

ήματα



Raúl Gutiérrez (editor)

ECOS DE FILOSOFÍA ANTIGUA

Capítulo 32

Con la colaboración de
Alexandra Alván



FONDO
EDITORIAL

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

Μα

Μαθήματα. Ecos de filosofía antigua
Raúl Gutiérrez (editor)

© Raúl Gutiérrez, 2013

© Fondo Editorial de la Pontificia Universidad Católica del Perú, 2013
Av. Universitaria 1801, Lima 32, Perú
Teléfono: (51 1) 626-2650
Fax: (51 1) 626-2913
feditor@pucp.edu.pe
www.pucp.edu.pe/publicaciones

Diseño, diagramación, corrección de estilo
y cuidado de la edición: Fondo Editorial PUCP

Primera edición: octubre de 2013
Tiraje: 500 ejemplares

Prohibida la reproducción de este libro por cualquier medio, total o parcialmente,
sin permiso expreso de los editores.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2013-14555
ISBN: 978-612-4146-50-3
Registro del Proyecto Editorial: 31501361300780

Impreso en Tarea Asociación Gráfica Educativa
Pasaje María Auxiliadora 156, Lima 5, Perú

SOBRE LA FILOSOFÍA COMO TERAPIA EN SÉNECA

Andrea Lozano-Vásquez

PEIRAS, Grupo de estudios en filosofía antigua y medieval
Universidad de los Andes

El propósito central de este texto es esbozar una lectura comprensiva de la obra de Séneca bajo la hipótesis de que esta tiene objetivos eminentemente prácticos y de que cada tipo de discurso, en virtud de sus peculiaridades, encaja en ellos de maneras distintas. Esto es así, se cree, porque la investigación filosófica en el periodo helenístico y romano está evidentemente subordinada a su utilidad ética. Incluso en el seno del estoicismo que se caracteriza por su intelectualismo, el conocimiento tiene sentido para estos filósofos en tanto que elimina los sufrimientos del alma. Por ello se cree también que una buena dilucidación de estos asuntos brindará un panorama confiable del quehacer filosófico en el helenismo y el mundo romano.

Por supuesto que también en el periodo clásico la filosofía es definida por un cariz práctico: vivir filosóficamente hace a los hombres, de hecho, más felices. Mas esto puede ser así puesto que el saber mismo es considerado por los primeros filósofos una fuente de placer. Por el contrario, en los contextos helenísticos y romanos posteriores, la filosofía se practica en función del papel que cumpla esta fuera de sí misma, en la solución de los problemas anímicos ya existentes en quien la ejerce. Por ello, quizá valga tener en cuenta que en estos contextos, la enfermedad del alma es indicación, si no sinónimo, de inmoralidad. El famoso y difundido desiderátum socrático del cuidado de sí se afina en la idea de que llevar una vida buena, digna de ser vivida, en correspondencia con nuestra mejor parte —lo divino o daimónico que hay en cada quien—, requiere de conocimiento, de un trabajo sobre sí que permite elegir lo mejor. Por lo que los métodos filosóficos de cura son, en esencia, indicaciones morales, mecanismos para encontrar y elegir los mejores cursos de acción, no terapia en la comprensión actual.

De hecho, la terapia comprendida como un asunto cognitivo, discursivo, también debe ser correctamente interpretado. La terapia filosófica que cura el alma enferma se concentra en corregir las creencias que esta tiene, aquellas sobre la base de las cuales realiza sus acciones y que son, por decirlo de alguna manera, su personalidad moral. Esto es, aquellos principios sobre los que valora, jerarquiza, escoge. La terapia es lingüística y cognitiva precisamente porque evalúa y corrige los contenidos de los estados mentales —creencias o conocimientos— que se caracterizan por ser expresables en el lenguaje y por ubicarse dentro de la red de información que el sujeto posee del mundo.

