

LA ΑΣΚΗΣΙΣ Ο «ΕJERCICIO ESPIRITUAL» EN EL TRATADO *DE VITA CONTEMPLATIVA* DE FILÓN DE ALEJANDRÍA

POR

DIEGO ANDRÉS CARDOSO BUENO¹

Universidad Complutense de Madrid

RESUMEN

El concepto de άσκησις en el contexto filónico al igual que en otros entornos intelectuales de la Antigüedad, está ligado a los de esfuerzo y avance, porque, cuando se afronta un texto filosófico de esta época, hay que pensar siempre en la idea de ascenso espiritual, πνευματική πρόοδος, además de en el ejercicio que lleva consigo.

PALABRAS CLAVE: ejercicio espiritual; άσκησις, *therapeutas*; contemplación; lago Mareotis; técnicas psicagógicas.

THE ΑΣΚΗΣΙΣ OR “SPIRITUAL EXERCISE” IN THE TREATISE *DE VITA CONTEMPLATIVA* BY PHILO OF ALEXANDRIA

ABSTRACT

The concept of άσκησις in Philo’s works, as in other intellectual contexts of Antiquity, is linked to those of effort and advance, because, when dealing with philosophical texts of this time, one must always think about the idea of spiritual ascension, πνευματική πρόοδος, together with the idea of exercise that is inherent in it.

KEY WORDS: spiritual exercise; άσκησις; *Therapeutae*; contemplation; Mareotis Lake; Psychagogic techniques

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO / CITATION: Cardoso Bueno, Diego Andrés. 2022. «La άσκησις ο “ejercicio espiritual” en el tratado *De vita contemplativa* de Filón de Alejandría». *Hispania Sacra* LXXIV, 150: 347-355. <https://doi.org/10.3989/hs.2022.23>

Recibido/Received 24-08-2021

Aceptado/Accepted 25-01-2022

1. INTRODUCCIÓN

La άσκησις,² en el marco cultural en el que se desenvuel-

ve la obra y la vida de Filón de Alejandría,³ supone la idea de πνευματική πρόοδος, progreso del espíritu, que a la vez conlleva la práctica de una actividad.⁴ El ejercicio de la filo-

¹ diegoandrescardoso@ucm.es / ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-6838-6761>

² *Contempl.* 28. Las abreviaturas de los textos filónicos citados en este artículo obedecen a las establecidas a partir de los títulos en latín por Runia, D. T. (ed.), [en] *Studia Philonica Annual* 10, Atlanta, SLB Press (1998, 206-208). Las ediciones y traducciones del tratado *De vita contemplativa* utilizadas, además de otras extranjeras como las de Conybeare (1895), Colson (1985 [1941]), Daumas y Miquel (1963), Geoltrain (1960), Graffigna (1992), Filipponi (2015) y Taylor y Hay (2020), que no hemos considerado relevante introducirlas en la bibliografía, han sido las cuatro que existen en lengua española castellana hasta el momento, a saber la de Triviño (1976), la de Fernández-Galiano, que incluye en su artículo *Un monasterio pitagórico: los terapeutas de Alejandría* (1993); en realidad no es una traducción íntegra sino un amplio epítome del texto original, la de Vidal (2005) y la de Martín (2009) más la edición bilingüe griego-catalán de Raurell (2006). En cada cita hemos procurado ceñirnos a la traducción considerada

por nosotros como más fiel al original griego filoniano y a su vez más comprensible y precisa. En algún caso se ha estimado oportuno mencionar todas ellas, para que se puedan apreciar los matices y diferencias entre las mismas. Para el resto de las obras de Filón citadas hemos seguido las traducciones al español de las *Obras Completas de Filón de Alejandría*, de Triviño (1975-1976) y de Martín (2009-2016), además de tener presentes las ediciones francesas de Arnaldez, Mondésert y Pouiloux (1961-1992), inglesa de Colson y Whitaker (1929-1939) y Marcus (1953-1962 [Reed. 1981-1999]) y la alemana de Cohn, Wendland, Reiter y Leisegang (1896-1930).

³ Sobre el tema de los ejercicios espirituales en la Antigüedad son fundamentales las obras de Paul Rabbow (1914 y 1954). En una línea de investigación semejante se encuentran los estudios más recientes de Ilsetraut Hadot (2014) y de Pierre Hadot (1998, 2004, 2006 y 2009).

⁴ El término άσκησις designa un amplio entrenamiento espiritual, más que una simple renuncia a las comodidades. Filón sugiere

sofía, el amor y el deseo de la sabiduría, no se limitaba a adquirir un ámbito teórico de reflexión. Más bien, la filosofía estaba estrechamente vinculada a una forma de vida y, por lo tanto, implicaba el desarrollo de un aspecto inherentemente pragmático.⁵

El pensamiento mejora con la práctica, adaptando unos elementos preexistentes a los que va aportando nuevos sentidos en su intento de integrarlos, porque la progresión espiritual filosófica exige una transformación.⁶ Por ello, el objetivo de la ascesis en la Antigüedad es también la constitución de una relación plena, consumada y completa de sí consigo mismo, como punto de partida.⁷ La ascesis supone el ascenso espiritual desde lo sensible a lo inteligible, y el método para la satisfacción de esta tendencia al perfeccionamiento lo suministra la filosofía.⁸ Por tanto, la Ἀσκήσις se refiere a una disciplina filosófica que requiere unas técnicas psicagógicas de educación del alma, de entrenamiento y de excelencia, que se alcanzan partiendo del conocimiento y la atención a uno mismo.⁹

2. LA ἈΣΚΗΣΙΣ

La Ἀσκήσις aparece por vez primera en escritos griegos del período clásico. Platón documenta que Sócrates afirma que una persona buena es la que practica la virtud, y añade

que un grupo ascético como los terapeutas descritos en *De vita contemplativa* son, como resultado de su propia Ἀσκήσις, capaces de trascender los límites terrenales, vivir en el alma y convertirse en ciudadanos del cielo y de la tierra; Uusimäki 2018a, 299-300.

⁵ Aunque estaba arraigada en la filosofía griega la preocupación de Sócrates por el cuidado del alma, la idea de la filosofía como arte de vivir se desarrolló completamente de mano de los estoicos; Uusimäki, 2018a, 300. No obstante, todas las escuelas filosóficas helenísticas colaboraron en la elaboración del modelo de filosofía como forma de vida; Bénatuiil, 2004, 23. El ejercicio espiritual «filosófico» como forma de vivir conlleva un equipamiento, una preparación que los griegos llamaban παρασκευή; Foucault 2011 [2002], 316.

⁶ Hadot 2006, 225-226. El ejercicio espiritual está ligado a la figura del sabio, que es aquel que sabe perfeccionarse siguiendo el ejemplo de los mejores; Uusimäki 2018b, 6 y 9.

⁷ Foucault 2011 [2002], 306. Para Foucault la ascesis filosófica se distingue del sentido más habitual transmitido por el concepto cristiano de ascesis, ya que el objetivo no es la renuncia a sí mismo, sino todo lo contrario, la afirmación de sí mismo como sujeto y su perfeccionamiento moral. En este sentido, los terapeutas, aun cuando se reivindicaban a sí mismos mediante el desarrollo espiritual, mantienen su creencia en la nihilidad de la persona frente a Dios, algo, esto último, completamente ajeno al pensamiento griego.

⁸ Hadot 2006, 236.

