



ESTUDIOS CLÁSICOS:
LA *KALOKAGATHÍA* Y LA SEMÁNTICA
DEL CUIDADO DE SÍ

Juan Fernando García Castro
Bayron León Osorio Herrera
Juan Eliseo Montoya Marín
Editores



Universidad
Pontificia
Bolivariana

936
E82

Estudios clásicos: la *kalokagathía* y la semántica del cuidado de sí / Juan Fernando García Castro, Bayron León Osorio Herrera y Juan Eliseo Montoya Marín, Editores -- Medellín: UPB, 2019.

165 p: 14 x 23 cm. --

ISBN: 978-958-764-788-4 / ISBN: 978-958-764-789-1 (versión digital)

1. Roma antigua – Ensayos – 2. Grecia antigua – Ensayos – 3. Belleza – Ensayos – I. García Castro, Juan Fernando, editor – II. Osorio Herrera, Bayron León, editor – III. Montoya Marín, Juan Eliseo, editor

CO-MdUPB / spa / RDA

SCDD 21 / Cutter-Sanborn

© Juan Fernando García Castro
© Ethel Junco
© Bayron León Osorio Herrera
© José Daniel Gómez Serna
© Juan Eliseo Montoya Marín
© Gonzalo Soto Posada
© Conrado Giraldo Zuluaga
© Luis Fernando Fernández Ochoa
© John Edison Mazo Lopera
© Mateo Navarro Quintero
© Editorial Universidad Pontificia Bolivariana
Vigilada Mineducación

Estudios clásicos: la *kalokagathía* y la semántica del cuidado de sí

ISBN: 978-958-764-788-4

ISBN: 978-958-764-789-1 (Versión digital)

DOI: <http://doi.org/10.18566/978-958-764-789-1>

Primera edición, 2019

Escuela de Teología, Filosofía y Humanidades

Facultad de Filosofía

CIDI. Grupo: *Epimeleia* Proyecto: Didáctica de las lenguas clásicas: enseñanza y aprendizaje en la formación universitaria. Radicado: 137C-05/18-42

Gran Canciller UPB y Arzobispo de Medellín: Mons. Ricardo Tobón Restrepo

Rector General: Pbro. Julio Jairo Ceballos Sepúlveda

Vicerrector Académico: Álvaro Gómez Fernández

Decano de la Escuela de Filosofía, Teología y Humanidades: Luis Fernando Fernández Ochoa

Editor: Juan Carlos Rodas Montoya

Coordinación de Producción: Ana Milena Gómez Correa

Diagramación: Andrea García Mesa

Corrección de Estilo: Delio David Arango

Foto portada: Silvio Kundt / @eskandthewood

Dirección Editorial:

Editorial Universidad Pontificia Bolivariana, 2019

Correo electrónico: editorial@upb.edu.co

www.upb.edu.co

Telefax: (57)(4) 354 4565

A.A. 56006 - Medellín - Colombia

Radicado: 1939-17-12-19

Prohibida la reproducción total o parcial, en cualquier medio o para cualquier propósito sin la autorización escrita de la Editorial Universidad Pontificia Bolivariana.

Consolatio ad Apollonium de Plutarco. Técnicas de educación emocional ante la pérdida de un ser querido*

John Edison Mazo Lopera**

“μακάριοι οἱ πενθοῦντες,
ὅτι αὐτοὶ παρακληθήσονται”
(Mt. 5.4)

Introducción

El dolor ante la pérdida de un ser querido no se aplaca de la misma forma en todas las sociedades y en todas las épocas. De hecho, las emociones se pueden considerar como fenómenos históricos que responden a las dinámicas sociales y culturales de cada sociedad. En este orden de ideas, la literatura de consolación en la antigüedad clásica ofrece la oportunidad de abrir, tal como lo plantea Han Baltussen (2013), una ventana hacia “*the ancient emotion of grief*” (13).

* El presente capítulo se deriva del proyecto de investigación “Didáctica de las lenguas clásicas: enseñanza y aprendizaje en la formación universitaria” (137C-05/18-42) de los grupos de investigación *Epimeleia* de la Escuela de Teología, Filosofía y Humanidades de la Universidad Pontificia Bolivariana (UPB), Medellín, y de *Lengua y Cultura* de la Escuela de Educación y Pedagogía de la misma Universidad.

** Candidado a *PbD.* en Historia por la Universidad Nacional de Colombia, sede Medellín, Magister en Historia por la misma Universidad, y Filósofo de la Universidad de Antioquia. Docente de la Facultad de Filosofía de la Escuela de Teología, Filosofía y Humanidades (ETFH) de la Universidad Pontificia Bolivariana (UPB), Medellín. Integrante del grupo de investigación *Epimeleia* de la UPB. Correo electrónico: john.mazol@upb.edu.co

Los escritos de consolación, en consonancia con la idea de la filosofía antigua como medicina para el alma, pretendían curar el dolor mediante estrategias filosóficas que pueden ser consideradas como técnicas de educación emocional en la antigüedad. Con ellas no se intentaba eliminar o negar el dolor humano, sino brindarle un tratamiento racional de tal modo que la terapia contribuya a entender lo que esencialmente hace parte del dolor en el ser humano y lo que no es connatural a ese padecimiento.

David Konstan (2006) afirma que: “el género de la consolación fue pensado no tanto para cortar el dolor de raíz como para prevenir que se establezca como un hábito permanente” (256).¹ Esa tendencia a prolongar y acentuar la experiencia del dolor (*grief*) al afrontar la pérdida de un ser querido fue un motivo considerable para que la reflexión filosófica en la antigüedad, planteara estrategias alternativas para contrarrestar los efectos dañinos de algunos comportamientos y pensamientos que acompañan el luto.

En este sentido, agrega Konstan que: “los griegos y los romanos reconocieron el poder del sufrimiento e inventaron los modos de mitigarlo, desde el consejo filosófico hasta el límite oficial sobre el periodo de duelo” (256).² La filosofía antigua reflexionó sobre la inconveniencia del luto extremo (Séneca *Consolación a Polibio* 6.1) y las enfermedades del alma que prolongan dicho sufrimiento. Una muestra de esto se observa en *Consolatio ad Apollonium* donde Plutarco escribe palabras de consuelo a un amigo para que afronte la muerte de su hijo con la educación emocional que proporcionan los bálsamos de la filosofía.

A continuación se analizan cuáles fueron los bálsamos filosóficos y qué tipo de procedimientos se utilizaron para curar el dolor ante la pérdida de un ser querido a través de las cartas de consolación. En primer lugar, se exponen los antecedentes de la filosofía como medicina para el alma; luego, se presentan los aspectos generales de las consolaciones en la antigüedad y, posteriormente,

1 “The genre of the consolation was intended not so much to cut grief off at the root as to prevent it from settling in as a permanent habit.” La traducción es propia.

2 “The Greeks and Romans recognized the power of grief, and devised ways of assuaging it, from philosophical advice to official limits on the period of mourning.” La traducción es propia.

se analizan estos mismos procedimientos y los bálsamos filosóficos aplicados por Plutarco en *Consolatio ad Apollonium* (en adelante *Cons. Ap.*), entendidos en este artículo como antiguas técnicas de educación emocional ante la pérdida de un ser querido.

1. Antecedentes de la filosofía como medicina para el alma

Fueron los mismos griegos quienes compararon la filosofía con la medicina.³ La utilidad práctica de su ejercicio trata sobre la curación de las enfermedades del alma que prolongan la rivalidad, los celos, la angustia, el duelo, la tristeza, la tribulación, el lamento, la preocupación, el dolor, la inquietud, el desaliento, la desesperación y otros estados de ánimo que los griegos sintetizan con el uso del concepto πάθη (Pabón 2012).

