

LA DÉCADA COVID
EN MÉXICO

Los desafíos
de la pandemia
desde las ciencias sociales
y las humanidades

Salud **mental**,
afectividad
y **resiliencia**

María Elena Medina Mora
Olbeth Hansberg
(Coordinadoras)



Catalogación en la publicación UNAM. Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales de Información

Nombres: Medina-Mora, María Elena, editor. | Hansberg, Olbeth, editor.

Título: Salud mental, afectividad y resiliencia / María Elena Medina Mora, Olbeth Hansberg, (coordinadoras).

Descripción: Primera edición. | Ciudad de México : Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología : Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Filosóficas, 2023. | Serie: La década COVID en México : los desafíos de la pandemia desde las ciencias sociales y las humanidades ; tomo 5.

Identificadores: LIBRUNAM 2203409 (impreso) | LIBRUNAM 2204554 (libro electrónico) | ISBN 9786073074612 (impreso) | ISBN 9786073074568 (libro electrónico).

Temas: Salud mental. | Afecto (Psicología). | Resiliencia (Rasgos de personalidad). | Pandemia de COVID-19, 2020- -- Aspectos psicológicos -- México.

Clasificación: LCC RA790.5.S296 2023 | LCC RA790.5 (libro electrónico) | DDC 362.2—dc23

Este libro fue sometido a un proceso de dictaminación por pares académicos expertos y cuenta con el aval del Comité Editorial de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México para su publicación.

Imagen de forros: tadamichi

Apoyo gráfico: Cecilia López Rodríguez

Gestión editorial: Aracely Loza Pineda y Ana Lizbet Sánchez Vela

Primera edición: 2023

D. R. © 2023 Universidad Nacional Autónoma de México
Ciudad Universitaria, alcaldía Coyoacán, 04510, Ciudad de México

Facultad de Psicología

Av. Universidad 3004, Ciudad Universitaria,
alcaldía Coyoacán, 04510, Ciudad de México

ELECTRÓNICOS:

ISBN (Volumen): 978-607-30-7456-8 Título: Salud mental, afectividad y resiliencia

ISBN (Obra completa): 978-607-30-6883-3 Título: La década COVID en México

IMPRESOS:

ISBN (Volumen): 978-607-30-7461-2 Título: Salud mental, afectividad y resiliencia

ISBN (Obra completa): 978-607-30-6843-7 Título: La década COVID en México

Esta edición y sus características son propiedad
de la Universidad Nacional Autónoma de México.



Se autoriza la copia, distribución y comunicación pública de la obra, reconociendo la autoría, sin fines comerciales y sin autorización para alterar o transformar. Bajo licencia creative commons Atribución 4.0 Internacional.

Hecho en México

Contenido

Presentación	13
<i>Enrique Graue Wiechers</i>	
Prólogo	15
<i>Guadalupe Valencia García</i>	
<i>Leonardo Lomelí Vanegas</i>	
<i>Néstor Martínez Cristo</i>	
Introducción: Salud mental, afectividad y resiliencia	23
<i>Olbeth Hansberg</i>	
<i>María Elena Medina Mora</i>	
SALUD MENTAL, ADAPTACIÓN Y SECUELAS	
1 Trastornos mentales en la pandemia	33
<i>Rebeca Robles-García</i>	
<i>Silvia Morales-Chainé</i>	
<i>Benjamín Martínez Guerrero</i>	
<i>María Elena Medina Mora</i>	
2 La adaptabilidad psicológica en condiciones de cuarentena y pandemia	61
<i>Juan José Sánchez Sosa</i>	
3 Salud mental, secuelas neuropsiquiátricas y COVID-19: panorama nacional	85
<i>Claudia Díaz-Olavarrieta</i>	
<i>Ingrid Vargas-Huicochea</i>	
<i>Fernando Daniel Flores-Silva</i>	
<i>Miguel García-Grimshaw</i>	
<i>María Teresa Tusié-Luna</i>	

AFECTACIONES A LA INFANCIA

- 4 Afectaciones en el desarrollo infantil y pérdida de aprendizajes durante el confinamiento 125
Benilde García-Cabrero
Salvador Ponce-Ceballos
- 5 Salud mental en niños e intervenciones en tiempos de COVID-19 155
Emilia Lucio
María Teresa Monjarás-Rodríguez

CONSUMO DE SUSTANCIAS Y SUICIDIO

- 6 El consumo de sustancias psicoactivas y su impacto en la pandemia 181
María Elena Medina Mora
Martha Cordero
Claudia Rafful
Alejandra López
Arturo Ruiz-Ruisánchez
Jorge Villatoro
- 7 Uso de sustancias psicoactivas en la comunidad universitaria: riesgos antes y durante la pandemia por COVID-19 209
Silvia Morales-Chainé
Alejandra López-Montoya
Rebeca Robles-García
Alejandro Bosch-Maldonado
Ana Gisela Beristain-Aguirre
Claudia Lydí Treviño-Santacruz
Germán Palafox-Palafox
Violeta Félix-Romero
Lydia Barragán-Torres
Carmen Fernández-Cáceres
Mireya Atzala Ímaz-Gispert

- 8 Suicidio y pandemia, una realidad silenciosa.
Abordaje del comportamiento suicida en el contexto
de la pandemia por COVID-19 231
Paulina Arenas-Landgrave
Natalia Escobedo-Ortega

RESPUESTAS AL SUFRIMIENTO Y LA MUERTE

- 9 Mictlán: vivir la propia muerte 263
Abraham Sapién
David Fajardo-Chica
- 10 “Dios mío, ¿por qué nos has abandonado?”
El problema del mal según el estoicismo tardío 287
Leonardo Ramos-Umaña

SENTIRES COLECTIVOS PARA LA RESILIENCIA

- 11 Éramos personas: reflexiones en torno a la dimensión
colectiva de las emociones durante la pandemia 311
Ángeles Eraña
Iván E. Gómez Aguilar
- 12 El valor político de la concepción colectiva
del sufrimiento en la pandemia 341
Efraín Gayosso
Diana Rojas
- 13 La excepcionalidad de la solidaridad 365
Amalia Amaya

RESPUESTAS AL SUFRIMIENTO
Y LA MUERTE

“Dios mío, ¿por qué nos has abandonado?”
El problema del mal según
el estoicismo tardío

10

Leonardo Ramos-Umaña⁽¹⁾

[...] por qué, si el mundo está dirigido por una Providencia, les
suceden tantas desgracias a los hombres buenos.