Puesto que está en poder del sujeto mejorar y cualificar sus propios estados mentales, la concepción filosófica, especialmente la estoica, considera que la enfermedad es responsabilidad de quien la padece (Cicerón, *Tusculanae disputationes* III, 66). Ello resulta clarísimo si se la concibe en los términos judicativos mencionados. La ignorancia o, lo que es peor, el error de juicio es producto del descuido en el que el individuo deja a su propia alma, de no atender la naturaleza de aquello con lo que la alimenta, de dejar a otros esas responsabilidades. A pesar de culpar al sujeto, esta interpretación tiene una faceta muy positiva; siendo un producto de fallos cognitivos que le es posible corregir, la enfermedad se hace susceptible de cura; concepción que contrasta, por ejemplo, con la religiosa del error moral que subyace a las tragedias.

Aunque no es el único, los filósofos asumen que el mecanismo de esa cura es el discurso, tanto el propio con otro o consigo mismo como el que se «presencia» —se estudia, se lee, se observa como espectador—. De hecho, por ejemplo, en el seno del estoicismo, se invita al paciente a examinarse a sí mismo y con ello a hacerse cada vez más autónomo, a dominar esas partes irracionales —que no razonan o que lo hacen en contra de lo correcto— y alcanzar total control. También se lo incita a examinar a otros, a dilucidar sus motivaciones y acciones y a evaluar sobre la base de estas su carácter moral. En este doble movimiento terapéutico puede ubicarse la obra senequiana, tanto la poética como la filosófica.

Se ha elegido a Séneca, precisamente, gracias a que se conserva, hasta donde se sabe, la mayor parte de su obra y esta es de naturaleza muy diversa. Escribió poemas, tragedias, diálogos, 124 cartas que junto con algunos tratados breves y otros diálogos consideramos su obra filosófica, algunos escritos de ciencia natural y elaboró incluso mapas. Por ello, Quintiliano lo pone aparte de toda su clasificación de escritores y lo cataloga como

dentro de «todo género de elocuencia» (*Institutio oratoria* X, 2, 125-131). De hecho, algunos comentadores creen que esa misma diversidad es la que orilló a muchos lectores a dudar de la autenticidad de sus obras o a atribuir algunas de ellas a su padre (Marcial, *Epigrammaton libri* I, 61, 7-8) o incluso a plantearse la existencia de dos Sénecas distintos aunque contemporáneos —como hace Sidonio Apolinar, *Poemas* IX, 232-238—. Además de las obras analizadas tradicionalmente desde una perspectiva filosófica —*Cartas a Lucilio*, *De ira*, *Sobre la vida feliz*, etcétera—, Séneca escribió una amplia obra poética cuya interpretación ha significado un dolor de cabeza para sus lectores. Ciertamente no fue puesta en escena en su tiempo y no parece estar diseñada para tal propósito; tampoco es completamente consistente con las posturas estoicas sobre la naturaleza de los dioses, el papel del destino y las reacciones de los hombres frente a este y aquellos. Mucho menos parece funcionar con los presupuestos aristotélicos sobre el efecto de la tragedia en el espectador.

Vista como un todo, la obra de Séneca aborda todos los aspectos de la medicina del alma, desde la prevención hasta la curación de la enfermedad; de hecho él mismo considera que estas son las distintas facetas de la enfermedad:

Habiendo tratado lo concerniente a la ira, pasemos a sus remedios (*remedia*). En mi opinión, son de dos clases: unos para no caer en ella, otros para preservarnos de sus faltas. Así como en la medicina del cuerpo hay remedios para conservar la salud y otros para restablecerla (*restituenda praecepta*), así también no son iguales los medios para repeler la ira y para triunfar de ella (*De ira* II, 18).

Hay una fase profiláctica, preventiva, que aspira a modificar y controlar ciertas reacciones naturales y una curativa, en la que, ya presente la emoción, se corrigen los juicios que la producen. Sin embargo, todo esto debe ser antecedido por una cierta concientización de los peligros de la enfermedad anímica, de los rasgos de la emoción. Se propone, pues, comprender la psicoterapia en la obra de Séneca en tres momentos: uno preparatorio, propedéutico, que concientiza al individuo de la necesidad de ponerse en manos de la filosofía; uno segundo, en el que muy superficial y poco dogmáticamente se atacan ciertas tendencias naturales y se corrigen hábitos básicos que pueden propiciar la enfermedad, y, finalmente, un último momento teórico y conceptual, en el que la filosofía limpia, reemplaza y reestructura la vida mental.

