmitieron a través de tantos volúmenes.» (81) Seguirán su estela obras como la *Philosophía vulgar* de Juan de Mal Lara (s. XVI) y, ya en el siglo XX, *Los refranes filosóficos castellanos*, de Pablo León Murciego (1962).

La literatura también podría contribuir a la memorización del conjunto de ideas o doctrinas filosóficas (*kanon*) mediante su condensación en poemas. Tal sería el caso del *De rerum natura*, de Lucrecio, que, como el mismo autor afirma, pretende ser una cifra poética de la doctrina de Epicuro; de muchos de los poemas Horacio u Ovidio, que pueden ser vistos como un precipitado poético del epicureísmo; de la paráfrasis en verso que Quevedo realizó, en 1635, del *Enquiridión* de Epicteto, así como sus poemas filosófico-morales de corte neoestoico; de los poemas escépticos de Sor Juana Inés de La Cruz (*Primero sueño*), Chesterton («El asno») o Machado («El ojo que ves / no es ojo / porque tú lo veas / sino porque él te ve», *Proverbios y cantares*). Algunas de estas composiciones adoptarán la forma de oraciones filosófico-poéticas, que, al modo del Credo o del Padrenuestro, resumen de forma persuasiva y fácilmente memorizable una doctrina o regla filosófica de vida. Tal sería el caso, por ejemplo de muchos pasajes de *Hojas de hierba*, de Walt Whitman, o de numerosas artes poéticas o manifiestos como «Ama tu ritmo», en *Prosas profanas*, de Rubén Darío o el *Manifiesto surrealista* de André Breton.

Otra técnica literaria de memorización son las *chreíai*, término con el que se designan las anécdotas, escenificaciones o dichos ingeniosos, insultantes o estrafalarios, que encontraron su máximo exponente en el filósofo cínico Diógenes de Sínope (cf. Diógenes Laercio, *Vidas de los filósofos más ilustres*, libro VI), si bien otras escuelas filosóficas también la practicaron. Así, de Pirrón de Élida, fundador de la escuela escéptica, se dice que se tropezaba con los muebles por decir que no estaba seguro de que existían o que se cortó las cuerdas vocales para no afirmar nada. Cabe señalar que dichas anécdotas no son meramente «anecdóticas», sino que son un verdadero sistema de cifrado y conservación de doctrinas o estilos de vida filosóficos, que no sólo han pasado la prueba de los milenios, sino que constituyen toda una *imitatio philosophica*.¹³

Este recurso literario, casi teatral, de la anécdota fue también utilizado por los predicadores callejeros franciscanos, que, según Kinney, recuerdan «la estudiada imprudencia de los cínicos»,¹⁴ así como por numerosos filósofos modernos –o por sus discípulos y biógrafos–, quienes, consciente o inconscientemente, buscaron condensar en escenas de vida el espíritu de sus respectivas doctrinas filosóficas. Baste recordar a Descartes escribiendo metido dentro de una estufa, a Spinoza viendo cómo una araña devora a una mosca, a Kant saliendo a pasear con total puntualidad por Königsberg o a Nietzsche llorando abrazado al cuello de un caballo. No son, pues, libros menores las obras de carácter «anecdóticas», como la *Biographical History of*

¹³ Quizás una de las más interesantes reivindicaciones de la anécdota como género literario propiamente filosófico se halle en las páginas 114-117 del primer tomo de la *Contrahistoria de la filosofía*, titulado *Las sabidurías de la antigüedad* (2008), de Michel Onfray.

¹⁴ Daniel Kinney (2000), p. 401.

Philosophy de G. H. Lewes, o el *Diccionario de la filosofía* de Fritz Mauthner, como prueba quizás el hecho de que fueran una lectura fundamental nada menos que para Borges.¹⁵

Conectado con el género de la anécdota, con el que comparte un estatus intermedio entre la narración y la dramatización, nos encontramos con el género del chiste. A pesar de ser un género literario despreciado (más en la tradición hispánica que en la anglosajona, judía u oriental) el chiste ha empezado a ser rescatado recientemente como género filosófico, no sólo desde un punto de vista teórico –expresivo y productivo–, sino también práctico –de incorporación de determinadas ideas o reglas filosóficas– (cf. Berger, 1999). Los cínicos lo practicaron con asiduidad; Kierkegaard llegó a considerarlo la antesala de la fe; Wittgenstein llegó a afirmar que «una obra filosófica sería debería estar compuesta enteramente de chistes»; y, en fechas más recientes, Slavoj Žižek ha defendido el valor filosófico de los chistes, en su reciente obra *Mis chistes, mi filosofía*. La «humillación» espiritual será vista en el mundo grecolatino como vía y meta de sabiduría, y es una constante no sólo en la tradición filosófica (socratismo, escepticismo, cinismo, epicureísmo), sino también en la literaria (Homero, Eurípides, Horacio, Lucrecio, Luciano). Podríamos llegar a afirmar que una de las características fundamentales de la voz de los clásicos es precisamente esta entonación autoderrisoria, que no sería un simple rasgo formal, ni siquiera tonal, sino que estaría conectada con una concepción religiosa de la sabiduría consistente en la alegre aceptación de las limitaciones de la condición humana.¹⁶

