

# **EL ARTE DE LA EXISTENCIA**

## PAIDÓS CONTEXTOS

Últimos títulos publicados:

- B. Sherwood, *El club de los supervivientes. Los secretos y la ciencia que podrían salvar tu vida*  
Z. Bauman, *Mundo consumo. Ética del individuo en la aldea global*  
A. Lowen, *La experiencia del placer. Vivencias corporales, creatividad y bioenergética para alcanzar una vida más plena*  
Michel Pastoureau, *Azul. Historia de un color*  
D. Gira, *El budismo explicado a mis hijas*  
M. Conche, *Confesiones de un filósofo. Respuestas a André Comte-Sponville*  
G. Anders, *El piloto de Hiroshima. Más allá de los límites de la conciencia. Correspondencia entre Claude Eatherly y Günter Anders*  
R. J. Sternberg y K. Sternberg, *La naturaleza del odio*  
T. Eagleton, *Los extranjeros. Por una ética de la solidaridad*  
S. Orbach, *La tiranía del culto al cuerpo*  
J. Baggini, *¿Se creen que somos tontos? 100 formas de detectar las falacias de los políticos, los tertulianos y los medios de comunicación*  
M. Motterlini, *Trampas mentales. Cómo defenderse de los engaños propios y ajenos*  
G. Anders, *Nosotros, los hijos de Eichmann. Carta abierta a Klaus Eichmann*  
R.-P. Droit, *La ética explicada a todo el mundo*  
R. Muchembled, *Una historia de la violencia. Del final de la Edad Media a la actualidad*  
N. Harnoncourt, *La música es más que las palabras. La música romántica: entrevistas y comentarios*  
A. Massarenti, *Instrucciones de cómo tomarse las cosas. Píldoras de filosofía mínima*  
S. Cardús, *Bien educados. Una defensa útil de las convenciones, el civismo y la autoridad*  
L. Ferry y L. Jerphagnon, *La tentación del cristianismo. De secta a religión*  
R. Girard y G. Vattimo, *¿Verdad o fe débil? Diálogo sobre cristianismo y relativismo*  
R.-P. Droit, *Una breve historia de la filosofía*  
P. Picq, *Darwin y la evolución explicados a nuestros nietos*  
J. McConnachie, *En busca del Kamasutra*  
B. Goldacre, *Mala ciencia. No te dejes engañar por curanderos, charlatanes y otros farsantes*  
A. Comte-Sponville, *El placer de vivir*  
S. Lukes, *Relativismo moral*  
G. Nardone, *Los errores de las mujeres (en el amor)*  
P. Gay, *La cultura de Weimar. Una de las épocas más espléndidas de la cultura europea del siglo XX*  
P. Schmitt Pantel, *Dioses y diosas de la Grecia antigua explicados a todo el mundo*  
M. Chebel, *El islam. Historia y modernidad*  
J. M<sup>a</sup> Martínez-Selva, *Tecnoestrés. Ansiedad y adaptación a las nuevas tecnologías en la era digital*  
K. Armstrong, *Doce pasos hacia una vida compasiva*  
P. Vernus, *Los dioses egipcios explicados a mi hijo*  
L. Jerphagnon, *¿La estupidez? Veintiocho siglos hablando de ella*  
C. R. Rogers, *El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapéutica*  
J. Baggini, *La trampa del ego. Qué significa ser tú.*  
V. E. Frankl, *El hombre en busca del sentido último. El análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano*  
A. Demurger, *Caballeros y caballería explicados a mis nietos*  
T. Eagleton, *Razón, fe y revolución*  
S. Blackmore, *El zen y el arte de la conciencia*  
P. Zimbardo, *El efecto Lucifer. El porqué de la maldad*  
J. Muñoz Redon, *El libro de las preguntas desconcertantes. Ser y no ser*  
S. Serrano, *Comprender la comunicación. El libro del sexo, la poesía y la empresa*  
E. Fromm, *El miedo a la libertad*  
R.-P. Droit, *Vivir boy. Con Sócrates, Epicuro, Séneca y todos los demás*  
A. Zuazua, *Felicidad sostenible. Claves para un nuevo proyecto de vida en el siglo XXI*  
M. Caralt y F. Casal, *La historia del arte explicada a los jóvenes*  
G. Nardone y G. De Santis, *Pienso, luego sufro. Cuando pensar demasiado nos hace daño*  
N. Rodríguez, *Educar niños y adolescentes en la era digital. El reto de la educación en el siglo XXI*  
J. Lloyd y J. Mitchinson, *El nuevo pequeño gran libro de la ignorancia*  
J. Muñoz Redon, *El arte de la existencia*

JOSEP MUÑOZ REDÓN

# EL ARTE DE LA EXISTENCIA

---

Título original: *L'art de l'existència*, de Josep Muñoz Redón

Traducción de Alicia Capel Tatjer

Cubierta de Judit G. Barcina

Ilustración de cubierta: © Cannaregio/Shutterstock

*1ª edición, junio 2012*

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal). Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Josep Muñoz Redón, 2012

© 2012 de la traducción, Alicia Capel Tatjer

© 2012 de todas las ediciones en castellano,

Espasa Libros, S. L. U.,

Avda. Diagonal, 662-664. 08034 Barcelona, España

Paidós es un sello editorial de Espasa Libros, S. L. U.

