

# Ataraxia & Aponía en el Epicureísmo

Felipe Cifuentes Velásquez

[fcifuentesv@unal.edu.co](mailto:fcifuentesv@unal.edu.co)

Universidad Nacional de Colombia

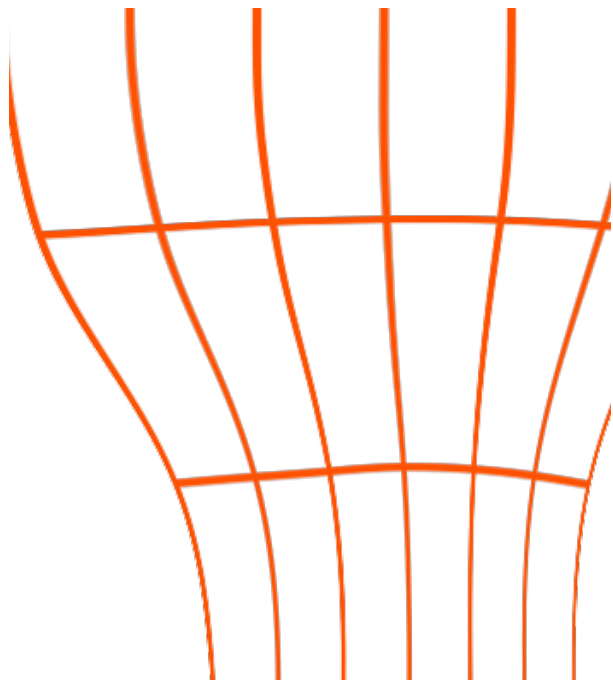
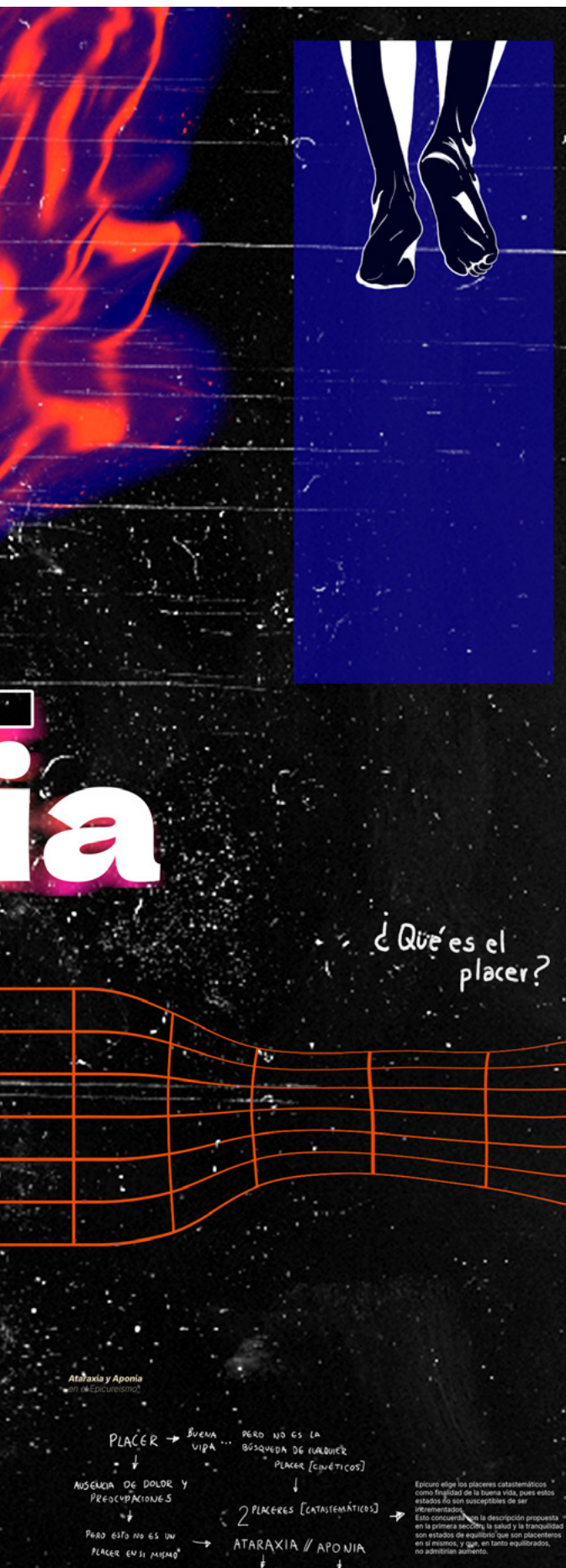
## Resumen

El presente artículo propone una posible solución a dos problemas de interpretación acerca de la propuesta ética hedonista del epicureísmo. El primero es el de en qué consisten los placeres que derivamos de los estados de *ataraxia* y *aponía*, y el segundo se trata de cuál es la razón por la cual Epicuro plantea que la búsqueda de esos placeres en particular es lo que nos conduce a la buena vida. Sobre el primero, se argumenta que, a pesar de sus descripciones usualmente negativas, aquellos estados corresponden, dentro de la teoría epicúrea, a cierta actividad estable del alma y el cuerpo que puede ser descrita positivamente. Al respecto del segundo, se sostiene que los placeres que procuran esos estados constituyen los límites del cálculo de placeres que propone el epicureísmo y, por tanto, son los únicos que, con total seguridad, no son difíciles de conseguir y no traen ninguna consecuencia dolorosa.

## Abstract

This paper offers a possible solution to two issues of interpretation regarding epicurean hedonistic ethics. The first issue is about what the pleasures derived from the states of *ataraxia* and *aponia* consist in, and the second issue concerns the reasons why Epicurus states that the pursue of those pleasures in particular leads us to the good life. The first issue is addressed arguing that, despite their usually negative descriptions, within the epicurean theory, such states amount to a certain stable activity of the soul and the body that could be described positively. As for the second one, the pleasures derived from such states are construed as the limits of the pleasure assessment proposed by the epicureans and, thus, as the only pleasures that, most certainly, are not hard to procure and do not bring about any painful consequences.