La filosofía antigua representó una forma de vida cuya dimensión práctica tiene por objeto la salud del alma.⁴ Aquí se da una preocupación constante por el pensamiento y la acción en tanto que estas se relacionan mutuamente con la naturaleza física y racional del ser humano. Las causas del sufrimiento pueden recaer en aspectos físicos o ser producto de diferentes agitaciones del alma. Sin embargo, los padecimientos físicos, al considerarse como parte de los fenómenos de la naturaleza, no dependen de los designios humanos; mientras las afecciones del ánimo entendidas como fenómenos que tienen su sede en el alma, sí dependen de nosotros (Epicteto *Manual* 1.1, 3). De ahí que, los ejercicios espirituales de la filosofía antigua enfatizan que la salud espiritual depende especialmente de las opiniones que posee el hombre sobre las cosas.

Martha Nussbaum al igual que Pierre Hadot reconocen en los escritos clásicos de la filosofía antigua que la salud del alma depende de las opiniones. En este caso, el trabajo terapéutico de la filosofía antigua consistió fundamentalmente en dar tratamiento a

3 Platón *República* 564bc, *Gorgias* 504bd; Seneca *Ep* 2.3; 8.2; 27.1; 29.8; 40.5; 50.9; 53.7; 54.2; 64.8; 68.7; 78.3; 79.25; 94.17; 95.19; 106.6; 114.22; 115.6; Epicuro *Carta a Meneceo* 122, *Exhortaciones* 54; Cicerón *Tusc.* 3.6; 3.40; 3.54; 4.24; 4.58.

4 Hadot (1998 y 2009), Foucault (1990 y 2010), Nehamas (2005), Nussbaum (2003), Gual C.G. (2002).

los falsos juicios de valor. En *La terapia del deseo* (2003), la filósofa estadounidense dice: “La filosofía cura enfermedades humanas, enfermedades producidas por creencias falsas” (34). Por su parte, Pierre Hadot en *La ciudadela interior* (2013), considera que “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” (111). Estas observaciones plantean que los alivios proporcionados por la filosofía antigua estaban orientados hacia el tratamiento de las falsas consideraciones sobre las cosas, involucrando estados de ánimo y comportamientos que simpatizan con el error de algunas opiniones que pueden conducir hacia la infelicidad.

Michael Foucault también considera que para los antiguos la filosofía implicaba ciertos ejercicios espirituales que en términos terapéuticos estaban orientados hacia el “cuidado de sí”. Ejercicios o prácticas que denominó *Tecnologías del yo* (1990). En general, el filósofo francés menciona seis: 1) **meditar**: este ejercicio fue utilizado para examinarse a sí mismo, administrando los errores que se comenten y recordando las verdades que son útiles para la vida (71); 2) **imaginar el mal**: este ejercicio fue útil para enfrentar los reveses de la fortuna (61), especialmente cuando la meditación hace uso de la imaginación para representarse una gran desgracia que puede ocurrir: “Imagínate, sea cual fuere el acontecimiento que temes, que se ha de realizar indefectiblemente; y ese mal, no importa el que sea, tú mismo supéralo mentalmente y evalúa tu temor” (Séneca *Ep.* 24.5).⁵ Así, el estoico se adiestra para esperar y aceptar los designios de la fortuna,⁶ tal como lo ilustra Epicteto con la oración matutina: “Condúceme, Zeus, y tú, Destino, / al lugar que me tenéis señalado. / Que yo os seguiré diligente” (Epic-

5 Traducción de Ismael Roca Meliá (Planea-DeAgostini, 1995).

6 Al ejercicio que intenta imaginar desgracias con el propósito de prepararse en caso de que ocurran, se denomina *praemeditatio malorum*. Según Foucault, imaginar desgracias implica tres casos: primero, que los acontecimientos futuros ocurran, no como puedan ocurrir, sino que pueden ocurrir de la peor forma; segundo, que no ocurrirán en un tiempo lejano, sino en aquí y ahora; tercero, “se hace esto no para experimentar sufrimientos inexplicables, sino para convencerse a uno mismo de que no son verdaderas desgracias” (Foucault, 1990, 75-76).

teto *Manual*, 53)⁷; 3) **escribir**: este ejercicio Foucault lo menciona refiriéndose a la correspondencia epistolar entre amigos. El propósito de estos ejercicios consistió en actualizar las verdades que uno necesita decirse a sí mismo (Foucault, 1990, 61), ya que las cartas también hacen parte de un ejercicio autobiográfico.⁸ Por eso mismo, afirma que, “el sí mismo es un objeto de lo cual hay que escribir”;⁹ 4) **interpretación de los sueños**: aunque esta técnica no se desarrolla ampliamente en las *Tecnologías del yo*, por lo menos, sí se mencionan dos libros que pueden contribuir a su comprensión. El primero de ellos se refiere a *La Interpretación de los sueños* de Artemidoro y, el segundo, se refiere a los *Discursos sagrados* de Elio Aristides. Sobre este último, Foucault (1990) sugiere que los sueños eran útiles para recibir consejos de los dioses. Y sobre el primero, menciona que los sueños para los antiguos eran un objeto de preocupación porque ellos anunciaban el futuro (78-79); 5) **gimnasia**: esta técnica hace alusión a una serie de ejercicios físicos que someten el cuerpo a duras pruebas de abstinencia sexual, alimentación y restricción de algunas comodidades cotidianas (77). Estos ejercicios tenían como propósito disponer el cuerpo para que resista las incomodidades que puede deparar un futuro incierto y los caprichos de la fortuna; 6) **ejercicios sofísticos y éticos**: estos ejercicios los menciona Foucault refiriéndose al juego de preguntas y respuestas que hacen parte de las prácticas entre maestro y discípulo. Así también, menciona los “ejercicios ambulatorios” que se refieren a los paseos matutinos en los que el filósofo intenta observar sus propias reacciones durante el día. Y más adelante, agrega que otro ejercicio consiste en “el control de las representaciones” con el que se intenta recordar los principios de la acción (78). Así pues, estos ejercicios espirituales o *tecnologías*

7 Traducción de Paloma Ortiz García (Gredos, 1995).

8 Para los estoicos de los siglos I y II d.C., tenerse a sí mismo como objeto de estudio y objeto de narración autobiográfica implicó describir detalles minuciosos e incluso insignificantes sobre sí mismo. Y al respecto, opina Foucault que, “Cicerón solo cuenta las cosas importantes, pero en la carta de Aurelio estos detalles (inútiles) son importantes porque se refieren al tú: lo que tú has pensado, lo que tú has sentido.” (1990, 64).

9 Según Foucault, este tipo de ejercicio epistolar y autobiográfico se realizó con más frecuencia durante los siglos I y II d. C. (1990, 62).

tenían como objetivo buscar la felicidad mediante el “cuidado de sí” formando un conjunto de estrategias terapéuticas para conservar la salud del alma.