No hay nada terriblemente innovador en esta concepción senequiana, que puede incluso rastrearse a la muy básica distinción hipocrática entre medicina preventiva y medicina curativa; Galeno, más tarde aplicará esta misma idea a la medicina del alma. Lo que resulta especialmente relevante de la comprensión senequiana es, por un lado, su holismo y, por otro, la evidente preocupación por los usos discursivos propios de cada etapa de la terapia.

En primera instancia, se propone entonces interpretar la obra poética como esa suerte de propedéutica que apunta a la necesidad de la prevención y el tratamiento de la enfermedad. De hecho, la obra de Séneca es poesía trágica que se ocupa de lo humano, de lo patético, del efecto que el carácter tiene sobre la felicidad. Este es, en breve, el tema de la poesía trágica en general, mas a pesar de esa coincidencia en los intereses y los temas, la diferencia entre la tragedia ática de la que se nutre y la poesía senequiana es considerable. Los presupuestos cósmicos de ambas expresiones son diversos si no diametralmente opuestos. Séneca tiene una concepción de culpabilidad, o mejor de responsabilidad, que impide el hecho trágico mismo; el hombre de Séneca está en un cosmos sin dioses, uno en el que solo de él depende su futuro. Su tragedia no consiste en ser objeto de fuerzas superiores a sí mismo; su tragedia sucede por su propia incapacidad de control.

Esa filosofía es puesta en algunas ocasiones en boca del coro o de los personajes, pero sobre todo está encarnada en algunos héroes que son los olvidados en las tragedias griegas — Astianacte, Polixena, Tántalo, Hipólito y Hércules—. Ellos se ven abocados a moldear su carácter en un mundo hostil, lleno de adversidad, un escenario que favorece los episodios de exaltación pasional. Sin embargo, estos, como dignas encarnaciones del sabio, salen airosos, moralmente intactos a pesar de la desgracia que les sucede.

Pero no todos son modelos de virtud. *Medea*, la tragedia, es la voz del estoicismo en más de un sentido, su propósito es más que ejemplarizante. Intenta más bien ilustrar un caso crítico de enfermedad. Cuando el personaje de Medea medita sobre lo que le ocurre a ella misma, es aún más consciente que su homónima eurípidea de lo desviado de su razonamiento y de que este la ha perdido en la completa irracionalidad. Se da cuenta también de lo que ha hecho a su carácter, de su pérdida de identidad como individuo racional.

Los personajes senequianos realizan una profunda reflexión sobre las emociones que los dominan. De acuerdo con sus propias palabras,

Creonte reconoce estar poseído por el temor ante las acciones de Medea, Jasón por el amor de padre al punto de considerar inmolarse (versos 550, 1005), la nodriza por el pavor ante la posibilidad de verse arrastrada por el torrente de la ira de Medea. Por supuesto, también Medea misma, mas no sabemos cuál es su emoción. Ella es presa de todas, el vaivén de una a otra la convierte en prototipo de inestabilidad (935). Por eso, quizá, no se habla de carácter; la volatilidad de su razonamiento impide la consolidación de una forma de ser. No hay rastro en ella de nada que no sea pasión. Se ha convertido en la fuerza anímica misma, en la corriente desviada de su razón. Es notable, entonces, que Séneca —a diferencia de Crisipo y Epícteto, por ejemplo— no la mencione en lo absoluto en su reflexión teórica en el *De ira*. O bien su historia tiene un papel propedéutico más que teórico, o bien ella es el perfecto contraejemplo ante el que la teoría no puede responder.