**Cómo citar este artículo:**

**MLA:** Cifuentes, F. "Ataraxia y aponía en el epicureísmo". *Saga: Revista de estudiantes de filosofía* 41 (2022). 38-47.

**APA:** Cifuentes, F. (2022). Ataraxia y aponía en el epicureísmo. *Saga: Revista de estudiantes de filosofía*, (41), 38-47.

**CHICAGO:** Felipe Cifuentes. "Ataraxia y aponía en el epicureísmo". *Saga: Revista de estudiantes de filosofía* 41 (2022). 38-47.

**Descripción Ilustración:**

Ilustración digital con base negra y textura de fondo. Contiene elementos de tipo vectorial (malla y rectángulo), detalles caligráficos y tipográficos (aponía, ataraxia, ¿qué es el placer?, texto como textura) y elementos de ilustración (dibujo de pies en contorno, manchas de textura y color). Posee, además, un elemento fotográfico intervenido digitalmente. La gama de colores va desde el azul hasta el magenta e incluye elementos cálidos (naranjas a rojos).

**Palabras clave**

Aponía, Ataraxia, Epicuro, Hedonismo, Placer.

**Keywords**

Aponia, Ataraxia, Epicurus, Hedonism, Pleasure.

Al igual que otras de las filosofías helenísticas, la filosofía epicúrea tiene una finalidad ética, pues pretende guiarnos para alcanzar la buena vida [*eudaimonia*], y, para el epicureísmo, esta es la vida placentera, ya que considera que el fin último de todas nuestras acciones es conseguir placer y evitar dolor; por ello, el epicureísmo identifica el placer con el bien y el dolor con el mal (cf. Erler y Schofield 1999 644, 649). Epicuro da por lo menos dos razones complementarias por las cuales considera que la finalidad de la buena vida debe ser el placer. Por un lado, cita el hecho de que, sin necesidad de pensarlo y desde su nacimiento, todas las criaturas vivientes—por instinto— se contentan con el placer y son reacias al dolor (cf. DL 10.137). Por otro lado, Epicuro toma a los sentimientos—de placer y dolor— como criterios últimos de verdad y decisión, en tanto que son eventos reales que no pueden ser refutados: no hay razón o evidencia alguna que pueda objetarnos que estamos sintiendo dolor o placer; es un hecho real que los sentimos (cf. DL 10.31-34). Así, si lo que trae placer es lo que elegimos y lo que trae dolor es lo que evitamos, son nuestros sentimientos los que nos permiten deliberar qué debemos elegir y evitar, pues ellos no se equivocan. De esta manera, esa tendencia instintiva y natural hacia buscar el placer y evitar el dolor concuerda con lo que, para el epicureísmo, es el criterio ético más fundamental y verdadero.

Sin embargo, el epicureísmo no sostiene que la búsqueda de cualquier placer nos conduce a la buena vida, sino que esto se logra en la búsqueda de dos placeres en particular: la salud del cuerpo [*aponía*] y la tranquilidad del alma [*ataraxia*] (cf. Erler y Schofield 1999 644, 649; Woolf 2009 158). Siguiendo a Epicuro en la *Carta a Meneceo*, la primera de estas se puede entender como el estar libre de dolores corporales, y la segunda, como el estar libre de temores y preocupaciones (cf. DL 10.128). Tal como señalan Erler y Schofield, y Woolf—y como relata Diógenes Laercio (cf. DL 10.136)—, Epicuro consideraba que estas ausencias de dolor y temor eran en sí mismas placeres, pues no pensaba que hubiera un estado intermedio entre el placer y el dolor: estar libre de dolor ya es placentero (cf. 1999 649; 2009 158). En ese mismo pasaje, Diógenes Laercio dice que, a diferencia de los cirenaicos, Epicuro sostenía que había placeres estáticos (catastémicos), que serían la *ataraxia* y la *aponía*, y placeres que implican movimiento o actividad (cinéticos). Esta caracterización de la *ataraxia* y la *aponía* como placeres estáticos se ha convertido en un problema de interpretación para los comentaristas debido a que, en principio, es extraña la idea de que el estado de la ausencia de dolor constituya en sí mismo un placer y, además, a que no se cuenta con textos epicúreos que expliquen con suficien-

te detalle cómo se debe entender esa caracterización o aquella distinción entre dos tipos de placeres (cf. Erler y Schofield 1999 654; Gill 2009 139; Woolf 2009 170). Como se discute más adelante, incluso puede surgir la duda de si una experiencia de placer pueda ser estática.

A este problema de interpretación se suma otro: Epicuro parece afirmar que la *ataraxia* y la *aponía* son los placeres suficientes y necesarios para la buena vida o los placeres mayores en virtud de los cuales se hace todo (cf. DL 10.128, 10.133, 10.144-145); sin embargo, no es claro en qué se fundamenta la elección de estos placeres en particular, en parte porque primero hay que resolver el problema de cómo entender los placeres de la *aponía* y la *ataraxia*, y en parte porque Epicuro no es del todo claro con respecto a ello. El problema es que, dentro de los únicos textos conservados de Epicuro, el único lugar donde se introduce explícita y articuladamente la tesis de que buscar la *aponía* y la *ataraxia* es lo que nos conduce a la buena vida es la *Carta a Meneceo* e, incluso allí, la argumentación toma varios rumbos, ninguno de los cuales se vuelve a referir explícitamente a la *aponía* y la *ataraxia* (cf. DL 10.127-133). Muestra del problema interpretativo es que diferentes intentos de sistematizar la ética epicúrea proponen interpretaciones diferentes para explicar y justificar la elección de estas como fines de la buena vida por parte de Epicuro (cf. Erler y Schofield 1999 651-657; Woolf 2009 172-178). En lo que sigue, propongo una interpretación de *aponía* y *ataraxia* en el epicureísmo que pretende aclarar a) ¿en qué consiste el placer de estas?, y b) ¿por qué son específicamente esos placeres los que conducen a la buena vida?