Otros recursos literarios de memorización o rememoración de las doctrinas filosóficas son las fábulas, apólogos, cuentos o narraciones más o menos extensos que se incluyen en obras filosóficas o se escriben de forma exenta, con una intención claramente psicagógica. Una de las primeras formas narrativas con las que se buscó cifrar una doctrina o regla de vida filosófica fue el mito. Tal sería el caso del mito de la caverna o el de la invención de la escritura, en los diálogos platónicos; del mito de la repartición de los dones entre los animales y los hombres, en *De la dignidad del hombre*, de Pico della Mirandola; del mito del contrato social en el *Leviatán* de Hobbes, el *Tratado teológico-político* de Spinoza o *El contrato social*, de Rousseau; del mito de Zaratustra, en *Así habló Zaratustra*, de Nietzsche; o del *Mito de Sisifo* de Albert Camus.¹⁷

Existieron otros muchos géneros de rememoración filosófica. Algunos han desaparecido, otros todavía están por aparecer. De un lado, no es imposible ver en los diálogos platónicos, con sus encadenamientos de preguntas retóricas y respuestas fáticas, un ejercicio de rememoración filosófica, que luego sería adoptado por el cristianismo bajo la forma de los catecismos. Del otro, las *Enéadas* de Plotino fueron compuestas en respuesta a las preguntas que se planteaban en los cursos que él impartía.

Lo mismo sucede con las crestomatías, un género literario que reúne fragmentos de obras, autores, épocas o disciplinas, con el objetivo de que el lector pueda

¹⁵ Jorge Luis Borges (1999), t. I, p. 244 y t. I, p. 276.

¹⁶ Con el término «autoderrisión» (del francés, *autodérision*) o «autodeprecación» (del inglés, *self-deprecation*) nos referimos a la técnica retórica –que en algunos contextos puede tener implicaciones espirituales– consistente en la confesión o exhibición por parte de un hablante de sucesos o aspectos ridículos asociados a su persona. Véase al respecto Castany Prado (2015), pp. 147-152.

¹⁷ Resulta fundamental al respecto la obra del mitólogo Joseph Campbell, *En busca de la felicidad: mitología y transformación personal* (2014).

recordarlos una y otra vez, a fin de encarnarlos existencialmente. Aunque las crestomatías fueron utilizadas a partir del siglo XVI para aprender lenguas antiguas o a modo de breviario religioso, también fueron utilizadas para familiarizarse con una filosofía determinada. De algún modo, los *Ensayos* de Montaigne podrían verse como una crestomatía comentada.

Algo más trabado es el género del enquiridión o manual, del griego *enkheiridion*, que designaría «todo lo que, pudiendo tenerse en la mano (*en kheirí*), fuera fácil de asir y manejar y estuviera disponible».¹⁸ No sólo el término «manual», entendido como adjetivo y como sustantivo, estaría conectado etimológicamente con el término «*enkheiridion*», sino también con uno de los objetivos fundamentales de los ejercicios espirituales de la filosofía antigua, que era tener la regla o norma de vida filosófica siempre «a mano» (*prokheiron*). Erasmo se nos aparece como uno de los grandes recuperadores de esta tradición de los ejercicios espirituales, al recuperar, en su *Enquiridión*, un género que permitiese «tener a mano» los principales preceptos fundamentales de un cristianismo que, no lo olvidemos, él mismo había tratado de sintetizar con la filosofía epicúrea.¹⁹

Pero la lista de géneros literarios que pueden servir como ejercicio espiritual es inabarcable. Han existido decálogos, pentálogos o hexálogos filosóficos, como, por ejemplo, los tropos escépticos de Enesidemo y Agripa o los «Fragmentos de un Evangelio Apócrifo», de Borges; manuales de instrucciones, como los de André Breton, Julio Cortázar, Georges Perec o Slawomir Mrozek; así como el género, hoy olvidado, de los emblemas o empresas, que reunían toda una serie de jeroglíficos o dibujos alegóricos o simbólicos al pie de los cuales se escribía un verso o lema, que declaraba su concepto o moralidad, y que podía estar seguido de un comentario. Tal sería el caso de las *Empresas políticas* (1640), de Saavedra Fajardo, conocido como «el Enesidemo de su época», en referencia al gran escéptico del siglo I a.C.

