

## RELEER, REESCRIBIR Y REORDENAR LAS MEDITACIONES DE MARCO AURELIO (PARA EJERCITARSE MEJOR)

### Read, Rewrite And Reorder The Meditations Of Marco Aurelius (To Exercise Better)

Dr. Roque Farrán<sup>1</sup> (UNC)

[roquefarran@gmail.com](mailto:roquefarran@gmail.com)

**Artículo recibido:** 31 de marzo de 2023

**Artículo aprobado:** 31 de mayo de 2023

#### Resumen

Este artículo se propone una relectura, reescritura y reordenamiento de las Meditaciones de Marco Aurelio en función de cuatro tópicos conceptuales: relación con la naturaleza, relación con la muerte, relación con el presente, relación consigo mismo y los otros. El reordenamiento obedece a un criterio lógico-conceptual y también afectivo ligado a su puesta en práctica y ejercicio en las condiciones actuales de existencia. No pretende ser una elaboración original ni desea confrontar con otras elaboraciones filosóficas actuales, se limita a señalar apenas —con llamadas al pie de página— cuántas temáticas sobredimensionadas en el presente encuentran en el pensamiento estoico su ejercicio concreto.

**Palabras clave:** meditaciones, ejercicio, lectura, escritura.

---

<sup>1</sup> Investigador Independiente del Conicet, Doctor en filosofía y Licenciado en Psicología por la Universidad Nacional de Córdoba, miembro de los Comité Editoriales de las Revistas Diferencias, Litura y Heterocronías. Ha publicado y editado numerosos libros, los últimos son: Leer, meditar, escribir. La práctica de la filosofía en pandemia (La cebra, 2020), Escribir, escuchar, transmitir. La práctica de la filosofía en pandemia y después (Doble Ciencia, 2020), La razón de los afectos. Populismo, feminismo, psicoanálisis (Prometeo, 2021); Militantes, ¡ocúpense de sí mismos! (La red editorial, 2021); Escribir, Escuchar, Transmitir: Crítica, Sujeto y Estado en Tiempos de Pandemia (El diván negro, 2021). Escribe en diversos medios habitualmente: La Tecla Eñe, Revista Ajá, En el margen, Bordes.

## Abstract

This article proposes a re-reading, rewriting and reordering of the Meditations of Marco Aurelio based on four conceptual topics: the relationship with nature, the relationship with death, the relationship with the present, the relationship with oneself and others. This rearrangement follows a logical-conceptual and also affective criterion linked to its implementation and exercise in our current conditions of existence. It does not pretend to be an original elaboration nor does it wish to confront other current philosophical elaborations, it limits itself only to pointing out—with footnotes— how many exaggerated themes in the present find their concrete exercise in Stoic thought.

**Key words:** Meditations, Exercise, Reading, Writing.

En su clásico *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*, Hadot muestra que hay una distribución tripartita en la estructura que subtiende a las *Meditaciones* de Marco Aurelio, quien sigue en esto a Epicteto: (i) relación con la naturaleza, (ii) relación consigo mismo y (iii) relación con los otros; algunas sentencias incluyen los tres tópicos, otras solo uno o dos, alternativamente.<sup>2</sup> Si bien este ordenamiento clásico es correcto, propongo otra forma de distribución de los tópicos—preservando el primero, juntado el segundo con el tercero, y desagregando dos más a partir de estos— para remarcar la importancia diferencial de la muerte y el tiempo, cuestiones clave en toda nuestra tradición de pensamiento.<sup>3</sup> De este modo no solo se entiende la estructura interna de cada meditación, sino el conjunto de ellas de manera sistemática, tanto a nivel de la ligazón conceptual como del ejercicio práctico

---

<sup>2</sup> Lo mismo plantea en *La ciudadela interior. Introducción a las Meditaciones de Marco Aurelio*: “La conducta práctica, como hemos visto, obedece a tres reglas de vida que determinan la relación del individuo con el curso necesario de la Naturaleza, con los otros hombres y con su propio pensamiento” (2013, p. 102).