### 1. El placer de la *ataraxia* y el de la *aponía*

De acuerdo con Erler y Schofield, la afirmación de que la ausencia de dolor implicaba placer ya había causado controversia en la Antigüedad, por lo menos en el caso de Cicerón en *De los fines*, quien criticaba esa forma de entender el placer como una definición privada que Epicuro se había inventado (cf. 1999 652). No obstante, siguiendo nuevamente a Erler y Schofield, y a Woolf, por contraintuitiva que parezca la consideración de los placeres estáticos, la idea de Epicuro debe tratarse de que la *aponía* y la *ataraxia* son estados que van acompañados de un cierto sentimiento de disfrute del estado mismo de estar libre de todo dolor y temor (cf. 1999 653-654; 2009 173-174). De hecho, Woolf lo describe como un estado tranquilo de pureza que se siente maravilloso (cf. 2009 174). Esta idea de que hay una cualidad placentera en la *ataraxia* y la *aponía* concuerda con la descripción que hace Torcuato de esta última en su recuento de la ética epicúrea en *De los fines*, según la cual el estado de estar

libre de dolor trae consigo un cierto disfrute, y todo lo que nos provoca disfrute debe ser un placer:

No seguimos, en efecto, este solo placer que con alguna suavidad mueve a la naturaleza misma, y con algún deleite se percibe por los sentidos, sino que tenemos como máximo aquel que se percibe suprimido todo dolor. Pues, ya que, cuando nos privamos del dolor, gozamos con la liberación misma y ausencia de toda molestia, y todo aquello con que gozamos es placer, como todo aquello que nos desagrada es dolor, la privación de todo dolor rectamente ha sido llamada placer. (1.37)

Teniendo esto en cuenta, aunque, en principio, la descripción de Epicuro es puramente negativa, lo cierto es que debe partir de la consideración de algo positivo: la presencia de una sensación placentera y no solo la ausencia del dolor. De otra manera, si se pretende ser consistente con el criterio ético epicúreo, no podríamos saber por qué debemos elegirlos como algo deseable pues no habría una sensación que acompañara a estos estados y nos permitiera clasificarlos como buenos o malos dependiendo de su carácter —si es placentera o no—. Por tanto, tomar esos estados como deseables debe partir del reconocimiento de que ellos nos deben traer algún placer, dado que, de no ser así, no habría razón para que alguien los deseara. Y lo cierto es que tanto la tranquilidad del alma como la salud del cuerpo son deseables. Es más, no se necesita ser seguidor de Epicuro para desear alguna de estas: es un hecho que hay personas que tienen a alguno de estos o ambos como objetos de deseo, aun si no los consideran el fin de la buena vida. En este sentido, Epicuro puede estar partiendo de la deseabilidad de la *ataraxia* y la *aponía* como un hecho cuya explicación, dentro de la ética epicúrea, solo puede apuntar a que estos nos deben brindar algún placer.<sup>1</sup>

Warren parece también tener en mente una consideración positiva de la *ataraxia* y la *aponía* en su descripción de estas:

El ideal epicúreo de la *ataraxia* es uno de actividad mental continua e imperturbada, no la mera ausencia de perturbación mental (pues esto sería cierto también de la muerte). De forma similar, *aponía* no es meramente la ausencia de dolor físico (pues una piedra no siente dolor), sino actividad física continua e imperturbada. (2009 236, traducción propia)

En efecto, si lo único valioso de la *ataraxia* o la *aponía* fuera la ausencia de temor o dolor, la muerte sería igual de valiosa que la *ataraxia* y el estado inerte de las rocas sería tan deseable como la *aponía*.

Algo a primera vista desconcertante de la descripción de Warren es que hable de actividad mental y actividad física, cuando, como se dijo antes, la *aponía* y la *ataraxia* se entienden en el epicureísmo como placeres catastemáticos. Sin embargo, puede que Warren no esté contradiciendo la distinción entre placeres catastemáticos y cinéticos, sino que —aunque él mismo no lo aclara— podría estar hablando de dos sentidos distintos de actividad. Si bien en algunas ocasiones se habla de actividades como acciones voluntarias particulares momentáneas, también hablamos de actividades como procesos u operaciones estables, a las cuales muchas veces también nos referimos como estados. Por ejemplo, hablamos del estado de vigilia, pero es claro que este implica cierta actividad mental que consiste en unos procesos estables de la mente; así mismo, el estar vivo se entiende como un estado que consiste en una cierta actividad corporal, que no es más que una operación estable del cuerpo. Con estos dos sentidos de actividad —uno como acciones y el otro como procesos estables—, se puede aceptar la caracterización positiva por parte de Warren de *ataraxia* y *aponía* como actividades si las consideramos como una cierta actividad o proceso estable del cuerpo y el alma que configura un estado en sí mismo placentero. Esto es gracias a que todavía las podemos diferenciar de las actividades placenteras que implican acciones voluntarias momentáneas. Aunque esto supone una nueva interpretación de la distinción entre placeres catastemáticos y cinéticos, tiene la ventaja de poder explicar la *ataraxia* y la *aponía* como objetos de placer y deseo —cierta actividad mental estable y tranquila, y cierta actividad física estable y saludable serían los objetos de placer y deseo—, algo que no es posible con una caracterización que solo contemple de manera simple la *ataraxia* y la *aponía* como estados de ausencia.

De forma similar, Eler y Schofield proponen que el placer que nos procuran la *ataraxia* y la *aponía* proviene de una condición estable del alma cuya estabilidad proviene, a su vez, de un cierto equilibrio (cf. 1999 656).<sup>2</sup> Para ello, hacen referencia a una cita que hace Plutarco

// <sup>1</sup> Esto parece claro en especial en el caso de la tranquilidad. Si bien alguien puede considerar la salud del cuerpo como un medio o una condición necesaria para otras cosas, parece que elegimos la tranquilidad por ella misma, en tanto la consideramos un estado agradable para la mente. Sin embargo, en algunos casos, se podría decir algo similar para los que eligen la salud del cuerpo por sí misma.