Además de contribuir a la memorización de una norma o regla de vida filosófica, la literatura puede contribuir a su meditación (*melete*). En su *Carta a Meneceo*, Epicuro defiende la necesidad de la meditación constante de su doctrina: «Así pues, practica día y noche estas enseñanzas y las afines a éstas contigo mismo y con el que sea igual que tú, y jamás, ni en la vida real ni en los sueños, estarás preocupado, sino que vivirás como un dios entre los hombres.» (§ 135, p. 92) La meditación, que no es siempre fácil de distinguir de la rememoración, podía hacerse de forma mental, dialogada o escrita, ya fuese por la mañana, pensando de qué modo podría aplicarse una determinada regla de vida; o por la noche, evaluando hasta qué punto se había logrado aplicarla durante ese día.

Este tipo de examen de conciencia fue una de las vías fundamentales de la *anamnesis*, o conocimiento interior, del pitagorismo, tal y como narra Porfirio, en su *Vida de Pitágoras* (§ 40). El mismo Pitágoras nos dice en sus *Versos áureos*:

No permitas que el sueño cierre tus ojos antes de haber examinado cada uno de tus actos del día. ¿En qué he cometido error?, ¿qué he hecho?, ¿qué no he hecho que debería hacer? Empezando por el primer punto ve hasta el fin y, en seguida, si son cosas vergonzosas las

¹⁸ José Manuel García de la Mora (1991), p. vii.

¹⁹ Recordemos que Lorenzo Valla en su *De voluptate et summo bono* (1431) y Erasmo en su *colloquio* 56, titulado *El epicúreo* (1533), ensayan la búsqueda de un cristianismo epicúreo o hedonista, liberado del dolorismo, el culpabilismo y el ascetismo propios del cristianismo medieval.

que has cometido, castígate, pero si has obrado bien, alégrate. Practica de este modo con todo tu esfuerzo y medita acerca de ello; es preciso que ames esta práctica con todo tu corazón. (XL-XLVI).

También en este punto, el cristianismo es heredero de los ejercicios espirituales antiguos, a través de San Agustín (*Confesiones*, X, 8, 14) y, luego, de San Ignacio de Loyola (*Ejercicios espirituales*).

Nuevamente, la literatura fungirá como un soporte de la meditación. En primer lugar, podemos ver los ensayos de Montaigne, Bacon, Stevenson, De Quincey, Chesterton o Borges; los diálogos de Platón, Nicolás de Cusa, Erasmo, León Hebreo o André Gide; así como todo otro tipo de glosa, comentario o *copia* como un modo de digerir, gracias a la *encima* retórica o persuasiva, una determinada doctrina o norma de vida filosófica. Un caso especialmente interesante serían los ensayos incluidos en la *Investigación sobre el entendimiento humano*, de David Hume, que son algo así como una traducción al género ensayístico de su *Tratado sobre el entendimiento humano*, que, debido, en parte, a su forma más árida y expositiva, no había logrado el impacto –no sólo editorial, sino también filosófico o existencial– que su autor esperaba de él. La comparación de ambas obras, que, con algunas diferencias quizás superficiales, repiten la misma doctrina decantándola en géneros diferentes, evidencia el contraste entre el «discurso filosófico», en tanto que teoría, y la «filosofía», en tanto que práctica.²⁰

La literatura también puede contribuir a la meditación mediante el poder imaginativo de sus narraciones. Tal sería el caso, por ejemplo, de muchas de las narraciones breves que estudiamos en el punto anterior, que, además de ayudar a la memorización de las doctrinas o reglas filosóficas, pueden contribuir a su meditación; así como el de obras narrativas más extensas, como *El filósofo autodidacto*, de Ibn Tufayl (s. XII), cifra del neoplatonismo islámico; el *Quijote*, que ha sido considerado como una práctica narrativa del escepticismo erasmista (Ihrie, 1982); el *Cándido*, de Voltaire, que no deja de ser una reducción al absurdo –intelectual y emocional– del optimismo leibniziano; o *La náusea*, de Sartre, en cuyas páginas el lector puede asimilar y practicar la filosofía existencialista. Lo que nos interesa aquí no es que dichas obras puedan condensar de forma más o menos explícita una determinada doctrina o discurso filosófico, sino que unas determinadas ideas, intuiciones, perspectivas o sensibilidades sean practicadas e incorporadas por el lector –y por el autor– en el proceso de escritura, lectura, relectura, frecuentación o comentario.