⁹ La ascesis en Filón se identifica con el hombre que progresa de los estoicos; Bréhier 1950, 267. Para Foucault, las diferencias existentes dentro de lo que podemos considerar modos de perfeccionamiento espiritual entre las escuelas filosóficas helenísticas son más tácticas que de fondo, porque todas ellas comparten un mismo modelo estratégico del cuidado de sí; Foucault 2011[2002], 24-25 y 31 y ss. También hay distintos métodos entre las prácticas de autores de una misma escuela; Bénatuiil 2004, 23; Braicovich 2014, 161-163. Entre los filósofos romanos, en relación con este tema, véanse Cic. *Tusc.*; Sen. *Ep.*; Muson. *Disert.* El programa ascético de los terapeutas refleja una tendencia extendida en esta época, de preocupación por la consecución de un comportamiento ético-religioso apropiado y edificante, que obedecía a un código de conducta riguroso, acorde con la dignidad humana, y que se cultivó en las principales escuelas filosóficas. En este sentido, nos dice Montserrat, que el proyecto de Filón "se insertaba en la gran corriente de religiosidad del momento"; Monserrat, 2005, 75.

de que la Ἀσκήσις, es un medio de fomentarla.¹⁰ Los tipos de Ἀσκήσις desarrollados durante la Antigüedad posteriormente fueron muy variados.¹¹ En el platonismo y el neopitagorismo, implicó el rechazo de los placeres corporales, la austeridad alimenticia e incluso el ayuno,¹² mientras que los cínicos llegaron a abogar por el hambre y el frío. Los epicúreos limitaron los deseos por el bien de alcanzar el placer puro; los pirrónicos se caracterizaron por su impasibilidad escéptica, y los estoicos practicaron el desapego a las cosas indiferentes.¹³ En realidad, el estoicismo, el epicureísmo y el escepticismo, aunque opuestos entre sí, aspiraban todos a lo mismo, a saber: a hacer al espíritu impasible ante todo lo que la realidad ofrece.¹⁴ Ello requería unos ejercicios que no solo acontecieran en el pensamiento, sino que también supusieran unos actos que implicaran la existencia de una fuerza de voluntad.

Por otro lado, los filósofos latinos habían transformado la filosofía griega en un saber más romano, es decir, en algo, entre otras cosas, fundamentalmente práctico.¹⁵ Lo que los autores de Roma pretendían era enseñar el arte de la vida, cómo ocuparse de la misma, no tanto educar en una forma de vida teórica especulativa en abstracto, cuanto en su uso en una vida normal cotidiana, es decir, aplicada a la actividad particular diaria, pero regida por unos principios que le proporcionaran felicidad,¹⁶ o al menos placidez y serenidad.¹⁷

Los significados de Ἀσκήσις eran, dentro de un mismo orden, diferentes, pero en todos los casos, como Hadot argumenta, lo esencial se mantiene, ya que todas las corrientes filosóficas del momento representan «un cierto desdoblamiento, por medio del cual el yo se niega a confundirse con sus deseos y apetitos, toma perspectiva con respecto a los objetos de sus codicias y es consciente de su poder de desprenderse de ellos».¹⁸ De este modo, se separa de una perspectiva parcial y subjetiva aproximándose a una visión más universal.

¹⁰ *Grg.* 527d; *Resp.* 518e.

¹¹ Podemos decir que, frente a la unicidad que propugnaron los directores espirituales cristianos más adelante, las técnicas psicagógicas antiguas fueron extraordinariamente diversas, y destacó en ellas el carácter racional, en contraste con el elemento afectivo desplegado en el cristianismo; Rabbow 1954, 131 y 151-159. No obstante, desde los primeros siglos de la Iglesia la espiritualidad cristiana recogió, en parte, el legado de la filosofía antigua y de sus prácticas espirituales; Hadot 2006, 59 y ss. Pero con la diferencia entre lo pagano y lo cristiano de que donde antes había habido libertad y dominio de sí, después hubo dependencia y renuncia de sí; Senellart 2004, 137.

¹² Ellos iniciaron y difundieron la norma de la abstinencia de la carne animal en la dieta, luego ampliamente extendida entre las comunidades filosóficas espiritualistas; Hadot 1998, 208.

¹³ Hadot 2006, 123.

¹⁴ Arendt 2002, 176.

¹⁵ Esta actitud pragmática, que busca en la filosofía «la guía de la vida» es típicamente romana. *O vitae philosophia dux.* Cic. *Tusc.* 5, 2; citado por Arendt 2002, 317 y n. 68.

¹⁶ Los romanos estaban convencidos de que «la única causa que lleva al hombre a filosofar es el ser feliz»; cita de Varron, recogida por san Agustín; Agust. *Hip. De civ.* 19, 1 y 3.

¹⁷ Y así se pasó de la concepción griega de la filosofía como admiración, que parecía «complicar» la vida del hombre, al *nil admirari*: «no extrañarse ante nada», «no admirar nada», que traía consigo la imperturbabilidad y la tranquilidad de espíritu; Cic. *Tusc.* 3, 14, 30; citado por Arendt 2002, 174-175.

¹⁸ Hadot 1998, 209.

3. LA ASKĒSIS EN FILÓN DE ALEJANDRÍA

Filón nos proporciona dos textos, uno en su obra *Legum allegoriae*, 3, 18 y otro en *Quis rerum divinarum heres sit*, 253, en los que configura una especie de programa de objetivos a cumplir dentro de una vida consagrada a la espiritualidad, el ascetismo, la contemplación y el retiro. Paradójicamente, este tipo de exposición teórica no es algo que haga el filósofo en un tratado centrado en estos temas como es *De vita contemplativa*, donde prefiere dar a conocer las acciones concretas de la vida habitual de los terapeutas descritos en esta obra, para a partir de ellas, como veremos a continuación, plasmar los principios expuestos en los pasajes de las obras más arriba mencionadas.¹⁹ Por otra parte, de la comunidad de los terapeutas, asentada a las afueras de Alejandría, junto al lago Mareotis, no nos han llegado ningún tipo de reglas de comportamiento, pues para ellos era más importante construir mediante el quehacer esforzado diario una existencia virtuosa acorde con la Ley de Moisés, equivalente a la Ley Natural, que someterse a unos preceptos concretos, por tanto son muy ilustrativas a la hora de analizar esta comunidad las directrices espirituales recogidas por el filósofo judío en estos dos fragmentos, aunque es cierto que también existen, diseminados por sus obras, otros muchos consejos y pautas en este sentido, pero seguramente son estos pasajes antes aludidos, y que presentamos a continuación, los que exponen de manera más clara, exacta y condensada las normas generales para una correcta vida ascética.²⁰

ὄτε δὲ μετέωρον καὶ ὑφαυχοῦν καὶ ὑπέρογκον, ἀποδιδράσκει τε ὁ νοῦς ὁ ἀσκητῆς πρῶτος, εἶτα καὶ τὰ αὐτοῦ πάντα μέρη τῆς ἀσκήσεως, ἀναγνώσεις, μελέται, θεραπείαι, τῶν καλῶν μνήμαι, ἐγκράτεια, τῶν καθηκόντων ἐνέργεια, καὶ διαβαίνει τὸν τῶν αισθητῶν ποταμόν τὸν ἐπικλύζοντα καὶ βαπτίζοντα τῆ φορᾷ τῶν παθῶν τὴν φυχήν, καὶ ὁρμᾷ διαβάς εἰς τὸν ὑψηλὸν καὶ μετέωρον <τόπον> τὸν λόγον τῆς τελείας ἀρετῆς.

Pero cuando la pasión aparece elevada, engreída y altanera, la inteligencia que se ejercita huye ella primero, seguida de inmediato por todas las partes de su ejercicio, a saber: lecturas, reflexiones, actos serviciales, recuerdos de las cosas nobles, autodominio, práctica de las obligaciones ordinarias; y atraviesa el río de los sentidos, que sumerge y hunde al alma en las corrientes de las pasiones; y, habiéndolo cruzado, lánzase hacia la alta y excelsa región, vale decir, hacia el principio de la virtud perfecta.²¹

πάντα γὰρ τὰ τῆς ἀσκήσεως ἐδώδιμα καθέστηκεν, ἡ ζήτησις, ἡ σκέψις, ἡ ἀνάγνωσις, ἡ ἀκρόασις, ἡ προσοχή, ἡ ἐγκράτεια, ἡ ἐξαδιαφόρησις τῶν ἀδιαφόρων.

¹⁹ La vida ascética o del que practica la ἄσκησις, la vida contemplativa y la vida filosófica en la Antigüedad tienen un enorme parentesco; Hadot 2006, 251-256.

²⁰ Todas estas directrices normativas filonianas coinciden con los presupuestos filosóficos y ascéticos de las principales escuelas de pensamiento de la época. «En las corrientes filosóficas del momento tras esta apariencia de variedad, se percibe una profunda unidad, tanto en los medios utilizados como en la finalidad buscada»; Hadot 2006, 48. Coincide en esta afirmación con Foucault; Bénatuiil 2004, 23.

