

## Meditaciones. Ensayo filosófico

**Roque Farrán**  
**CIECS-UNC-CONICET**  
**Argentina**

Leo cada tanto lo que he escrito y noto que he ido cambiando con el tiempo: la escritura se ha vuelto más simple y directa, más despojada y real. Ha tomado cuerpo. Pienso en el cuerpo de la escritura. ¿Por qué escribo? La frase “el corazón tiene razones que la razón nunca entenderá”, quizá dice algo, pero no es eso. La escritura que hace cuerpo no es producto de un impulso irracional, ni motivo de una voluntad estética; es, ante todo, necesaria como las cosas naturales, ineluctable como una piedra, una flor, una gota de rocío; su materialidad resulta inexpugnable y cierta, no engaña ni intenciona nada. ¿Por qué? Quizá sea sin porqué, como dice el místico, pero también hay razones que se encuentran en la escritura misma. Una escritura que hace cuerpo sigue la razón de los afectos, aquello que aumenta la potencia de obrar, de insuflar vida, en cada frase un respiro, cada vez más profundo y quedo. La escritura quizá sea el yoga del alma. Una escritura corporal conduce así al despertar, le sigue también, cada mañana como si fuese la última. La escritura es, por tanto, una forma de relajar el pensamiento y prepararse para la muerte.

El ensayo de escritura que aquí propongo responde al género de las meditaciones filosóficas entendidas como ejercicios ascéticos de transformación subjetiva. Se toma en serio lo que dice Foucault en *El uso de los placeres*: “El ‘ensayo’ -que hay que entender como prueba modificadora de sí mismo en el juego de la verdad y no como apropiación simplificada del otro con fines de comunicación-es el cuerpo vivo de la filosofía, si por lo menos ésta es todavía hoy lo que fue, es decir una ‘ascesis’, un ejercicio de sí, para el pensamiento” (2013, p. 15).

Si bien hasta ahora el registro de escritura que he sostenido ha sido múltiple y variado, orientado por una ética de cuidado de sí en la que expongo consideraciones teóricas

y análisis de coyuntura, quisiera ofrecer en esta ocasión una lectura más depurada y enfocada exclusivamente en el ejercicio ético. Puede parecer a esta altura de la normalización escrituraria, sea mediática o académica, algo anómalo, pero se trata de un ejercicio clásico del pensamiento: escribir para sí mismo y que eso sirva de ejemplo para otros, si así lo desean. Por supuesto que ello no deja de responder a un posicionamiento político sostenido también por elaboraciones teóricas cuyas determinaciones permanecen implícitas. Valga solo como un modo condensado de dar cuenta de esta posición ético-política lo que dejé escrito en el muro de Facebook.

Escribir cada post como si fuese un párrafo de un artículo. Escribir cada artículo como si fuese un capítulo de un libro. Escribir cada libro como si fuese la parte de una obra. Escribir cada obra como si fuese el cuerpo sin órganos de los que ya no están. Como si con ello pudiese haberlos convencido de que no se fuesen anticipadamente. Escribir el conjunto de obras como si fuesen los rudimentos, tejidos y ejercicios para componer el cuerpo de los que vendrán. Pero, en definitiva, no escribo solo para los muertos ni para los que vendrán, acaso, sino para que los presentes despierten a la fragilidad de los lazos que nos sostienen, entre unos y otros. El “como si” repetido no es solo una apariencia, sino un sutil tejido entre dos mundos. (Autor, 2020)

Se puede apreciar que la exigencia se encuentra aún más matizada en sus razones afectivas en el siguiente motivo de escritura:

Escribí el relato sobre una piedra, y era autobiográfico. Escribí sobre la historia de la humanidad, y era autobiográfico. Escribí sobre conceptos altamente especulativos, y era un relato autobiográfico. El universo ente-

ro está escrito en caracteres autobiográficos. Cada proceso material, mineral, vegetal, micro o macroscópico se cuenta como una vida compuesta por otras vidas que se entrelazan y descomponen incesantemente. No cesan de escribirse. (Autor, 2021)