SÉNECA, *Sobre la providencia*

Según información pública disponible en el portal de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el cual se compilan los datos oficiales suministrados por los diferentes países del mundo miembros de la OMS, a abril de 2022 más de seis millones de personas han perdido la vida por COVID-19 o complicaciones directamente asociadas (Organización Mundial de la Salud [OMS], s.f.). Aunque la cifra resulta, francamente, pequeña en comparación con grandes epidemias del pasado reciente —entre 1918 y 1920 la pandemia por la gripe española aniquiló entre 40 y 50 millones de personas— y distante —entre 1347 y 1351 la peste negra acabó con una cifra imposible de precisar, pero que oscila entre los 70 y 200 millones de personas, aproximadamente, 60 % de la población europea en aquel entonces—, no podemos ignorar ni minimizar la larga y terrible estela de dolor que dejó cada una de esas muertes. Hablar de humanos en números es no hablar de humanos porque los números deshumanizan por completo, hacen perder de vista que estamos hablando

(1) Facultad de Filosofía y Letras.

de personas que fueron como quien escribió estas líneas o como quien en este momento las lee, que estamos hablando de abuelos, padres, hijos, tíos, primos, novios, esposos, vecinos, colegas. Incluso aquellos afortunados a quienes la pandemia no les arrebató a un ser querido no pueden negar que esta pandemia les trastocó completamente la existencia; basta hacer memoria de lo que fue este par de años de confinamiento y fuertes restricciones sanitarias, de las horas más oscuras de aislamiento, incertidumbre y terror.

Frente a una situación como esta, *que puso en evidencia cuán frágil y efímera realmente es nuestra existencia*, es inevitable que muchas personas, con el corazón estrujado y la mirada en lo alto, se pregunten: ¿cómo pudo Dios permitir que nos sucediera algo así? ¿Habrá sido todo esto un castigo contra la humanidad? ¿O será, acaso, que yace aquí una prueba de que no hay nadie allá en lo alto velando por nosotros? Por medio de estas reflexiones introductorias hemos llegado a aquello que en filosofía ha sido bautizado *el problema del mal*. Lo que plantea dicho problema es la pregunta sobre cómo podemos conciliar la existencia del mal en este mundo (desastres naturales, enfermedades incurables y congénitas, pandemias, crímenes atroces, guerras, etcétera) con la existencia de un dios con tres de las cualidades que las tres religiones abrahámicas le conceden (*i. e.* omnisciencia, omnipotencia y, especialmente, omnibenevolencia). Como se puede observar, el problema del mal florece en nuestras más profundas desesperanzas, en el núcleo de nuestros dolorosísimos desconsuelos.

Entonces, el propósito del presente escrito es explicar cómo los estoicos tardíos afrontaron el problema del mal. Sin lugar a duda, su particular interpretación del mal en este mundo representa, veremos, una valiosa lección que podemos retomar y aplicar para nuestras propias vidas a la hora de enfrentar las dificultades que puedan presentárenos —incluidas, por supuesto, situaciones como una pandemia, *la presente y las venideras*—.

EL PROBLEMA DEL MAL

Durante la Segunda Guerra Mundial el régimen nazi, con su llamada “solución final”, logró asesinar a más de seis millones de personas entre bebés,

niños, adultos y ancianos, todo por una razón: eran de “raza judía” (!!).¹ En lo que representó un absoluto triunfo de la razón instrumental, pero un fracaso total para la humanidad, la Alemania nazi logró exterminar al 90 % de los judíos de Europa occidental. Es decir, los nazis acabaron con una tercera parte de los judíos del mundo entero en esa época. Lección dura como pocas que quizá no aprendimos o que olvidamos muy pronto, durante los años del Tercer Reich vimos qué sucedió cuando la técnica progresó despreocupándose de la ética: sin ética, la tecnología avanza al margen del progreso de la humanidad o, dicho de modo más adecuado, sin ética, la tecnología avanza en contra del progreso de la humanidad.²

A raíz de estos hechos absolutamente atroces varios teólogos y simples practicantes del judaísmo empezaron a cuestionarse: si Dios es omnisciente, omnipotente y omnibenevolente, ¿entonces por qué permitió el asesinato de tantísimos inocentes? Algunos de estos inquietos pensadores, inspirados en varios pasajes del Antiguo Testamento,³ afirmaron que el holocausto judío era el castigo divino por haber relajado su observancia de los 613 mandamientos que se encuentran entre el Génesis y el Deuteronomio,⁴ es decir, tal

¹ Por supuesto, es un absoluto disparate suponer que una religión es una raza: así como no hay *raza católica* o *raza musulmana*, tampoco puede haber *raza judía*. Es más: es completamente equivocado hablar de razas en los seres humanos. Esta nota al pie puede parecer dedicada a señalar una verdad de Perogrullo, pero basta que el lector sintonice un noticiero de televisión o lea la prensa para que compruebe cuán vigente sigue el dañino e infundado discurso de las razas humanas (raza negra, raza latina, raza oriental, etcétera).

² Hay una cita maravillosa de Platón en la que el ateniense ya advertía sobre este riesgo: “todo conocimiento separado de la justicia y las demás virtudes se manifiesta como astucia (*panourgía*), no como sabiduría (*ou sophía*)” (*Menexeno*, 247a).

³ En efecto, buena parte del Antiguo Testamento sigue dicha dinámica: Dios está amistado con su pueblo, su pueblo se distancia de Dios, entonces Dios permite que su pueblo caiga en desgracia, el pueblo pide perdón y paga una expiación; Dios se amista nuevamente con su pueblo, su pueblo se distancia de Dios, entonces Dios permite que su pueblo caiga en desgracia, etcétera.

⁴ Este conteo se lo debemos, según parece, al filósofo judío sefardí Maimónides (1138-1204).

como en otras ocasiones, haber caído bajo la opresión de un pueblo enemigo había sido el alto precio por haberse ablandado en su fe.

Sin embargo, otros de estos pensadores respondieron que no, que, por más que los judíos hubiesen desoído los mandamientos, nada justifica un castigo de tales proporciones. Y, entonces, llegaron a una conclusión demoledora: si sucedió algo tan atroz como el holocausto judío es porque Dios no existe.⁵

Sin pretender comparar la magnitud de las tragedias, es probable que cada uno de nosotros nos hayamos acercado a esta opresión en partes tanto tangibles como intangibles de nosotros mismos y a la pregunta clave del problema del mal al enterarnos de noticias sobre crímenes atroces, especialmente contra niños: pederastia, torturas, violencia intrafamiliar, prostitución y pornografía infantil, explotación laboral de menores de edad y un largo etcétera.⁶ Al enterarnos de casos de este tipo, no es muy difícil ponernos en los zapatos de aquellos teólogos judíos y preguntarnos, con el corazón estrujado y la mirada en lo alto, ¿cómo es posible que exista Dios si actos tan aborrecibles suceden todos los días en este mundo? Es posible, pues, que nosotros mismos, conducidos por el corazón doliente y el pensamiento asqueado, hayamos llegado empíricamente al *problema del mal*. Repetimos su formulación más básica: ¿cómo podemos conciliar la existencia del mal en este mundo con un dios con las cualidades que las tres religiones abrahámicas (las cuales, por cierto, juntan el mayor número de creyentes en el planeta) le conceden, a saber, la capacidad de saberlo todo (omnisciencia), de poderlo todo (omnipotencia) y de ser bondad en grado sumo (omnibenevolencia)? Como los judíos que mencionamos más arriba, a lo largo de la historia varios filósofos, ante la imposibilidad o, por lo menos, incapacidad de responder a esta

⁵ Respecto de esta discusión, vale la pena leer un texto muy interesante al respecto: Katz, 2006.