Sea como sea, si existe propedéutica, esta no es conceptual. Las palabras de los personajes de Séneca retumban en los oídos del escucha o lector de una manera inusual; no se espera un reconocimiento del error moral —temor— ni un movimiento racional de reparación —compasión—. La sensación que le queda al espectador es, más bien, desolación. Se acude al patetismo para evidenciar la necesidad de abandonar la pasión, pero más que por su irracionalidad por su peligrosidad. Más que temor y compasión, el espectador senequiano sufre un *shock*, un cierto trauma que permite una mejora moral. Dicho en términos más contemporáneos, el espectador sufre un trauma y este padecimiento implica una suerte de crecimiento. Este parece tener lugar porque en virtud del choque entre sus creencias, deseos, juicios y expectativas, el individuo que es ahora consciente de los peligros de la pasión se ve forzado a hacer cambios en la manera en que se concibe a sí mismo, en su relación con otros, y se ve en la necesidad de hacer cambios profundos en sus compromisos morales y en la comprensión filosófica de su propia naturaleza. Se ha usado el término *sensación* para referir el efecto en el espectador intencionalmente, pues debe recordarse que, de acuerdo con el propio Séneca, las artes provocan en sus espectadores solamente primeros movimientos, una cierta clase de antecedente de la emoción que no debe ser identificado con ella (*De ira* II, 2, 3-6); las emociones del espectador trágico no son emociones cabalmente hablando. Así comprendidas, las artes permiten «experimentar» algunas de sus consecuencias morales, sin aún estar completamente inmersos en la pasión. Atrapados por ella no queda nada más que el dolor. Medea es el límite de aplicación de la teoría, la excepción que confirma la regla,

la némesis que requiere el individuo para aceptar estoicamente su condición de vulnerabilidad. El lector y espectador de *Medea*, al presenciirla, se hace consciente de la enfermedad, de los riesgos que ella implica, de la necesidad de profilaxis y, en el peor de los casos, de la rápida curación.

Adicionalmente se anota, meramente al pasar, que algunos de los mecanismos retóricos de las piezas teatrales pueden aprovecharse para ganar dominio de sí en contextos más amplios que los escenificados en las obras. Star, por ejemplo, supone que la reflexión constante de los personajes principales en la escena es el medio por el cual estos llegan a constituirse en lo que ellos definitivamente son (2006). Lamentablemente ellos se hacen cada vez más constantes, pero en el mal. Con todo, sus recurrentes análisis de la conducta propia revelan, por un lado, la perversidad de sus intenciones, por otro, la utilidad del examen de los pensamientos, intenciones, de la propia historia en la conquista de la coherencia entre el carácter y las acciones, en la conquista de la identidad. En este sentido, la obra ejemplifica y enseña un modelo primitivo de autoexamen que conduce al descubrimiento de la enfermedad e indica la necesidad de ayuda médico-filosófica para salir del padecimiento.

Las dos etapas siguientes se corresponden muy efectivamente con la concepción senequiana de la emoción, concepción que pretende resolver algunas de las críticas que formuló Posidonio, por ejemplo, a la comprensión crisipiana de esta. La llamada teoría de los primeros movimientos o *προπάθειαι* intenta explicar algunas de las reacciones fisiológicas, animales y en general, no pensadas, que acompañan la experiencia emocional. A esa clase de experiencias se dirige también, parece, la empresa terapéutica del *De ira*. En este primer momento tienen lugar aquellas reacciones que no podemos evitar, que —en términos más estoicos— no están en nuestro poder y que, por lo mismo, no podemos identificar con la emoción. Los ejemplos senequianos son contundentes:

[...] el estremecimiento que produce la aspersion con agua fría o el contacto de ciertos cuerpos, los cabellos se erizan si recibimos malas noticias, el rubor cubre nuestra frente ante palabras altisonantes y el vértigo nos domina si miramos al precipicio. [...] No dependiendo de nosotros estas impresiones, no pueden contenerlas las persuasiones de la razón (*De ira* II, 2).