// <sup>2</sup> No obstante, a diferencia de Eler y Schofield, no se sostiene aquí que el placer que le importa al epicureísmo respecto a la *ataraxia* y la *aponía* es aquel que obtenemos cinéticamente al disponernos conscientemente a disfrutar de estos estados, ya que esto, en primer lugar, va en contra de la importancia que le da Epicuro a los placeres catastemáticos por encima de los cinéticos y, en segundo lugar, le resta demasiada importancia a la salud del cuerpo como placer, pues lo importante sería el disfrute consciente de la salud —algo relativo al alma— y no la salud en sí misma —algo relativo al cuerpo—.

en *De la imposibilidad de vivir placenteramente según Epicuro* que se supone pertenece a *Sobre el fin* de Epicuro:

[...] se refugian en un estado [*katastema*] de “ausencia de dolor” y de “estabilidad de la carne”, como si la vida placentera consistiera en pensar que ese estado se va a alcanzar o ya ha sido alcanzado por algunos; porque, para quienes son capaces de reflexionar, el “equilibrio estable de la carne” y la “confiada esperanza” de conservarlo conllevan, según ellos, el goce más alto y seguro. (1089d)

Si bien Erler y Schofield no especifican en qué consiste esa condición estable de equilibrio, esta descripción es compatible con considerar la *aponía* y la *ataraxia* como una actividad estable del cuerpo y una actividad estable del alma, respectivamente, tal como se describió en el párrafo anterior.

De hecho, un comentario que hace Gill sobre una consideración constante en el epicureísmo acerca del placer —la cual piensa él que estaría detrás de la explicación de los placeres de la *ataraxia* y la *aponía*— podría sugerir algo así: “Una idea que parece estar a la base de gran parte del pensamiento epicúreo es que simplemente *estar vivo* (esto es, cumplir con nuestra propia naturaleza y hacer lo que es necesario para expresarla) es *inherentemente* placentero” (2009 139-140, traducción propia). Este comentario —como el de Warren— corre el riesgo de disolver la distinción entre placeres catastemáticos y cinéticos, pues hace parte de cumplir nuestra naturaleza comer o beber, de forma que el placer de estar vivo podría consistir en esas acciones; pero no tiene que ser así. No se puede olvidar que lograr y mantener la salud del cuerpo requiere de acciones —comer, beber, etc.—, pero el placer de esas acciones no debe confundirse con el placer de estar sano. Esto no parece tan claro en acciones como comer y beber porque ellas mismas implican un placer; sin embargo, tomar un medicamento puede no ser agradable en sí mismo, pero lo tomamos porque, por un lado, nos quita el dolor y, por otro lado, nos permite gozar de salud. En esto, se evidencia que se pueden distinguir el dolor —así como el placer— de las acciones que nos permiten lograr y mantener la salud del placer que nos procura el estar saludables. Algo análogo puede ocurrir con la tranquilidad del alma: para alguien puede no ser placentero estudiar filosofía,<sup>3</sup> pero puede llegar a hacerlo por el placer que le procurará el estado

de tranquilidad y, de todas maneras, para alguien que disfruta estudiar filosofía, este placer de estudiarla no se confunde con el de la tranquilidad que va a obtener.

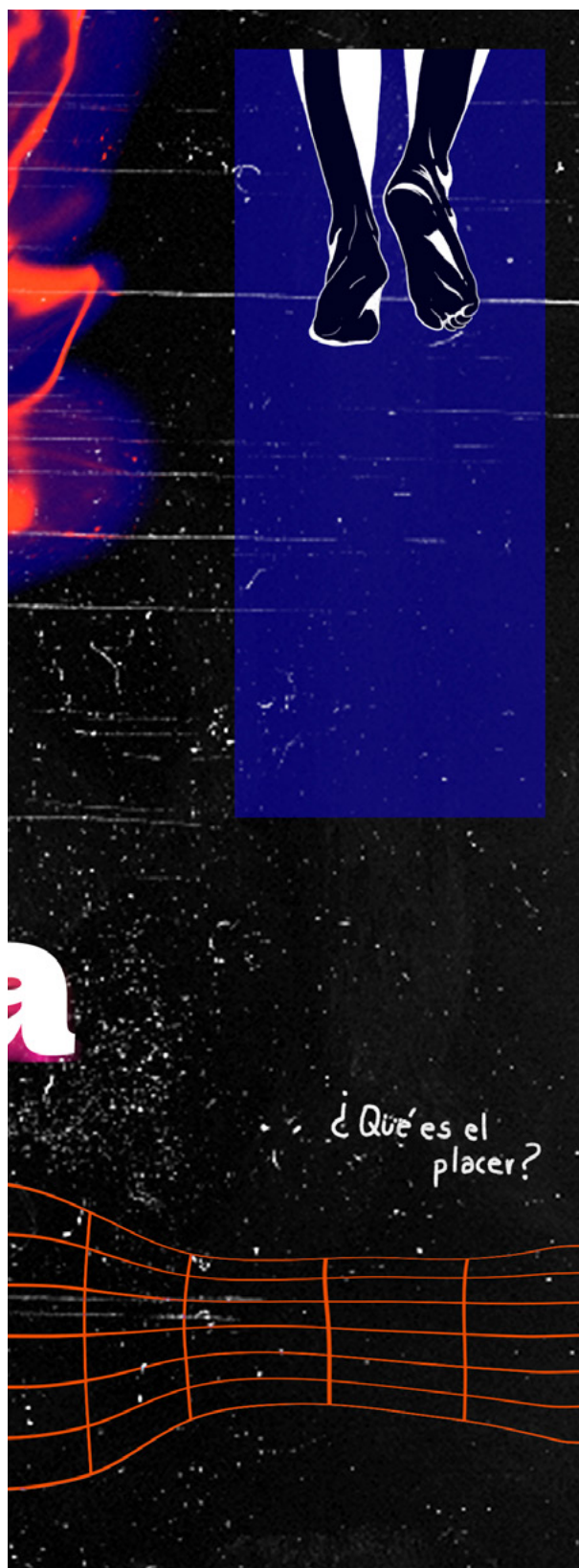
En resumen, la interpretación que se ha tratado de defender a lo largo de esta primera sección es la siguiente: si bien la descripción explícita en la *Carta a Meneceo* de la *ataraxia* y la *aponía* es de carácter negativo en tanto las explica como ausencia de dolor y temor, para comprender el estatus de placer que les otorga Epicuro a ellas, vale la pena indagar sobre la naturaleza de esos estados para complementar la descripción negativa con una positiva que permita explicar en qué consiste ese placer y cuál es su objeto. De esta manera, se puede caracterizar la *ataraxia* y la *aponía* como el estado placentero que se deriva de una cierta actividad estable y equilibrada del cuerpo, para el caso de la segunda, y del alma, para el caso de la primera. En esta caracterización, actividad no se debe entender como acción voluntaria momentánea, sino como operación estable.