⁶ En clase, suelo introducir empíricamente el problema del mal leyendo con mis estudiantes una nota periodística sobre el aberrante caso de los sacerdotes pedófilos en la Casita de Dios (*cf.* Cué y Rivas, 2017). Después de conocer los escabrosos detalles del abuso padecido por estos niños, sumada al encubrimiento de unas autoridades religiosas, más la complicidad de otras, el problema del mal surge inevitable y espontáneamente en todos en la clase.

pregunta, han llegado a negar la existencia de Dios o, al menos, de un dios poseedor de las cualidades mencionadas.

Es gracias al apologeta cristiano Lactancio (c. 250-325) —quien fue consejero Constantino I, el primer emperador romano en convertirse al cristianismo— que ha llegado a nuestras manos la que parece ser la presentación filosófica más antigua que tenemos del problema del mal. Esta versión, que Lactancio atribuye —discutiblemente— al filósofo hedonista griego Epicuro de Samos (341-c. 271 a. C.), se ha popularizado en nuestra época, de manera errónea, como un argumento a favor del ateísmo.⁷ El argumento de (Pseudo) Epicuro presenta cuatro escenarios y deduce unas consecuencias a partir de cada uno. Va como sigue:

[T1] este argumento de Epicuro también se disuelve cuando dice “Dios o desea quitar los males y no puede, o puede pero no desea hacerlo, o ni desea ni puede hacerlo, o tanto lo desea como puede hacerlo. [1] Si Él lo desea y no es capaz, es impotente, lo cual no encaja en Dios. [2] Si es capaz, pero no desea hacerlo, es maligno,⁸ lo cual es igualmente ajeno a Dios. [3] Si Él ni desea ni es capaz, Él

⁷ Que se entienda cómo un argumento a favor del ateísmo puede explicarse por una lectura del pasaje fuera de contexto —al respecto, véase nuestra nota al pie 11— o por el pobre favor del filósofo escocés David Hume (1711-1776), quien lo popularizaría en la Modernidad, de nueva cuenta, sin contexto alguno y aparentemente usándolo para refutar la posibilidad de que Dios exista ([1] si un dios omnipotente y omnibenevolente existe, entonces el mal no existe en el mundo; [2] el mal existe en el mundo; (••) por tanto, un dios omnipotente y omnibenevolente no existe [cf. Hume, 2007, X, 198, 25]). Y decimos “pobre favor” porque, de ser un argumento ateo, entonces se torna muy discutible la autoría epicúrea de cara a las siguientes líneas de la *Epístola a Meneceo*, un texto sí epicúreo fuera de toda discusión, el cual reza así: “Sin duda los dioses existen, ya que el conocimiento que tenemos de ellos es evidente” (Epicuro, 1997, 123.7-8). Un poco más abajo en la misma epístola, Epicuro especificará que el conocimiento de su existencia procede de una preconcepción (*prólēpsis*), término que en la filosofía helenística alude a un conocimiento innato y, en ese sentido, indubitable.

⁸ En el texto latino, el término que usa Lactancio es *inuidus*, cuya traducción más literal sería *envidioso*. Sin embargo, en nuestra palabra española *envidia* se pierde

es maligno e impotente y, por tanto, no es Dios. [4] Si Él tanto lo desea como es capaz, lo cual solamente corresponde a Dios, ¿entonces de dónde proceden los males? ¿Por qué Él no los elimina?”. (Lactancio, 1971, XIII.104-111)⁹

El argumento puede reconstruirse así:

1. Si Dios quiere prevenir el mal en el mundo, pero no puede, entonces Dios no sería omnipotente, con lo cual o no existe Dios o lo que existe es otra cosa,¹⁰ pero no el Dios en el que comúnmente se cree.
2. Si Dios puede prevenir el mal en el mundo, pero no quiere, entonces Dios no sería omnibenevolente, con lo cual o no existe Dios o lo que existe es otra cosa, pero no el Dios en el que comúnmente se cree.
3. Si Dios no puede ni quiere prevenir el mal en el mundo, entonces Él ni es omnipotente ni omnibenevolente, con lo cual o no existe Dios o lo que existe es otra cosa, pero no el Dios en el que comúnmente se cree.

muchísimo de la riqueza del concepto en latín, en donde *invidus* alude a quien se duele de lo bueno que le pasa a alguien, pero que, además, desea que le sucedan cosas malas a ese alguien. Por eso hemos preferido *maligno*, pues en nuestro idioma se conserva aquel rasgo del *invidus*, a saber, alguien que tiende a hacer daño y desea el mal de otras personas o se alegra de él.

⁹ La traducción es mía.

¹⁰ Aunque en el texto no aparece contemplada esta posibilidad, decidimos incorporarla en la reconstrucción porque, como señala el propio Lactancio en las líneas que siguen a las que hemos citado, el propósito de Epicuro no es demostrar la inexistencia de los dioses, sino la inexistencia de la Providencia o, lo que es lo mismo, demostrar que, aunque los dioses existen, ellos no se hacen cargo, en ningún sentido, de lo que sucede en nuestro mundo o en la vida humana (cf. Lactancio, 1971, XIII.112-116; 1990, III.17.8-29). En ese orden, pudimos haber traducido T1 como “no encaja en <nuestra concepción de> Dios” y “es igualmente ajeno a <nuestra concepción de> Dios”.

4. Si Dios puede y quiere prevenir el mal en el mundo, ¿entonces por qué existe el mal en el mundo? Con lo cual no existe Dios o lo que existe es otra cosa, pero no el Dios en el que comúnmente se cree.¹¹

Ahora, ¿cómo lidian los estoicos con el argumento de (Pseudo) Epicuro y, en general, con el problema filosófico del mal? Sea este el tema del siguiente punto.

DIOS Y LA FUENTE DEL “MAL”

Es muy posible que los estoicos sean los filósofos más píos de las antiguas Grecia y Roma. Más allá de sus líneas generales, y de algunos temas aislados, *la ética estoica no puede sostenerse sin sus ideas sobre la divinidad*. Una ética estoica atea sería, digámoslo así, como una silla a la que le arrancásemos una de sus cuatro patas y pretendiésemos pararnos encima de ella: puede que, tras algunos malabares, logremos sostenernos sobre ella unos minutos, pero en algún momento habremos de caer. En una tesis que no podremos explicar aquí con detalle, los estoicos defenderán que, *frente a lo que yace muy poco o nada bajo nuestro poder*, lo mejor que el ser humano puede hacer es lo que nosotros hemos bautizado *deseo acomodaticio* o *deseo reflejante*. Explicamos a qué nos referimos con unos ejemplos muy sencillos: *si está lloviendo, entonces* (deseo reflejante:) *yo deseo que llueva*; *si está haciendo sol, entonces* (deseo reflejante:) *yo deseo que haga sol*; *si el equipo deportivo X está ganando la competencia, entonces* (deseo reflejante:) *yo deseo que el*