Bajo esta perspectiva, toda novela filosófica sería un *Bildungsroman*, no en el sentido restringido con el que el Johann Carl Simon Morgenstern acuñó dicho término, en 1819, para referirse a un género novelístico específico que retrata el paso de la infancia a la edad adulta, sino en el sentido más general de que forma a los lectores y a los autores. No es casual que el género se inicie con la novela *Los años de aprendizaje de Wilhelm Meister* (1795-1796), de Goethe, quien, como demostró Pierre Hadot, en *No te olvides de vivir. Goethe y la tradición de los ejercicios espirituales* (2010), fue uno de los restauradores en época moderna de la tradición de los ejercicios espirituales grecolatinos.

También la literatura y la retórica pueden contribuir a la ejercitación de doctrinas o normas de vida filosóficas (*askesis*). El hecho de que el ejercicio trascienda el

²⁰ Para una comparación entre ambas obras, véase Sanfélix Vidarte (2004: 11-19)

ámbito imaginativo al que se limitan la rememoración y la meditación no significa que se reduzca a la mera acción y pueda prescindir de todo apoyo intelectual y formal. Tomemos el caso de una obra como *Días cruciales de América*, en la que Walt Whitman reúne toda una serie de ejercicios de contemplación y unión –física y espiritual– con la naturaleza o cosmos, y que pueden adoptar formas tan diversas como escuchar el sonido de los animales («Abejorros», Whitman (2013), pp. 242-244, «Notas de la codorniz», 246), contemplar el cielo («El cielo. Los días y las noches. Felicidad», pp. 251-253), observar la orilla del mar («Un día de invierno a orillas del mar», pp. 254-256), tomar el sol desnudo («Un baño de sol. Desnudez», pp. 266-268), sentarse junto a un arroyo («El manantial y el arroyo», p. 240) o escuchar sonidos lejanos («Sonidos distantes», p. 265). Al leer estos textos comprendemos que los ejercicios físicos que describen sólo cobran sentido si son acompañados o seguidos de un discurso o rememoración –mental o escrito–, que convierta la acción en un proceso espiritual.

Otro tipo de ejercitación filosófica es la conversación, que puede adoptar tanto formas propiamente filosóficas como simplemente espontáneas o cotidianas. Ciertamente, la exposición, enseñanza, comentario o discusión de unas determinadas ideas o perspectivas filosóficas representaría un modo de convertirlas en una serie de reflejos discursivos que han de acabar calando en la psicología o sensibilidad de los interlocutores. La tradición escéptica, por ejemplo, recurrirá a un conjunto de esquemas argumentales o tropos –que también podían llamarse «*logoi*», en el sentido de «argumento», o «*topoi*», en el sentido de lugar común o tópico (Diógenes Laercio, VII, §76)–, con el objetivo de facilitar la expresión de argumentos, imágenes o expresiones que contribuyan a generar en los participantes en la conversación un estado de «suspensión del juicio» o *epokhé*. Tal y como Barnes y Annas estudian, en *The modes of skepticism*, dicha escuela filosófica generaría varios conjuntos de tropos, entre los cuales destacan los diez tropos de Enesidemo y los cinco de Agripa, que acabarían «erigiéndose en un tópico reconocido en la educación filosófica».²¹

También la escuela epicúrea poseyó conjuntos de tropos semejantes. Tal sería el caso del famoso *tetrapharmakos* epicúreo, que conservamos gracias a Filodemo de Gadara, y que contenía cuatro esquemas argumentales que buscaban enseñar a no temer a los dioses, a no inquietarse por la muerte, a considerar que la felicidad es fácil de obtener y a sentir que el sufrimiento es fácil de soportar (*Papiro herculano*, 1005, 4.9-14). Para cada uno de estos objetivos existían argumentos, imágenes o expresiones persuasivas que habían de ayudar al hablante y a su interlocutor a incorporarlas espiritualmente. No es casual que el mismo Filodemo de Gadara fuese maestro de Virgilio e influyese en Horacio, quien acuñaría tópicos filosóficos que luego habrían de interpretarse como meramente literarios. Tal sería el caso del tópico del «*carpe diem*» (*Odas*, I, 11), que no deja de ser una exhortación epicúrea a adherirse al presente, prescindiendo de la culpa o la nostalgia respecto del pasado o del miedo o la esperanza respecto del futuro.