<sup>3</sup> Como se verá este reordenamiento por tópicos es conceptual y físico a la vez, no responde a una mera distribución temática que, como advertía García Gual, podría resultar artificial y forzada: “En fin, cualquier intento de substituir la actual ordenación por otra (más sistemática, por temas, por ejemplo), nos parece arriesgada y artificial. Tal vez el aparente desorden de nuestro texto ayude a comprender, en cierto modo, la manera en que fue compuesto, por anotaciones esporádicas, con reiteración de motivos, con retoques y saltos, y elaborado en ratos sueltos, en vigiliadas arduas, y sin una intención escolástica” (García Gual, 1977, p. 27). Por otra parte, García Gual resulta víctima de la lectura psicologizante que no entiende la índole repetitiva de los “ejercicios espirituales”, como les llama Hadot: “Marco Aurelio se reitera una y otra vez los mismos consejos y máximas, como si no acabara de convencerse. La insistencia en repetir el remedio sugiere que éste no es del todo eficaz. Un cierto escepticismo latente en esta filosofía de consolación le da un tono dramático; como si las heridas y los dolores acallados, como si las quejas reprimidas y los impulsos detenidos necesitaran, en su subconsciente rebelión, de una nueva dosis de la farmacoepa” (García Gual, 1977, p. 33).

propuesto. Por supuesto, respecto a esto último parto también de la idea de “ejercicio espiritual”<sup>4</sup> que le da Hadot a las meditaciones antiguas, al no comprenderlas como meras proposiciones lógicas, solo que prefiero tomarlas en sentido literal como ejercicios de una suerte de *física del pensamiento* (expresión spinociana que tomo de Zourabichvili), acentuando la unidad sustancial de los atributos y sus modos singulares (cuerpo y alma), en lugar de distinguir facultades del alma (imaginación, voluntad, razón, etc.) que se impondrían sobre el cuerpo. En definitiva, asumir que las ideas o ejercicios de pensamiento siguen el mismo orden y conexión que las partes o movimientos del cuerpo.

He seleccionado, reunido y reordenado entonces las meditaciones de Marco Aurelio en función de cuatro tópicos principales: 1) Relación con la naturaleza, 2) Relación con la muerte, 3) Relación con el presente, 4) Relación consigo mismo y los otros. Si bien estos tópicos están entrelazados y una meditación puede implicar a varios de ellos, considero que hay una clara acentuación de un aspecto sobre los otros y que, al ordenarlos de este modo, permiten reforzar el ejercicio de lectura y meditación. En ese sentido, he repetido meditaciones que se adecuaban por igual a distintos tópicos para acentuar la función de ejercicio mismo de la repetición. Además, he especificado una serie de sub-tópicos que dan cuenta de la variación interna y del sentido convergente de las meditaciones reunidas. En relación con la naturaleza, estos sub-tópicos son: unicidad, entrelazamiento, metamorfosis. En relación con la muerte: disolución, pérdida de la importancia, prontitud. En relación con el presente: posesión, delimitación, indiferencia. En relación consigo mismo y los otros: imperturbabilidad, método de la división, benevolencia.

También se puede apreciar un orden de conexión lógico y físico, incluso afectivo, en la sucesión de los temas mencionados que facilita el ejercicio: (i) de la cuestión más amplia que señala nuestra relación con la naturaleza, siendo parte limitada de un proceso infinito, sublime

---

<sup>4</sup> Es el motivo principal de *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*, pero lo dice muy claro también en *La ciudadela interior* respecto a la escritura en particular: “Escribiendo sus *Meditaciones*, Marco Aurelio practica, pues, ejercicios espirituales estoicos; es decir, que utiliza una técnica, un procedimiento —la escritura—, para influenciarse a sí mismo, para transformar su discurso interior a través de la meditación de los dogmas y de las reglas de vida del estoicismo. Ejercicio de escritura diario, siempre renovado, siempre retomado, siempre por retomar, ya que el verdadero filósofo tiene conciencia de no haber alcanzado aun la sabiduría” (Hadot, 2013, p. 113).