Ahora bien, recurriendo a una autoridad clásica como Cicerón, se pueden obtener algunas aclaraciones importantes a la hora de entender las intenciones terapéuticas de la filosofía antigua. Según el orador romano, la vida feliz no solo consiste en el placer y en la ausencia de dolor, porque estos fines también son buscados por los animales irracionales.¹⁰ De ahí que, la felicidad (el sumo bien) para el hombre más bien consiste en vivir conforme a su propia naturaleza racional y con miras hacia la virtud. Si esto es cierto, entonces, parece que el ser humano como animal que piensa, puede ser feliz cuando conoce¹¹ y, en tanto cuerpo, puede ser feliz cuando actúa o realiza actividades encaminadas hacia un fin práctico.¹²

El animal racional según su naturaleza, compuesta de alma y cuerpo, parece que ha nacido para conocer y esto lo hace feliz, tal como indica Aristóteles: “*Todos los seres humanos tienen naturalmente el deseo de saber. El placer que nos causan las percepciones de nuestros sentidos son una prueba de ello.*” (Aristóteles *Metafísica* 980a).¹³ También parece que el animal que habla busca conocer aquellos bienes que están encaminados hacia la utilidad, de donde

10 No solo Cicerón como simpatizante de los peripatéticos afirma esto, sino también los filósofos estoicos. Por eso mismo, Séneca dice: “el placer constituye la felicidad propia del animal” (Séneca *Ep.* 92.6). Traducción de Ismael Roca Meliá (Planea-DeAgostini, 1995). Esto con el propósito de diferenciar la felicidad que buscan los animales y la felicidad que busca el animal racional.

11 “En efecto, es tan grande nuestro innato amor de aprender y de saber, que nadie puede dudar que la naturaleza humana se deja arrebatar hacia estas actividades sin que la atraiga ninguna utilidad” (Cicerón *Del supremo bien.* 5.48). Traducción de Víctor-José Herrero Llorente (Gredos, 1987).

12 “[...] hay indicios de la naturaleza todavía más claros, incluso evidentes e indudables, de que en todo animal, pero sobre todo en el hombre, el alma desea siempre hacer algo, y de ningún modo puede soportar un reposo perpetuo” (Cf. Cicerón. *Del supremo bien.* 5.55) Traducción de Víctor-José Herrero Llorente.

13 Traducción de Francisco Larroyo (Porrúa, 2004).

se deduce que ha nacido para actuar y esto también lo hace feliz (Cicerón *Del supremo bien.* 5.58).¹⁴ Así también lo indica Séneca cuando dice a Lucilio: “*prolonguemos la vida: su cometido y razón de ser es la acción*” (Séneca *Ep.* 122.3).¹⁵ Conocer y actuar son entonces las acciones que en general convienen al ser humano para que sea un animal feliz en correspondencia con su naturaleza física y racional. Sin embargo, aún no es claro cuáles son los conocimientos y las acciones que garantizan la salud psicósomática para el animal que habla.

Al respecto, así como existen diferentes tipos de acciones y actividades para el cuerpo, también los hay para el alma. Entre aquellas actividades se deben elegir las más perfectas o las mejores con miras hacia la felicidad. En este sentido, a partir de la opinión de Cicerón en *Del supremo bien.*, se puede comprender que el hombre debería, si es que ama la sabiduría, dedicarse a tres actividades específicas para el cuerpo y para el alma:

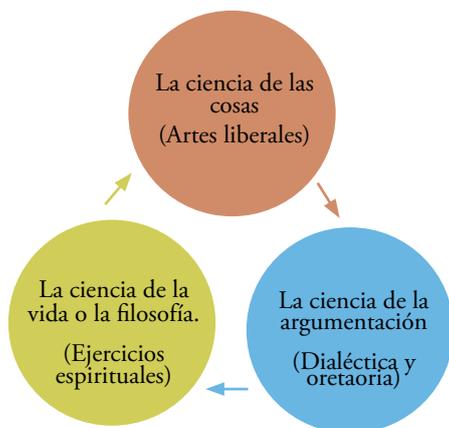


Ilustración: este esquema representa los tres ámbitos de la filosofía antigua: física, ética y lógica.¹⁶

14 Traducción de Víctor-José Herrero Llorente (Gredos, 1987).

15 Traducción de Ismael Roca Meliá (Planea-DeAgostini, 1995).

16 En *Tusc.* 5, 68 Cicerón sugiere que de estas ciencias nacerá lo que él denomina como el “triple fruto del espíritu”: “De aquí nacerá aquel famoso fruto triple del espíritu, consistente el primero en el conocimiento de la realidad y en la explicación de la naturaleza, el segundo en el dis-

La ciencia de las cosas investiga qué es y qué lugar ocupa el animal racional en el cosmos (física); *la ciencia de la argumentación* se debe ejercitar para reconocer qué opiniones sobre las cosas son verdaderas, falsas o confusiones del lenguaje (lógica);¹⁷ y finalmente, *la ciencia de la vida o la filosofía* consiste en aprender a intervenir sobre uno mismo por medio de ejercicios espirituales (ética). Sobre lo primero, es decir, sobre *la ciencia de las cosas*, se intenta comprender el lugar que ocupa el ser humano en la totalidad del cosmos y cuáles son los fines que persigue cada ser según su naturaleza; sobre lo segundo, muchos filósofos escribieron tratados sobre lógica, gramática, dialéctica y retórica para dilucidar sobre el complejo uso que se hace de las palabras en el discurso continuo (oratoria) y en el arte del discurso discontinuo (diálogo) mediante preguntas y respuestas (Pernot 2013, 97). Así, lo primero, contribuye a ocuparse de uno mismo como parte de la naturaleza; lo segundo, a ocuparse de uno mismo como animal que utiliza razonamientos; mientras que *la ciencia de la vida* tiene como objetivo instruir al amante de la sabiduría para que se ocupe de sí mismo a partir de la conducta.

Y dado que la experiencia del dolor ante la pérdida de un ser querido involucra opiniones sobre la muerte y comportamientos de luto, aquellos elementos que se han mencionado también están presentes en las consolaciones en tanto que son discursos que pretende aliviar el dolor, aclarando al hombre cual es el lugar que ocupa en el cosmos (ciencia de las cosas), corrigiendo las falsas opiniones mediante razonamientos adecuados (ciencia de la argumentación) y practicando ciertos ejercicios espirituales (ciencia de la vida) que ayudarán a mejorar los padecimientos del afectado,

cernimiento de lo que hay que buscar y rehuir y en una norma de vida racional, el tercero en juzgar la coherencia y contradicción de cada cosa, en lo que reside no solo la sutileza de la argumentación, sino también la veracidad del juicio.” Traducción de Alberto Medina González (Gredos, 2005).

- 17 Marta Nussbaum en *La terapia del deseo* partiendo de los tratados filosóficos de Epicteto considera que el estoicismo plante como parte de la educación en lógica tres elementos fundamentales: el primero, trata sobre el significado de los términos; el segundo, el estudio de los silogismos y, por último, los enigmas y las paradojas (2003, 434).

afianzando la antigua idea de la filosofía como medicina para el alma.

2. Aspectos generales de las consolaciones en la antigüedad

El prototipo de las cartas de consolación se atribuye a Crántor de Solos (Ca. 330-268 a.C.) filósofo de la academia que escribió una consolación a su amigo Hipocleo por la reciente muerte de un hijo (Cf. Baltussen, 2009, 75). Epicuro también escribió una consolación a Metrodoro y este último a su propia hermana. Séneca escribió tres consolaciones dirigidas a Marcia, Polibio y a Helvia. Plutarco escribió una consolación dirigidas a su esposa y otra a su amigo Posidonio. Esta última carta no aparece en el *Catálogo* de Lamprias dando lugar a discusiones sobre la autoría del escrito (Cf. Marcos, 1998, 73).

La consolación era llamada en el mundo griego παραμυθητικός λόγος. “En su sentido estricto, el paramythétikos lógos era un escrito compuesto con ocasión de una desgracia y su finalidad era aliviar la pena de quien sufría...buscaba como fin último la tranquilidad espiritual que entrañaba el concepto de sophrosyne.” (Marcos, 1998, 73). De modo similar, George Boys-Stones en “The consolatio ad apollonium: therapy for the dead” (2013), considera que “es razonable suponer que el género consolatorio ha nacido de una particular e intensa necesidad de consuelo del ser humano frente a la pérdida y el dolor” (123).¹⁸ En general, el discurso consolatorio se puede considerar como un escrito de carácter privado, pero también existieron discursos públicos que tenían el mismo propósito en torno al dolor que causaba la enfermedad, la vejez, la ruina, el exilio o la muerte (Cf. Marcos, 1998, 74). Al respecto, el discurso de Pericles es uno de los pocos ejemplos de consolación pública que puede leerse en Tucídides II, 44.