Además de las apoyaturas retóricas de la conversación, las obras literarias escritas, en general (ensayísticas, narrativas o poéticas, breves o extensas) también pueden fungir como ejercitación filosófica. Las obras literarias pueden acompañar ejercicios espirituales de tipo físico, como pasear (*Las ensoñaciones del paseante solitario* de Rousseau, los *Poemas* de Wordsworth, *El pintor de la vida moderna* de Baudelaire),

²¹ Barnes y Annas (1985), p. 21.

viajar (*Diario de viaje a Italia* de Montaigne, *Viaje alrededor de mi cuarto* de Joseph de Maistre, *El arte de viajar* de Alain de Botton), subir una montaña (los opúsculos menipeos de Luciano de Samósata, los poemas de Goethe, *El paseante y su sombra* de Nietzsche), dibujar (*Técnicas de dibujo* o *Pintores modernos* de John Ruskin), contemplar el cielo estrellado (*De rerum natura* de Lucrecio, *Hojas de hierba* de Whitman, *Prosa del observatorio* de Cortázar), enfrentarse a la enfermedad o a la muerte (*Consolación a Helvia* de Séneca, «Filosofar es aprender a morir» de Montaigne, la *Muerte en Venecia* de Thomas Mann, *Nada que temer* de Julian Barnes) o experimentar placeres como el comer, beber o hacer el amor (las *Odas* de Horacio, *El arte de amar* de Ovidio, *L'art de jouir* de Julien Offroy de La Mettrie, *La llama doble* de Octavio Paz). Ciertamente, no es extraño ver a caminantes, viajeros, escaladores o comensales leyendo o evocando, oral o mentalmente, estas u otras muchas obras literarias relacionadas, más o menos explícitamente, con el tipo de ejercicio filosófico que están experimentando.

Las obras literarias también pueden acompañar ejercicios filosóficos de corte existencial, como sería la práctica de una mirada universal o cósmica sobre la propia vida (*De rerum natura* de Lucrecio, *Cuestiones naturales* de Séneca, *La cena de las cenizas* de Giordano Bruno, «Sobre el granito» de Goethe, los relatos «cosmicistas» de Lovecraft, «El Aleph» de Borges, *Matadero 5* de Kurt Vonegut), la asunción de una mirada metafísica, que también puede denominarse asombrada, maravillada o fantástica (*Ortodoxia* de Chesterton, *Piedras* de Roger Caillois, *Ejercicios de admiración* de Cioran, «Del sentimiento de lo fantástico» e *Historias de cronopios y de famas* de Julio Cortázar), la superación de la vergüenza en aras de la adquisición de un habla franca o libre (las anécdotas y diatribas de Diógenes de Sínope, los *Ensayos* de Montaigne, *Ecce homo* de Nietzsche o las obras de Nicanor Parra, Bukovski, Céline o Fernando Vallejo), la renuncia a las ilusiones mundanas del prestigio, el poder o la riqueza (el «beatus ille» de Epodos II, 1 de Horacio, «A la vida retirada» de Fray Luis de León, la *Epístola moral a Fabio* de Andrés Hernández de Andrada, el *Cándido* de Voltaire), el ejercitamiento del *amor fati* (*Epístolas morales* a Lucilio de Séneca, «Palabras originarias» o «Urworte» de Goethe, *La ciencia jovial* de Nietzsche) o la meditación sobre la muerte con el objetivo de dinamizar la vida (la oda I, 11 de Horacio, el *Fausto* de Goethe, *Memorias de Adriano* de Marguerite Yourcenar o *La carretera* de McCarthy).

En otras ocasiones, las obras literarias pueden acompañar ejercicios filosóficos de tipo social o, incluso, político, como sería la práctica y el goce de la conversación filosófica entre amigos (el *Banquete* de Platón, la Oda III, 29, «A Mecenas» de Horacio, el *Convivium religiosum* de Erasmo, «De la amistad» de Montaigne, el *Cándido* de Voltaire), la participación en la vida pública (*Matar a un ruiseñor* de Harper Lee, *Los miserables* de Victor Hugo, *El hombre rebelde* de Camus, *Las uvas de la ira* de Steinbeck), la enseñanza de la filosofía o la literatura (la *Apología de Sócrates* de Jenofonte, *Vidas de filósofos ilustres* de Diógenes Laercio, *El discípulo* de Paul Bourget, *La lección del maestro* de Henry James) o la reconciliación (*Más allá de la culpa y la expiación* de Jean Améry, *La hija de Burger* de Gordimer, *Verano* de Coetzee).

No se trata, claro está, de que a cada obra le corresponda un único ejercicio espiritual o doctrina filosófica. De un lado, una misma obra puede servir para recordar, para meditar o para ejercitar; del otro, las obras literarias, sobre todo las grandes obras literarias, no son reductibles a una sola filosofía, sino que convocan

numerosas doctrinas y sensibilidades. Tal sería el caso, como vimos, de los *Ensayos* de Montaigne, una auténtica enciclopedia de ejercicios espirituales en la que se mezclan, como mínimo, la *ataraxia* escéptica, la *hedoné* epicúrea, el *amor fati* estoico y la autarkhía cínica.