Todas estas son respuestas inmediatas de los miembros en virtud quizá de su constitución, de su propia naturaleza. A estas ni siquiera el hombre sabio puede escapar y por lo mismo no pueden ser consideradas

como una alteración. De hecho, en las *Cartas a Lucilio* (57, 6), distingue entre perturbaciones (*perturbationem*) y alteraciones (*mutionem*), dejando en claro que solo las segundas son las verdaderas enfermedades del alma o al menos los movimientos repentinos cuya repetición y constancia constituyen la enfermedad. Por lo que ante esos primeros movimientos que no puede controlar la razón, quizá lo máximo posible sea intentar atenuar su aparición (*De ira* II, 4).

Como se mencionó antes, en esa primera etapa profiláctica Séneca se acoge a la medicina de su tiempo y da cuenta de los remedios preventivos apoyado en la teoría humoral. Dada la mezcla de los elementos en cada individuo, se posee un temperamento que explica en buena medida las reacciones inmediatas y, por lo mismo, las propensiones a cierto grupo de emociones (II, 19-20). Podemos, por ejemplo, suponer que Medea es como es, en buena medida, por su lugar de nacimiento y por su carácter bárbaro, se trata de un alma fuerte y enérgica en la que, según Séneca, se producen esta clase de pasiones:

Esto sucede porque las almas fuertes y naturalmente enérgicas, antes de ablandarlas la civilización, son propensas a la ira. Ciertos sentimientos solamente brotan en los espíritus mejores, como en terrenos fécondos aunque incultos crecen árboles robustos; pero son muy diferentes los productos de las tierras cultivadas. Así, pues, esos ánimos naturalmente enérgicos son iracundos, fogosos y viriles, nada mezquino y débil encierran; mas esta energía es imperfecta como todo lo que se desarrolla sin arte por la fuerza sola de la naturaleza; y si no se les doma desde el principio, estos gérmenes del verdadero valor degeneran en audacia y temeridad (II, 15, 1).

De modo que lo único posible en aras de evitar esas primeras reacciones que puede desencadenar la emoción es, por ejemplo, controlar la ingesta de ciertos alimentos y bebidas, llevar una vida más tranquila y alejada de las ciudades y las grandes empresas, propender por la tranquilidad. En el caso de Medea, se podría incluso decir, como hace el Jasón eurípideo, que su mero traslado a tierra civilizada es una ayuda para su mejoría moral.

Sin embargo, no todas las medidas son tan, por decirlo de alguna manera, superficiales. Por poner un caso, concediendo a la repetición un importante valor pedagógico y psicológico, se reflexiona sobre el tipo de educación que reciben los niños y los estímulos a los que se los ha de exponer frecuentemente; sobre el carácter de sus preceptores, sobre la clase de historias ejemplares que deben narrárseles, etcétera (II, 21-23).

Además, algunos de los consejos senequianos tienen un pie en el examen de los deseos, las creencias y las motivaciones que ya se ejemplificaba en las tragedias. El hombre que quiere evitar esos primeros movimientos debe además «desterrar de su alma las sospechas y conjeturas», limitarse a lo que meramente ven sus sentidos, examinarse para descubrir en sí mismo los defectos que castiga en el otro (II, 28). Sin embargo, no hay aquí la misma sistematicidad que sí se da, por ejemplo, en Epícteto. El autoexamen que se le propone a Novato no es el que realiza un filósofo; en *De ira* II, 26, por poner un caso, Séneca le habla a Novato sobre la distinción entre las cosas valiosas y las que son indiferentes. Sin embargo, nunca expone esta conocida doctrina estoica explícitamente y se limita a ponerle ejemplos obvios en los que resulta absurdo apasionarse por ciertos objetos.

Mas como señala Sorabji, el que no haya adoctrinamiento sistemático no quiere decir que no se empleen técnicas más filosóficas con miras profilácticas (2000, p. 162). La muestra más clara de ello es el intenso trabajo que se realiza en los libros I y III del tratado con el propósito de eliminar las posiciones filosóficas —concretamente Aristóteles— y sociopolíticas que consideran que la ira tiene alguna utilidad. Esto es necesario puesto que dicho juicio es el origen de las actitudes iracundas de Novato y de muchos de los de su clase. Luego, en este caso concreto, la refutación, más que corregir o cambiar, pretende eliminar.