Cabe aclarar que la forma como se interpretó la distinción entre placeres catastemáticos y cinéticos en esta sección supone que esta pretende diferenciar entre dos objetos de placer: acciones —acciones voluntarias momentáneas— y estados —actividades estables—. Sin embargo, también es posible que se trate de una distinción fenomenológica, es decir, que se estén diferenciando dos formas de experimentar el placer independientemente de la causa y el objeto de ese placer.<sup>4</sup> De acuerdo con esta otra interpretación, no importa que el objeto de placer sea una acción o un estado, sino que lo que importa es cómo se experimente el placer que cada objeto brinda. De esta manera, una descripción positiva de la *ataraxia* o la *aponía* no tendría necesidad de corresponder con la distinción entre placeres catastemáticos y cinéticos y, por tanto, no sería pertinente apelar a esta distinción para caracterizar esos estados.

En principio, esta interpretación fenomenológica de la distinción puede ser compatible con el resto de la propuesta defendida hasta ahora: la cualidad estática de los placeres *catastemáticos* podría explicarse por la cualidad estable de su objeto de placer —la *ataraxia* o la *aponía*—, o, incluso, si no se va a admitir una correspondencia entre las cualidades del objeto de placer y la experiencia que se tiene de este, la caracterización positiva que se hizo de *ataraxia* y *aponía* como actividades estables del alma y el cuerpo se puede mantener, aun aceptando que esto no guarda una relación directa con la distinción entre placeres catastemáticos y cinéticos.

// <sup>3</sup> En *De rerum natura*, Lucrecio parece ser consciente de que no para todos es placentero el estudio de la filosofía de Epicuro y, por ello, procura hacer de su estudio algo disfrutable al escribir las doctrinas epicúreas en verso, lo cual explica con la metáfora del médico que endulza la boca del vaso para que el niño se tome la medicina (cf. 4.10-25). Aquí hay una clara diferencia entre el placer que puede procurar el estudio de la filosofía y el placer de la *ataraxia*.

// <sup>4</sup> Agradezco al profesor Alfonso Correa Motta por sugerirme esta posible interpretación alternativa.



No obstante, dado que, según DL 10.136, esta distinción aparece en el marco de un debate con los cirenaicos, cada una de las dos interpretaciones implica una forma distinta de entender ese debate. A partir de la interpretación fenomenológica, los cirenaicos negarían que la experiencia que tenemos de la *ataraxia* y la *aponía* se pueda considerar un placer por su carácter estable y de reposo, dado que las experiencias del placer son móviles y momentáneas. En respuesta a esto, Epicuro extendería las experiencias de placer también a esas experiencias estables y de reposo. En cambio, desde la otra interpretación, los cirenaicos negarían que, cuando se habla de *ataraxia* y *aponía*, se esté haciendo referencia a un estado que puede realmente causar placer. A ello, los epicúreos contestarían diciendo que *ataraxia* y *aponía* se refieren a actividades estables del alma y el cuerpo las cuales reconocemos que causan placer. No es fácil decidirse por la interpretación fenomenológica o por la que distingue objetos de placer—además de que, como se señaló, incluso pueden ser complementarias—. Sin embargo, ello implicaría una discusión que va más allá de los límites del presente artículo. En cualquier caso, se debe tener en cuenta que, para aceptar que la experiencia de la *ataraxia* y la *aponía* es de placer, primero se debe aceptar que son actividades estables del alma y del cuerpo que son capaces de causar alguna experiencia.

## 2. Por qué los placeres de la *ataraxia* y la *aponía* en particular

Para empezar a indagar la razón por la cual Epicuro elige la *aponía* y la *ataraxia* como la finalidad de la buena vida—en tanto que estas procuran placer—, vale la pena comenzar recordando que, en la *Carta a Meneceo*, Epicuro diferencia entre deseos vanos y naturales, entre deseos naturales necesarios y no necesarios, y entre deseos naturales necesarios para la felicidad, para el bienestar del cuerpo, y para la vida (cf. DL 10.127). Luego, en la misma carta, hace eco de la primera distinción al decir que todo lo que es natural es fácil de conseguir, mientras que todo lo que es vano es difícil de conseguir, con lo cual explica que es preferible acostumbrarse a vivir con poco para alcanzar la autarquía (cf. DL 10.130). Algunas de las principales razones que Epicuro da para defender esta última idea son que: a) ello nos permite estar satisfechos con poco cuando no tenemos mucho (cf. DL 10.130), y b) que nos libra del miedo a la fortuna (cf. DL 10.131). Si acostumbrarse a vivir con poco—lo cual supone solo procurarse lo natural y necesario— trae estos beneficios, el no acostumbrarse a vivir con poco tendrá consecuencias contrarias: ~a) nos sentiremos insatisfechos con poco cuando no tengamos mucho, y

-b) le temeremos a la fortuna. El ejemplo que usa Epicuro para ilustrar esto es el de la comida (cf. DL 10.131). Nos podemos acostumbrar a tener una dieta frugal y no suntuosa para que, cuando contemos con escasos recursos para procurarnos comida, ello no nos perturbe, sino que estemos satisfechos, y para que no nos atormente la preocupación de que un día, a causa de la fortuna, no podremos conseguir comida lujosa. A la inversa, si estamos acostumbrados a una dieta suntuosa, estaremos insatisfechos al no poder conseguir comida lujosa y nos atormentará la preocupación de que llegue ese día, lo cual es probable, en tanto que lo vano es difícil de conseguir.