Además de la rememoración, la meditación y la ejercitación, la tradición filosófica de los ejercicios espirituales puede incluir un cuarto momento, que podemos llamar terapéutico, balsámico, purgativo, medicinal o catártico.²² También la literatura y la retórica cumplirían una función esencial en este registro purgativo o terapéutico de la filosofía. Recordemos cómo, para un sofista como Gorgias, la palabra tiene el poder de «acabar con el miedo, desterrar la aflicción, producir la alegría o intensificar la compasión» (*Encomio de Helena*, § 8, p. 206); lo que le llevará a considerar la palabra como un medicamento (*pharmakon*) que posee la potencia (*dynamis*) de introducir orden en el alma (*psykhes taxis*) (§ 14, p. 209). Por su parte, Platón distinguirá entre una buena y una mala retórica (*Fedro* 239e), siendo la buena retórica aquella «que mira hacia el mejoramiento de las almas de los ciudadanos y procura decir lo que es mejor, guste o no guste a la audiencia» (*Gorgias*, 503 a), y afirmará, en el *Cármides*, que el alma «es curada con ciertos ensalmos (*epodais tisin*)» (156d-157a).²³

También para Aristóteles la palabra, en tanto que «*kátharsis*», tiene un poder curativo o purgativo. En su *Poética*, el estagirita afirma que el «lenguaje sazonado», esto es, poseedor de ritmo, melodía y canto, «por obra de la compasión y el temor, lleva a término la purgación (*kátharsis*) de tales pasiones» (6, 1449, b 24-31). Según Bernays, «la “catarsis de las pasiones” podría ser reducida, en último extremo, a un tratamiento “homeopático” del espectador de la tragedia, al término del cual éste, “sanado” conforme al principio *similia similibus*, lograría un alivio acompañado de placer».²⁴

Es importante notar el hecho de que la catarsis sea entendida, en la *Poética*, como «un alivio acompañado de placer», ya que ese placer o *hedoné* era, para Aristóteles, «cierto movimiento del alma, y una vuelta total y sensible hacia el estado natural» (*Retórica*, I, 11, 1369, b 83-34). No se trata, pues, de un mero placer, sino del placer de la felicidad virtuosa, que es la *eudaimonía*. Coincidimos, pues, con Zubiri, «en que la sabiduría o sofía adoptó en la Grecia del siglo V dos formas: una forma patética, la tragedia; otra noética, la filosofía.»²⁵ Es en este sentido en el que afirmamos que la palabra –literaria o retórica– no sólo cumplió una función medicinal en el seno de la filosofía antigua, sino también propiamente psicagógica, y es por esta razón por la que consideramos este momento terapéutico o purgativo como parte de los ejercicios espirituales.

Los ejercicios filosóficos de purga o terapia pueden verse acompañados tanto por obras literarias afines al género retórico de la *consolatio* (*Consolación a su madre Helvia* de Séneca, *Consolación de la filosofía* de Boecio), como por obras

²² En algunas ocasiones este momento ha sido concebido como el primero, puesto que puede funcionar como *praeparatio philosophica*.

²³ Por ensalmos no debemos entender oraciones supersticiosas o mágicas, sino, antes bien, «bellos discursos» (*tous logous einai tous kalous*) mediante los cuales «nace en las almas templanza, *sóphrosyne*, y, una vez engendrada y presente ésta, es fácil ya procurar la salud a la cabeza y al resto del cuerpo» (157 a). En este sentido los Épodos de Horacio, discípulo de Filodemo de Gadara, pueden ser considerados «ensalmos» epicúreos de intención terapéutica.

²⁴ Jacob Bernays (1880), p. 92.

²⁵ Xavier Zubiri (1944), p. 226.

literarias que buscan realizar algún tipo de purga o limpieza de aspectos espirituales considerados negativos, como podrían ser el dogmatismo, el miedo o el egotismo. En lo que respecta a los ejercicios espirituales que buscan purgar el dogmatismo –religioso, epistemológico, político o identitario– que lleva a los individuos a la intolerancia y a las masas, a la guerra, nos encontramos con obras como los opúsculos de Luciano de Samósata, *Que nada se sabe* de Francisco Sánchez, los *Ensayos* de Montaigne, el *Quijote* de Cervantes, *Othello* de Shakespeare, *El primero sueño* de Sor Juana Inés de la Cruz, la *Investigación acerca del entendimiento humano* de Hume, la *Crítica de la razón pura* de Kant, *Otras inquisiciones* de Borges, los *Ensayos escépticos* de Bertrand Russell o *Fuera de lugar* de Edward W. Said. Dichos autores, directa o indirectamente relacionados con la tradición escéptica, encarnan en argumentos, personajes, situaciones o estilos los diez tropos de Enesidemo y los cinco tropos de Agripa, con el objetivo de quebrar nuestra confianza en los sentidos y en la razón como vía de conocimiento, buscando hacernos, como le sucede al final al Quijote –a pesar de lecturas románticas y posrománticas como la de Unamuno–, más tolerantes y circunspectos.