Cosa muy distinta ocurre en las *Cartas a Lucilio*. Allí se insiste muchas veces en la doctrina de los indiferentes (78), se la explica y tematiza en detalle (74, 75, 82), se la contrasta con otras posiciones y se resaltan sus ventajas teóricas y vitales (82). En esta tercera etapa en la que, de acuerdo con la hipótesis aquí esbozada, se ubica la terapéutica filosófica misma, el proceder de Séneca es más consciente, se encuentra atento a cada aspecto de su labor: el estilo, el contenido, su eficacia moral. Poco es lo que se conoce del histórico Lucilio, por lo que resulta muy complejo establecer su efectiva conexión con el personaje. Sin embargo, por las mismas cartas sabemos que era un joven con un alma fuerte y correctamente entrenada para enfrentar la adversidad (2, 1; 13), con talento e interés filosófico (4, 2; 16), conocedor de algunas doctrinas filosóficas, en especial del epicureísmo (9, 16, 18, etcétera) y, por supuesto, del estoicismo y, sobre todo, un hombre profundamente motivado por hallar en el autoconocimiento y la sabiduría su felicidad (31, 1; 37, 1, etcétera). Pero todo esto no es suficiente:

No necesitas testimoniármelo con más palabras y razones; sé que has aprovechado mucho. Comprender de dónde viene lo que escribes;

no es ni fingido ni afectado. Pero he de decirte lo que pienso; ya tengo esperanzas en ti, pero no todavía confianza. Quiero que tú hagas lo mismo; no has de creer en ti mismo pronto y fácilmente. Examínate a ti mismo; escudriñate y obsérvate por varias partes; ve ante todo si progresas en la filosofía o en la misma vida. No es la filosofía un artificio para el pueblo ni [es] propia para la ostentación. No ha de usarse para pasar el día con algún placer, para quitar el fastidio a la ociosidad. Forma y modela el alma, ordena la vida, rige las acciones, indica lo que ha de hacerse y omitirse, se sienta al timón y dirige el curso de los que van fluctuando por las dudas. Sin ella nadie puede vivir sin temor; sin ella nadie puede vivir con seguridad (16, 2-3).

Se intentará aprovechar todo lo posible este fragmento de la carta 16 y plantear la mayor parte de las consideraciones a propósito de él. A diferencia de la obra teatral y del tratado sobre la ira, las cartas incluyen de manera explícita al paciente de la terapia. Se dice aquí «paciente» en sentido impropio porque esa apelación precisamente lo involucra y lo hace actor protagónico de su mejoría moral. Por ello, cada carta comienza nombrando una cualidad, una circunstancia, un estudio, una acción que ocupa a Lucilio y muestra sus progresos, su talante filosófico, el buen prospecto de su «sanación». También de «curación» se habla impropriamente. Lucilio no está enfermo, podría estarlo y por ello requiere de la filosofía, pero estrictamente hablando no lo está.

En concordancia con esa distinción entre los primeros movimientos y las pasiones, Séneca también distingue entre estas y la enfermedad del alma o, mejor, entre el estado, el episodio emocional, y el carácter al que la repetición de este da lugar. El alma está enferma cuando las pasiones se han endurecido en ella y la perversidad de estos estados se ha inveterado. Por ello, Séneca recomienda a Lucilio que se examine todo el tiempo, que busque en él los primeros indicios de la enfermedad y los elimine.

