

<https://doi.org/10.34024/prometeica.2025.32.19824>

## UNA FILOSOFÍA DEL MIEDO

RESEÑA DEL LIBRO: CASTANY PRADO, BERNAT (2022). UNA FILOSOFÍA DEL MIEDO. BARCELONA, ANAGRAMA (ARGUMENTOS). ISBN 978-84-339-6482-3

### *A PHILOSOPHY OF FEAR*

*Book review: Castany Prado, Bernat (2022). Una filosofía del miedo. Barcelona, Anagrama (Argumentos). ISBN 978-84-339-6482-3*

### *UMA FILOSOFIA DO MEDO*

*Resenha do livro: Castany Prado, Bernat (2022). Una filosofía del miedo. Barcelona, Anagrama (Argumentos). ISBN 978-84-339-6482-3*

**J. Maximiliano Loria**

(Universidad Católica San Pablo, Perú)

[maxiloria@yahoo.com.ar](mailto:maxiloria@yahoo.com.ar)

Recibido: 11/12/2024

Aprobado: 07/01/2025



Una filosofía del miedo es un ensayo lúcido y profundo acerca de cómo la pasión del miedo condiciona sobremedida el despliegue de nuestro ser. Fundado en destacados representantes de la tradición filosófica y literaria de Occidente (por sus páginas nos encontraremos autores de la talla de Epicuro, Spinoza, Montaigne, Nietzsche, San Bernardo y Borges entre muchos otros), Castany Prado no solo nos exhorta a mirar a la cara nuestros temores; también nos brinda herramientas para combatir los propios fantasmas.

Sus reflexiones constituyen una auténtica filosofía de la liberación, pues en ellas se nos invita permanentemente a un esfuerzo político democrático; un compromiso que nos movilice a luchar por cambiar las estructuras sociales de pobreza e injusticia, de tal modo que cada vez más personas puedan desplegar su vida al margen del temor a carecer de lo necesario para llevar una vida plenamente humana. Desde siempre el miedo ha sido un instrumento político de dominación, y en los últimos tiempos asistimos a formas cada vez más sutiles de control social.

El libro que hoy recomiendo tiene el mérito de estar dividido en capítulos en los cuales la realidad del miedo se aborda desde diferentes perspectivas: antropológica, ético-política, histórica, literaria. Cada capítulo está, a su vez, subdividido en apartados, los cuales también se recortan en párrafos de no más de dos páginas, lo que hace sumamente amable su lectura, ya que el texto puede ser abordado sin necesidad de abandonarlo a la mitad de un apartado o capítulo. Aun así,

cada capítulo expresa una unidad temática en las que se habla, por ejemplo, de la relación del miedo con las demás pasiones, con las virtudes, la contemplación y la libertad.

Para todos aquellos que hemos lidiado desde siempre con esta pasión incómoda, la lectura de este ensayo constituye una experiencia (no sé si cabe el término para un libro de filosofía, pero esa fue de todos modos mi vivencia) sanadora, al tiempo que, asumiendo una tesis de Espinoza, nos invita a trocar las pasiones tristes por otras pasiones alegres más fuertes que nos auxilien en la tarea de construir una existencia personal y política comprometida con el fortalecimiento de la vida. Es prudente combatir una pasión destructiva con aquellas otras emociones que promueven la vida.

Castany Prado hace especial hincapié en el diálogo interior, en cómo el modo en que nos hablamos condiciona nuestras vivencias, creencias y conducta. Por ejemplo, citando a San Bernardo nos recuerda los “demonios” más frecuentes de una hypolepsis patológica: no sé, no puedo, no valgo, son sus expresiones más frecuentes. Cuando dejamos que nuestro monólogo interno sea dominado por estos juicios patológicos, ocurre que el miedo nos paraliza y nos impide actuar, y el autor insiste en que la acción, el ponerse en movimiento (al menos en el primer momento de “crisis” más aguda), constituye el fármaco principal contra una hypolepsis enferma.