²¹ *Leg.* 3, 18; traducción de Triviño 1975-1976, vol. 1.

Porque, todo cuanto hace a la ejercitación²² es alimento comestible: la indagación, el examen, la lectura, el escuchar, la aplicación, la continencia, la indiferencia ante lo indiferente.²³

A pesar de que los textos no son exactamente coincidentes, nos muestran un conjunto de cualidades, algunas de las cuales se repiten en ambos fragmentos, componiendo una perspectiva acertada de lo que sería la ἄσκησις, o ejercicio espiritual. Nos estamos refiriendo a una actividad interior del pensamiento, pero también de la voluntad, que propone el filósofo alejandrino, en donde se ofrecen recomendaciones que igualmente están presentes en los presupuestos defendidos tanto por algunas escuelas filosóficas de aquella época como los estoicos o el platonismo del momento.²⁴

Entre estas formas de ejercitarse en la virtud se citan el huir, ἀποδιδράσκειν;²⁵ el examen en profundidad de uno mismo, σκέψις;²⁶ el estudio o investigación filosófica, ζήτησις; la lectura, ἀνάγνωσις; la escucha, ἀκρόασις; la atención, προσοχή; el dominio de uno mismo, ἐγκράτεια; la indiferencia ante las cosas indiferentes, ἐξαδιαφόρησις τῶν ἀδιαφόρων; las meditaciones o reflexiones, μελέται; la asistencia, curación o servicio, θεραπεία;²⁷ los recuerdos de las cosas nobles, καλῶν μνημαί; y el cumplimiento de las obligaciones, καθηκόντων ἐνέργεια.

4. LA ASKĒSIS EN EL TRATADO DE VITA CONTEMPLATIVA

Siguiendo a Filón,²⁸ vamos a comprobar cómo se llevan a efecto estas directrices y normas espirituales en la comunidad de los terapeutas. Empezando por lo que sería el compendio de todo ello, que no figura en los pasajes citados, pero que sí se cita expresamente en *De vita contemplativa*, la ἄσκησις, o ejercicio espiritual, Filón nos dice que «El intervalo entre el amanecer y el anochecer lo dedican enteramente al ejercicio espiritual».²⁹ Por tanto, la vida cotidiana

²² Τῆς ἀσκήσεως. Filón emplea la palabra ἄσκησις para definir este comportamiento, es decir, la filosofía como ejercicio espiritual, de superación, o «ascético», que es de esa palabra griega de donde deriva este vocablo español. «Los estoicos lo proclaman de forma explícita: según ellos la filosofía es “ejercicio”»; Hadot 2006, 25.

²³ *Her.* 253; traducción de Triviño 1975-1976, vol. 3.

²⁴ También podemos encontrar estas premisas en otras escuelas filosóficas helenísticas como las de los epicúreos, los neopitagóricos, e incluso en la de los cínicos, que proponen casi una ruptura total con el mundo profano y una absoluta dedicación a la ἄσκησις; Hadot 2006, 27 y 51.

²⁵ Aquí lo expresamos en infinitivo. En el texto original, *Leg.* 3, 18, aparece en tercera persona del singular del presente de indicativo. Este vocablo no figura en *De vita contemplativa*, pero sí en otros tratados de Filón, y especialmente se repite en *De fuga et inventione*.

²⁶ Esta práctica está expresamente presente en Epicteto cuando dice «Ante todo lo que acaece, no olvides de volverte hacia ti mismo a fin de buscar que potencia tienes para afrontarlo»; *Man.* 10. Sócrates afirma que una vida sin examen no vale la pena vivirla; Hadot 2009, 215.

²⁷ Hadot lo interpreta como «la terapia o cura de las pasiones»; Hadot 2006, 27 y 332, n. 32. Aunque sabemos que también puede significar servicio de culto.

²⁸ El profesor Hadot hace un recorrido por la filosofía estoica, a la luz de estos principios de Filón; Hadot 2006, 25. Nosotros los utilizaremos para descubrir su puesta en práctica por los terapeutas en la colonia del lago Mareotis.

²⁹ *Contempl.* 28; traducción Vidal 2005. Los miembros de la comunidad de los terapeutas llevan a cabo una vida recoleta en la que se mezclan el eremitismo, al permanecer durante seis días aislados

de los terapeutas consiste en un constante cultivo interior, que se va a plasmar en una serie de comportamientos virtuosos que el filósofo nos ha transmitido en los párrafos antes mencionados.

La primera pauta indicada en ellos es ἀποδιδράσκειν,³⁰ el huir o fugarse.³¹ Tenemos que decir que la práctica de la huida del entorno en la Antigüedad aparece normalmente entre congregaciones de sabios o filósofos que hacen una vida de recogimiento, estudio y reflexión, tanto en el orbe grecorromano³² como en otras culturas, cual la persa, la egipcia o la india.³³ Era usual que estos grupos, como ocurría con los terapeutas ubicados junto al lago Mareotis, viviesen sobriamente, alejados de los centros urbanos, y tuviesen una dieta cercana al vegetarianismo, absteniéndose de comer seres vivos.³⁴ En *De vita contemplativa* se expresa claramente esta posición de fuga, al principio de la obra, «sin estar ya seducidos por nada, huyen sin volverse atrás [...] fuera de las murallas [...] buscando la soledad, en jardines y fincas solitarias».³⁵

En cuanto a la σκέψις, el examen de conciencia en profundidad, Filón no usa este término en *De vita contemplativa*, pero sí transmite el concepto que encierra por medio de una bella figura literaria: la comparecencia del alma ante el «tribunal y sanedrín»³⁶ de su propio entendimiento, o su conciencia moral,³⁷ «(que) el alma [...] completamente descargada del tumulto de sensaciones y objetos sensibles, y ya recogida dentro de la sala de su propio consejo y senado, siga las huellas de la verdad».³⁸

El estudio, ζήτησις,³⁹ o quizás mejor traducir en relación con esta obra, «la investigación filosófica», aparece en el rit-

en sus aposentos, y el cenobitismo, ya que disfrutaban de periodos de convivencia, a saber, cada semana celebran todos juntos el *Sabbat* y cada cincuenta días la gran fiesta pentecostal, centrada en un banquete sagrado.

³⁰ En *De vita contemplativa* no utiliza este verbo, que en realidad significa huir subrepticamente o escaparse, sino otro, φεύγω, que sí podemos traducir como huir sin más.

³¹ El tema de la fuga del alma es una constante en Filón para expresar el ansia que tiene el místico de huir de lo mundano. «Has de huir de ti misma y situarte fuera de ti, transportada e inspirada con cierto profético frenesí»; *Her.* 69; traducción Triviño 1975-1976, vol. 3. Esta idea se aprecia reiteradamente en su tratado *De fuga et inventione*.

³² Es común entre los platónicos mantener la disciplina de la concentración mental y la renuncia al mundo sensible; Hadot 2006, 48.

³³ Ph. *Prob.* 72-74 y 93-96; *Abr.* 182.

³⁴ Fernández-Galiano 2011, 12 y 18; Foucault 2011 [2002], 123 y ss. y 328 y ss.; Hadot 1998, 190 y ss., 2009, 151 y ss.

³⁵ *Contempl.* 18-19; traducción Vidal 2005.

³⁶ Hemos preferido mantener la propia palabra griega συνέδριον, que nos parece más expresiva, y darle al vocablo βουλευτηρίω el significado que creemos más apropiado en este pasaje de «tribunal». Séneca a veces emplea también el símil del tribunal de justicia, ante el cual comparece el alma para rendir cuentas al realizar el examen de conciencia; Hadot 1998, 220.

³⁷ Bréhier cree que con Filón aparece la filosofía de la conciencia moral. Bréhier 1950, 296. Mondolfo piensa que ya existen antecedentes griegos, pero que es en el alejandrino donde la conciencia moral «asume una posición central que no había alcanzado en la ética anterior»; Mondolfo 1968, 319.

³⁸ *Contempl.* 27; traducción Vidal 2005.