Y así como la enfermedad es una reiteración, así lo es también la salud. Lucilio y Séneca (27, 1-2) ven el bien y en ocasiones lo hacen, pero también en ocasiones lo olvidan, resbalan de nuevo. Aunque conocen al dedillo las posturas estoicas sobre los bienes reales y los aparentes, sobre el destino, sobre el alma, eventualmente aparece la pasión y se hace difícil perseverar. Por ello, no basta con tener la filosofía o con atesorarla como un signo de estatus, de intelectualidad. Ella debe hacerse carne y modelar cada una de las actividades anímicas y, en consecuencia, humanas de estos individuos. Con ese propósito, insiste Séneca, no basta tenerla en la mente,

conocer es algo más que tener acceso a las doctrinas, que estar familiarizado con ellas: «¿Cuándo lo que hayas aprendido lo fijarás en ti de modo que no puedas olvidarlo? ¿Cuándo lo pondrás en práctica? Porque no basta, como en otras cosas, entregarlas a la memoria: es menester traducirlas en obras» (75, 7). Y ese alcanzar la sabiduría es progresar. De nuevo aquí es posible apoyarse en una postura teórica de Séneca. En él, como en ningún otro estoico, son clarísimas ciertas etapas en el progreso moral: los más avanzados son aquellos que gracias a su esfuerzo y trabajo hacia el bien ya no pueden perderlo, pero no son sabios aún en la medida que ellos mismos no saben que ya no corren peligro. En la segunda etapa están aquellos que ni estando enfermos ni experimentando pasiones aún no tienen esa sanidad firme, recaen ocasionalmente y su estado vuelve a empeorar. Los terceros están a salvo de los peores vicios —la avaricia, la lujuria, por ejemplo—, pero aún experimentan ira, temor, ambición. Podría pensarse por sus propias reflexiones que en este tercer estadio estaría, por ejemplo, Novato, si es que los consejos de su hermano han surtido efecto. Lucilio estaría un poco más allá. Su esfuerzo consiste en interiorizar de tal modo la doctrina que sea capaz ella misma de dirigir su vida o, más específicamente, de identificar de tal forma su alma con la verdad que esta sea el timonel de sus estados y acciones. Así las cosas, la vida del sabio es aquella en la que la seguridad, la libertad y, sobre todo, la constancia predominan. La vida del sabio, más que una llena de doctrina, es aquella que tiene certeza de la ansiada constancia y seguridad.

La teleología juega aquí un papel angular. Solo a la luz de una promesa como la de la perfección del curso de la naturaleza y la felicidad para quien logre comprender el orden, la racionalidad y bondad de ese curso tiene sentido la propuesta del progreso. Y hay pues en este aspecto también una distancia con el epicureísmo que sería importante explorar. La reiteración y repetición de las máximas del maestro Epicuro tiene que ver con la tendencia natural del alma hacia la alteración, a dejarse llevar por opiniones y falsas apariencias. Tener en mente la doctrina ayuda a evitar esa propensión. Aquí, por el contrario, la reiteración es constructiva. El ejercicio constante promete llevarnos a la mejor condición posible, la del sabio, condición en la que el hombre se identifica con el dios gracias, precisamente, al perfeccionamiento de su mejor parte (48, 11). En ambos casos, la felicidad es un fin, pero mientras que en el estoicismo este es el fin de los hombres como parte de un todo perfecto y por lo mismo *feliz*, en el epicureísmo dicho fin es una búsqueda personal que de una manera

no accidental supone distinguir entre el mundo físico, ciego y determinado, y aquello que en tanto humano depende definitivamente de mí.