Encontrar la escritura en cada porción de la materia es otro modo de concebir la frágil *fractalidad* de la que estamos hechos, quizá un modo más natural y distendido. Con este tono encontrado se desprende cierta necesidad de dar cuenta de la propia posición ante la coyuntura y se abre una interpelación directa al otro, cual sea, para que se ocupe de sí mismo. En esto sigo estrictamente las indicaciones foucaultianas sobre la lectura filosófica y lo que se espera de ella, a través de las meditaciones y la escritura:

El efecto que se espera de la lectura filosófica: no se trata de comprender lo que quiere decir un autor sino de la constitución para sí de un equipamiento de proposiciones verdaderas, que sea efectivamente nuestro. Nada, por lo tanto, del orden del eclecticismo. No es cuestión de armarse una marquetería de proposiciones de orígenes diferentes, sino de constituir una trama sólida de proposiciones que valgan como prescripciones, de discursos de verdad que sean al mismo tiempo principios de comportamiento. Por otra parte, como podrán comprender con facilidad, si la lectura se concibe de tal modo como ejercicio, experiencia, si su único fin es meditar, es indudable que estará inmediatamente ligada a la escritura (Foucault, 2014, 340-341).

A continuación, reúno y reescribo algunas meditaciones que he escrito intercaladas en varios libros (Autor, 2020, 2021, 2022), separadas de las consideraciones teóricas o políticas del momento, para que se pongan a prueba en el ejercicio cotidiano. Por supuesto que

no se trata de prescripciones o directivas generales, aptas para todo caso; son propuestas de ejercicios concretos que solo pueden ser útiles para quienes las consideren verdaderas en lo que afirman y convenientes según las circunstancias. Las sentencias y meditaciones siguen un orden clásico de articulación que he dispuesto según tópicos reconocibles: el ser en común, el mundo, el lenguaje, el presente, el ánimo, la teoría, los ejercicios, la repetición, la naturaleza, el conocimiento, etc. Pero pueden ser leídas y ejercitadas en distintos órdenes y repeticiones, porque no se trata a partir de ellas de reconstruir un argumento o dar explicaciones, sino de proponer meditaciones cuya evaluación depende del sujeto mismo que se ejercita, como he dicho anteriormente.

1. *Sobre la vida en común.* La vida a la intemperie da asco, pura distracción y accesibilidad que estupidiza. Es muy difícil hacerse un hueco para vivir, un hueco que aloje el deseo, que le dé cabida y cobertura, abrigo para que crezca y fructifique. Un hueco se hace con gestos obstinados, gestos cualesquiera aunque singulares, cada quien tiene que aprender a encontrar el suyo. Puede ser el gesto de escritura, por ejemplo. No hay que decirles a los otros qué hacer en toda ocasión; cada uno insiste desde su hueco, si lo ha encontrado, y eso repercute a la distancia con una fuerza ejemplar que ayuda a orientarse. Hasta que los huecos se conviertan en túneles y comuniquen entre sí; la gran madriguera no es una utopía, existe en cada gesto que ahueca y cultiva el deseo en el presente, porque confía en que otros también pueden hacerlo.

2. *Sobre nuestro lugar en el mundo.* Haz como si eso que haces, no importa su valor o magnitud, fuese a cambiar el mundo en verdad; o mejor: haz que eso que haces cotidianamente esté con un pie en este mundo y con otro en el nuevo mundo que imaginas deseable. Entonces, se producirá una torsión entre el lugar desde donde operas, y tomas los materiales necesarios, y ese otro lugar que deseas. Un cambio de terreno, la apertura de una nueva problemática, otro plano de existencia. Si se logra producir esta torsión singular, se reconcilian las

figuras de la crítica, la utopía y la subversión en el mismo acto. Si ese modo de proceder se contagia, se multiplica y potencia, otro mundo advendrá efectivamente. Más que discutir y refutar autores, tenemos que aprender a usarlos para encontrar nuestro lugar en el mundo y forzarlo hacia otra cosa. Ese es el ejercicio básico de un pensamiento materialista (Althusser, 2015), sea su práctica política, teórica, ética, estética o ideológica.