En términos retóricos hay tres elementos fundamentales en los discursos consolatorios: 1) tópicos; 2) preceptos y 3) ejemplos. Los tópicos son los lugares comunes que plantean un tema de

18 “It is reasonable to suppose that the consolatory genre is born out of a particular and intense human need for comfort in the face of loss and grief”. La traducción es propia.

discusión a partir de opiniones aceptadas por la tradición. Los preceptos son máximas, dichos o refranes que las escuelas filosóficas comparten, recuerdan y replantean como principios morales. Los ejemplos son modelos históricos o literarios que sirven como paradigmas para consolidar el discurso filosófico e incitar a la acción.

Los tópicos en los escritos de consolación no siempre se plantean directamente, sino que se pueden inferir en el desarrollo del discurso tales como: ¿debemos afligirnos por la muerte de un ser querido?, ¿los que mueren prematuramente son desgraciados?, ¿las desgracias que sobrevienen a los hombres son producto del enojo divino o de las maquinaciones de la fortuna?, ¿la vida mejor se relaciona directamente con la vida larga?, ¿el alma se destruye con la descomposición del cuerpo?, ¿la muerte es un mal?¹⁹

Por su parte los preceptos y los ejemplos se plantean con mayor claridad. En este caso, las máximas de los siete sabios de Grecia se utilizan frecuentemente: “conócete a ti mismo”, “todo con medida”, “el tiempo todo lo descubre”, junto a otros refranes que las escuelas filosóficas rescatan de la literatura épica, trágica, cómica o que replantean con ingenio como: “la naturaleza huye de todo lo desagradable”, “la buena voluntad es racional y hermosa”, “la felicidad depende de razonamientos correctos”, “la felicidad no es permanente sino efímera”, “las palabras son médicos del alma enferma”, “en verdad buscar lo estable en lo inseguro es propio de quien no piensa correctamente sobre las cosas”, “se dice que debemos entregar la vida porque es la deuda del destino”. Y también, algunos preceptos sobre la terrible experiencia del cambio a efectos del exilio:

“el exilio no pasa de ser más que un cambio de lugar, un intercambio de lugar”, “el cambio debe considerarse, por lo demás, inherente a la condición humana”, “es característico de los

19 Mónica Marcos Celestino (1998, 82-83) asocia otros tópicos como el poder del tiempo (8.1; 26.6); sufrimientos y duelos (9.2; 12.4; 17.1); debilidad del hombre (11.3-5); apóstrofe a la Naturaleza (17.6-7); audacia del hombre (18.7); beneficios de la muerte (19.5-6; 20.1-3); carácter efímero de la vida (21); la Fortuna invencible y poderosa (10.6); ella nos da nada solo nos lo presta (10.1-2); como una tempestad ella todo lo arrastra (26.2).

propios pueblos un incesante nomadismo, de tal forma que, el cambio es una constante de la vida y del universo”, “la historia misma es fértil en ejemplos, Troya fue semilla de muchos destierros, y Eneas, el fundador de Roma, era también un exiliado” (Ascenso 1995, 596).²⁰

Los ejemplos más recurrentes en las consolaciones apuntan hacia la figura de Sócrates, Estilpón, Catón, Lelio (Séneca *Ep.* 6.6; 7,6), Anaxágoras de Clazomenas, Demóstenes, Pericles, Jenofonte, Dión de Siracusa, Antígono y los héroes épicos o trágicos como Heracles, Aquiles, Ulises, Áyax, Héctor, Edipo, Orestes, junto a mujeres como Deyanira, Andrómaca, Penélope, Hécuba, Clitemnestra, Ifigenia y Electra (Plutarco *Cons. Ap.* 118c-119e).²¹ Ejemplos que usualmente se usan para incitar en el lector el deseo de actuar.

Es importante mencionar que las consolaciones parecen estar dirigidas hacia terceros, personas que sufren y que necesitan ayuda de un pariente o de amigo. Sin embargo, Hans Baltussen también ha demostrado que Cicerón inventó para sí mismo una auto-consolación (Cf. Baltussen, 2013, 17). El profundo dolor que le causó la pérdida de su hija Tulia lo incitó a escribir para sí mismo una consolación tal como lo sugiere en *Cartas a Ático* 12.14.3. Su experiencia de luto también se manifiesta en los diálogos campestres de Túsculo cuando expone cómo se debe proceder al consolar a otros para mitigar el dolor de quienes sufren la pérdida de un ser querido.

20 “el exilio no pasa de ser más que un cambio de lugar, un intercambio de lugar”, “el cambio debe considerarse, por lo demás, inherente a la condición humana”, “es característico de los propios pueblos un incesante nomadismo, de tal forma que, el cambio es una constante de la vida y del universo”, “la historia misma es fértil en ejemplos, Troya fue semilla de muchos destierros, y Eneas, el fundador de Roma, era también un exiliado”. La traducción es propia.

21 En las consolaciones de Séneca los *exempla* recaen en personajes romanos, mientras que se reducen los ejemplos de los trágicos griegos (Marcos, 1998, 83). Véase en *Consolación a Polibio* 14.4- 17.4, como se desarrollan exclusivamente ejemplos sobre romanos que perdieron hermanos o hermanas.

Para Cicerón las consolaciones deben tratar sobre la naturaleza humana y demostrar que todo padecimiento se puede sobrellevar tal como otros lo han soportado o lo están soportando (Cicerón *Tusc.* 3.57). Sin embargo las opiniones del vulgo agudizan el sufrimiento al justificar algunas prácticas de luto que prolongan el dolor: arrancarse los cabellos tal como hizo Agamenón, buscar la soledad como hizo Belerofonte, quedarse petrificado y en silencio como Níobe y hablar en soledad como hizo la nodriza de Ennio (Cicerón *Tusc.* 3.63). Estas formas de canalizar el sufrimiento parece que fueron ejemplos de luto para el pueblo romano, pero frecuentemente agudizaron la tristeza. Por eso, la filosofía debió investigar qué costumbres y creencias convienen más en estos casos. Al respecto, Cicerón trata en *Tusc.* 3.76 sobre las principales técnicas consolatorias que fueron utilizadas por las escuelas filosóficas:

- Hay quienes piensan que el único deber del que consuela es hacer ver que dicho mal no existe en absoluto, como quiere Cleantes.
- Otros, como los peripatéticos, piensan que no se trata de un gran mal.
- Hay quienes, como es el caso de Epicuro, quieren apartar la atención de los males y dirigirla hacia los bienes.
- Hay quienes piensan que basta con mostrar que no ha sucedido nada inesperado, (como los cirenaicos), ningún mal.
- Crisípo por el contrario, considera que lo fundamental en la consolación consiste en arrancar del que sufre la creencia que le lleva a pensar que está cumpliendo con un deber justo y debido²²

Estas consideraciones conducen al orador romano hacia tres procedimientos específicos: 1) demostrar que no existe el mal o que es muy pequeño, 2) tratar de la condición común de la vida, 3) indicar que es una necesidad extrema dejarse consumir por el dolor (*Tusc.* 3.77). Según la experiencia de su propio dolor y consuelo, Cicerón recomienda que la consolación debe acomodarse a las

22 Traducción de Alberto Medina González (Gredos, 2005).

circunstancias, la naturaleza del dolor y de la persona para que el tratamiento sea útil en aquellos que necesitan alivio (*Tusc.* 3.79).