No sólo el dogmatismo es objeto de purga espiritual, sino también el miedo (las *chreiai* de los cínicos, el *De rerum natura* de Lucrecio, *Confianza en uno mismo* de Emerson, *Vuelo nocturno* de Saint-Exupéry, *El poder y la gloria* de Graham Greene, *Carta al padre* de Kafka, «El milagro secreto» o «Tema del traidor y del héroe» de Borges), los traumas (*El hombre en busca de sentido* de Viktor Frankl, *El señor presidente* de Miguel Ángel Asturias, *La fiesta del Chivo* de Vargas Llosa) o las pasiones, en general (la paráfrasis del *Enquiridión* de Epicteto realizada por Quevedo, *Propos sur le bonheur* de Alain). La purga de las pasiones no debe ser entendida como una insensibilización general, sino, antes bien, como un intento de librarse de una perspectiva demasiado individual y limitada –egoísta en el sentido descriptivo del término– para alcanzar una perspectiva que podemos llamar universal, cósmica u oceánica.

Y como estas pasiones egoístas suelen surgir y encadenar a los individuos, no es extraño que exista todo un conjunto de ejercicios espirituales y de obras literarias cuyo objetivo es librarnos de la propia identidad. Estos ejercicios suelen adquirir la forma de una «mirada desde lo alto» asociada, en muchas ocasiones, a un «viaje cósmico», y no se limitan a la época clásica (*Cuestiones naturales* de Séneca, «El sueño de Escipión» de Cicerón, el *Caronte* de Luciano), sino que fueron recuperados por autores humanistas (*Diálogo de Mercurio y Carón* de Alfonso de Valdés, *El Criticón* de Gracián, *El primero sueño* de Sor Juana) y, tal y como estudia brillantemente Hadot en *No te olvides de vivir. Goethe y la tradición de los ejercicios espirituales*,²⁶ en la época moderna, por Goethe. Éste sería, precisamente, uno de los temas más importantes del trascendentalismo americano, con Thoreau, Emerson y Whitman a la cabeza. En general, la liberación de la propia identidad individual, junto con sus miedos, ilusiones y traumas, es un tema fundamental en toda la literatura del siglo XX. Recordemos, por ejemplo, una obra como *Una habitación propia*, de Virginia Woolf, donde se afirma que la razón por la que tantas mujeres de genio no han logrado escribir como Shakespeare es porque no tuvieron la «incandescencia» necesaria para deshacerse de sus traumas y resentimientos individuales –justos, pero improductivos filosófica y literariamente– logrando, de este modo, una perspectiva universal o cósmica.

²⁶ Pierre Hadot (2010), pp. 51-89.

No era posible realizar en un trabajo de esta naturaleza un estudio exhaustivo sobre las relaciones entre la literatura y la filosofía, en general, y la tradición de los ejercicios espirituales filosóficos, en particular. Sin embargo, me parece que con estas páginas queda suficientemente probada la existencia de un enfoque de estudio relativamente nuevo acerca de las relaciones entre la literatura y la filosofía, que hasta ahora solían centrarse más en cuestiones teóricas que prácticas. Asimismo, esta perspectiva nos parece productiva a la hora de replantearse la defensa y los modos de enseñanza de la literatura y la filosofía en la sociedad actual.