³⁹ En *De vita contemplativa* no usa este vocablo, que sustituye por el verbo φιλοσοφῶ, investigar, filosofar, buscar la sabiduría, en distintos tiempos y modos, *Contempl.* 16, 28, 30 y 34, o por el sustantivo φιλοσοφία, filosofía, investigación, estudio, *Contempl.* 14, 16,

mo cotidiano de los mareóticos pues, ellos, «buscan la sabiduría interpretando alegóricamente la ancestral filosofía»,⁴⁰ o «durante seis días buscan la sabiduría a solas, cada uno aislado en su casa en los (llamados) “monasterios”, sin traspasar la puerta...».⁴¹ Filón en ambos fragmentos destaca no solo la presencia de la sabiduría, sino también el interés en su búsqueda, es decir, lo que constituye la vocación del filósofo.

La lectura provechosa, ἀναγνώσεις,⁴² figura en distintos momentos del escrito ya que representa una actividad intelectual habitual en los terapeutas, tanto expresamente «leen las escrituras sagradas [...] Tienen también escritos de autores antiguos, los fundadores de la escuela, que han dejado muchos documentos del género alegórico»,⁴³ como de manera indirecta «los toman como modelos e imitan el método».⁴⁴

Respecto a la ἀκρόασις,⁴⁵ la escucha atenta, es algo muy importante, pues hace al oyente vivir plenamente el momento presente y percibir todos los matices del contenido del mensaje.⁴⁶ Filón nos informa de que el pensamiento expresado por el orador en la convivencia comunitaria del *Sabbat* «a través de la escucha alcanza el alma y allí permanece firmemente. Todos los demás escuchan con tranquilidad».⁴⁷ En la fiesta pentecostal, celebrada cada cincuenta días, antes del banquete, «el πρόεδρος⁴⁸ [...] expone [...] (y) la audiencia lo escucha con los oídos atentos y los ojos fijos en él manteniendo siempre la misma postura».⁴⁹ Al final de la misma «tanto el orador con su exposición como los oyentes con su escucha han alcanzado los objetivos fijados».⁵⁰ Por tanto, la relevancia de la audición en los actos rituales terapéuticos queda de manifiesto en diferentes pasajes de la obra. Los aplausos y signos de gozo que cierran cada una de las ceremonias, indican que la disertación en ella efectuada ha sido un éxito para el ponente y para los oyentes asistentes.

Relacionada con la escucha está la προσοχή,⁵¹ la atención, que también lo está con el silencio, la compostura, y

26, 28, 67, 69 y 89.

⁴⁰ *Contempl.* 28; traducción Vidal 2005.

⁴¹ *Contempl.* 30. «En cada una de las casas hay un aposento sagrado que se llama «santuario» o «monasterio» en el que se aíslan». *Contempl.* 24; traducción Vidal 2005.

⁴² En *De vita contemplativa* no utiliza el vocablo ἀναγνώσεις, lectura, sino el verbo ἐντυγχάνω, que tiene entre otras la acepción de leer; *Contempl.* 28.

⁴³ *Contempl.* 28-29; traducción Vidal 2005.

⁴⁴ *Contempl.* 29; traducción Vidal 2005.

⁴⁵ *Contempl.* 79.

⁴⁶ Tanto el estoicismo, como el epicureísmo, coincidieron en separarse del mundo pasado y futuro para concentrarse en el momento presente; Hadot 2006, 294.

⁴⁷ *Contempl.* 31; traducción Vidal 2005. Preferible traducir en vez de «de la escucha...», como hace Vidal, «de los oídos...», que es lo que realmente dice el texto, ya que el término empleado es ὠτίς, dativo plural de οὖς, oído, oreja.

⁴⁸ Es la fiesta principal de la comunidad, y acontece cada cincuenta días, de ahí su nombre. No tiene nada que ver con la celebración del Pentecostés judío o *Shavuot*, ni por supuesto con el cristiano. La reunión está presidida por el πρόεδρος.

⁴⁹ *Contempl.* 75-77; traducción Vidal 2005.

⁵⁰ *Contempl.* 79; traducción Vidal 2005.

⁵¹ Filón en este tratado no emplea este término, sino que expone la actitud de atención de una manera extensa y detallada mediante otras expresiones más ricas y elaboradas; *Contempl.* 31 y 77.

con el sentido de la vista.⁵² Para los estoicos constituía una actitud espiritual fundamental que consistía en la continua vigilancia y estado de alerta. También se encuentra presente en la tradición platónica.⁵³ La atención se concibe como una expectativa sin objeto, porque es una condición para la escucha y su provecho, igual que lo es para la iluminación, aunque no sea la iluminación misma, que acontecerá en el estado de plena conciencia atenta.⁵⁴ En la ceremonia litúrgica previa al banquete, nos dice el alejandrino que «los jóvenes que están de pie no prestan menor atención que los que están recostados».⁵⁵ Las reuniones terapéuticas están basadas en la atención de los asistentes, en la vigilia de los hombres y mujeres que permanecen completamente despiertos y pendientes de lo que acontece. Indirectamente, según lo describe Filón, todos los presentes dan a entender, por los ademanes, el silencio, y las actitudes inmóviles, que el desvelo y la consciente aplicación son los rasgos esenciales de los participantes en las celebraciones rituales mareóticas, aunque no lo haya mencionado en otros momentos.⁵⁶

El autocontrol, ἐγκράτεια,⁵⁷ expresa el dominio de sí mismo, como elemento fundamental del programa ascético de los terapeutas. «El autocontrol lo colocan como cimiento previo del alma, y sobre él edifican las demás virtudes».⁵⁸ Con él se expresa la victoria de la razón sobre los ímpetus y deseos desordenados que causan en el alma la flaqueza, el abandono y la desatención.⁵⁹ Requiere una buena dosis de análisis introspectivo y de concentración en uno mismo, que son por otra parte, elementos esenciales del examen de conciencia.

La expresión griega ἐξαιδιαφόρησις τῶν ἀδιαφόρων, significa indiferencia hacia las cosas indiferentes. La frase en principio puede dar origen a equívocos, por ello no hay que entender en la misma un desinterés del sujeto por los sucesos que acontecen, o que no valore su importancia, sino que pretende expresar que cada uno se debe centrar en aquellos momentos de la existencia en los que es aconsejable actuar pues de nuestra intervención se derivan consecuencias, porque hay sucesos que no dependen de nosotros, sino de la «voluntad» de la naturaleza, como la muerte, la enfermedad, las catástrofes, los infortunios, etc., y en estos casos no adelantamos nada preocupándonos en ellos. Esta actitud equivale en cierto modo a la serenidad, o la imperturbabilidad.⁶⁰ Esto no significa despreciar los demás instantes, y no

saber valorar cada uno de los acontecimientos que se nos presentan.⁶¹ Si los hechos que ocurren son irremediables y afectan a nuestro entorno, los aceptaremos; si no es así, o no son tan cercanos a nosotros mismos, buscaremos la reflexión en nuestro interior. Es una recomendación muy acorde con los puntos de vista epicúreos, que no son, en general, los más próximos a los ideales filosóficos de Filón, y que frecuentemente minusvalora.⁶² Sin embargo, el alejandrino sabe utilizar en su provecho cualquier discurso intelectual, y cuando puede acoplarlo a su propósito lo admite, siempre que no menoscabe sus principios. En lo que respecta a este sentido de la indiferencia, ἐξαιδιαφόρησις τῶν ἀδιαφόρων, aunque esta expresión no figure literalmente en *De vita contemplativa*, es útil recordar el siguiente fragmento del tratado: «En todo practican la sencillez, sabiendo que la vanidad es el origen de la falsedad, y la sencillez, de la verdad, y que cada una de ellas tiene la categoría de fuente, pues de la falsedad manan los diversos tipos de males, mientras que de la verdad, la multitud de bienes humanos y divinos»,⁶³ o quizá otro más expresivo, que confirma el estado indiferente de los terapeutas, cuando están tan ensimismados en la indagación que «solo se acuerdan de comer después de tres días [...] llegando incluso a aguantar el doble de tiempo».⁶⁴

En cuanto a las μελέται, meditaciones y reflexiones, es algo que impregna la vida cotidiana del poblado mareótico, ya que sus componentes se dedican seis días de la semana al ejercicio del estudio, la reflexión y la contemplación.⁶⁵ Las meditaciones solían hacerse sobre unas pautas, generalmente recogidas en algún escrito, o memorizadas.⁶⁶ Era frecuente el uso de colecciones de sentencias cortas o apotegmas.⁶⁷ Los terapeutas, efectivamente, tenían «escritos de autores antiguos», σύγγραμματα παλαιῶν ἀνδρῶν,⁶⁸ también otros «del género alegórico», además de las *Escrituras Sagradas* y los libros de «sabiduría ancestral», que les servirían de guía en sus largas jornadas de introspección.⁶⁹

⁶¹ Hadot 2006, 335, n. 67. Coincide esta recomendación filoniana con un pensamiento de Marco Aurelio, «Vivir feliz es un secreto, y es en el alma donde reside. Es suficiente ser indiferente a las cosas que por sí solas no son ni buenas ni malas...»; *Med.* 11, 16.