[www.paidos.com](http://www.paidos.com)

[www.espacioculturalyacademico.com](http://www.espacioculturalyacademico.com)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-493-2720-9

Depósito legal: B-14084-2012

Impreso en Limpergraf, S. L.

c/ Mogoda, 29-31 08210 - Barberà del Vallès (Barcelona)

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico

Impreso en España – *Printed in Spain*

# Sumario

La voluntad de vivir (Vivir) . . . . .	9
Disritmia (Convivir) . . . . .	13
¿Qué quiere decir pensar? (Pensar) . . . . .	17
Gimnasia matutina (Meditar) . . . . .	19
<i>Rien ne va plus</i> (Jugar) . . . . .	23
Zafarse del rival (Regatear) . . . . .	25
La fatiga de vivir (Reír) . . . . .	29
Atrévete a disfrutar (Disfrutar) . . . . .	31
Pensar con los pies (Pasear) . . . . .	35
Estoy indeciso respecto al título... (Dudar) . . . . .	39
La comunidad imposible (Amistar) . . . . .	43
Filosofía del viaje (Viajar) . . . . .	47
Filosofía de sobremesa (Comer) . . . . .	49
El rostro del amor (Amar) . . . . .	53
Trabajar cansa (Trabajar) . . . . .	57
Filosofía barata (Simplificar) . . . . .	61
Los destellos de la imaginación (Imaginar) . . . . .	65
Descansen en paz (Descansar) . . . . .	69
Tómalo con filosofía (Perder) . . . . .	73
El genio de las palabras (Escribir) . . . . .	75
<i>In vino veritas</i> (Beber) . . . . .	77
Contacto (Tocar) . . . . .	81
Traficantes de sueños (Leer) . . . . .	85
Colores (Pintar) . . . . .	89
El vuelo de la inteligencia (Volar) . . . . .	93
Nuevos horizontes (Envejecer) . . . . .	95
Deprisa, deprisa (Correr) . . . . .	99

La lógica del agua (Nadar) . . . . .	101
El escabel de la voz (Hablar en público) . . . . .	105
Un clamor silencioso (Callar) . . . . .	109
Escuchar la vida (Escuchar música) . . . . .	113
Filosofía del no (Rechazar) . . . . .	115
Sabiduría en el dolor (Sufrir) . . . . .	119
Naufragios (Disgregarse) . . . . .	123
<i>Homo sperans</i> (Esperar) . . . . .	127
La cabaña del bosque (Habitar) . . . . .	129
Pajaritos y pajarracos (Enseñar) . . . . .	133
Cachivaches (Poseer) . . . . .	137
Dime que me quieres aunque sea mentira (Mentir) . . . . .	141
La cólera de Schopenhauer (Enfadarse) . . . . .	143
Una asfixia permanente (Respirar) . . . . .	147
El sueño de la vida (Despertar) . . . . .	151
Marejada (Mover) . . . . .	155
El ser y los seres (Ser) . . . . .	159
En la carretera (Conducir) . . . . .	163
El arte de la fuga (Huir) . . . . .	167
El arte de la guerra (Luchar) . . . . .	171
Buenos deseos (Desear) . . . . .	175
El ruido de una dinamo (Envidiar) . . . . .	177
Aprender a vivir (Morir) . . . . .	181
Referencias . . . . .	183
Otras referencias . . . . .	187

# LA VOLUNTAD DE VIVIR

---

## (Vivir)

Solo hay un problema filosófico serio, el del suicidio.

A. CAMUS

Nadie nos pide permiso para venir al mundo, pero somos nosotros los que tenemos que decidir si nos quedamos o no y de qué manera queremos hacerlo. Tanto es así que hay filósofos que consideran que el tema del suicidio es lo primero que debería plantearse cualquier pensador. De hecho, hay algunos que piensan que es lo único que tendría que tratarse en el ámbito del cultivo del pensamiento.