Tal como aclara Woolf en su discusión sobre el rol de los diferentes placeres en la filosofía epicúrea, el problema de Epicuro con, por continuar con el ejemplo, la comida lujosa no tiene que ver con la actividad misma de comer comida lujosa o con el placer que se deriva de ello —Epicuro no niega que la comida lujosa produzca placer, o que sea deseable bajo alguna circunstancia—,<sup>5</sup> el problema es que se desee irreflexivamente y con vehemencia cosas no necesarias para la vida o la felicidad, tales como la comida lujosa (cf. 2009 165,167-168). Según esto, el punto de Epicuro no es que nunca se deba elegir comer comida lujosa, sino que no se debe ir por la vida buscando y deseando vehementemente comer comida lujosa creyendo que la vida y la felicidad dependen de ello, e ignorando las consecuencias negativas que puede traer. Además del probable estado de insatisfacción que sentirá el que desea con vehemencia comida lujosa —en tanto que es probable que no la consiga la mayoría de las veces— y de la constante preocupación por el día en que no pueda conseguir comida lujosa —que probablemente llegará—, puede también que esa persona se someta a sufrimientos por lograr obtener comida lujosa o que, en la vehemencia de su deseo, se provoque dolores

por su indulgencia con la comida, como indigestión o problemas de salud.

En cambio, quien reconozca que la comida lujosa no es necesaria, que es tanto difícil como poco probable conseguirla, y que deseársela con demasiada vehemencia puede ocasionar dolores no la deseará: se dará cuenta de que es un deseo vano. En este sentido, que lo vano sea difícil de conseguir apunta a que no vale la pena tener deseos que no se puedan cumplir fácilmente, ya que ocasionan más dolor que placer. La vanidad de los deseos de cosas no necesarias y difíciles de conseguir radicaría en que nuestros deseos deberían guiarnos hacia lo que

nos da placer, no hacia lo que nos procura dolor, y —como ya es evidente— estos deseos nos conducen más hacia el dolor que hacia el placer. En palabras del mismo Epicuro, “Ningún placer es en sí mismo un mal; pero en algunos placeres, aquello que los produce acarrea molestias mucho mayores que los placeres” (DL 10.141).

Siguiendo lo que plantea Epicuro en la *Carta a Meneceo*, también se puede llegar a una conclusión análoga en el caso de los dolores: “[...] todo placer, por ser de índole provechosa, es un bien, aunque no todo placer merece ser elegido, así como todo dolor es un mal, pero no todo dolor es de tal índole que haya de evitarse siempre” (DL 10.129). Esto, más las anteriores consideraciones, nos introduce en otra de las propuestas centrales de la

ética epicúrea y en la cual parece estar la clave para entender en qué sentido son preferibles los placeres de la *ataraxia* y la *aponía*: el cálculo comparativo y consideración de ventajas y desventajas como deliberación ética. Justo después del fragmento recién citado, Epicuro agrega que: “Conviene, pues, juzgar todas esas cuestiones por cálculo comparativo y consideración de ventajas y desventajas; pues [utilizamos]<sup>6</sup> el bien en ciertos tiempos como un mal y el mal, al revés, como un bien” (DL 10.130). Teniendo en cuenta la cita de DL 10.129, la idea que parece



// <sup>5</sup> Cabe recordar que Epicuro afirma que “[s]i las cosas que producen los placeres de los disolutos disipasen los temores de la mente a los hechos celestes, la muerte y los dolores, y si además enseñasen el límite de los deseos, no tendríamos jamás qué reprocharles a ellos” (DL 1.42).

// <sup>6</sup> Prefiero en este caso reemplazar el “tenemos” de Bredlow por el “utilizamos” de la traducción de Boeri, ya que resulta más claro.

estar detrás de este cálculo es una sistematización de la discusión anterior: deberíamos elegir las cosas que traen más placeres que dolores, y deberíamos evitar las cosas que acarreen más dolores que placeres.

En este punto, surge la pregunta de cuál es el criterio bajo el cual funciona ese cálculo. En primer lugar, parece que se debe tener en cuenta los medios para conseguir el objeto deseado, así como sus consecuencias, ya que parece que lo que se pone en comparación son los dolores que acarreen los medios y las consecuencias con el placer que trae el objeto deseado. Esto es precisamente lo que Epicuro sugiere en sus *Máximas capitales*: “Entre los deseos, todos los que no llevan al dolor cuando no se satisfacen no son necesarios, sino que encierran una apetencia fácil de desvanecer cuando parezcan difíciles de alcanzar o causantes de daño” (DL 10.148).