⁶² Aunque no fue partidario del materialismo epicúreo, sin embargo, Filón sí conoce la filosofía de Epicuro, y cuando le interesa, ya que también ve en esta filosofía presupuestos admisibles para él, especialmente en el campo de la ética, no duda en usarlos, pero no es algo habitual; Lévy 2000.

⁶³ *Contempl.* 34; traducción Vidal 2005.

⁶⁴ *Contempl.* 35; traducción Vidal 2005.

⁶⁵ *Contempl.* 1, 25-30. Sin embargo, el filósofo en *De vita contemplativa* no va a emplear ni el verbo μελετάω, ni el sustantivo μελέτη, que sí utiliza en otras obras.

⁶⁶ Hadot 2006, 67. Horacio recomendaba «pasar los pensamientos a escritura»; Hadot 2006, 334, n. 59.

⁶⁷ Como los *Pensamientos* o *Meditaciones* de Marco Aurelio, o las *Sentencias* de Porfirio, aunque estos dos autores pertenecen a una época más tardía.

⁶⁸ *Contempl.* 29; traducción Vidal 2005. Literalmente: «escritos de hombres antiguos».

⁶⁹ La meditación encaminada a la curación del espíritu era una recomendación que también hacía Epicuro al sabio, al que igualmente aconsejaba vivir aislado, pero mejor aún en compañía de amigos, de los que reciba su afecto, para conseguir la perfecta εὐδαιμονία. Véase Jufresa 2007, LXV-LXVI. La necesidad de «recursos externos» del epicureísmo contrasta con la «autosuficiencia» de la filosofía filoniana; Hadot (2006, 268). «Filón excluye de antemano de la filosofía al epicureísmo, en el que, al igual que los estoicos, ve la unión orgánica entre inmoralidad y ateísmo» Pohlenz 2020[1948-1949], 371.

⁵² Para Filón la visión y el oído son los dos sentidos superiores, los que captan lo excelso, frente a los otros tres inferiores, olfato, gusto y tacto, más ligados a lo terreno y material. Véanse *Abr.* 149-150 y 57; *Opi.* 53, 62, 70-71, 120; *Post.* 118; *Leg.* 2, 7-8; *Leg.* 3, 155-156; *Cher.* 57; *Ebr.* 157; *Mut.* 3; *Her.* 69-70; *Deus* 46; *Contempl.* 10; entre otros textos filónicos; Martín 1986, 21 y 23; Arendt 2002, 134.

⁵³ Hadot 2006, 64.

⁵⁴ De Garay 1999, 43-44.

⁵⁵ *Contempl.* 77; traducción Vidal 2005.

⁵⁶ *Contempl.* 30-33 y 75-79.

⁵⁷ *Contempl.* 34.

⁵⁸ *Contempl.* 34; traducción Vidal 2005.

⁵⁹ Cicerón recomendaba para combatir estas negativas inclinaciones, oponer a una pasión su virtud opuesta. *Tusc.* 4, 75, citado por Hadot 2006, 70 y n. 278. Filón prefiere, como los pitagóricos, mantener alejadas a las pasiones, por ello recomienda la huida. *Contempl.* 13 y 18; *Fug.* 88 y 89; *Migr.* 53; *Abr.* 22; *Her.* 69. Pero admite también las buenas pasiones como los estoicos, que a manera de las virtudes ciceronianas, son aquellas contrarias a las malas; Lévy 2009, 156.

⁶⁰ Estas cualidades recuerdan, en cierto modo, a la ἀταραξία epicúrea y a la ἀπάθεια de los estoicos, que también aparecen en el neoplatonismo.

Hemos de pensar que no solo la lectura, sino que igualmente la escritura era usada como una forma de meditación y de diálogo con uno mismo, ya que servía para «ordenar» adecuadamente los pensamientos.⁷⁰ Estos usos revelan un enorme conocimiento del poder terapéutico de la palabra y de los textos.⁷¹ El ejercicio de la meditación facilitaba entre otras cosas la preparación del ánimo ante cualquier circunstancia adversa y hacía valorarla como cualquier acontecimiento que forma parte del curso de la naturaleza. Los sueños también tenían un gran valor por ser suministradores de información anímica, pues como habían observado Platón y Zenón, por sus características permiten juzgar el estado espiritual del alma.⁷² Y en este sentido, Filón se refiere a los sueños de los terapeutas como alumbradores de los principios de la sagrada filosofía: «Cuando sueñan proclaman las célebres doctrinas de la sagrada filosofía».⁷³ Por ello los sueños debían someterse a reconocimiento, ya que permiten al sujeto tener consciencia de sus progresos, que son ciertos cuando las facultades del alma brillan resplandecientes de serenidad, sin nada que las perturbe.⁷⁴

A diferencia de la meditación realizada en las principales religiones de extremo oriente, como el jainismo, el brahmanismo, el budismo o el hinduismo, que requería determinadas posturas corporales, la meditación filosófica practicada en el ámbito grecolatino no lo necesitaba, ya que era un ejercicio puramente mental, por tanto, en poblado del lago Mareotis no hay alusión alguna a cualquier modalidad de ejercicio físico que estuviese presente en las jornadas contemplativas terapéuticas. Sin embargo, sí se recogen expresamente datos sobre las actitudes apropiadas, los ademanes correctos, la inmovilidad de los asistentes a las ceremonias y el absoluto silencio que presidía cualquier manifestación piadosa celebrada por la comunidad.⁷⁵ Así, Filón nos dice que manifiestan «su aprobación solo con gestos de los ojos o de la cabeza»;⁷⁶ que «se congregan con la más elevada solemnidad [...] en perfecto orden, levantan los ojos y las manos al cielo»;⁷⁷ o que «se produce un silencio general [...] (y) nadie se atreve a musitar o a respirar fuerte»;⁷⁸ o también que «la audiencia [...] escucha manteniendo siempre la misma postura».⁷⁹ Como afirma Foucault, «la inmovilidad, la plástica del cuerpo, la estatuaria del cuerpo inmóvil, tan inmóvil como sea posible, es muy importante».⁸⁰ Si bien no estamos en presencia de unas mímicas, ademanes, o pausas similares a los practicados por los filósofos orientales, sí

existe un fuerte ritualismo gestual en esta comunidad, que forma parte de su propia expresión devota y confiere una identidad moral a las ceremonias colectivas. Frente a ello, es lo adecuado a la inmoralidad, la agitación y la mueca incongruente, que era lo que hacía precisamente desbordantes y enrarecidos los suntuosos banquetes paganos, ya que

esa movilidad permanente del cuerpo no es otra cosa que la versión física de la *stultitia*, que es la agitación perpetua del alma, del espíritu y la atención; esa *stultitia* que salta de un tema a otro [...] que brinca constantemente y tiene, asimismo, su versión moral en la actitud del *effeminatus*, del hombre afeminado, en el sentido del hombre pasivo con respecto a sí mismo, incapaz de ejercer sobre sí la ἐγκράτεια, el dominio, la soberanía.⁸¹

No obstante, también es importante que el «ponente» perciba no solo interés en la audiencia, sino que también aprecie que su mensaje es captado, por eso son imprescindibles para el buen desarrollo del evento el gesto de asentir con la cabeza, manifestando de este modo haber seguido y comprendido el discurso, porque «del buen oyente de la filosofía se requiere una especie de silencio activo y significativo».⁸²