¹¹ Por la última cláusula de los cuatro escenarios (“o lo que existe es otra cosa, pero no el Dios en el que comúnmente se cree”), esto es, sin interpretar el argumento como uno a favor del ateísmo, quizá podría defenderse la autoría epicúrea del anterior planteamiento pues iría en línea con *Epístola a Meneceo*, en la que, inmediatamente después de afirmar la existencia de los dioses (pasaje que citamos en nuestra nota al pie 7), agrega Epicuro que los dioses “no existen, empero, del modo en que lo juzga la mayoría de la gente, pues no los preserva tal como los juzga” (123.8-9). No nos corresponde emitir juicios definitivos sobre el tema.

equipo deportivo X sea quien esté ganando la competencia. Dicho someramente, *el deseo reflejante consiste en que, lo que Dios desea que suceda, tal cual deseo yo que suceda*. Aludiendo a este asunto, describe así el filósofo Epicteto (c.51-c.135 d. C.) uno de los pilares de la educación estoica de las emociones:¹²

[T2] *en eso consiste la educación <estoica>: en aprender a querer cada una de las cosas tal y como son. ¿Cómo son? Como las ordena El que las ordenó. Ordenó que hubiera verano e invierno, fecundidad y esterilidad, virtud y vicio y todas las demás oposiciones de este tipo para armonía del conjunto y nos dio a cada uno de nosotros un cuerpo y los miembros del cuerpo y hacienda y compañeros.*

Así pues, es preciso que vayamos a la educación teniendo presente esta ordenación, *no para cambiar sus fundamentos —pues ni nos está permitido ni sería mejor— sino para que, siendo las cosas que nos rodean como son y como es su naturaleza, nosotros mismos tengamos nuestra voluntad/disposición/inclinación (ή γνώμη) amoldada a lo que sucede*. (Epicteto, 1993, 1.12.15-18; cf. Séneca, 2013b, 5.8¹³)

Llama la atención, tremendamente, las siguientes palabras del pasaje que recién citamos: El que ordenó las cosas en el universo (*i. e.* Dios) determinó que existiese virtud (o bondad), *pero también que existiera el vicio (o maldad)* (“<ὁ διατάσων> Διέταξε [...] εἶναι [...] ἀρετὴν καὶ κακίαν”). Dios, pues, es *el causante del mal en el mundo* (!). Pero, ¿qué significa, exactamente, esto? Analicemos en qué sentidos podemos entender esta afirmación. Es posible entenderla, al menos, de dos maneras:

1. Por voluntad de Dios existe la libertad de que cada quien decida ser bueno o malo y, en ese sentido, la existencia de los unos y los otros depende de Él, no en cuanto que Él haya determinado que los malos

¹² En otro lugar hablamos un poco más sobre la *educación de las emociones* según el estoicismo tardío, cf. Ramos-Umaña, 2021, pp. 199-217.

¹³ “¿Qué es lo propio del hombre bueno? Ofrecerse al destino.”

fueran malos, sino que Él no impide que alguien que decida ser de esa manera lo sea o

2. Por voluntad de Dios existen tanto los gatitos, la sonrisa de los bebés y los cerezos en flor como los terremotos, el cáncer, las enfermedades congénitas y el coronavirus.

Considerando los otros dos ejemplos de nuestro T2 (invierno y esterilidad), parece adecuado inclinarnos por la segunda opción. Pues bien, si Dios es causa directa de tales cosas (y de las demás de ese tipo, reza el texto), es natural preguntarnos, no sin poca tribulación: según el estoicismo, ¿Dios sí es bueno? ¿O será que, precisamente, por su maldad es causante de todo lo malo?¹⁴ Pues bien, para los estoicos Dios sí es bueno; es más, no solo es bueno, sino que Él es absolutamente bueno, bueno en grado sumo. Retomando el pensar de la Stoa, Cicerón escribe:

[T3] En verdad, la virtud que hay en un hombre y la que hay en Dios son la misma porque la virtud no puede ser de otra manera: de hecho, esta corresponde a la naturaleza en su estado de perfección. (Cicerón, 2009, 1.8.25; cf. Séneca, 2013b, 1.5-6)

Este pasaje está lleno de complicaciones filosóficas tanto patentes como latentes¹⁵ que no podemos abordar aquí, pero, en aras de la argumentación,

¹⁴ Recuérdese el principio griego según el cual no se puede dar lo que no se tiene, por ejemplo, yo no puedo enseñar mandarín a mis estudiantes si yo mismo no sé mandarín.

¹⁵ Una pregunta frecuente a lo largo de la filosofía grecorromana es *si Dios tiene virtudes o no*. La pregunta, que en principio parece fácil de responder —claro que sí, nos apresuraríamos a responder, claro que Dios es bueno y justo y valiente y etcétera—, pensada con más cuidado devela un serio problema. Por ejemplo, decimos que valentía es la virtud a partir de la cual una persona, al enfrentar una situación peligrosa, logra sobreponerse a su propio miedo para hacer lo que es debido. Esto es, por las definiciones predominantes en la filosofía grecorromana, *la virtud implica un ser capaz de sobreponerse sobre las pasiones que son indebidas o que*

podemos explicarlo de manera muy básica de la siguiente forma: si la perfección de la cual son capaces los seres humanos se denomina *virtud* y el ser virtuoso se traduce —entre otras cosas— en ser bondadoso, entonces, con mayor razón Dios, que es perfección en grado sumo, debe ser virtuoso en grado sumo y —entre otras cosas— bondadoso en máximo grado.

Ahora, si la tesis anterior es verdadera, entonces, de nueva cuenta, cabe preguntar ¿por qué un Dios que es suma bondad es el causante de tener en frente tantas dificultades (enfermedades, muerte, sismos, clases con Leonardo Ramos-Umaña)? Respondamos a esto con una analogía epictetea (cf. Epicteto, 1993, I.24.1-5; III.24.113): imaginemos que Epicteto es nuestro maestro de gimnasia y todos nosotros somos sus pupilos. Él desea que todos ganemos nuestra medalla de oro. ¿Qué hará falta para eso? Sin duda, que Epicteto nos enseñe las diferentes técnicas gimnásticas. También, que nosotros nos ejercitemos continuamente según dichas técnicas. Sin embargo, ¿con eso basta? El turbulentísimo año 2020 nos deja en claro la respuesta: los entrenadores pueden desempeñar bien su labor; miles de atletas, que de ellos aprendieron, pueden desempeñar bien su labor, pero nadie se va a llevar una medalla de oro si, por algún motivo, no se celebren las competencias. ¿Qué significa esta analogía? Que, según los de la Estoa, *Dios nos pone de cara a las dificultades no por maldad suya, no porque nos esté castigando, no porque algo de lo que sucede o existe se le salga de las manos, sino que nos pone las dificultades para que nosotros tengamos oportunidad de mostrar de qué somos capaces*. Esto es, *esas dificultades tienen una función fundamental en nuestro proceso de alcanzamiento de la virtud y la sabiduría*. ¿Qué función? *La de permitirnos poner en práctica nuestros preceptos estoicos*.

nos mueven a lo indebido (valentía es sobreponerse al deseo de huir del campo de batalla, justicia es sobreponerse al deseo de dar o tomar más o menos de lo que conviene en cada caso, etcétera) y, en ese orden de ideas, si Dios tiene virtudes, entonces Dios tendría que tener pasiones indebidas, inclinaciones a realizar algo indebido a las cuales logre sobreponerse. Según Cicerón, esta fue una de las críticas que el filósofo académico Carnéades lanzó contra la tesis estoica de que dios es virtuoso (cf. Cicerón, 1999, III.38; véase también Sexto Empírico, 1936, IX.152-177).