y vitalizante que nos excede; (ii) a la aceptación de la muerte como proceso de disolución natural que se inserta en esa misma transformación necesaria de la materia, como un modo de reducir la angustia de la finitud; (iii) luego, la delimitación del tiempo efímero en que existimos que entraña una valoración de lo único que tenemos, captado gracias a lo anterior; por último, (iv) la templanza que estos ejercicios preparatorios nos permiten cultivar en la relación cotidiana con nosotros mismos y los otros, en el entramado de pasiones y el análisis riguroso de las representaciones y valoraciones sociales. Pero esta secuencia no va en un solo sentido progresivo, sino que desde el último tópico podemos retroactivamente aceptar mejor nuestro lugar en el mundo, las transformaciones incesantes, captar el instante y ajustar nuestra vida a ello. Así se puede apreciar que la secuencia completa es un ejercicio físico y espiritual al mismo tiempo, con tonalidades afectivas pulsátiles que amplían y contraen el movimiento material del pensamiento.

## I. En relación a la naturaleza

La concepción de la *unicidad* de la naturaleza entendida como sustancia única, de la cual formamos parte, es motivo de varias meditaciones. La unicidad de la naturaleza no es una unidad abstracta o trascendente, sino el efecto concreto que se muestra en cada ente singular, en su modo de ser, pensar y sentir. Es la conexión sutil que anima todas las cosas, siendo causa de sí y de todo lo existente: la inmanencia spinoziana *avant la lettre*.<sup>5</sup> Como lo expone de manera ejemplar la siguiente meditación:<sup>6</sup>

Concibe sin cesar el mundo como un ser viviente único, que contiene una sola sustancia y un alma única, y cómo todo se refiere a una sola facultad de sentir, la suya, y cómo todo lo hace con un solo impulso, y cómo todo es responsable solidariamente de todo lo que acontece, y cuál es la trama y contextura.  
(*Meditaciones*, IV, 40)

<sup>5</sup> También ha sido retomada en la ciencia actual por quienes sostienen la hipótesis Gaia, como bien señala Sellars: “Esta teoría se basa en la idea de que se comprende mejor a la Tierra si se la concibe como un único sistema vivo que incluye no sólo la materia orgánica, sino también la inorgánica (las rocas y la atmósfera). Es un error intentar comprender los organismos como las plantas y los animales separándolos de todo lo demás. Esta biosfera unitaria y única se regula así misma y actúa, por así decir, en su propio beneficio” (Sellars, 2022, p. 64-65).

<sup>6</sup> Las referencias de las *Meditaciones*, donde se especifica libro y número, remiten a la versión indicada en la bibliografía.

Además, esta unicidad de la naturaleza no remite a un todo indiferenciado sino al *entrelazamiento* entre partes distinguidas. No es “la noche en que todos los gatos son pardos” o donde “todo tiene que ver con todo”, como se dice a veces emulando un hegelianismo trasnochado. Se trata de una ontología relacional y discreta donde las partes son irreductibles en su singularidad pero, a la vez, compuestas en función de principios como el movimiento, el hálito común o la unidad de la sustancia:

Medita con frecuencia en la trabazón de todas las cosas existentes en el mundo y en su mutua relación. Pues, en cierto modo, todas las cosas se entrelazan unas con las otras y todas, en este sentido, son amigas entre sí; pues una está a continuación de la otra a causa del movimiento ordenado, del hálito común y de la unidad de la sustancia. (*Meditaciones*, IV, 39)