2. Referencias bibliográficas

- Abbagnano, N. Y Visalberghi, A. (1969): *Historia de la pedagogía*, México D.F., Fondo de Cultura Económica.
- Alain (2010 [1928]): *Mira a lo lejos*, Barcelona, RBA.
- Barnes, J. y Annas, J. (1985): *The Modes of Scepticism*, Cambridge, Cambridge University Press.
- Berger, Peter (1999): *Risa redentora. La dimensión cómica de la experiencia humana*, Barcelona, Kairós.
- Borges, Jorge Luis (1999): *Obras Completas*, Buenos Aires, Emecé.
- Campbell, Joseph (2014): *En busca de la felicidad: mitología y transformación personal*, Barcelona, Kairós.
- Castany Prado, Bernat (2015): «Las funciones filosóficas de la filosofía y la retórica», en *I Congreso Internacional de Literatura, Filosofía y Teoría de la Literatura*, Madrid, 16, 17 y 18 diciembre 2015.
- Castany Prado, Bernat (2015), “La autoderrisión en la obra de Fernando Iwasaki”, en *Pasavento. Revista de estudios hispánicos*, vol. III, n. 2, pp. 147-168.
- Castro Santiago, Manuela (2004): «La filosofía y la literatura como formas de conocimiento», en *Diálogo Filosófico*, 60, pp. 491-500.
- Erasmus (2008): *Adagios del poder y de la guerra y Teoría del adagio*, edición de Ramón Puig de la Bellacasa, Madrid, Alianza.
- Epicuro (2009), *Obras completas*, edición de José Vara, Madrid, Cátedra.
- García de la Mora, José Manuel (1991): «Estudio introductorio», en Epicteto, *Enquiridión*, Barcelona, Anthropos, pp. VII-XXIV.
- Hadot, Pierre (2006a): «Conversión», en *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*, Madrid, Siruela, pp. 177-188.
- Hadot, Pierre (2006b): *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*, Madrid, Siruela.
- Hadot, Pierre (2009): *La filosofía como forma de vida*, Salamanca, Alpha Decay.
- Hadot, Pierre (2010): *No te olvides de vivir. Goethe y la tradición de los ejercicios espirituales*, Madrid, Siruela.
- Hume, David (1994): *Autobiografía. Resumen del tratado de la naturaleza humana*, Barcelona, PPU.
- Ihrie, Maureen (1982): *Skepticism in Cervantes*, London, Tamesis Books Limited.
- Illouz, Eva (2010): *La salvación del alma moderna. Terapia, emociones y la cultura de la autoayuda*, Madrid, Katz.
- Kinney, Daniel (2000): «Herederos del perro: la personalidad cínica en la cultura medieval y renacentista», en *Los cínicos*, eds. R. Bracht Branham y M. O. Goulet-Cazé. Barcelona, Seix Barral, pp. 383-429.

- Le Rider, Jacques (2012): *Fritz Mauthner. Une biographie intellectuelle*, París, Bartillat.
- León Murciego, Pablo (1962): *Los refranes filosóficos castellanos*, Zaragoza, Librería general.
- Luciano de Samósata (2008): «Filosofía de Nigrino», en *Obras completas*, Madrid, Gredos, t. I, pp. 110-129.
- Mal Lara, Juan de (2013): *La Filosofía vulgar*, Madrid, Cátedra.
- Nietzsche, Friedrich (2000): «Sobre verdad y mentira en sentido extramoral», en *El Libro del Filósofo*, Madrid, Taurus.
- Onfray, Michel (2008): *Las sabidurías de la antigüedad. Contrahistoria de la filosofía I*, Barcelona, Anagrama.
- Piquemal, Michel (2008): *Les philohables*, París, Albin Michel.
- Putnam, Hilary (2011): *La filosofía judía, una guía para la vida*, Barcelona, Alpha Decay.
- Quevedo, Francisco de (1991): *Doctrina de Epicteto puesta en español, con consonantes*, en Epicteto, *Enquiridion*, Barcelona, Anthropos, Barcelona.
- Ramos Domingo, José (1997): *Retórica, sermón, imagen*, Salamanca, Publicaciones Universidad Pontificia de Salamanca.
- Romilly Jacqueline de (1997): *Los grandes sofistas en la Atenas de Pericles*, Barcelona, Seix Barral.
- Sánchez Salor, Eustaquio (2011): «Introducción», en Erasmo, *Recursos de forma y de contenido para enriquecer un discurso*, edición de Eustaquio Sánchez Salor, Madrid, Cátedra, pp. 9-49.
- Sanfélix Vidarte, Vicente (2004): «Introducción», en David Hume, *Investigación sobre el entendimiento humano*, Madrid, Istmo, pp. 7-25.
- Séneca (2010): *Epístolas morales a Lucilio*, 2 vols., Madrid, Gredos.
- Sexto Empírico (1993): *Hipotiposis pirrónicas*, Madrid, Gredos.
- Sloterdijk, Peter (2012): *Has de cambiar tu vida*, Valencia, Pre-Textos.
- Soulez, Antonia y McMahon, Melissa (2000): «Conversion in Philosophy: Wittgenstein's 'saving word'», en *Hypatia*, XV, 4, pp. 127-150.
- Vías Piquer, David (2011): *Erótica de la autoayuda*, Barcelona, Ariel.
- Whitman, Walt (2013): *Perspectivas democráticas y otros ensayos*, Madrid, Capitán Swing.
- Zambrano, María (1971): *Filosofía y poesía*, en *Obras reunidas*, Madrid, Aguilar.
- Žižek, Slavoj (2015): *Mis chistes, mi filosofía*, Barcelona, Anagrama.