Estas indicaciones sugieren entonces que los escritos de consolación son discursos específicos que atienden el dolor de cada paciente según el caso. Pero, George Boys-Stones en “*The Consolatio ad apollonium: therapy for the dead*” (2013) considera que:

...for philosophical therapists at least, the treatment of grief is not different in kind from the treatment of any other disturbing emotion, or of emotional disturbance in general. On the contrary: what the philosopher might find especially attractive in addressing grief is only the special opportunity it offers to engage someone in more thorough-going reflection on their relationship with their emotions.

...para los terapeutas filosóficos en últimas, el tratamiento del dolor no es diferente a cualquier otro tipo de tratamiento sobre alguna alteración emocional o sobre la perturbación emocional en general. Al contrario: lo que el filósofo puede encontrar especialmente atractivo al tratar el dolor es solo la oportunidad especial de involucrar a alguien en una reflexión más profunda sobre su relación con sus emociones (123).²³

Esta interpretación da a entender que los filósofos antiguos trataron indistintamente cualquier tipo de emoción mediante las consolaciones. En este sentido, el sufrimiento causado por la pérdida de un ser querido tan solo representa una oportunidad para filosofar sobre las emociones. Y aunque no cabe duda de que los discursos consolatorios permiten identificar aspectos que delatan una técnica retórica común en cuanto al uso de los tópicos, preceptos y ejemplos, la experiencia de Cicerón no permite justificar la interpretación de Boys-Stones. Primero, porque Cicerón sufrió la pérdida de su hija y no encontró alivio en las consolaciones que conocía, evidenciando que no todo padecimiento puede ser tratado con las mismas medicinas; segundo, ya que necesitó escribir una consolación para sí mismo atendiendo el caso particular de su propio sufrimiento; tercero, debido a que Cicerón comprobó

23 La traducción es propia.

con su propia experiencia que la comparación no tiene la fuerza terapéutica suficiente para curar a todos por igual: “aunque se use mucho y a menudo ayude, ni siquiera es muy eficaz esa consolación que se resume en: «esto no te pasa a ti solo». Es cierto que ayuda, como he dicho, pero no siempre ni a todos; hay quienes la rechazan, pero importa mucho el modo en que se aplique” (*Tusc.* 3.79).²⁴

En verdad se puede decir que el procedimiento consolatorio es similar en su estructura retórica, pero el tono de la cuestión es problemático con respecto a su eficacia. El alivio del dolor exige un tratamiento distinto para cada paciente. Nótese el modo como Séneca procede al intentar aliviar el dolor de una mujer en *Consolación a Marcia* 2.1:

“Sé que todos los que pretenden aconsejar a alguien empiezan por las normas y terminan con los ejemplos. Conviene a veces cambiar esta costumbre, pues con cada uno hay que obrar de manera distinta: a unos los convencen los razonamientos, a otros, que se quedan fascinados ante hechos espectaculares, hay que presentarles unos nombres ilustres y una autoridad tal que no les dejen libre el espíritu”.²⁵

Aquí el procedimiento terapéutico hace acento en los ejemplos, incitando la imaginación moral de Marcia para que compare sus penas con otros paradigmas de luto. ¿Por qué Séneca hace uso de muchos ejemplos para curar los dolores anímicos de una mujer? Al parece cada enfermo necesita una terapia diferente, pues a otro de sus pacientes (un hombre) lo trata con más preceptos y con menos ejemplos como se lee en Séneca *Ep.* 63. Aquí el filósofo modera el uso del *exemplum* y hace brillar el discurso con máximas como: “pensar en los amigos cabales es tanto como saborear miel y pasteles; el recuerdo de los que fueron nos complace no sin cierta amargura” (6). “Nadie está triste para él solo” (2), “obremos de forma que nos resulte grato el recuerdo de los seres perdidos” (4) y, hablando sobre la muerte prematura de un ser querido, el filósofo

24 Traducción de Alberto Medina González (Gredos, 2005).

25 Traducción de Juan Mariné Isidro (Gredos, 1996).

recomienda repetir para sí mismo estas palabras: “debería morir después de mí, pero puede hacerlo antes que yo” (15).²⁶

Es cierto que los escritos de consolación utilizan ciertas técnicas retóricas similares para aliviar las enfermedades del alma y que los filósofos antiguos trataron de modo común diferentes tipos de emociones como la tristeza, la tribulación, el lamento, la preocupación, la ira, la inquietud, el desaliento, la desesperación y otros estados de ánimo. Pero también es cierto que el tratamiento debe atender el caso particular de cada paciente, porque la aplicación del medicamento no funciona igual en todos los casos.

Para terminar se puede decir en general que el tratamiento filosófico en las consolaciones involucra el reconocimiento de enfermedades comunes del alma y la aplicación de ciertos bálsamos según el caso. La *Consolación a Marcia* arroja luces sobre este procedimiento médico-filosófico cuando se identifican la causas específicas de las dolencias que suelen aparecer cuando el paciente acostumbra: 1) imaginar fantasías que agravan el dolor (7.1); 2) suponer que no se puede sufrir lo que otros han sufrido (9.5); 3) maquinarse proyectos inmortales (11.5); 4) suponer que no se puede morir en cualquier momento (21.7); 5) opinar que vivir es un bien y morir un mal (19.5); 6) obligarse a sufrir más de lo que es necesario (8.3).

Y en cuanto al alivio o los bálsamos terapéuticos de las consolaciones, estos consisten en: a) prever los acontecimientos para que cuando lleguen no dañen tanto (9.3); b) recordar que las cosas cambian y van desapareciendo (10.3); c) recordar que se ha nacido mortal y que se paren mortales (11.1); d) comparar los sufrimientos propios con gente que ha sufrido cosas peores (12.4); e) entender que la vida no es un mal ni un bien (19.5); f) comprender que la muerte prematura no es causa de infelicidad (23.2); g) aceptar que todo lo humano es fugaz y perecedero (21.2); h) reconocer que nadie muere demasiado pronto (21.4), i) repetir para sí mismo verdades o principios filosóficos que necesitan ser recordados (16.8; 9.3). Así pues, partiendo de estas aclaraciones se procede al análisis de *Cons. Ap.*, para notar con más detalle los procedimientos terapéuticos de la filosofía antigua en las consolaciones.

26 Las traducciones son de Ismael Roca Meliá (Planea-DeAgostini, 1995).

3. Procedimiento terapéutico de Plutarco

Después de esperar un tiempo prudente para que maduren las molestias y las inflamaciones, los médicos proceden a aplicar los remedios. Esto dice Plutarco para agregar un refrán de la tradición médica, según la cual “el tiempo todo lo cura”.²⁷ Y no solo esto, al igual que el tiempo, las palabras o los discursos también son medicinas para el alma: “ψυχῆς γὰρ νοσοῦσης εἰσὶν ἰατροὶ λόγοι” (*Cons. Ap.* 102b). Así que este discurso de consolación dirigido a Apolonio le llega como un bálsamo que puede curar sus enfermedades.

En primer lugar, el filósofo examina el tipo de enfermedad. En este caso, se trata de la tristeza en el alma por la pérdida de un ser querido, un hijo. Es normal sentir dolor por esta pérdida, dice Plutarco: “ciertamente dolerse y molestar por la pérdida de un hijo causa naturalmente tristeza, que no depende de nosotros” (*Cons. Ap.* 102c).²⁸ Esta aclaración permite introducir la distinción entre aquello que sí depende y lo que no depende de uno. Al hacerlo se da lugar al segundo paso con el que se examina si ese tipo de sufrimiento es normal o contrario a la naturaleza.