El ensayo de Albert Camus sobre el mito de Sísifo trata sin ambages esta cuestión desde su famoso inicio: «Solo hay un problema filosófico serio, el del suicidio». Y, un poco más adelante, añade: «Juzgar si vale la pena o no vivir la vida equivale a contestar la pregunta fundamental de la filosofía». La misma pregunta que Cioran se atrevió a plantear como núcleo de un programa para las escuelas secundarias, ya que según él es lo único que hace soportable la vida y justifica el trabajo de un maestro.

A pesar de que esta información no nos ha llegado con fluidez, se trata de un tema que ha preocupado a los filósofos desde la época clásica. En la obra de Platón aparecen dos referencias breves acerca del suicidio. La primera en el *Fedón*, y la segunda en *Las leyes*. El contexto de la primera es la muerte de Sócrates bebiendo cicuta. Como todos sabemos, Sócrates podría haber huido, pero afrontó la muerte. Esta actitud ha puesto su muerte bajo sospecha, de modo que unos la ven como un suicidio y otros, en cambio, como una actitud ética de obediencia a las leyes de la ciudad. Filósofos como Séneca o Montaigne se encuentran entre los primeros.

Séneca entiende el suicidio como la demostración más profunda de la libertad de la que todos disfrutamos para decidir si queremos continuar viviendo o no. Montaigne está fuertemente influido por el pensamiento del estoico. En sus textos plantea la dicotomía mencionada por Séneca y siempre se decanta por el mismo plato de la balanza: la cali-

dad de vida frente a la cantidad («Más vale no vivir que vivir desgraciado»).

Y es que los filósofos no están hechos de una pasta especial a la del resto de los mortales. No hay nada que les provoque tanto espanto como la muerte, a pesar del carácter biológicamente ineludible del óbito. Quizá, como se atreve a admitir Cioran: «Los filósofos son demasiado orgullosos para confesar su miedo a la muerte». Tampoco encontramos un número de suicidas porcentualmente más relevante que en otras profesiones: Zenón, Diógenes, Séneca, Sócrates, Empédocles, Deleuze, Lafargue, Chamfort...

En este contexto siempre evoco la biografía de Wittgenstein, que parecía predestinado a acabar con su propia vida. De hecho, tres de sus hermanos lo preceden. El filósofo del lenguaje, sin embargo, supera este mal trago cultivando el pensamiento: «Quien vive el presente, vive eternamente».

Hume, en *Sobre el suicidio*, propone una serie de razonamientos desde la teología, la sociología y la ética para justificar el suicidio. Esta obra no dejó indiferente a nadie y, a pesar de que se publicó después de su muerte, es una de las contribuciones más importantes del pensador.

Hume ataca las supersticiones que nos hacen aferrarnos a la vida. Para él, el suicidio no es un pecado ni una ofensa contra Dios. Para Hume el suicidio es moral. Del mismo modo que decidimos vivir, podemos decidir morir: «Si el disponer de la vida humana fuera algo reservado exclusivamente al Todopoderoso, y fuese un infringimiento del derecho divino el que los hombres dispusieran de sus propias vidas, tan criminal sería el que un hombre actuara para conservar la vida, como el que decidiese destruirla. Si yo rechazo una piedra que va a caer sobre mi cabeza, estoy alterando el curso de la naturaleza, y estoy invadiendo una región que solo pertenece al Todopoderoso, al prolongar mi vida más allá del período que, según las leyes de la materia y el movimiento, Él le había asignado [...]. ¿Podría alguien imaginar que estoy violando los planes de la providencia o maldiciendo el orden de la creación porque yo deje de vivir y ponga punto final a una existencia que, si continuara, haría de la mía un ser desgraciado?».

Pero es probablemente Schopenhauer quien descubre la paradoja que esconde el suicidio al representar una clara demostración de la voluntad de vivir: «El suicidio, lejos de negar la voluntad de vivir, la afirma enérgicamente. Pues la negación no consiste en aborrecer el dolor, sino los goces de la vida. El suicida ama la vida; lo único que pasa es que no acepta las condiciones en que se le ofrece. Al destruir su cuerpo, no re-



nuncia a la voluntad de vivir, sino a la vida. Quiere vivir, aceptaría una vida sin sufrimiento y la afirmación de su cuerpo, pero sufre indeciblemente porque las circunstancias no le permiten disfrutar de la vida».

Y es que, en definitiva, el suicidio, más que una forma de morir, es una forma de vivir. Sin libertad, moralidad, valentía, pensamiento, decisión, placer... no merece la pena vivir. Estas condiciones son las que expresa de forma implícita quien escoge voluntariamente la muerte. De esta manera, no antepone la muerte a la vida, sino la vida a la muerte.