Entrelazamiento de cosas y seres que además implica el entendimiento o la razón común de todos los seres inteligentes y la verdad que los une. La razón o la inteligencia no es un atributo personal o cultural sino parte de la naturaleza. Así, captar la razón que une y diferencia a las cosas o los seres implica también entender la razón que nos constituye como parte del conjunto:

Todas las cosas se hallan entrelazadas entre sí y su común vínculo es sagrado y casi ninguna es extraña a la otra, porque todas están coordinadas y contribuyen al orden del mismo mundo. Que uno es el mundo, compuesto de todas las cosas; uno el dios que se extiende a través de todas ellas, única la sustancia, única la ley, una sola la razón común de todos los seres inteligentes, una también la verdad, porque también una es la perfección de los seres del mismo género y de los seres que participan de la misma razón. (*Meditaciones*, VII, 9)

La unicidad y el entrelazamiento, a su vez, nos permiten entender la mutua *transformación* que afecta a todos los seres,<sup>7</sup> incluidos nosotros mismos como parte del

---

<sup>7</sup> En la actualidad, uno de los autores que retoma la idea de metamorfosis que afecta a la naturaleza y el conjunto de lo existente es Emanuele Coccia, quien extrañamente no menciona a los antiguos estoicos: “Observemos todo lo que está a nuestro alrededor: poco importa su textura, su forma, su edad y su consistencia. Las aves, el viento, los ríos, pero también las construcciones, los olores, los colores: todo se mueve, todo se transforma. Todo cambia de lugar aún si no nos damos cuenta de ello. Todo cambia de forma aún si esa transformación permanece invisible a nuestros ojos. El mundo como realidad planetaria es un cuerpo a la *deriva* e, inversamente, estar a la deriva es el primer atributo de todos los cuerpos de este universo, terrestres y celestes. La deriva no es solamente un movimiento espacial: no se limita a un desplazamiento de un lugar a otro, es un movimiento mucho más íntimo, corporal, que opera a todos los niveles de la vida de cada ser terrestre. El sexo, la nutrición, pero también la imaginación, la lengua, el

conjunto, que no acabaremos en la nada o el no-ser porque hasta el más mínimo haz de polvo persevera en la existencia:

He sido compuesto de causa formal y materia; ninguno de esos dos elementos acabará en el no-ser, del mismo modo que tampoco surgieron del no-ser. Por consiguiente, cualquier parte mía será asignada por transformación a una parte del universo; a su vez aquélla se transformará en otra parte del universo, y así hasta el infinito. (*Meditaciones*, V, 13)

Asimismo, entender que nada se pierde y todo se transforma nos permite *transvalorar* los valores existentes: tanto despreciar ciertas formas sobrestimadas socialmente como apreciar otras ignoradas o consideradas accesorias (esto lo veremos en relación al último tópico):

Pronto nos cubrirá a todos nosotros la tierra, luego también ella se transformará y aquellas cosas se transformarán hasta el infinito y así sucesivamente. Con que, si se toma en consideración el oleaje de las transformaciones y alteraciones y su rapidez, se menospreciará todo lo mortal. (*Meditaciones*, IX, 28)

## II. En relación con la muerte

Esta última sentencia nos conecta directamente con el siguiente tópico: la relación con la muerte. Aplicar sobre nosotros mismos una mirada natural o elemental, que nos permita aceptar nuestra disolución sin tanto dramatismo ni privilegios ópticos de ninguna clase:

Esto es todo lo que soy: un poco de carne, un breve hálito vital, y el guía interior. (...) en la idea de que eres ya un moribundo, desprecia la carne: sangre y polvo, huesecillos, fino tejido de nervios, de diminutas venas y arterias. (*Meditaciones*, II, 2)

Y no solo la muerte personal sino la muerte o disolución de todas las cosas y seres, que remite a las transformaciones incesantes evocadas en las meditaciones anteriores. Podría parecer contradictorio en relación a lo dichos respecto al no-ser, pero no lo es si entendemos el ejercicio práctico de perder la importancia personal o cultural de las formaciones y