En verdad, la tristeza en el alma es algo natural cuando se pierde a un ser querido, pero perderlo por su condición de mortal, no depende de nosotros. Aumentar o exagerar ese mismo dolor, sí depende de uno.²⁹ Así que, al examinar esta afección en el alma, Plutarco considera que es natural y no depende de nuestra voluntad sentirlo; pero, sí depende de nosotros aumentarlo o disminuirlo (*Cons. Ap.* 102ac).

Después, Plutarco prepara a Apolonio para que reciba con inteligencia el tratamiento. Este procedimiento comprende dos partes. En principio, el filósofo conduce a su amigo para que acepte con prudencia el modo como la fortuna distribuye cada cosa y, en segundo lugar, para que contemple el orden al que está sometido el universo.

27 La alusión a este dicho popular también es utilizado en Séneca Ep. 63.12.

28 “τὸ μὲν οὖν ἀλγεῖν καὶ δάκνεσθαι τελευτήσαντος υἱοῦ φυσικὴν ἔχει τὴν ἀρχὴν τῆς λύπης, καὶ οὐκ ἐφ’ ἡμῖν.” En adelante, las traducciones de *Cons. Ap.* son propias a menos que se indique lo contrario.

29 Esta idea es semejante en Seneca *Consolación a Marcia* 7.1.

Lo primero que debe comprender Apolonio es que la fortuna es caprichosa. Unas veces otorga y otras veces arrebatada. Las mismas cosas no desaparecen completamente, sino que cambian de estado o de lugar. Por ejemplo, el dinero a veces está en las manos del rico o en las manos del pobre; la salud a veces está en los fuertes y en otro instante visita a los débiles; el amor a veces está en los amantes y luego se marcha dando lugar al odio, etc. Por su parte, el filósofo utiliza el concepto de democracia para ilustrar cómo la fortuna elige por azar o sorteo la suerte que se le ha asignado a cada quien (*Cons. Ap.* 102e). Y no se le debe reprochar su elección, pues al que le toca esa suerte la debe aceptar. En este caso, ante la mala fortuna la administración o el gobierno de esas desgracias se deben asumir y controlar. Desgracias que jamás deben representar una excusa para abandonar la moderación y la constancia de ánimo (*Cons. Ap.* 103a).

Además, el universo está sometido a cierto orden que es inexorable y se caracteriza por el cambio de los opuestos. Hay momentos en los que las plantas son fértiles y se marchitan; momentos en que los animales son fecundos y cuando no lo son; momentos en los que el mar permanece en calma y luego en tempestad. Del mismo modo, al ser humano le acontecen suertes contrarias (*Cons. Ap.* 103b). En este punto hay una fuerte alusión a Heráclito, porque en el orden del cosmos se da el juego de contrarios que se oponen mutuamente (*Cf. Pérez, 2016, 151*). De igual forma, esta imagen se repite en la tragedia *Áyax*, donde el héroe trágico de Sófocles observa el rigor de los cambios en los fenómenos naturales. *Áyax* menciona que el verano sucede al invierno, la noche cede al día, el viento espantoso precede a la calma del mar y que el sueño poderoso se interrumpe ante la vigilia. Luego pregunta en el verso 677: “*así que nosotros, ¿cómo no aprenderemos a ser mesurados?*” (ἡμεῖς δὲ πῶς οὐ γνωσόμεσθα σωφρονεῖν;).

Esa medida es característica de un hombre educado que aprende a reconocer en la naturaleza el orden cósmico bajo la condición del cambio inexorable y la suerte contraria de los opuestos a la que están sometidos los mortales. Consideraciones que inspiran a Plutarco a escribir en *Cons. Ap.* 103e una hermosa sentencia: “en verdad buscar algo estable en lo inseguro es propio de quien no piensa correctamente sobre las cosas” (“ζητεῖν οὖν ἐν ἀβεβαίαις βέβαιόν τι λογιζομένων ἐστὶ περὶ τῶν πραγμάτων οὐκ ὀρθῶς”).

Dicho así, el filósofo prepara a su amigo para que reciba los bálsamos de la filosofía al reflexionar sobre el trágico hecho de perder a su hijo, teniendo como base el cambio de las suertes contrarias al que está sometido el ser humano y, al mismo tiempo, reflexione con rectitud y sin reproches la suerte a la que ha sido sometido por la fortuna.

4. Los bálsamos filosóficos de Plutarco

En *Cons. Ap.* 103f se da inicio al procedimiento terapéutico. La preparación y la razón se utilizan como medicinas filosóficas para aliviar el sufrimiento que provoca la pérdida de un ser querido. Escribe Plutarco: “κράτιστον δὴ πρὸς ἀλυπίαν φάρμακον ὁ λόγος καὶ ἡ διὰ τούτου παρασκευὴ πρὸς πάσας τοῦ βίου τὰς μεταβολάς”. La razón (λόγος) y la preparación (παρασκευή) sirven como bálsamos que suavizan el sufrimiento que provocan los cambios de la vida. El filósofo confía inmensamente en los efectos de esta terapia, pues generaliza la expresión cuando escribe: “πρὸς πάσας τοῦ βίου τὰς μεταβολάς”. El adjetivo femenino πᾶσα que aparece en acusativo plural πάσας, indica que para todos los cambios desafortunados de la vida existe un efecto medicinal (φάρμακον) que proporcionan la razón (λόγος) y la preparación (παρασκευή). Pero, este tipo de medicina es amarga, porque induce a reconocer que todas las cosas son efímeras, cambiantes y que la desgracia es una condición inexorable de la vida humana. Estas reflexiones –dice Plutarco en *Cons. Ap.* 104d– estimulan a la razón “para que pensemos que no es novedoso para ningún hombre ser desgraciado” (“ἴν’ εἰδείημεν ὅτι καινὸν ἀτυχεῖν οὐδὲν ἀνθρώπῳ”). En este sentido, Apolonio debe comprender básicamente tres verdades fundamentales: 1) el hombre es mortal, 2) todo puede cambiar a su contrario, 3) todo es percedero para los mortales.

Ser desgraciado se expresa con el verbo ἀτυχέω, indicando que esta forma de existir es una condición común para todo ser humano. Así que la razón y la preparación deben aplicarse como medicinas pensando por sí mismo y escuchando lo que otros dicen: “καὶ καθ’ ἑαυτὸν ἐκάστῳ λογίσασθαι ῥῶδιον, καὶ ἄλλων

ἀκοῦσαι παλαιῶν καὶ σοφῶν ἀνδρῶν” (*Cons. Ap.* 104d).³⁰ En este sentido, el filósofo griego ayuda a su amigo para que escuche a Homero, Simónides, Hesíodo, Esquilo, Sófocles, Eurípides, Sócrates y muchos otros antiguos sabios que utilizaron la comparación como estrategia de curación.

Plutarco induce a utilizar la comparación como alivio contra el sufrimiento. Los fragmentos que reúne el filósofo son numerosos. En esencia su estrategia terapéutica consiste en observar los mismos padecimientos que han sufrido otros para convertirlos en paradigmas de medición que permitan igualar o disminuir los males propios. Algunos paradigmas se encuentran en las narraciones de ficción como la poesía épica, la tragedia y la comedia, mientras que otros los aportan las narraciones historiográficas. En efecto, este método de consolación lo utilizó —dice Plutarco— Antímaco y Crántor; este último, como se ha dicho, fue el primer académico que escribió un discurso de consolación. Método que Sócrates también practicó, ya que mediante el uso de la comparación se cambia la opinión (δόξα) del que está triste “τὴν δόξαν λελυπημένου μεθίστησι” (*Cons. Ap.* 104c) y se crea (ποιέω) la convicción (πίστις) de que su padecimiento es menor.