[T4] Las circunstancias difíciles son las que muestran a los guerreros (*toûs ándras*).¹⁶ Por tanto, cuando des con una dificultad, recuerda que Dios, como un maestro de gimnasia, te ha enfrentado a un duro contrincante.

—¿Para qué? —pregunta.

—Para que llegues a ser un vencedor olímpico. Pues no se llega a ello sin sudores. (Epicteto, 1993, I.24.1-2.3; cf. Séneca, 2013b, 1.5-6; 2.7; 4.12)

A modo de clamor (muchas veces, en directo reproche contra los que afirman ser parte de su propia escuela), Epicteto insiste en que *no es estoico el que sabe recitar la teoría estoica, sino que es estoico quien vive la teoría estoica* (Epicteto, 1993, II.19.20-19.25)¹⁷ y *las dificultades que se nos presentan en esta vida son, precisamente, la oportunidad que Dios, en su amor, nos da de practicar nuestro estoicismo*. “Así pues, el dios endurece, ejercita a los que pone a prueba, a los que ama” (Séneca, 2013b, 4.7). Como las competencias deportivas en el caso de los atletas, las dificultades en esta vida son la ocasión sin la cual nadie puede ganar su santidad.¹⁸ En una pequeña pero en verdad

¹⁶ La acepción más común de la palabra griega ἀνὴρ es “varón”. Sin embargo, también es posible traducirla como “soldado” o “guerrero”, que es la que hemos preferido.

¹⁷ Vale la pena citar las palabras de Musonio Rufo (s. I d. C.), maestro de Epicteto, para recordarnos la esencia de la ética estoica tardía: “*La virtud —decía— es un conocimiento no solo teórico, sino también práctico*, como la medicina y la música. Por tanto, igual que el médico y que el músico, no solo es preciso que cada uno acepte los principios de su arte, sino que además hay que ejercitarse en actuar según los principios; y así, *el hombre que ha de ser bueno no solo debe aprender cuantos conocimientos le conducen a la virtud, sino que además debe ejercitarse de acuerdo con ellos celosa y laboriosamente*” (Musonio, 1995, 6.2-6.9).

¹⁸ Deliberadamente usamos este anacronismo para traer a colación dos puntos respecto del cristianismo. En primer lugar, durante casi una quincena de siglos se popularizó la *leyenda* —hacemos énfasis en la palabra— de que existió una relación, por lo menos epistolar, entre el estoico Lucio Anneo Séneca (4 a. C.-65 d. C.) y San Pablo de Tarso (5-c. 65 d. C.), personaje fundamental en el cristianismo como lo conocemos hoy. Aunque los textos que apoyaban esta creencia (ocho epístolas de Séneca, seis respuestas de San Pablo) han sido declarados espurios (son, por lo menos, del siglo IV d. C.) y, por ende, la supuesta relación hoy día ha sido

maravillosa fórmula lo sintetiza Séneca: “La virtud se marchita sin un adversario” (2013b 2.4; cf. 4.6). Como indicamos con la analogía de las competencias deportivas, si no tuviésemos dificultades en nuestra vida, no tendríamos oportunidad de demostrar de qué somos capaces, de llegar a ser mejores, de llegar a ser los mejores. ¡Eso es lo que nos regala Dios cada vez en que nos pone frente a una dificultad! “Que eso mismo te quede claro con respecto al dios: no tiene al hombre bueno en la molicie, sino que lo pone a prueba, lo endurece, lo hace digno” (2013b, 1.6).

Sobre el monte Gólgota, entre dos ladrones, yacía muriendo de muerte lenta aquel a quien, para escarnio y burla, habíanle puesto sobre su cabeza sanguinolenta un letrero que rezaba “*Rēx Iūdaeōrum*”. Desnudo, desollado, con unos clavos de nueve pulgadas atravesándole pies y manos, rodeado de enemigos que no aplacaban su ira ni viéndole agonizar en la cruz, aquel varón alzó los ojos al cielo y gritó con todo su cuerpo y alma: *Hēlí, Hēlí, lamà saba-chthani?*¹⁹ Pues bien, si por ahí pasase un estoico y hubiese oído el clamor del Nazareno, le hubiese respondido de la siguiente manera: “Discúlpame, Jesús, pero te equivocas. Es ahí, en los momentos más difíciles, cuando Dios está especialmente a nuestro lado, al pendiente de cómo te demuestras, si como un campeón olímpico o como un perdedor”. En otras palabras, de acuerdo con la filosofía estoica, toda crisis es una oportunidad para salir mejores o, dicho de otra manera, *la adversidad es la mejor ocasión para alcanzar la virtud*.

desestimada casi del todo, lo cierto es que sí hay algunas *inquietantes coincidencias* entre el cristianismo y el estoicismo. Para mencionar solo un ejemplo, la tesis de que *las dificultades están hechas para probar la fe también aparece en el Nuevo Testamento*: “El poder de Dios, que se activa por medio de la fe, os protege para la salvación, dispuesta ya para ser revelada en el último momento. Por este motivo, reboáis sin duda de alegría, *pero es preciso que todavía por algún tiempo tengáis que soportar diversas pruebas*. De ese modo, *cuando Jesucristo se manifieste, la calidad probada de vuestra fe, más preciosa que el oro perecedero que es probado por el fuego, se convertirá en motivo de alabanza, de gloria y de honor*” (Primera Epístola de Pedro 1, 5-7 énfasis nuestro).

¹⁹ Cf. Mateo 27, 46; Marcos 15, 34.

Tal como solo se llega a ser excelente matemático resolviendo muchos problemas matemáticos, análogamente solo es gracias a tener que afrontar las dificultades en esta vida que llegamos a ser hombres y mujeres de virtud. Eso es una enfermedad, un despido, una quiebra, una guerra, una pandemia: oportunidades para generar y ejercitar nuestra virtud, para hacernos verdaderos sabios. “El dios tiene con los hombres una actitud de padre y los ama virilmente y dice: «que se vean acosados por quehaceres, penalidades y perjuicios, para que adquieran la auténtica fortaleza»” (Séneca, 2013b, 2.6). En ese sentido, y por extraño que parezca, *debemos recibir gustosos estas pruebas, casi rezar por ellas*, no por sí mismas, sino por lo que podemos alcanzar a través de ellas (Séneca, 1986, 67.4).²⁰ Solo entendiendo estas ideas logramos entender las siguientes palabras del filósofo cordobés: “«Nada —me dice— me parece más desdichado que uno al que nunca le ha ocurrido ninguna contrariedad». Pues no ha tenido ocasión de ponerse a prueba” (Séneca, 2013b, 3.3; cf. 4.2; 4.3; 4.6). Y también:

[T5] Te confesaré en qué disposición de ánimo me encuentro cuando lo voy leyendo: me complazco en retar toda adversidad, me complazco en exclamar: “¿A qué aguardas, fortuna? Ven a mi encuentro, estoy preparado”. Me revisto del coraje propio de aquel que busca la ocasión en que ponerse a prueba, en que manifestar su valor,

y hace fervientes súplicas para que se le presente en medio del rebaño indefenso un jabalí exhalando espuma, o un dorado león. (Virgilio, *Eneida* IV, 1 58-1 59.)