En segundo lugar, parece necesario que, si se van a comparar dolores con placeres, se necesiten cualidades comunes como puntos de comparación. Las cualidades que se acomodan a esto parecen ser las de intensidad y duración, pues son las que utiliza Epicuro para hablar tanto de placeres como de dolores (cf. DL 10.129-133, 10.137, 10.140-142, 10.144-145). A partir de estas, el resultado del cálculo debería llevarnos a la conclusión que ya adelantamos al comienzo: que los placeres de la *ataraxia* y la *aponía* son los placeres suficientes y necesarios para la buena vida o los placeres mayores en virtud de los cuales se hace todo. No obstante, tal como anota Woolf, parece haber un problema con esto, pues el cálculo podría llegar a mostrar que una vida en la que se logran la *ataraxia* y la *aponía*, pero en la que, además, se logran conseguir varios placeres cinéticos sería una vida con más placer, ya sea en intensidad o en tiempo, si se acepta que los placeres se pueden acumular (cf. 2009 169-172). Así, cuantos más placeres se experimenten, se suma más intensidad total y se logra más tiempo en placer, lo cual podría resultar en una prioridad de los placeres cinéticos sobre los catastemáticos, que no es el resultado que propone Epicuro. De igual manera, ello implicaría

que una vida más larga sería mejor que una vida más corta, pues la primera de estas, al final, tiene un cálculo total de placer mayor, en especial en tiempo. Esto, como bien reconocería Warren (cf. 2009 242-248) y como se evidencia en Lucrecio (*De rerum natura* 3.830-1090), va en contra de los planteamientos del epicureísmo con respecto a la indiferencia con la que debemos tratar la muerte, pues ello querría decir que la muerte sí es un mal y nos debería preocupar, ya que nos privaría de poder obtener una mayor cantidad de placer.

Parece ser que a esto se debe que Epicuro proponga los placeres de la *ataraxia* y la *aponía* como límites (cf.

DL 10.133, 10.139, 10.144-145), ya que, de otra manera, siempre se podría contemplar una vida que acumule más placer que otras en el tiempo o por intensidad. Esto implicaría que, por un lado, se ponga el cálculo a favor de los placeres *cinéticos* y no de los *catastemáticos*, y, por otro lado, no se pueda definir concretamente cuándo se alcanza la felicidad; se trataría, más bien, de una búsqueda por quién llega más lejos en la escala del placer. En este mismo sentido, Woolf afirma que, si Epicuro estaba tratando de proponer un ideal de felicidad, debía buscar un estado satisfactorio no susceptible de ser perfeccionado, porque la idea común que tenemos de la felicidad es que es algo suficiente para calificar una vida de bien lograda y completa, a lo cual no se puede llegar con un cálculo

de placeres que no tenga límites; por ello mismo, asegura Woolf que Epicuro elige los placeres catastemáticos como finalidad de la buena vida, pues estos estados no son susceptibles de ser incrementados (cf. 2009 169-172). Esto concuerda con la descripción propuesta en la primera sección: la salud y la tranquilidad son estados de equilibrio que son placenteros en sí mismos, y que, en tanto equilibrados, no admitirían aumento.

Sin embargo, ¿en qué se puede fundamentar la propuesta de que los placeres de la *ataraxia* y la *aponía* son límites del placer a partir del cálculo de placer? La respuesta a esto parece estar en un principio del epicureísmo que ya presentamos y que es recurrente a lo largo de





los textos de Epicuro: lo natural y necesario es fácil de conseguir, mientras que lo vano y no necesario es difícil de conseguir (cf. DL 10.130, 10.133, 10.144, 10.146). Erler y Schofield denominan a este principio el *principio del equilibrio* y dicen que este se usa para distinguir los deseos naturales y necesarios de los no necesarios y vanos (cf. 1999 659-661). A pesar de insistir en este principio, Epicuro parece tomarlo como una verdad universal y no explica sus razones para creer en él (cf. DL 10.130, 10.133, 10.144, 10.146). Discutir la verdad, la universalidad o la normatividad de este principio está más allá de los alcances de este artículo, por lo cual me limito a tomarlo como cierto. No obstante, parece tratarse de una observación acerca del acceso a las condiciones mínimas para satisfacer nuestros deseos naturales y necesarios, las cuales, según este principio, estarían, por naturaleza, al alcance de todos. En otras palabras, lo natural y necesario es algo que está al alcance de cualquier persona, dado que, por naturaleza, todos tenemos las capacidades y los medios para obtenerlo, y no se requiere ninguna condición especial o poco común, o algo que esté más allá de nuestro control. De hecho, en la *Carta a Meneceo*, Epicuro sugiere que atender a este principio nos debe librar del temor a la fortuna (cf. DL 10.133). De cualquier manera, este es el caso del ejemplo de la comida simple, la cual satisface la necesidad natural de alimentarse para no sufrir de hambre. El valor que le halla Epicuro a la facilidad de la dieta frugal consiste en que, por un lado, no implica mayor dolor conseguir comida simple y, por otro lado, no trae como consecuencia más dolor, por ejemplo, en forma de preocupación. De esta manera, concuerda el principio del equilibrio con entender el cálculo de placer en términos de comparación del placer obtenido con el dolor que implican los medios y las consecuencias.

Ahora, si se aplica el cálculo así entendido a la *ataraxia* y la *aponía*, esto nos arroja un resultado similar, e incluso mejor, en especial en términos de las consecuencias. El disfrute de la *ataraxia*, así como el de la *aponía*, no puede conllevar a ningún dolor; es imposible por su propia naturaleza y ello se hace evidente en su nombre. Esta parece ser la razón que lleva a Epicuro a considerarlas el límite del cálculo de placeres: la *ataraxia* y la *aponía* son los mejores placeres y los que más deberíamos desear, ya que son los únicos de los cuales se puede decir con absoluta certeza que es imposible que obtenerlos traiga como consecuencia dolor alguno. Siguiendo el cálculo de placeres, al sopesar la intensidad del placer obtenido del cumplimiento de un deseo con la intensidad de los posibles dolores resultantes, por menores que estos últimos puedan ser, siempre se termina aceptando un dolor o asumiendo el riesgo de un dolor para alcanzar

un placer, el cual, en el cálculo, se le tendría que restar a la intensidad del placer obtenido. La única excepción a esto son los placeres de la *ataraxia* y la *aponía*, y, por ello, arrojan el mejor resultado posible del cálculo de placeres. Este resultado es el límite porque, dentro de lo que es posible para un ser humano, no hay otro estado o actividad que arroje un resultado mejor, de tal suerte que la *ataraxia* y la *aponía* son los mayores placeres a los que podemos aspirar.