La asistencia, curación o auxilio, *θεραπεία*,⁸³ es la acción que ha venido a dar nombre a la comunidad del lago Mareotis. Este vocablo tiene diversos significados, y tanto se puede aplicar al cuidado del cuerpo como al del alma, pero también en su acepción de ayuda y servicio está relacionado con la atención a la Divinidad, y el cuidado de la liturgia y de los propios lugares sagrados. Cualquiera de estos sentidos se adecúa a la práctica habitual ascética de los terapeutas, ya que ellos rinden culto en los espacios sacros del poblado, tanto en los «monasterios» privados, como en los recintos comunes, el *Semneion* y el *Aula Simposiaca*,⁸⁴ además de velar por sus cuerpos y sus almas como tarea continua, a la vez que preservan el conjunto comunitario, como Templo espiritual simbólico que consideran que es.⁸⁵ En *De vita contemplativa* el vocablo *θεραπεία*, que es una constante en este tratado, abre el escrito, con este doble valor: «Se llaman justamente terapeutas. Bien, en cuanto que profesan una terapia médica superior [...] que cura (no solo) los cuerpos, (sino) [...] también las almas [...] O bien,

⁷⁰ Rabbow 1954, 331. De ahí que probablemente algunas de las obras compuestas por los terapeutas tuviesen este propósito, como ocurría con ciertos textos de otros filósofos de la Antigüedad.

⁷¹ Hadot 2006, 29.

⁷² Hadot 2006, 70.

⁷³ *Contempl.* 26; traducción Vidal 2005.

⁷⁴ Hadot 2006, 333, n. 56. El valor revelador de los sueños era una creencia común en la Antigüedad, tanto en el ámbito grecorromano como en el judío, y Filón les dedicó dos importantes tratados, *De Somniis* 1 y 2; Vidal 2005, 63-64, n. 41.

⁷⁵ «toman asiento [...] con una actitud adecuada, las manos dentro del vestido, la derecha, entre el pecho y el mentón, y la izquierda, colgando a lo largo del costado»; *Contempl.* 30; traducción Vidal 2005.

⁷⁶ *Contempl.* 31; traducción Vidal 2005.

⁷⁷ *Contempl.* 66; traducción Vidal 2005.

⁷⁸ *Contempl.* 75; traducción Vidal 2005.

⁷⁹ *Contempl.* 77; traducción Vidal 2005.

⁸⁰ Foucault 2011 [2002], 328.

⁸¹ Foucault 2011 [2002], 328-329. Precisamente, sobre la inmovilidad en el aprendizaje se manifiesta Séneca en términos parecidos a los que muestran los terapeutas en la carta 52, citada también aquí por Foucault. La *Ἐγκράτεια* mencionada más atrás, o *ἐγκράτεια*, como escribe el filósofo francés, es el dominio de uno mismo y el autocontrol.

⁸² Foucault 2011 [2002], 330. La *stultitia* es el polo opuesto a la «práctica de sí» (ibídem, 135).

⁸³ Hadot lo interpreta como «la terapia o cura de las pasiones», fundamentalmente, dentro del programa de ejercicio espiritual de los filósofos antiguos; Hadot 2006, 27 y 332, n. 32. Pero también puede albergar el significado de servicio cultural.

⁸⁴ Taylor 2003, 302-310. El *Semneion* era la sala de oración común, equivalente a una sinagoga, donde se reunían para celebrar el *Sabbat*, y el *Aula Simposiaca*, recinto de mayores proporciones, lo constituía la estancia en la que acontecía el banquete y la fiesta extraordinaria de la comunidad cada cincuenta días; *Contempl.* 32 y 65.

⁸⁵ El Templo inmaterial y sagrado que constituye la comunidad de los terapeutas funciona gracias a la alianza entre la vida práctica reservada a los discípulos y auxiliares, y el régimen contemplativo que llevan a cabo la clase propiamente sacerdotal; Riaud 1991, 237.

en cuanto que [...] han sido educados para servir al Ser». ⁸⁶ Y posteriormente, se confronta retóricamente con el término ἀθεράπευτος, el que permanece sin curación, ⁸⁷ para realzar el contraste existente entre la vida terapéutica y la vulgar. Filón insiste en que la práctica terapéutica ha dado lugar a un γένος especial, que aspira a la contemplación del Ser, y que va consecuentemente por el camino terapéutico, ⁸⁸ porque sus componentes «fueron raptados por el amor celeste [...] hasta alcanzar la visión de lo anhelado». ⁸⁹

Según todas las escuelas filosóficas, la principal causa del sufrimiento humano proviene de sus pasiones: deseos desordenados y temores exagerados. ⁹⁰ La filosofía, y lo que realizan los mareóticos lo es, viene a curar las pasiones, como una terapia, en la que cada escuela tendrá su método. Y los alejandrinos han encontrado el suyo en la forma de vida contemplativa, la senda terapéutica que Filón describe en su tratado.

Los recuerdos o la memoria de cuanto es noble, καλῶν μνημαί, otra de las pautas recomendadas por Filón en el ejercicio espiritual, ya era defendida como una práctica espiritual muy saludable por Galeno: el empleo de la memoria como colaboradora en el bienestar personal. ⁹¹ Podemos encontrarla en *De vita contemplativa*, muy explícitamente expuesta, en un lugar del texto: «Mantienen así de continuo el recuerdo de Dios, de modo que incluso en sueños no ven otra cosa que la belleza de las virtudes y de las potencias divinas». ⁹² El recuerdo de Dios será un tema especialmente presente en la filosofía de Marco Aurelio, ⁹³ y supone el tener una constante referencia a Dios en cada acción humana, con el fin de mantener una postura de alerta y de consciencia de todo cuanto te rodea. ⁹⁴ Naturalmente, como contrapartida, la persistencia de la memoria sana implica la desatención y el olvido de lo que nos perjudica, como actitud «negativa» pero edificante de la μνήμη en el campo espiritual. En este sentido, es conveniente centrarse en el presente y liberarse del dolor procedente de las pasiones provocadas por el pasado y de la inquietud que puedan ocasionar las futuras. ⁹⁵ Es esencial en este sentido mantener toda la atención, o la conciencia, en el momento presente y descubrir el valor infinito de cada instante, algo que los terapeutas practican habitualmente. ⁹⁶

⁸⁶ *Contempl.* 2; traducción Vidal 2005.

⁸⁷ *Contempl.* 10.

⁸⁸ *Contempl.* 12. «Por el camino terapéutico», traducción de Vidal (2005, 53); «tras el ejercicio terapéutico», traducción de Martín 2009, 5: 15; «tras el servicio terapéutico», traducción de Triviño 1975-1976, 5: 96.

⁸⁹ *Contempl.* 12; traducción Vidal 2005.

⁹⁰ Hadot 2006, 25.

⁹¹ Gal. *De cognosc. cur. animi morbi*, 1, 5, 25; citado por Hadot 2006, 332, n. 33. También este autor nos habla de la importancia de la palabra «recuerda» en Epicteto y Marco Aurelio (ibídem 333, n. 47).

⁹² *Contempl.* 26; traducción Vidal 2005.

⁹³ «Tu único goce y tu sola distracción deben pasar sucesivamente de una acción social a otra, pero acordándote siempre de Dios»; *Med.* 6, 7.

⁹⁴ Esta idea de «tensión», que es fundamental en el estoicismo, aparece en especial en Epicteto 4, 12, 15 y 19; Hadot 2006, 332, n. 35.

⁹⁵ Hadot 2006, 28 y 232.

⁹⁶ La «concienciación» en el momento, el *awareness* de la filosofía gestáltica; *Contempl.* 34 y 77.

El cumplimiento de las obligaciones o del deber, καθηκόντων ἐνέργεια, el último de los consejos filónicos, que también está presente en los presupuestos filosóficos estoicos, ⁹⁷ es de igual modo una máxima tácita que preside la vida del poblado mareótico, porque la comunidad, aún sin tener unas reglas conocidas, funciona casi mecánicamente conforme a esta directriz, y allí todos sus integrantes ocupan su lugar y saben lo que tienen que hacer en cada momento. ⁹⁸ El conjunto del tratado sobre los terapeutas, salvo el excursus en torno a los banquetes paganos, es un relato de ello. En este sentido hemos de contemplar otro matiz dentro del comportamiento terapéutico ligado al ejercicio espiritual, y es la cuestión de la conducta correcta que se cumple casi imperceptiblemente: el concepto griego de ἔθισμός, ⁹⁹ el (buen) hábito, que implica un esfuerzo constante y progresivo, ¹⁰⁰ hasta establecer un modo de hacer y de conducirse usual, en lo que corresponde a las obligaciones ordinarias, que queda fijado en la congregación y que recorre toda su actividad cotidiana. Por tanto, en este caso no vamos a hacer citas del texto, porque cualquier fragmento de la obra es un ejemplo del καθηκόντων ἐνέργεια, como actitud virtuosa.