²⁰ En la cultura popular anglosajona existe algo llamado la *maldición china*, la cual reza así: “*May you live in interesting times*” (ojalá te toque vivir en tiempos interesantes). Se considera maldición porque, implícita, tiene una idea: los tiempos de paz y estabilidad son tiempos “aburridores”, mientras que los de turbulencias políticas, sociales, económicas, etcétera, son “interesantes”. ¡Con qué gusto recibiría un estoico esta maldición!

Me agrada tener una dificultad que superar, una prueba que estimule mi paciencia. (Séneca, 1986, 64.4-5)

Por supuesto, no se trata de *buscar* las dificultades, mucho menos de *generarlas* (por ejemplo, buscar que nos asalten o provocarnos una enfermedad). Se trata de ser conscientes de que las grandes tragedias de la vida llegarán tarde o temprano y de aceptarlas de buena gana, con buen ánimo, dispuestos a dar lo mejor de nosotros en esos casos. *Es lo que cada uno de nosotros hacemos frente a esas tragedias lo que importa, es la actitud con la cual afrontamos esas dificultades lo que determina si aquello habrá de ser algo bueno o malo para nosotros, i. e. si salimos triunfales o derrotados de la prueba.*

Ahora, aunque debemos sentirnos agradecidos con las oportunidades que Dios nos da para probar nuestra virtud (como reza nuestro T5), es un hecho que *no es fácil encarar las pruebas de la divinidad, mucho menos si se trata de una prueba imprevista.* ¿Cómo podríamos salir bien librados de un examen sorpresa? Cumpliendo con el lema de los *boy scouts*: “¡Siempre preparados!” Piensa, querido lector, ¿qué suceso sería el más terrible para ti en este momento de tu vida? ¿Acaso la muerte de tu madre, de alguno de tus hermanos, de tu cónyuge, de tus amados hijos? ¿O, quizá, la pérdida de aquel negocio al que les has dedicado años de esfuerzo y montañas de dinero? ¿O, tal vez, que te diagnosticaran alguna enfermedad gravísima, incluso una terminal? Y si sucediese cualquiera de estas cosas, ¿sabrías cómo deberías actuar? Si ahora mismo recibieras una llamada para avisarte que la persona que más quieres en este mundo acaba de fallecer, ¿sabrías qué hacer? Pues bien, para prepararnos para estas pruebas imprevistas, los estoicos proponen un ejercicio: la famosa *premeditatio malorum*, es decir, la previsión de los posibles “males” (con comillas, ya veremos por qué hacia el final de este escrito). En qué consiste dicho ejercicio: todos, en algún momento de ocio, —por ejemplo, en un trayecto de una ciudad a otra, en la cama intentando conciliar el sueño o cepillándonos los dientes— hemos llegado a pensar en situaciones en verdad terribles para nosotros, como la muerte de una persona que amamos. Lo pensamos, alcanzamos a imaginar vívidamente la situación, qué haríamos, qué diríamos, a quién llamaríamos, qué publicaríamos en nuestras redes sociales, pero luego, rápido, con un extraño sentimiento de culpa (quizá tememos estar invocando el suceso

con el pensamiento), callamos esas fantasías y hasta nos reprendemos por haberle permitido a nuestra imaginación emprender tan lúgubre vuelo. *Pues bien, la invitación estoica es, precisamente, a que abracemos esos pensamientos y pensemos, con el máximo realismo y detalle de los que seamos capaces, en todas las adversidades que nos puede suceder. Eso es el premeditatio malorum.*

[T6] Nada hay estable ni en privado, ni en público; tanto el destino de los hombres como el de las ciudades cambia. En medio de una situación muy tranquila se origina el terror, y los males brotan con violencia donde menos se esperaba, sin que ninguna causa provoque desde fuera la perturbación. Los reinos que habían subsistido ante las guerras civiles y las externas van a la ruina sin que nadie les empuje, ¡Cuán pocas ciudades han mantenido largo tiempo su prosperidad! *Así, pues, hay que sopesar todas las posibilidades y fortalecer el espíritu frente a los riesgos que nos puedan venir. Piensa en los destierros, en los sufrimientos de la enfermedad, en las guerras, en los naufragios. Una desgracia puede privar a la patria de ti o privarte a ti de la patria, puede relegarte a los desiertos y puede convertir en desierto el mismo lugar en que se agolpa la multitud. Tomemos en consideración todas las posibilidades del destino humano y anticipémonos mentalmente no solo a cuantos accidentes suceden con frecuencia, sino a cuantos en el mayor número puedan suceder, si no queremos vernos abatidos y quedar atónitos ante tales acontecimientos insólitos como si fueran excepcionales; hay que sopesar la fortuna en todos sus aspectos.* (Séneca, 1989, 91.7-8)

Premeditatio malorum no es un ejercicio de masoquismo. *Es un ejercicio de preparación.* Pensar en esas cosas que consideramos terribles, esto es, en esas dificultades nos sirve para:

1. *Entender que pueden suceder:* la mayoría de cosas en este mundo están fuera de nuestro control, por tanto, esta vida es impredecible y el que hoy está arriba en la rueda de la fortuna, mañana puede ser el que está más abajo (una verdad que cobra más sentido con los años).
2. *Anticipar su efecto en nosotros y, en ese sentido, tratar de minimizarlo:* como cuando nos avisan que están por aplicarnos una inyección.

Escribe Séneca: “Este ha perdido a sus hijos: también tú puedes perderlos; aquel ha sido condenado: también tu inocencia está expuesta a ese golpe. *Este es el error que nos engaña y debilita, cuando sufrimos lo que nunca hemos supuesto que podríamos sufrir. Quita fuerza a sus desgracias presentes quien ha previsto que llegarían*” (2013a, 9.5 -énfasis nuestro; cf. 2013b, 4.12).