Por otra parte, Plutarco introduce uno de los tópicos más comunes de las discusiones filosóficas: ¿la muerte es un bien o es un mal? Sobre esta cuestión se adoptan dos posiciones igualmente efectivas para curar el sufrimiento que provoca la muerte de un ser querido. En primer lugar, se niega que la muerte sea un mal, porque la vida es como una deuda que tarde o temprano se debe pagar y, en segundo lugar, se dice que la muerte tampoco es un mal, ya que es comparable con el sueño, un largo viaje o como la destrucción del cuerpo y del alma.

La muerte no es un mal, porque la vida es como una deuda. En este caso se retoma la alusión a Heráclito en tanto que la materia se transforma constantemente modificando una cosa por otra. El río de la generación (ὁ τῆς γενέσεως ποταμὸς) ha tomado prestada la vida mortal para hacerla de unos a otros en una acción circular sin fin. Pero, el río contrario (ἐναντίος) es el río de

30 “y es fácil pensarle por uno mismo y escucharlo de otros hombres sabios y antiguos”.

la destrucción (φθορά) que consumirá a cada quien en su debido momento (*Cons. Ap.* 106e). De este modo, la deuda (χρέος) de la vida que ha heredado el ser humano de generación en generación, tarde o temprano debe ser entregada al prestamista, regresando lo que por derecho pertenece a la acción circular (ἀνακύκλησις) de la naturaleza o al *destino* que en este caso Plutarco denomina μοιρίδιος (*Cons. Ap.* 106f) haciendo una alusión poética de las Moiras.³¹

La muerte tampoco es un mal, ya que es comparable con el sueño, un largo viaje o como la destrucción del cuerpo y del alma. Aquí se hace referencia a las enseñanzas de Sócrates (*Cons. Ap.* 107f), donde la metáfora del viaje tiene en cuenta la transmisión y el tránsito que el alma hace en este mundo a través del cuerpo, considerando este como un difícil vehículo que proporciona necesidades, enfermedades, temores y confusiones que no permiten contemplar la verdad hasta que la divinidad disponga separar el alma del cuerpo. En este caso, Plutarco utiliza el verbo καθαίρω para referirse a la liberación, la limpieza, la purificación o la sanación del alma con respecto a los menesteres del cuerpo. Luego en *Cons. Ap.* 108e, Plutarco cita un hermoso verso que engloba su reflexión filosófica cuando escribe: “nadie tema a la muerte, liberación de los dolores” (“μηδείς φοβείσθω θάνατον ἀπόλυσιν πόνων”). Esta misma consideración sobre la muerte como liberación, se refuerza con reconocidos ejemplos de narraciones históricas y de ficción que probablemente Apolonio debió leer o escuchar sobre los jóvenes Cleobis y Bitón, Agamedes y Trofonio, Eutinoo hijo de Elisio y la historia de Píndaro cuando recibió la bella muerte como respuesta, después de preguntar a los dioses: “¿qué es lo mejor para los hombres?” (*Cons. Ap.* 108e-109d).

Finalmente, si la muerte es la destrucción del alma y del cuerpo, tampoco así representa un mal. En este punto, Plutarco escribe sobre el alma y opina que a ella le sucede lo contrario que al cuerpo. Si bien este último afronta los embates del destino y padece los inexorables cambios del cosmos, dado que lo puro no se mezcla con lo impuro (*Cons. Ap.* 108d), la naturaleza del alma es

31 La metáfora del acreedor también se repite en Séneca *Consolación a Marcia* 10.3 y *Cons. Ap.* 10.4.

completamente ajena a los avatares del cosmos o, por otra parte, si ella también es destruida con la muerte, no puede padecer el mal, porque el sufrimiento existe solo para lo que *es* y lo que *no es* no puede sentir ningún dolor (*Cons. Ap.* 109d-110d).

Después de esta exposición Plutarco realiza un giro para ocuparse de las opiniones más comunes del pueblo. En este caso, el filósofo atiende aquellos juicios que califican la muerte prematura de los niños y de los jóvenes como un mal (cf., *Cons. Ap.* 111d). En principio invita a reconocer a su amigo que el ser humano no nace para establecer leyes, sino para obedecer las órdenes de los dioses (θέα), el destino (εἰμαρμένη) y la divina providencia (πρόνοια). Luego, aclara con el uso de una leyenda que el sufrimiento es un sentimiento común para el ser humano, pero aquellos que se lamentan y se quejan en exceso, voluntariamente honran a la diosa de la aflicción (*Cons. Ap.* 112a). También plantea que el sufrimiento en el alma es un mal del que se puede liberar el ser humano cuando se alivia con el arte de la medicina evitando comportarse como un bárbaro (*Cons. Ap.* 112e-113a).

Por otro lado, las palabras de Crantor recuerdan que es un gran alivio no ser responsable de las propias desgracias. Y Plutarco lo confirma al considerar que es la medicina más grande que puede aportar la filosofía: “φάρμακον ἀλυπίας εἶναι μέγιστον” (*Cons. Ap.* 114c). Sin embargo, ¿por qué Plutarco considera que en la ausencia de responsabilidad se encuentra la mejor medicina para los sufrimientos del alma? Al parecer esto se debe a que el hombre educado puede discernir entre lo que depende y no depende de sí mismo. En este sentido, quien bien se conoce, no encontrará verdaderos motivos de lamento cuando observa que parte del sufrimiento es producto de los embates del destino y los cambios inexorables del cosmos. Luego, Plutarco cita a Eurípides en *Cons. Ap.* 117d, para admitir que “lo necesario no es terrible para los mortales” (“δεινὸν γὰρ οὐδὲν τῶν ἀναγκαίων βροτοῖς”), aclarando que el hombre educado puede evitar algunos sufrimientos si hace la distinción entre lo necesario y lo que puede elegir como consecuencia lógica de sus razonamientos para corregir las falsas opiniones sobre las cosas que aquejan a los mortales.

Ejemplos historiográficos aparecen nuevamente para reforzar esta misma idea con la nobleza (εὐγενής) y la grandeza de ánimo (μεγαλόφρων) de algunos hombres que soportaron con

firmeza la pérdida de un ser querido como Anaxágoras de Clazomenas, Demóstenes el ateniense, Pericles, Jenofonte, Dión de Siracusa y el rey Antígono (*Cons. Ap.* 118d- 119e). Por último, se puede mencionar una considerando muy particular de Plutarco para aliviar el dolor de su amigo Apolonio. Esta consiste en opinar que la muerte de los jóvenes es consecuencia del amor que los dioses sienten por aquellos que son virtuosos: “οἱ θεοὶ φιλοῦσιν ἀποθνήσκει νέος” (*Cons. Ap.* 119e). Junto a esta, otras opiniones también están acompañadas de un detalle importante en el desarrollo del discurso cuando Plutarco dice que el efecto terapéutico de la filosofía será más eficaz si el afligido cuenta con un cuerpo sano, tal como lo menciona al final de esta carta (*Cons. Ap.* 121ef) y de otra que dirige a su mujer (*Consolación a su mujer* 601a), dando a entender que las enfermedades del alma serán menos complejas de tratar si el paciente ha cuidado físicamente de sí mismo, facilitando la recuperación y la realización del dicho: “*mente sana en cuerpo sano*”.

Conclusión

Se ha dicho que la filosofía representó el arte de curar enfermedades del alma mediante técnicas de educación emocional ante la pérdida de un ser querido. Diversos ejercicios filosóficos se llevaron a cabo para evitar o corregir el error, producto de las falsas opiniones sobre las cosas. En este caso, las consolaciones jugaron un papel importante como estrategia terapéutica para enfrentar el dolor ante la muerte reciente de un ser querido.