Por otro lado, en el caso de esta norma ascética, su presencia en la panoplia ejemplar filoniana reviste una importancia aún mayor en cuanto que es quizás la más aplicable al propio Filón, pues el filósofo da a entender en diversos fragmentos de su extensa obra ¹⁰¹ que, aunque tenía vocación contemplativa y a ello se dedicaba cuando podía, debía de atender a sus compromisos, fundamentalmente políticos y relacionados con la comunidad judía alejandrina, que entonces estaba pasando unos momentos muy complicados. Pues la práctica intelectual y la vida filosófica también suponían unos deberes con sus correligionarios, ¹⁰² aunque fuesen de otro tipo, más morales y religiosos, y todo ello lo hacía moverse en un difícil equilibrio entre los asuntos privados y los públicos. ¹⁰³

Pero he aquí que me acechaba el más penoso de los males, la envidia, detestadora del bien, la que, tras caer sobre mí de improviso, no cesó en sus intentos de derribarme violentamente, hasta que me precipitó en el inmenso mar de las preocupaciones creadas por los

⁹⁷ Hadot 2006, 30.

⁹⁸ Es lógico, dada la importancia de las fiestas mareóticas, que tuviesen un reglamento ceremonial.

⁹⁹ La adquisición de hábitos morales correctos, ἔθισμός, aparece después en la filosofía de Plutarco; Hadot 2006, 48 y 335, n. 68.

¹⁰⁰ La actitud de hombre esforzado que progresa, personificada por Jacob, es para Filón un modelo de comportamiento humano; *Mos.* 1, 76; *Mut.* 12. *Abr.* 52. Y también, está muy próximo este comportamiento al que el filósofo tuvo.

¹⁰¹ Además de los fragmentos contenidos en *De specialibus legibus*, que vamos a exponer, véanse también *Fug.* 36, y *Mut.* 39, entre otros.

¹⁰² La vida filosófica comporta normalmente el compromiso con la comunidad; Hadot 2006, 248. Esto era algo que Filón tenía completamente asumido.

¹⁰³ La expresión cumplimiento del deber, en el contexto estoico, se refiere sobre todo a los deberes de la vida social; Hadot 2006, 30. Algo similar pensamos que sucede también en Filón, y que explica muy bien su actitud vital. En realidad, por diversos motivos, creemos que Filón llevó la vida que se vio comprometido a llevar, lo que no quiere decir que en sus circunstancias él hubiese preferido otra.

públicos sucesos, en el cual me veo arrastrado sin poder siquiera mantenerme a flote.¹⁰⁴

(de) la mirada del alma [...] su aguda visión ha sido ensombrecida por la oscuridad de los asuntos de otro orden.¹⁰⁵

Y si de improviso me sobreviene un corto tiempo de serenidad y calma en medio de las públicas perturbaciones, emergo de las aguas desplegando mis alas [...] dejando atrás a implacables amos, no solo hombres, sino también asuntos que de una y otra parte se precipitan sobre mí como un torrente.¹⁰⁶

Pero el episodio que mejor da cuenta de esta vocación de cumplimiento del deber en el filósofo, y de consagración a las obligaciones relacionadas con el πολιτευμα judío de Alejandría, fue su misión diplomática en Roma, narrada en su obra *Legatio ad Gaium*, cuando un Filón ya provector se sitúa al frente de la legación judía de la ciudad del delta y emprende lo que sería, para una persona de su edad,¹⁰⁷ un largo y pesado viaje, que lo mantuvo alrededor de tres años alejado de su patria. Este viaje se produjo además en unas circunstancias históricas muy inciertas, dada la actitud que Calígula había mantenido respecto a los judíos, y el peso político que tenían los dirigentes de la facción alejandrina opuesta a los hebreos.

5. EPÍLOGO

Al margen de los «consejos» espirituales contenidos en esos dos extractos de Filón analizados en relación con la obra *De vita contemplativa*, se encuentran, tanto en este tratado que estudiamos como en otros del filósofo, distintas indicaciones y pautas adecuadas para desarrollar asiduamente la formación espiritual pretendida, y destinadas a acrecentar la salud del alma, como son: el desapego, ἀπροσπάθεια,¹⁰⁸ el ejercicio o aprendizaje de la muerte, ἄσκησις θάνατου,¹⁰⁹ el aislamiento o la soledad, ἐρημίαν;¹¹⁰ la oración, εὐχή;¹¹¹ la contemplación, θεωρός;¹¹² la continencia, νηφάλιος;¹¹³ los actos serviciales, ὑπηρεσίαι;¹¹⁴ la amistad de los hombres,

¹⁰⁴ *Spec.* 3, 3; traducción Triviño 1975-1976, 4.

¹⁰⁵ *Spec.* 3, 4; traducción Triviño 1975-1976, 4.

¹⁰⁶ *Spec.* 3, 5; traducción Triviño 1975-1976, 4.

¹⁰⁷ *Legat.* 1.

¹⁰⁸ El profesor Hadot cita este vocablo ἀπροσπάθεια, como desapego o desprendimiento. Hadot 2006, 71. Sin embargo, este concepto no se refleja en el tratado con un vocablo concreto, sino con una expresión que da a entender este significado; *Contempl.* 13 y 18. La noción es muy cara a la filosofía epicúrea, junto a la de serenidad, que también está presente en Filón, como ya conocemos; Hadot 2006, 48.

¹⁰⁹ Es un ejercicio espiritual fundamental en los terapeutas, mediante el cual consideran que ya han concluido su vida terrenal, que han desechado sus apetitos y sus mezquinos intereses mundanos, marchando de ahora en adelante en pos de una vida mística junto al Existente. *Contempl.* 13; Hadot 2006, 39-48.

¹¹⁰ *Contempl.* 24. Hay que tener presente que el concepto de soledad que viven los mareóticos se corresponde a un estado existencial en el que uno se encuentra en compañía de sí mismo; Arendt lo llama estado de «solitud», *solitude*, para distinguirlo de la soledad, *loneliness*, en la que uno se encuentra absolutamente solo, privado de la compañía humana y de la propia compañía; Arendt 2002, 96.

¹¹¹ *Contempl.* 27, 80, 83-89.

¹¹² *Contempl.* 29, 58, 67. La vida dedicada a la contemplación es garantía de independencia, para Aristóteles; Hadot 2006, 237.

¹¹³ *Contempl.* 34, 35, 73,74 y 82.

¹¹⁴ *Contempl.* 66 y 70.