3. *Tener un plan de acción relativamente listo para obtener los mejores resultados posibles en el examen sorpresa que debemos arrostrar; tengamos en cuenta que en esos momentos no será fácil tener la cabeza fría para decidir cómo obrar, así que es excelente y prudentísima idea tener un plan preparado.*
4. Séneca, Epicteto y otros de la Stoa coinciden: a todo lo que sucede en esta vida podemos sacarle provecho. Pues bien, enfocándonos en el caso de la muerte, podemos pensarla como la peor de las tragedias *o podemos aprovecharla para poner las cosas en perspectiva, esto es, la muerte puede servirnos para reconocer lo verdaderamente importante en nuestras vidas.* Si, cuando nos ponemos a pensar en la muerte de nuestra madre, de un hermano o de un amigo se nos hace un nudo en la garganta, ¡qué bueno!, porque, ahora que sabemos cuánta falta nos haría ese ser querido, entonces, prudentemente trataremos de disfrutar más de su compañía, mientras contemos con esas personas. El *memento mori* (lit. “recuerda que morirás”), una de las tesis en las cuales más van a insistir los estoicos dentro de su planteamiento ético, no es repetir en coro, como niños de escuela, “soy mortal, mis seres queridos son mortales, algún día todos vamos a morir”. Más bien, *memento mori* es asumir el peso de esta verdad y, por tanto...
5. *Estar preparados, ora para la partida de nuestros seres queridos, ora para la nuestra.* La muerte no siempre tiene la cortesía de anunciarse, muchas veces llega de improvisto y más vale estar siempre listos.²¹

²¹ De vivir hoy día, todos los maestros estoicos tendrían hecho su testamento así como sus cuotas del seguro médico y del seguro de vida al día.

6. Aprovechar ahora que estamos vivos, aprovechar a los que ahora están vivos. El *memento mori* es como la cara lúgubre de una moneda que, en el respaldo, lleva inscrita una exhortación gay: *memento vivere* (recuerda vivir). De nueva cuenta, la plena conciencia de lo inevitable y definitivo de la muerte puede ser para nuestro provecho, para buscar la felicidad aquí y ahora, para vivir de la mejor manera posible esta vida, la única vida. ¡Recuerda que morirás y, por tanto, aprovecha el ahora, aprovecha que estás vivo!²²

CONCLUSIONES

A modo de conclusión, vamos recapitulando algunas cosas que hemos explicado hasta aquí. Ante la pregunta filosófica de “¿por qué existe el mal en el mundo?”, ¿qué responderíamos, según la Stoa? Si hemos prestado atención, de seguro contestaríamos que porque Dios nos quiere y, por tanto, nos quiere dar la ocasión de generar nuestras virtudes y robustecernos en ellas. Pero, si un evento podemos usarlo para crecer, para hacernos mejores, para hacernos los mejores cual campeones olímpicos o, en una palabra, para hacernos virtuosos, ¿entonces realmente ese evento es algo malo? No, ¿verdad? Lo que estamos queriendo señalar es lo siguiente: *para la filosofía estoica, en el mundo no existe el mal.*

²² Aunque las siguientes palabras provengan de los principales adversarios del estoicismo, sin duda vale la pena citarlas porque hablan en el mismo espíritu, porque proceden de una misma sensatez: “Nacemos una vez, pues no se puede nacer dos veces. Y es necesario que se exista no para siempre. Tú, aun no siendo el dueño de tu mañana, intentas aplazar tu dicha. Pero la vida se consume en una procrastinación/dilación fútil (μελλησιῶ), y a cada uno de nosotros muere sin nunca haber disfrutado de la tranquilidad” (Epicuro, 1960, 14 [traducción mía]).

[T7] Igual que nadie se propone un objetivo para fracasar, así tampoco se genera en el cosmos la naturaleza del mal (Ὡσπερ σκοπὸς πρὸς τὸ ἀποτυχεῖν οὐ τίθεται, οὕτως οὐδὲ κακοῦ φύσις ἐν κόσμῳ γίνεται). (Epicteto, 1995, 27)

A esta afirmación diminuta le podemos sacar un provecho enorme. ¿Qué está señalando Epicteto? El pasaje, aparentemente sencillo, alberga insondables profundidades.²³ Sin embargo, podemos pensar que el argumento se puede reconstruir así, a partir de varias premisas implícitas de cuestiones que tratamos antes:²⁴

1. Nadie razonable y bienintencionado crea algo con la intención de crearlo mal.
2. Dios lo creó todo.
3. Dios es 100 % razonable, 100 % bienintencionado.
 - ∴ No puede ser que Dios haya creado el mal.

En otro lugar expusimos la tesis estoica según la cual el común de las personas cometemos un error al clasificar, desde nuestra propia ignorancia, el mundo en cosas buenas y malas (cf. Ramos-Umaña, 2021, pp. 201-206). Pues bien, afirmar que un terremoto, una pandemia, una enfermedad terminal o una guerra es un “mal” o algo “malo” es un relapso, *i. e.* estamos incurriendo en aquellas clasificaciones ignorantes del mundo de las cuales el sabio estoico se debe liberar. Pensemos en la siguiente imagen: si lo vemos desde la parte de abajo, cualquier tapete resulta oscuro, con colores mal o pésimamente combinados, hebras, hilos y cuerdas enmarañados, otros sueltos, acaso

²³ Quizá el mejor ejemplo de cuánto se puede explorar y expresar sobre este capítulo 27 es el amplísimo comentario que Simplicio le dedica.

²⁴ Simplicio, *ad loc.*, ofrece una reconstrucción del argumento diferente, pero también con varias premisas implícitas (cf. 2014, 81.36-42):

- (1) Lo malo es fallar a la hora de alcanzar el objetivo/blanco (*skopós*).
- (2) Cuanto ocurre en el cosmos ocurre por naturaleza y esto es alcanzar el objetivo/blanco.
- ∴ Lo malo no ocurre en el cosmos.

logras adivinar algunas figuras, pero todas lucen horrendas. Sin embargo, si pudiéramos observar el tapete por la parte de arriba y, sobre todo, si pudieses tener visión de conjunto, descubriríamos que siempre estuvimos en presencia de un magistral tapete persa y nos daríamos cuenta de que la posición de cada fibra, así se viera feo o, simplemente, sin razón de ser por el lado de abajo, en verdad presta una función precisa para que la obra en su conjunto quede bella, que esas cuerdas, esos hilos, esas formas informes o deformes que apreciaste (o despreciaste) antes, observadas desde arriba, forman unos arabescos sobrios pero muy elegantes, unas figuras vegetales o animales realizadas con tal maestría que sientes auténtico pesar en poner tu tapete persa en el suelo y prefieres colgarlo en una de las paredes de tu casa. Pues bien, a veces este mundo y la historia que arrastramos como humanidad puede hacernos pensar que existen cosas malas, que han pasado cosas malas, *pero esto es solo una manifestación más de nuestras mentes limitadas*, de nuestros juicios apresurados, porque *en realidad todo lo que ha sido, es y será tiene una razón dentro del plan divino*. El estoicismo elimina el mal del mundo dándole pleno sentido y qué mejor para ello que la tesis de la divina providencia.