3. *Sobre el uso del lenguaje.* Si las palabras no alcanzan para decir lo que sientes, quizá sea porque primero tienes que sentir las palabras. No usamos las palabras simplemente para expresar nuestros sentimientos, expresamos lo que sentimos porque somos seres de lenguaje; seres tramados por palabras, que afectan y son afectados, que pueden llegar a entender que son causa adecuada del afecto (Spinoza, 2006) y su lenguaje. Por tanto, si tus palabras no pueden parar el mundo, para tus palabras: bájate de ellas y cámbialas. Y si no puedes cambiar al menos su sentido evidente, dirígete a ti mismo estas simples palabras: “Pienso donde no soy, luego soy donde no pienso” (Lacan, 2009, p. 484). Si esta disyunción problemática entre el ser y el pensar, allí mismo, no te hace reencontrar el deseo de un decir verdadero, que anude la palabra, el cuerpo, el pensamiento, entonces ya no me hables de cambiar el mundo. Ni de nada.

4. *Sobre el presente.* Haz cada cosa que tengas que hacer o quieras hacer, producción, intervención o comunicación, como si fuese la última vez que la harías sobre la faz de la tierra, con ese ánimo, con esa actitud, con esa apertura y osadía. Porque, probablemente, sea en verdad la última. No hay garantías al respecto. Lo único que poseemos es el presente. Lo decisivo entonces no es convencer a los indecisos de tomar partido, sino poder tocar con un gesto cualquiera esa infinita potencia que se nos sustrae, antes que la pobreza más extrema -material y espiritual- nos convenza de que nunca estuvo en realidad a nuestro alcance.

5. *Sobre el ánimo adecuado.* ¿Qué se hace después que se cumplieron los sueños y el deseo?, ¿después que se pasaron los terrores nocturnos y atravesaron a plena luz del día las peores pesadillas?, ¿después que los fantasmas y los muertos fueron puestos en su sitio, escuchados, evocados junto al fuego? Pues nada espectacular, la verdad. Se vive y es mucho. Se vive sin creérsela en absoluto, sin la idiocia común ni las falsas expectativas, un poco sonriendo de lado por los que todavía se preocupan, idealizan o calculan en exceso, sin ocuparse verdaderamente de sí mismos, ni de nada, ni de nadie. No hay ninguna genialidad, ni ironía, ni autosuficiencia en el gesto, apenas una sonrisa inevitable, como la lluvia que cae después de tanta sequía. No hay significativo supremo, ni risa necia que de él se sostenga; lo que resta es una risa cósmica, que emerge de captar la esencia singular de cada cosa que nos afecta, tan natural como la luz de una estrella extinguida hace millones de años o un agujero negro.

6. *Sobre la teoría.* Considera en qué medida esa sutileza teórica o conceptual que estás indagando o presentando modifica la vida que llevas o la de quienes te escuchan o leen de manera implicada; si no hay una mínima transformación en ellos, en ti o en nadie, a partir de lo que propones, quizá no valga la pena seguir insistiendo en pasar por sutil, detallista o riguroso. Volvamos a conectar la práctica teórica con el cuerpo, el cuidado del alma y los afectos alegres que nos transforman; allí reside la verdadera prueba de rigor. No queda más tiempo para distracciones.

7. *Sobre los ejercicios básicos.* Considero que hay cuatro esquemas de ejercicios básicos a realizar en distintas variaciones, inspirados de manera libre en el estoicismo y en Spinoza, que implican decisiones cruciales:

- (i) Vivir o no vivir: la vida es un acontecimiento absolutamente azaroso y una elección, no una obligación penosa ni una carga destinal. Es decir que, en algún momen-

to y cada tanto, hay que plantearse esto muy seriamente: si elijo la vida, tengo que considerar lo bueno y lo malo que conlleva, tomar el conjunto, sin lamentarme por lo que me tocó o fantasear con otra vida.