Adicionalmente, si se considera que ellas son naturales y necesarias —como es obvio de la salud del cuerpo y menos obvio, aunque por lo menos plausible en la teoría de Epicuro, de la tranquilidad—, en virtud del principio del equilibrio, también deben ser fáciles de conseguir. En este sentido, no nos debe preocupar alcanzar la *ataraxia* o la *aponía*, en tanto que, independientemente de las circunstancias, siempre estaremos en condiciones de alcanzarlas, y no hay que hacer nada para llegar a estar en esas condiciones. Por lo tanto, no solo es imposible que buscar la *ataraxia* y la *aponía* traiga como consecuencia algún dolor —ni siquiera la preocupación de no poder alcanzarlas—, sino que los medios para obtenerlas no implican casi ningún dolor o dificultad, al igual que sucede con el resto de las cosas necesarias y naturales. En la facilidad de su obtención, los placeres de la *ataraxia* y la *aponía* no constituyen un límite, como sí lo son en el caso de las consecuencias, pero esta facilidad hace parte de su posición privilegiada en una jerarquía de placeres.

### 3. Conclusión

Para finalizar, hay que hacer explícito el carácter racional y deliberativo del cálculo de placeres que lleva a tomar la *ataraxia* y la *aponía* como lo que brinda el mayor placer obtenible. Aunque el punto de partida de la ética epicúrea sean las sensaciones de placer y dolor, la elección de los placeres de la *ataraxia* y la *aponía* como aquellos cuya búsqueda nos lleva a la felicidad no se basa exclusivamente en una consideración al respecto de esas sensaciones. El cálculo va más allá de la experiencia inmediata y es capaz de comparar diferentes experiencias a partir de elementos que reconoce como comunes —la intensidad y la duración—, así como considerar medios y proyectar consecuencias, contemplando los posibles dolores que en cada caso se deriven. Si no fuera así, no podríamos elegir entre diferentes placeres, ya que todos serían igualmente deseables en tanto placeres y todos serían igualmente diversos pues no habría punto de comparación (cf. DL 10.142). Así mismo, Epicuro resalta que es por medio del pensamiento que captamos los límites del placer, mientras que, desde

la sensación, no solo no captamos ese límite, sino que, además, el placer se nos aparece como algo sin límites, lo cual nos puede llevar a perseguir vehementemente los placeres *cinéticos* (cf. DL 10.144-10.145).

De esta manera, si bien la experiencia es el inicio y el final de la ética epicúrea —pues se parte de la experiencia de la deseabilidad natural del placer y se pretende alcanzar la experiencia del mayor placer—, no es la inmediatez de la experiencia del placer la que nos permite deliberar sobre nuestras elecciones éticas —aunque sea un elemento fundamental—, sino la reflexión racional acerca de estas experiencias. Es esta la que nos muestra las enseñanzas que plasma Epicuro en sus textos —en especial en sus *Máximas Capitales*—. Siguiendo la interpretación defendida en este artículo, algunas de estas enseñanzas se pueden replantear de la siguiente manera: a) el mayor placer que se puede desear correctamente —en oposición a vanamente— es el que procuran la *ataraxia* y la *aponía* en tanto que, como límite del cálculo de placeres, es el mayor placer que humanamente es posible obtener (cf. DL 10.28, 10.133, 10.139, 10.144-145); b) dado lo anterior, sin importar si tenemos una vida corta o larga, el mayor placer que podemos aspirar a obtener sigue siendo el mismo (cf. DL 145); y c) la experiencia que tenemos de los placeres cinéticos cuando ya hemos alcanzado la *ataraxia* y la *aponía*, aunque parezca un aumento de placer, se queda en una mera diversificación de los placeres sentidos, ya que, en términos del cálculo de placeres, estos placeres cinéticos pueden haber implicado medios dolorosos o pueden traer consecuencias dolorosas que le restan al placer que se logra obtener al final (cf. DL 10.142, 10.144-10.145).

## Bibliografía

- Cicerón.** *De los fines de los bienes y los males.* Trad. Julio Pimentel Álvarez. México: UNAM, 2002.
- Diógenes Laercio.** *Vidas y opiniones de los filósofos ilustres.* Trad. Luis-Andrés Bredlow. España: Lucina, 2010.
- Epicuro.** “Carta a Meneceo”. *Epicuro. Vida, doctrinas morales, testimonios.* Trad. Marcelo D. Boeri. Argentina: HyA Ediciones, 2002.
- Erler, M. y Schofield, M.** “Epicurean ethics”. *The Cambridge History of Hellenistic Philosophy.* Eds. Keimpe Algra, Jonathan Barnes, Jaap Mansfeld y Malcolm Schofield. Inglaterra: Cambridge University Press, 1999. 642-674.
- Gill, C.** “Psychology”. *The Cambridge Companion to Epicureanism.* Ed. James Warren. Inglaterra: Cambridge University Press, 2009. 125-141.
- Long, A. & Sedley, D.** “Epicureanism”. *The Hellenistic Philosophers.* Vol. 1. Inglaterra: Cambridge University Press, 1987. 25-157.

**Lucrecio.** *La naturaleza.* Trad. Francisco Socas. España: Gredos, 2003.

**Plutarco.** “De la imposibilidad de vivir placenteramente según Epicuro”. *Obras morales y de costumbres (Moralia) XII.* Trad. Juan Francisco Martos Montiel. España: Gredos, 2004.

**Warren, J.** “Removing fear”. *The Cambridge Companion to Epicureanism.* Ed. James Warren. Inglaterra: Cambridge University Press, 2009. 234-248.

**Woolf, R.** “Pleasure and desire”. *The Cambridge Companion to Epicureanism.* Ed. James Warren. Inglaterra: Cambridge University Press, 2009. 158-178.