Ese estado siempre idéntico, seguro, constante del final del pasaje es, de hecho, en Séneca la virtud moral por excelencia (20, 2). De ahí el uso de la imagen del timón. El hombre que se abandona a la filosofía ha dado el timón de su existencia al timonel más constante, más sabio, más providente, al mejor. Sin embargo, dominarse completamente como para poder entregarse a una sola dirección es una tarea que requiere todo el ejercicio filosófico que tiene lugar en las cartas. Este es un ejercicio de una naturaleza muy especial. Tal como Séneca indica, no es la dialéctica propia de la filosofía teórica (85, 1), aunque esta use también argumentos. Cabe preguntarse, pues, en qué sentido es útil la filosofía o mejor en qué ayuda la teoría a mejorar el alma. La primera respuesta y más evidente apunta a la corrección del error. De hecho, la filosofía elimina las falsas creencias que son causa de perturbación, pero no simplemente reemplaza unas por otras, sino que quita la ofuscación, la irritación (94, 5) que el error causa en nuestra economía mental. Por otro lado, el conocimiento de los criterios para la acción libera al hombre de la tutela de otros. Si bien es posible que no sea capaz de dominar ciertos aspectos de su propio yo (94, 8), no tendrá por qué buscar los criterios fuera de sí. Además, es necesario el estudio de la naturaleza de las cosas, del alma, etcétera, pues la mente vacía de preceptos está, según Séneca, inclinada a lo peor (94, 13). Luego se entrega a la filosofía en la medida que ella llena con preceptos generales, simples, aplicables a todas las circunstancias de acción, los vacíos que dejaron las falsas creencias.

Además, como puede vislumbrarse a partir de la comparación con la catarata, por un lado, al quitarla, el individuo recobra su condición natural. El error es visto como una pérdida de naturaleza y la filosofía, comprendida como el correcto uso de la razón, ayuda a recuperarla. Por otro lado, la liberación que hace la filosofía en el alma del individuo no solo lo favorece a él sino también a quienes lo rodean. En este sentido, el aprendizaje de la doctrina tiene además un impacto social. Así las cosas, Lucilio estaría en capacidad de enfrentarse a la vida con todas las herramientas que le brinda la filosofía: los mecanismos para evitar la enfermedad, una incipiente examinación que lo aleja de las falsas opiniones, una más estricta que le permite encontrar dentro de sí posibles gérmenes de enfermedad y un cuerpo de doctrina que provee tranquilidad y criterios para la acción. El público filosófico tiene, pues, una propuesta terapéutica que ofrece cierta efectividad.

Pero, ¿qué puede hacer la filosofía cuando el sujeto ya está poseído por la enfermedad? Es esta una cuestión que se deja apenas esbozada y que significa un nuevo reto para la veta psicológica y terapéutica del estoicismo. Si se sigue el hilo de la argumentación anterior, parece que la ventaja curativa de la filosofía consiste en evitar que caigamos en la enfermedad. En varias etapas y desde varias perspectivas se intenta hacer una profilaxis que proteja de la pasión. Pues una vez que se hayan endurecido ciertos estados en el alma esta será reactiva a la labor filosófica. Por ello, Séneca da una importancia tal a la labor que cumple en la prevención del vicio el *shock* del teatro y la poesía.

En lo anterior se espera haber demostrado que la propuesta estoica ofrece paso a paso una psicoterapia que, además de controlar los primeros movimientos, corrige las creencias que dan origen a las pasiones y promete una estabilidad anímica que asegura la felicidad.

BIBLIOGRAFÍA

- Cicerón (1918). *Tusculanae disputationes*. Edición de Max Pohlenz. Leipzig: Teubner.
- Marcial (1925-1976). *Epigrammaton libri*. Edición de Wilhelm Heraus y Jacobus Borvoskij. Leipzig: Teubner.
- Quintiliano (1922). *Institutio oratoria*. Texto latino y traducción de Harold Edgeworth Butler. Cambridge-Londres: Harvard University Press-Heinemann.
- Séneca (1977). *Dialogorum. Libri Duodecim*. Edición y notas de Leighton Durham Reynolds. Oxford: Oxford University Press.
- Séneca (1985). *Cartas a Lucilio*. Traducción de José María Gallegos Rocafull. México DF: Secretaría de Educación Pública.
- Star, Christopher (2006). Commanding Constantia in Senecan Tragedy. *Transactions of the American Philological Association*, 136, 207-244.
- Sorabji, Richard (1997). Is Stoic Philosophy Helpful as Psychotherapy? *Bulletin of the Institute of Classical Studies. Aristotle and After*, 68, 197-209.
- Sorabji, Richard (2000). *Emotions and Peace of Mind. From Stoic Agitation to Christian Temptation*. Oxford: Oxford University Press.