Se mencionó que los escritos consolatorios utilizan estrategias retóricas como el uso de tópicos, preceptos y ejemplos. También se dijo que el consuelo de la filosofía propone reflexionar sobre el lugar que ocupa el ser humano en el cosmos (ciencia de las cosas), corregir las falsas opiniones mediante razonamientos adecuados (ciencia de la argumentación) y practicar ciertos ejercicios que ayudarán a mejorar la salud del alma (ciencia de la vida).

En cuanto a las enfermedades del alma, se mencionó que suelen aparecer cuando el paciente acostumbra imaginar fantasías que agravan el dolor, suponer que no se puede sufrir lo que otros han sufrido, maquinando proyectos inmortales, supone que no se puede morir en cualquier momento, opinar que morir es un mal

y obligarse a sufrir más de lo que es necesario. Mientras que el alivio o los bálsamos terapéuticos de las consolaciones consisten en prever los acontecimientos para que cuando lleguen no dañen tanto, entender que las cosas cambian y van desapareciendo, recordar que se ha nacido mortal y que se paren mortales, comparar los sufrimientos propios con gente que ha sufrido cosas peores, entender que la vida no es un mal ni un bien, comprender que la muerte prematura no es causa de infelicidad, aceptar que todo lo humano es fugaz y perecedero, reconocer que nadie muere demasiado pronto y repetir para sí mismo estas mismas verdades.

En *Cons. Ap.* la razón y la preparación se muestran como medicinas filosóficas para aliviar el sufrimiento que provoca la pérdida de un ser querido. Se considera que ser desgraciado es una condición común para todo ser humano y se induce a utilizar la comparación como alivio contra el sufrimiento. También, se plantea que la muerte no es un mal, ya que es semejante a una deuda, un sueño, un largo viaje o simplemente es la destrucción del cuerpo y del alma. Además, significa un gran alivio no ser responsable de las propias desgracias y diferenciar aquellas cosas que sí dependen de uno mismo.

Finalmente, se hizo notar que las consolaciones, aunque comparten algunos rasgos generales, se deben aplicar a cada paciente según el caso. Al parecer, en unos el alivio llega cuando se desarrollan más ejemplos, mientras que en otros, la curación se da cuando se refuerzan los razonamientos, los preceptos o el uso de las máximas. Junto a todo esto, el cuerpo vigoroso ayuda a una pronta recuperación del alma y, evidentemente, las curaciones o bálsamos que aportan las consolaciones no llegan con el auxilio de un filósofo cualquiera, sino especialmente con la ayuda de un buen amigo que se ejercita en la sabiduría.

Bibliografía

Fuentes clásicas

- Aristóteles (2004). *Metafísica*. Francisco Larroyo (trad), México: Porrúa.
Cicerón (1987). *Del supremo bien y del Supremo mal*. Víctor-José Herrero Llorente (trad), Madrid: Gredos.

- _____ (2005). *Disputaciones tusculanas*. Alberto Medina González (trad), Madrid: Gredos.
- Epicteto (1995). *Manual. Fragmentos*. Paloma Ortiz García (trad), Madrid: Gredos.
- Epicuro (1994). *Obras*. Monserrat Jufresa (trad), Barcelona: Atalaya.
- Platón (1998). *Protágoras. Gorgias*. Carlos García Gual y J. Calonge (trads), Madrid: Planeta DeAgostini.
- _____ (1998). *República, Conrado Eggers Lan (trad), Madrid: Gredos*.
- Plutarco (1986). “*Consolación a Apolonio*”. En: *Obras morales y de costumbres (Moralia) II*, Concepción Morales Otal y José García López, Madrid: Gredos.
- _____ (1996). “*Escrito de consolación a su mujer*”. En: *Obras morales y de costumbres (Moralia) VIII*, Rosa María Aguilar (trad), Madrid: Gredos.
- Séneca (1995). *Epístolas morales a Lucilio*. Ismael Roca Meliá (trad), Argentina: Planea-DeAgostini.
- _____ (1996). *Diálogos. Consolaciones a Marcia, a su madre Helvia y a Polibio*. Juan Mariné Isidro (trad), Madrid: Gredos.
- Tucídides (1990-1992). *Historia de la guerra del Peloponeso I-VIII*, Juan José Torres Esbarkanch (trad), Madrid: Gredos.

Fuentes modernas

- Ascenso A. C. (1995). “*Trilhos de evasão estratégica retórica de Séneca, nas consolações Ad helviam e ad polybium*, *Humanitas*. Vol. 47, 593-615.
- Baltussen H. (2009). “*Personal Grief and Public Mourning in Plutarch’s Consolation to His Wife*”. *The American Journal of Philology*, Vol. 130, No. 1, 67-98.
- _____ (ed.) (2013). *Greek and Roman Consolations. Eight Studies of a Tradition and its Afterlife*. Swansea: The Classical Press of Wales.
- Boys-Stones G. (2013). “*The Consolatio ad apollonium: therapy for the dead*”, en: *Introduction to Greek and Roman Consolations. Eight Studies of a Tradition and its Afterlife*, H. Baltussen (ed), The Classical Press of Wales, 123-137.
- Cole Babbitt f. (trad) (1962). “*Consolatio ad Apollonium*”, In: *Plutarch’s moralia II*, Harvard University Press: The Loeb Classical Library.
- Konstan D. (2006): *The emotions of the ancient Greeks. Studies in Aristotle and classical literature*. University of Toronto Press.

- Foucault M. (2010). *El coraje de la verdad. El gobierno de sí y de los otros II*. Curso en el Collège de France (1983-1984). Horacio Pons (trad), Argentina: Fondo de Cultura Económica.
- _____ (1990). *Tecnologías del Yo. Y otros textos afines*. Miguel Morey (trad), Barcelona: Paidós.
- Gual C.G. (2002). *Epicuro, Madrid: Alianza*.
- Hadot P. (2013). *La ciudadela interior*. Introducción a las *Meditaciones* de Marco Aurelio. María Cucurella Miquel (trad), Barcelona: Alfa Decay.
- _____ (1998). *¿Qué es la filosofía antigua? Eliane azenave Tapie Isoard y María Isabel Santa Cruz de Prunes (trads), México: Fondo de Cultura Económica*.
- _____ (2009). *La filosofía como forma de vida*. María Cucurella Miquel (trad), Barcelona: Alpha Decay.
- Lloyd G. E. (2000). “*Filosofía y medicina en la antigua Grecia: modelos de conocimiento y sus repercusiones*”, *Asclepio*, Vol. LII-1, 111-125.
- Marcos C. M. (1998). “*Las Consolaciones de Séneca*”, *Estudios humanísticos. Filología*, No. 20, 69-84.
- Nehamas A. (2005). *El arte de vivir. Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*.
- Jorge Brioso (trad.), *España: Pre-textos*.
- Nussbaum M. (2003). *La terapia del deseo*. M. Cande (trad), Madrid: Paidós.
- Pabón S. J. (2012). *Diccionario Vox. Manual Griego Clásico-Español*. España, De Urbina. Blackprint.
- Pérez L. F. (2016). “*El tiempo en Sófocles: formas y funciones*”. En: *Omnia mutantur. Canvi, transformació i pervivència en la cultura clàssica, en les seves llengües i en el seu llegat (II)*. Esperança Borrell Vidal i Óscar de la Cruz Palma (ed.) Ediciones Universitat de Barcelona, 143-155.
- Taborda J. M. y Ochoa F.L (2008). “*La Medicina como filosofía*”, *Revista CES*, No. 22(2), 127-131.