(ii) Situar con justeza lo que depende de cada uno y lo que no: discernir ante cada cosa o acontecimiento si es algo que depende de nosotros y sobre lo que podemos actuar, o bien es algo sobre lo que no tenemos ninguna injerencia. Esto permite ocuparnos de lo que nos toca y no distraernos con fantasías o falsas expectativas, temerosas o esperanzadas, sobre cuestiones que no dependen de nosotros.

(iii) Orientarse y seleccionar todo aquello que aumenta nuestra potencia de obrar, y descartar lo que no: por más que en la vida haya momentos más duros o penosos que otros, todo en cuanto dependa de nosotros ha de dirigirse a producir afectos alegres, no impostados o forzados. Esto quiere decir: componer con todo aquello que nos permite ampliar nuestras posibilidades de percepción, pensamiento o acción, y no en función de ideales de semejanza, mandatos sacrificiales o cálculos especulativos de ganancia.

(iv) Considerarse a sí mismo y considerar la propia potencia de obrar en cada gesto, acto o pensamiento: solo de allí brota un afecto alegre que no necesita jactarse ni vanagloriarse de nada, ante nadie, e incluso puede suspender un tiempo lógico la precipitación del acto, según las circunstancias; pues, sin esa mínima consideración y esa investidura afectiva del sí mismo, nada valdría la pena.

8. *Sobre la repetición.* ¿Te alegra o entristece esa repetición en la que insistes? Nadie te obliga a permanecer ahí, puedes cambiar de lugar o posición. Encontrar el tono, la nota justa, sentirte a gusto con un sonido que se repetirá incesantemente en infinitas variaciones y com-

posiciones, con otras y otros, hasta la descomposición definitiva y más allá, cuando quede reverberando en el vacío. Después de todo, la materia de una nota es un cuerpo sutil que solo halla existencia en la resonancia de otros cuerpos. Por eso hay dos ejercicios contrapuestos y complementarios para encontrar el modo singular en el atributo infinito, el primero es estoico y el segundo nietzscheano: (i) imaginarse que eso que se está haciendo es lo último que se hará sobre la faz de la tierra; (ii) imaginarse que eso que se está haciendo se hará infinitamente. Bajo ese talante, elegir los encuentros que importan.

9. *Sobre la Naturaleza*. Cuanto más conocemos las cosas singulares, más conocemos la Naturaleza y más nos conocemos a nosotros mismos. Así, más podemos poner en su lugar las pasiones: activamos los afectos y constituimos un nudo virtuoso entre saber, poder y cuidado. Puede que al principio suceda de manera fugaz e intermitente, pero mientras más nos ejercitamos en este modo de conocer, lo transmitimos y compartimos, más prescindimos de las ambivalencias pulsionales, las fijaciones identitarias, la necesidad de dominio y las especializaciones o jerarquías de saber.

10. *Sobre nosotros mismos*. Solo al ocuparnos de nosotros verdaderamente y considerar lo que aumenta nuestra potencia de obrar, podemos interesarnos genuinamente por los otros, por la naturaleza y el conjunto del que formamos parte. Si no es así, aunque nos creamos altruistas y digamos que hacemos todo en pos del otro, seguiremos el encanto del ideal sacrificial y buscaremos retribuciones secundarias a nuestra gentil disposición. En primer lugar, ocuparse de sí implica dirigirse la mirada a sí mismo, dejar de preocuparse por lo que hacen o dicen los otros y concentrarse en uno mismo; observarse, estar presente en cada acto, hasta el más mínimo e insignificante: la respiración o el movimiento de la mano al escribir, el tomar la palabra o soltarla; no juzgarse ni compararse, solo observarse, prestarse atención. El cambio de la economía libidinal comienza por pequeños gestos y hábitos, por el cultivo de una disposición atenta a lo que sucede en el cuerpo, en el pensamiento, en los



afectos. Hay dos hábitos nocivos a desarraigar: la *estulticia* de la distracción permanente, la atención dispersa y la dependencia de la opinión de los otros, por un lado; y la *servidumbre de sí* que nos envuelve en el círculo de actividades, deudas y recompensas que nos imponemos asiduamente, por otro lado. Empezamos a investir los actos con potencia en la exacta medida que sustraemos la atención y la energía libidinal puesta malsanamente en los otros. Recién ahí podemos hablar de componernos y hacer algo real con los demás.