---

nacimiento, la muerte, son otras tantas formas y expresiones de ese movimiento. A causa de la naturaleza planetaria de Gaia y de todos sus hijos, cada cuerpo sobre la tierra está sometido a la metamorfosis” (Coccia, 2021, p. 122).

valoraciones sociales contingentes en que nos constituimos para acceder a un punto de vista de la naturaleza en su transformación necesaria y recurrente:

¡Cómo en un instante desaparece todo: en el mundo, los cuerpos mismos, y en el tiempo, su memorial! (...) ¿Qué es la muerte? Porque si se la mira a ella exclusivamente y se abstraen, por división de su concepto, los fantasmas que la recubren, ya no sugerirá otra cosa sino que es obra de la naturaleza. (...) Pero no sólo es la muerte acción de la naturaleza, sino también acción útil a la naturaleza. (*Meditaciones*, II, 12)

Incluso ciudades y civilizaciones enteras, filósofos ilustres, sabios o personajes políticos importantes engullidos por la incesante metamorfosis que propicia la muerte. Todo ello en pos de perder el miedo y diluir la fijación en identidades que no tienen sentido en relación a escalas temporales más amplias:

Considera sin cesar cuántos médicos han muerto después de haber fruncido el ceño repetidas veces sobre sus enfermos; cuántos astrólogos, después de haber vaticinado, como hecho importante, la muerte de otros; cuántos filósofos, después de haber sostenido innumerables discusiones sobre la muerte o la inmortalidad; cuántos jefes, después de haber dado muerte a muchos; cuántos tiranos, tras haber abusado, como si fueran inmortales, con tremenda arrogancia, de su poder sobre vidas ajenas; y cuántas ciudades enteras, por así decirlo, han muerto: Hélice, Pompeya, Herculano y otras incontables. Remóntate también, uno tras otro, a todos cuantos has conocido. Éste, después de haber tributado los honores fúnebres a aquél, fue sepultado seguidamente por otro; y así sucesivamente. Y todo en poco tiempo. En suma, examina siempre las cosas humanas como efímeras y carentes de valor: ayer, una moquita; mañana, momia o ceniza. Por tanto, recorre este pequeñísimo lapso de tiempo obediente a la naturaleza y acaba tu vida alegremente, como la aceituna que, llegada a la sazón, caería elogiando a la tierra que la llevó a la vida y dando gracias al árbol que la produjo. (*Meditaciones*, IV, 48)

Así tenemos reunidos el motivo de la *disolución*, la muerte como descomposición natural, y la *pérdida de importancia* personal, cultural, epocal;<sup>8</sup> lo cual nos lleva a la *prontitud* con que acaece y abre al régimen de otra aprensión temporal:

---

<sup>8</sup> La muerte como disolución de todos los entes, o sea extinción de las especies, fin del mundo y todo lo que conocemos, es motivo de reciente preocupación, horrorosa o fascinada, en múltiples ámbitos: científicos, culturales, metafísicos, etc. Como sostienen Viveiros de Castro y Danowsky (2019), en *¿Hay mundo por venir? Ensayo sobre los medios y los fines*, la mitología del fin del mundo es mucho más antigua y diversa. El problema, agregó, es que en la separación demasiado tajante entre mito y razón como origen de la filosofía nuevamente volvemos a dejar de lado los ejercicios espirituales, y no valoramos adecuadamente la tradición en la que nos hemos formado.