φιλία ἀνθρώπων;¹¹⁵ y la amistad de Dios, φιλία θεοῦ;¹¹⁶ que podemos añadir a las anteriores recomendaciones, con la finalidad de practicar una forma de vida filosófica que suponga un auténtico camino de perfección.¹¹⁷

Ahora bien, siempre hay que tener presente que para recorrer ese trayecto y desarrollar una vida filosófica, jalonada por esas prácticas ascéticas que hemos mencionado, hace falta poseer una cualidad esencial básica según Filón y los terapeutas, y sin la cual nada se alcanza: la πίστις, la fe,¹¹⁸ que fue la virtud representada por el patriarca Abraham, al que Filón dedicó dos de sus obras *De Abrahamo* y *De migratione Abrahami*. Así pues, hay que desear la arrogancia de confiar en las propias fuerzas para conseguir la excelencia, ya que las virtudes no surgen del alma a partir de nosotros mismos, sino desde Dios que es quien las concede. El hombre lo más que puede hacer es desearlas fervientemente y esforzarse en conseguir las, pues al solo contar con su propia *nihilidad*, sin la ayuda de Dios no es capaz de nada, y aunque sea conveniente y aconsejable una vida piadosa, siempre es Dios el protagonista, y la fe en Él es la única seguridad humana.¹¹⁹

BIBLIOGRAFÍA

- Arendt, Hannah. 2002. *La vida del espíritu*. Barcelona: Paidós.
- Benatuil, Thomas. 2004. «Dos usos del estoicismo: Deleuze y Foucault». En *Foucault y la filosofía antigua*, dirigido por Frédéric Gros y Carlos Lévy, 9-40. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Braicovich, Rodrigo S. 2014. «Moderación y ascetismo en Séneca, Musonio y Epicteto». *Praxis Filosófica*, 39: 157-169. <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i39.3519>
- Bréhier, Émile. 1950 [1908]. *Les idées philosophiques et religieuses de Philon d'Alexandrie*. Paris: Librairie Philosophique J. Vrin.
- Cicerón. 2010. *Tusculanas*. Intr., trad. y notas, Antonio López Fonseca. Madrid: Alianza.
- De Garay, Jesús. 2000. «Infieles y bárbaros en el pensamiento de Filón». En *Infieles y bárbaros en las tres culturas*, editado por Jacinto Choza y Witold P. Wolny, 43-67. Sevilla: Fundación San Pablo CEU.
- Epicteto. 1995. *Manual. Fragmentos*. Intr., trad. y notas Paloma Ortiz García. Madrid: Gredos.
- Fernández-Galiano, Dimas. 1993. «Un monasterio pitagórico: los terapeutas de Alejandría». *Gerión* 11, 245-270.
- Fernández-Galiano, Dimas. 2011. *Los Monasterios Paganos. La huida de la ciudad en el Mundo Antiguo*. Córdoba: El Almendro.
- Foucault, Michel. 2011 [2002]. *La hermenéutica del sujeto*. México: FCE.
- Hadot, Ilsetraut. 2014. *Sénèque. Direction spirituelle et pratique de la philosophie*. Paris: Vrin.

¹¹⁵ Aunque Filón en *De vita contemplativa* no use la expresión φιλία ἀνθρώπων, sí da a entender la estrecha relación filial de los terapeutas al hablar de ellos como un γένος que comparte o tiene en común un mismo proyecto de vida, προαίρεσις, lo que implica unos fuertes lazos de amistad; *Contempl.* 2, 22, y 24. Para Epicuro la amistad es un fin en sí, es la sabiduría misma; Festugière 2016 [1946], 72-78.

¹¹⁶ *Contempl.* 90; *Sobr.* 55; *Abr.* 128-129; *Her.* 21.

¹¹⁷ Como dice Leclercq «en la Antigüedad, la palabra filosofía designa no una teoría o método de conocimiento, sino una forma de vida de sabiduría, una manera de vivir en concordancia con la razón»; citado por Hadot 2006, 63.

¹¹⁸ Esta fe inquebrantable de los terapeutas se muestra repetidas veces a lo largo del tratado *De vita contemplativa*. *Contempl.* 25, 28, 64 y 75-78. Filón insiste en el valor superior de la fe, frente a la razón. Solo si la razón se pone al servicio de la fe, que es la auténtica sabiduría, adquiere alguna validez como instrumento auxiliar; Pohlenz 2022, [1948-1949], 371.

¹¹⁹ Jonas 2000, 101-103. Véase Lévy 2018.

- Hadot, Pierre. 1998 [1995]. *¿Qué es la filosofía antigua?* Madrid: FCE.
- Hadot, Pierre. 2004 [1987]. *Plotino o la simplicidad de la mirada*. Barcelona: Alpha Decay.
- Hadot, Pierre. 2006 [2003]. *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*. Madrid: Siruela.
- Hadot, Pierre. 2009 [2001]. *La filosofía como forma de vida*. Barcelona: Alpha Decay.
- Jonas, Hans. 2000 [1934-1954/1993]. *La gnosis y el espíritu de la antigüedad tardía. De la mitología a la filosofía mística*. Valencia: Institució Alfons el Magnànim.
- Jufresa, Montserrat. 2007. *Epicuro. Obras*. Estudio preliminar, trad. y notas. Madrid: Tecnos.
- Lévy, Carlos. 2000. «Philon d'Alexandrie et l'Épicureisme». En *Epicureismus in der spätèn Republik und der Kaiserzeit*, Michael Erler, 122-136. Stuttgart: Franz Steiner.
- Lévy, Carlos. 2009. «Philo's Ethics». En *The Cambridge Companion to Philo*, Adam Kamesar, 137-159. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lévy, Carlos. 2018. «Philo of Alexandria». En *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*, editado por Edward N. Zalta. <https://plato.stanford.edu/archives/spr2018/entries/philo/>
- Marco Aurelio. 2005 [1977]. *Meditaciones*. Intr. trad. y notas Ramón Bach Pellicer y Carlos García Gual. Madrid: Gredos.
- Martín, José Pablo. 1986. *Filón de Alejandría y la génesis de la cultura occidental*. Buenos Aires: Ediciones Depalma.
- Martín, José Pablo, 2009. *De vita contemplativa*. Intr. trad. y notas, en *Obras completas de Filón*. vol. 5. Madrid: Trotta.
- Mondolfo, Rodolfo. 1968. *La conciencia moral de Homero a Demócrito y Epicuro*. Buenos Aires: Eudeba.
- Montserrat, José. 2005. *La sinagoga cristiana*. Madrid: Trotta.
- Epicteto. 1995. *Manual. Fragmentos*. Intr., trad. y notas Paloma Ortiz García. Madrid: Gredos.
- Musonio Rufo. 1995. *Disertaciones, fragmentos menores*. Intr., trad. y notas Paloma Ortiz García. Madrid: Gredos.
- Platón, 1988. *La República*. Trad. Manuel Fernández-Galiano. Madrid: Alianza.
- Platón, 2014. *Gorgias*. Intr. trad. y notas Alberto Del Campo Echevarría. Madrid: Rialp.
- Pohlenz, Max. 2022[1948-1949]. *La Stoa. Historia de un movimiento espiritual*. Madrid: Taurus.
- Rabbow, Paul. 1914. *Antike Schriften über Seelenheilung und Seelenleitung auf ihre Quellen untersucht, vol. I: Die Therapie des Zorns*. Leipzig: Teubner.
- Rabbow, Paul. 1954. *Seelenführung. Methodik der Exerzitien in der Antike*. München: Kösel-Verlag.
- Raurell, Frederic. 2006. *Filo d'Alexandria. De vita contemplativa*. Intr., trad. y notas. Barcelona: PPU.
- Riaud, Jean. 1991. «Les Thérapeutes d'Alexandrie et l'idéal lévitique». En *The Teacher of Raigtheousness: Literarie Studes*, 227-240. Krakow: Enigma Press.
- San Agustín. 2015 [1893]. *La ciudad de Dios*. Trad. José Cayetano Díaz de Beyral e intr. Francisco José Fortuny. Madrid: BAC.
- Séneca. 2008. *Epístolas morales a Lucilio*. Trad. y notas Ismael Roca Meliá. Madrid: Gredos.
- Senellart, Michel. 2004. «La práctica de la dirección de la conciencia». En *Foucault y la filosofía antigua*, dirigido por Frederic Gros y Carlos Lévy, 129-146. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Taylor, Joan E. 2003. *Jewish Women Philosophers of First-Century Alexandria: Philo's «Therapeutae» Reconsidered*. Oxford: Oxford University Press.
- Triviño, José María. 1975-1976. *Filón de Alejandría. Obras Completas*. Intr., trad. y notas, 5 vols. Buenos Aires: Acervo Cultural.
- Uusimäki, Elisa. 2018a. «Local and Global: Philo of Alexandria on the Philosophical Life of the Therapeutae». *Henoach: Historical and Textual Studies in the Ancient and Medieval Judaism and Christianity*, 40 (2): 298-317.
- Uusimäki, Elisa. 2018b. «The Rise of the Sage in Greek and Jewish Antiquity». *Journal for the Study of Judaism*, 49 (1): 1-29. <https://doi.org/10.1163/15700631-12491185>
- Vidal, Senén. 2005. *Filón de Alejandría. Los terapeutas. De vita contemplativa*. Intr., trad. y notas. Salamanca: Sígueme.