[T8] Todo está entretelado mutuamente, su vínculo es sagrado y casi nada es ajeno entre sí. En efecto, forma un conjunto organizado y pone orden al mismo universo, porque el universo es uno a partir de todos, dios es uno a través de todos, la substancia es una, la ley es una, la razón es común a todos los animales inteligentes, la verdad es una, si es que es una la perfección de seres del mismo género y que participan de la misma razón. (Marco Aurelio, 1993, VII.9)

Entonces debemos concluir, ¿qué? ¿Que, según los de la Estoa, no existe el mal en absoluto? Sí, sí existe. ¿Pero acaso no dijimos que...? Repetimos: el mal sí existe, *pero solo en nuestras almas*:

[T9] La esencia del bien es cierta clase de arbitrio;²⁵ la <esencia> del mal, cierta clase de arbitrio. Entonces, ¿qué es lo exterior? Materias para el arbitrio, en cuyo

²⁵ El término griego es *proáiresis*. Este concepto es, de lejos, el más importante en

trato alcanzará su propio bien o mal. ¿Cómo alcanzará el bien? Si no admira las materias. Pues si las opiniones sobre las materias son correctas, hacen bueno al arbitrio, pero si son torcidas y desviadas, malo. (Epicteto, 1993, I.29.1.1-8.3)²⁶

Nuestra alma depende enteramente de cada uno de nosotros, de ahí que, según como cada quien piense, reaccione anímicamente y actúe, esta sea buena o mala. En cambio, lo que existe y sucede en el mundo depende de Dios, máxima racionalidad y máxima bondad en el cosmos, de ahí que todo lo determinado por Él sea perfecto. Y, en ese sentido, a pesar de lo que sucede en el mundo, a pesar de las dificultades que toquen a nuestra puerta, no tenemos ningún argumento para dudar de su omnisciencia, su omnipotencia y su omnibenevolencia.

Si hemos de aceptar que Dios existe, que nadie tan bueno como Él, que nadie tan sabio como Él y que todo ha sido determinado por su sabiduría, poder infinito y bondad, no podemos aceptar la tesis de que existe mal en el mundo. Las dificultades que se nos presenten en esta vida, esas pruebas que de vez en cuando Él nos pone al frente, son no solo la mejor, sino la única oportunidad de ser mejores, de ser los mejores. *Se trata, pues, de arros-trar las pruebas inevitables de esta vida armados con sabiduría previa* (para lo cual, dijimos, el *memento mori* nos viene excelentemente), *presto a llenarnos de sabiduría nueva* y, sobre todo, siempre con actitud serena, conscientes de que no existe circunstancia gracias a la cual no podamos salir siendo mejores, conscientes de que el mal no existe, excepto el que nosotros decidamos que suceda en nuestra alma. Y el estoicismo es, en suma, la preparación para que ese mal interior nunca suceda.

toda la filosofía de Epicteto, aunque uno de los menos claros. En otro lugar hicimos un intento de dar luces sobre qué es este concepto (Ramos-Umaña, 2022).

²⁶ En la misma línea se expresa Marco Aurelio: “Hoy salí de cualquier estorbo, mejor dicho, arrojé cualquier estorbo, porque no estaba fuera, sino por dentro, en mis creencias” (1993 IX.12). Sobre la importancia capital de las creencias para el alcanzamiento de la felicidad, ver Ramos-Umaña (2021, pp. 206-212).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Biblia de Jerusalén. (2009). 4ª ed. Desclee de Brouwer.
- Cicerón, Marco Tulio. (1999). *Sobre la naturaleza de los dioses*. Gredos.
- Cicerón, Marco Tulio. (2009). *Las leyes [De Legibus]*. Gredos.
- Cué, C. y Rivas, F. (2017). Infierno en la “casita de Dios”: dos curas violaban niños sordos. El País. https://elpais.com/internacional/2017/05/13/actualidad/1494703067_140518.html?id_externo_rsoc=TW_CC.
- Epicteto. (1993). *Disertaciones por Arriano*. Gredos.
- Epicteto. (1995). *Manual*. Gredos.
- Epicuro. (1960). Gnomologium Vaticanum. En Graziano Arrighetti (Ed. y trad.) *Epicuro Opere*. Giulio Einaudi Editore.
- Epicuro. (1997). Epístola a Meneceo. En M. Boeri (Ed. y trad.) *Sobre el placer y la felicidad*. Editorial Universitaria.
- Hume, D. (2007). *Diálogos sobre la religión natural*. Tecnos.
- Katz, S. (2006). *Wrestling with God: jewish theological responses during and after the Holocaust*. Oxford University Press.
- Lactancio. (1971). *Vom Zorne Gottes [De ira Dei]*. H. Kraft, A. Wlosok (Eds.). Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Lactancio. (1990). *Instituciones divinas* (libros I-III). Gredos.
- Marco Aurelio. (1993). *Meditaciones*. Cátedra.
- Musonio Rufo. (1995), *Disertaciones*. Gredos.
- Organización Mundial de Salud (OMS). (s.f.). WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard. Recuperado el 30 de abril de 2022 de <https://covid19.who.int/table>
- Ramos-Umaña, L. (2021). Felices por siempre: estoicismo como educación de las emociones. En D. Fajardo-Chica y O. Hansberg (Eds.), *La vida emocional en la pandemia* (pp.199-219). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Ramos-Umaña, L. (2022). Proáíresis en Epicteto. *Nova Tellvs*, 40(2), 53-81.
- Séneca. (1986). *Epístolas morales a Lucilio* (Vol. 1). Gredos.
- Séneca. (1989). *Epístolas morales a Lucilio* (Vol. 2). Gredos.

Séneca. (2013a). *Consolación a Marcia*. En Juan Mariné Isidro (Trad.) *Consolaciones*. Gredos.

Séneca. (2013b). *Sobre la Providencia*. En J. Mariné Isidro (Trad.) *Diálogos*. Gredos.

Sexto Empírico. (1936). *Against the Physicists*. Harvard University Press.

Simplicio (2014). *On Epictetus Handbook 27-53*. Bloomsbury.

Tomo 5

La década COVID en México

Salud mental, afectividad y resiliencia



Este volumen ofrece estudios alrededor de las emociones, sentimientos y afectaciones psicológicas a consecuencia de la contingencia sanitaria. Reúne aportaciones de la psicología y la filosofía, cuyo común denominador es la comprensión del fenómeno y la obtención de lecciones útiles para el futuro.

En principio, presenta los retos enfrentados en relación con la salud mental pública, las fuentes de estrés y las estrategias de afrontamiento, así como las formas de atención a distancia. Describe las contribuciones centradas en la salud mental de niñas y niños, los obstáculos en procesos educativos y las causas de malestar psicológico. Además, muestra un paisaje completo sobre el consumo de sustancias psicoactivas y un retrato del fenómeno del suicidio examinando definiciones, modelos explicativos, así como factores de riesgo y protección.

Finalmente, ofrece una comprensión filosófica del tiempo en que alguien llega a saber que morirá y explica la forma en que la filosofía estoica de la Antigüedad daba respuesta al problema del mal. Analiza el miedo colectivo a partir de una concepción del sufrimiento desde las poblaciones y un análisis filosófico de las expresiones de solidaridad en tiempos de la emergencia sanitaria.



SECRETARÍA GENERAL

Universidad Nacional Autónoma de México



DGCS
Dirección General de Comunicación Social



**COORDINACIÓN
DE HUMANIDADES**