11. *Sobre las exigencias.* Dejar de exigirse mil cosas y de recompensarse imaginariamente por ello en función de ideales insaciables. Cultivar una relación de atención y vigilancia con uno mismo que no juzgue ni reproche, que habilite el repaso y la reorientación de las actividades en función de un cuerpo y un sujeto presentes, sensibles, pensantes. Volver sobre sí, incluso para decirse que no queda tiempo y lo que se haga no tendrá medida ni recompensa ulterior, por eso hay que estar allí en cuerpo y alma, intensamente, como si fuese el último gesto sobre la faz de la tierra.

12. *Sobre la eternidad.* Antes de morir, o sea, antes de que se disuelvan nuestras partes extensivas y pasen a formar parte de otras cosas, que a su vez se disolverán, tenemos que llegar a captar nuestra propia esencia bajo la especie de la eternidad [*sub specie aeternitatis*]: (i) hacernos una idea adecuada de la esencia de nuestro cuerpo en tanto tiene un grado de potencia o intensidad única; (ii) conocer el mayor número posible de cosas en su esencia o bajo la perspectiva de la eternidad, captando también su potencia singular; y, asimismo, (iii) conocer la naturaleza en su conjunto como lo que produce cada esencia singular y hace que cada una dependa de las otras y que, si acaso una sola se destruyera, el conjunto se desintegraría. La metamorfosis no es la extinción definitiva, pues, así como han desaparecido no solo especies sino formas de vida, planetas y constelaciones enteras, otras tantas han surgido y volverán a surgir en el tiempo infinito.

13. *Sobre la cotidianidad y la muerte.* Analiza la noticia del día: evalúa cada uno de sus elementos y llámalos por su nombre; indaga su procedencia y valor en relación al conjunto; considera cómo se devaluará en el transcurrir de las horas, días, o semanas; ten presente que se te solicita reaccionar pronto a ella, colocarte en alguno de los lugares previamente asignados, y el afecto predominante que se busca generar es la indignación; entonces considera cómo conviene responder para no dejarte arrastrar: humor, coraje, simpatía, abstención, etc. Cada noticia, con todo el flujo semiótico y la deriva sobre interpretativa que genera, puede ofrecer un momento oportuno para ejercitarse respecto al distanciamiento y la imperturbabilidad necesarias para producir el engrandecimiento del alma. Cualquier crítica real emergerá de un *ethos* sostenido en el cuidado de sí, la consideración del conjunto, y la superación de la estulticia (Foucault, 2014). Que la muerte no nos tome en la pequeñez de lo inmediato, en la mezquindad de quienes se dejan arrastrar o se creen exceptuados por principios morales abstractos: el único movimiento de desprendimiento efectivo es el que podemos hacer por nosotros mismos, considerando el conjunto del que formamos parte y la inexorable disolución de todo.

### *Conclusión*

Las meditaciones presentadas, como se puede evaluar, son una elaboración propia de conceptos filosóficos provenientes de diversos autores. La propuesta de escritura filosófica no se reduce al simple comentario, pero tampoco busca ser una escritura creativa, se ajusta más bien al canon de las meditaciones que se desea recuperar como práctica concreta.

© Roque Farrán

### *Referencias*

Althusser, L. *Iniciación a la filosofía para los no filósofos*, Buenos Aires, Paidós, 2015.

Foucault, M. *Historia de la sexualidad 2: El uso de los placeres*. Buenos Aires: Siglo XXI, 2013.  
---. *La hermenéutica del sujeto: Curso en el Collège de France: 1981-1982*. Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, 2014.

Lacan, J. *Escritos I*, México, Siglo XXI, 2009.

Spinoza, B. *Ética demostrada según el orden geométrico*, Madrid, Alianza, 2006.