Aunque debieras vivir tres mil años y otras tantas veces diez mil, no obstante recuerda que nadie pierde otra vida que la que vive, ni vive otra que la que pierde. (...) que el que ha vivido más tiempo y el que morirá más prematuramente, sufren idéntica pérdida. Porque sólo se nos puede privar del presente, puesto que éste sólo posees, y lo que uno no posee, no lo puede perder. (*Meditaciones*, II, 14)

### III. En relación con el presente

Esta relación se anuda así con las meditaciones anteriores: por un lado, el presente es lo único que poseemos (como dice la última meditación); por otro lado, tenemos que delimitarlo para captar su fugacidad, el instante mismo; por último, esto nos permite ser indiferentes a todo lo demás y ejercitarnos en unos pocos preceptos (una economía austera del saber).

Desecha, pues, todo lo demás y conserva sólo unos pocos preceptos. Y además recuerda que cada uno vive exclusivamente el presente, el instante fugaz. Lo restante, o se ha vivido o es incierto; insignificante es, por tanto, la vida de cada uno, e insignificante también el rincón de la tierra donde vive. (*Meditaciones*, III, 10)

Necesitamos ejercitar una delimitación constante de lo que importa en la vida, ante todo lo que se presenta, porque nos confundimos permanentemente con proyecciones y retroproyecciones imaginarias:

No te confunda la imaginación de la vida entera. No abarques en tu pensamiento qué tipo de fatigas y cuántas es verosímil que te sobrevengan; por el contrario, en cada una de las fatigas presentes, pregúntate: ¿Qué es lo intolerable y lo insostenible de esta acción? Sentirás vergüenza de confesarlo. Luego recuerda que ni el futuro ni el pasado te son gravosos, sino siempre el presente. Y éste se minimiza, en el caso de que lo delimites exclusivamente a sí mismo y refutes a tu inteligencia, si no es capaz de hacer frente a esta nimiedad. (*Meditaciones*, VIII, 36)

Aquí se recapitulan varias meditaciones en relación a la naturaleza y la unicidad de la inteligencia y se puntúa otra vez que lo único que se posee es el presente, eso exige indiferencia respecto a las demás preocupaciones y abre a la imperturbabilidad necesaria del ánimo:

Siempre que te molestas por algo, olvidas que todo se produce de acuerdo con la naturaleza del conjunto universal, y también que la falta es ajena, y, además, que todo lo que está sucediendo, así siempre sucedía



y sucederá, y ahora por doquier sucede. Cuánto es el parentesco del hombre con todo el género humano; que no procede el parentesco de sangre o germen, sino de la comunidad de inteligencia. Y olvidaste asimismo que la inteligencia de cada uno es un dios y dimana de la divinidad. Que nada es patrimonio particular de nadie; antes bien, que hijos, cuerpo y también la misma alma han venido de Dios. Olvidaste también que todo es opinión; que cada uno vive únicamente el momento presente, y eso es lo que pierde. (*Meditaciones*, XII, 26)

#### IV. En relación consigo y los otros

Así arribamos al último tópico, justamente la relación consigo mismo y los demás, que nos conduce a ese estado de indiferencia respecto a lo indiferente, la imperturbabilidad y la benevolencia, mediante la aplicación continua del método de la división, el distanciamiento crítico o la mirada desde lo alto.

Seguir la máxima de Epicteto, indiferencia respecto a las cosas indiferentes, y asumir la transformación de todo lo existente, su fugacidad:

Y entre las máximas que tendrás a mano y hacia las que te inclinarás, figuren estas dos: una, que las cosas no alcanzan al alma, sino que se encuentran fuera, desprovistas de temblor, y las turbaciones surgen de la única opinión interior. Y la segunda, que todas esas cosas que estás viendo, pronto se transformarán y ya no existirán. Piensa también constantemente de cuántas transformaciones has sido ya por casualidad testigo. «El mundo, alteración; la vida, opinión». (*Meditaciones*, IV, 3)

Respecto a los demás se sostiene al mismo tiempo la implicación ineluctable de la vida en común y la soberanía de la decisión insondable que afecta a cada uno. Otra vez puede parecer contradictorio para nuestras nociones modernas, pero el ejercicio apunta a sostener la autonomía anímica:

Para mi facultad de decisión es tan indiferente la facultad decisoria del vecino como su hábito vital y su carne. Porque, a pesar de que especialmente hemos nacido los unos para los otros, con todo, nuestro individual guía interior tiene su propia soberanía. Pues, en otro caso, la maldad del vecino iba a ser ciertamente mal mío, cosa que no estimó oportuna Dios, a fin de que no dependiera de otro el hacerme desdichado. (*Meditaciones*, VIII, 56)

El método de la división aparece en varias meditaciones, presentado en forma general como aplicado a cada materia específica. Es el punto clave donde se condensan buena parte de las concepciones estoicas para conducir a la imperturbabilidad y habilitar la transformación afectiva:

A los consejos mencionados añádase todavía uno: delimitar o describir siempre la imagen que sobreviene, de manera que se la pueda ver tal cual es en esencia, desnuda, totalmente entera a través de todos sus aspectos, y pueda designarse con su nombre preciso y con los nombres de aquellos elementos que la constituyeron y en los que se desintegrará. Porque nada es tan capaz de engrandecer el ánimo, como la posibilidad de comprobar con método y veracidad cada uno de los objetos que se presentan en la vida, y verlos siempre de tal modo que pueda entonces comprenderse en qué orden encaja, qué utilidad le proporciona este objeto, qué valor tiene con respecto a su conjunto. (*Meditaciones*, III, 11)

Esto permite alcanzar una objetividad inexpugnable, pero lejos de la pretendida por la ciencia moderna no deja de implicar las relaciones con uno mismo y los otros, no carece de cierto humor en su interpelación subjetiva:

Si te afliges por alguna causa externa, no es ella lo que te importuna, sino el juicio que tú haces de ella. Y borrar este juicio, de ti depende. Pero si te aflige algo que radica en tu disposición, ¿quién te impide rectificar tu criterio? Y de igual modo, si te afliges por no ejecutar esta acción que te parece sana, ¿por qué no la pones en práctica en vez de afligirte? «Me lo dificulta un obstáculo superior». No te aflijas, pues, dado que no es tuya la culpa de que no lo ejecutes. «Mas no merezco vivir si no lo ejecuto.» Vete, pues, de la vida apaciblemente, de la manera que muere el que cumple su cometido, indulgente con los que te ponen obstáculos. (*Meditaciones*, VIII, 47)

Así encontramos la benevolencia y la felicidad sosegada que da la tranquilidad del alma:

Si ejecutas la tarea presente siguiendo la recta razón, diligentemente, con firmeza, con benevolencia y sin ninguna preocupación accesoria, antes bien, velas por la pureza de tu dios, como si fuera ya preciso restituirlo, si agregas esta condición de no esperar ni tampoco evitar nada, sino que te conformas con la actividad presente conforme a la naturaleza y con la verdad heroica en todo lo que digas y comentes, vivirás feliz. Y nadie será capaz de impedirte. (*Meditaciones*, II, 12)

Benevolencia que se ve acrecentada por la grandeza del alma, ejercitada a través del método de la división, que permite apreciar incluso lo insignificante, accesorio o secundario:

Conviene también estar a la expectativa de hechos como éstos, que incluso las modificaciones accesorias de las cosas naturales tienen algún encanto y atractivo. Así, por ejemplo, un trozo de pan al cocerse se agrieta en ciertas partes; esas grietas que así se forman y que, en cierto modo, son contrarias a la promesa del arte del panadero, son, en cierto modo, adecuadas, y excitan singularmente el apetito. Asimismo, los higos, cuando están muy maduros, se entreabren. Y en las aceitunas que quedan maduras en los árboles, su misma proximidad a la podredumbre añade al fruto una belleza singular. Igualmente las espigas que se inclinan hacia abajo, la melena del león y la espuma que brota de la boca de los jabalíes y muchas otras cosas, examinadas en particular, están lejos de ser bellas; y, sin embargo, al ser consecuencia de ciertos procesos naturales, cobran un aspecto bello y son atractivas. De manera que, si una persona tiene sensibilidad e inteligencia suficientemente profunda para captar lo que sucede en el conjunto, casi nada le parecerá, incluso entre las cosas que acontecen por efectos secundarios, no comportar algún encanto singular. Y esa persona verá las fauces reales de las fieras con no menor agrado que todas sus reproducciones realizadas por pintores y escultores; incluso podrá ver con sus sagaces ojos cierta plenitud y madurez en la anciana y el anciano y también, en los niños, su amable encanto. Muchas cosas semejantes se encontrarán no al alcance de cualquiera, sino, exclusivamente, para el que de verdad esté familiarizado con la naturaleza y sus obras. (*Meditaciones*, III, 2)

Por último, cual sea la ontología, lo importante es acceder a sí mismo. Esta meditación permite entender que no se trata de cuestiones metafísicas últimas, discusiones eruditas sobre la causa de todo, sino de ejercicios concretos de transformación espiritual que toman a los saberes en un sentido práctico:

O bien una necesidad del destino y un orden inviolable, o bien una providencia aplacable, o un caos fortuito, sin dirección. Si, pues, se trata de una necesidad inviolable, ¿a qué ofreces resistencia? Y si una providencia que acepta ser aplacada, hazte a ti mismo merecedor del socorro divino. Y si un caos sin guía, confórmate, porque en medio de un oleaje de tal índole dispones en tu interior de una inteligencia guía. Aunque el oleaje te arrastre, arrastre tu carne, tu hálito vital, y lo demás, porque no arrastrará tu inteligencia. (*Meditaciones*, XII, 14)

## Consideraciones finales

Al disponer las meditaciones de Marco Aurelio en función de estos cuatro tópicos clásicos para el pensamiento no pretendemos ser originales sino ofrecer una modalidad contemporánea para su ejercicio, esto es, un modo lógico y afectivo que nos resulta en

muchos aspectos más efectivo que algunas consideraciones filosóficas actuales cuya motivación principal pasa por la argumentación o la focalización en un solo tópico en el que se reduda para mostrar su importancia. Recuperar la función práctica del pensamiento en su ejercicio concreto, a través de meditaciones, no exime de ensayar una organización conceptual sistemática más acorde para hacerlo. Por supuesto que solo hemos dado un ejemplo parcial, tomando una mínima muestra de las meditaciones disponibles, para que se capte el entrelazamiento propuesto; parte del ejercicio de lectura y relectura que exigen los ejercicios espirituales es reordenar el conjunto en función de la disponibilidad de tiempo, las circunstancias y las preferencias según la complejidad singular de cada practicante. Ha sido clave en este escrito enfatizar el ordenamiento conceptual y disponer las meditaciones en extensión porque ningún comentario o paráfrasis puede reemplazar la letra que condensa, bajo la escritura singular de Marco Aurelio, los ejercicios espirituales concretos.

### Referencias bibliográficas

Coccia, E. (2021). *Metamorfosis*. Buenos Aires: Cactus.

García Gual, C. (1977). "Introducción". En: Marco Aurelio, *Meditaciones* (R. Bach Pellicer trad.). Madrid: Gredos.

Hadot, P. (2006). *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*. Madrid: Siruela.

Hadot, P. (2013). *La ciudadela interior. Introducción a las Meditaciones de Marco Aurelio*. Barcelona: Alpha Decay.

Marco Aurelio (1977). *Meditaciones* (R. Bach Pellicer trad.). Madrid: Gredos.

Sellars, J. (2022). *Lecciones de estoicismo*. Buenos Aires: Taurus.

Viveiros de Castro, E. y Danowsky, B. (2019). *¿Hay mundo por venir? Ensayo sobre los medios y los fines*. Buenos Aires: Caja negra.