Especialmente relevante es el apartado dedicado a intentar “recuperar” para la filosofía la noción de virtud. El autor subraya que las virtudes son excelencias (de carácter y de entendimiento) posibles de ser adquiridas por todas las personas. Nos dice que la noción filosófica de virtud, ya desde la antigüedad, ha sido “secuestrada” por las clases dominantes y por la religión como un medio para justificar el ejercicio de una forma despótica de poder. Incluso el capitalismo neoliberal tiene sus propias “virtudes”, tales como el liderazgo y el emprendimiento.

Se hace urgente, nos dice, democratizar las virtudes como un medio para no ceder al dominio de los terrores políticos. El autor insiste especialmente en la magnanimidad, que propone denominar nobleza de espíritu, como excelencia que nos impulsa a comenzar grandes empresas fundadas en proyectos no solamente individuales, sino también, y fundamentalmente, comunitarios. Los hombres virtuosos resisten los embates del miedo: “un hombre resiste, un hombre aguanta; e incluso cuando nada parezca tener sentido, vive como si lo tuviera hasta que vuelva a tenerlo”.

Quisiera destacar asimismo el tema de la identidad. Castany Prado se revela contra la noción de una identidad culturalmente heredada y fija como resguardo contra el miedo que puede suscitar el pensarnos con una identidad no determinada y fluctuante; una identidad que muchas veces se configure como contrapunto de lo impuesto. Hemos de aprender a convivir con el hecho de que nos conocemos poco y mal, con la posibilidad del autoengaño, pero también con certeza de que siempre podemos ir creciendo en la configuración de un sí mismo cada vez más auténtico y libremente asumido. Hemos de procurar ser guionistas y actores principales de nuestra propia vida, aunque, claro está, siempre estamos junto a otros, en el maravilloso drama de la existencia.

Otro aspecto que el autor nos invita a recuperar es la dimensión contemplativa de la vida. El miedo es contrario a la contemplación en tanto nos coloca, inevitablemente, en una perspectiva utilitaria respecto a las cosas y personas. La contemplación implica la capacidad de arrojar sobre todos los seres una mirada sustantiva, libre de toda consideración utilitaria. La mirada contemplativa exige la desconexión de la visión utilitarista, y eso es, precisamente, lo que no está dispuesto a hacer el miedo que todo lo reduce al binomio seguro-inseguro. Por lo tanto, la contemplación solo puede producirse cuando el miedo, la preocupación y la desconfianza no eclipsan el ser de las cosas.

Con todo, Castany Prado denuncia también una forma de contemplación que implica un evadirse de la vida, un modo de aislarse frente al temor que produce el mismo hecho crudo de la existencia. La contemplación propiamente humana no aísla, sino que nos impulsa al encuentro con los otros. La amistad posee de suyo una dimensión contemplativa: la conversación filosófica y el buen humor son sus principales ingredientes. La vida contemplativa no es pues una vida solitaria propia de una élite

intelectual; de la contemplación compartida emerge el compromiso por la libertad personal y comunitaria.

Resulta también interesante el modo en que el autor destaca cómo el miedo paraliza la realización de proyectos. Particularmente relevante es, para quienes nos dedicamos a la vida intelectual, el miedo a pensar por nosotros mismos y, consiguientemente, a plasmar ese pensamiento en una propuesta escrita. Las páginas en blanco nos producen terror, sobre todo cuando el desafío radica en no completarlas con resúmenes de ideas ajenas y políticamente correctas, sino con destellos de la valentía que expresa una argumentación propia: nos da pavor desnudar el propio logos, sobre todo cuando frente a nosotros se encuentran colegas con una erudición más sólida y académica. Sin embargo, el texto nos invita a avanzar, a confiar en el hecho de que podemos decir públicamente algo que resulte significativo, que siempre podremos despertar en otros la capacidad de no simplemente repetir voces ajenas.

Todas las dimensiones de la vida pueden ser atravesadas por el miedo que siempre nos paraliza. En definitiva, existen dos únicos modos de encarar la vida: el miedo y la fe. No se habla aquí de una disposición religiosa, sino de una fe política en la capacidad de los seres humanos para dialogar democráticamente y encontrar una solución, aunque sea parcial y precaria, a los problemas que personal y comunitariamente nos aquejan. Castany Prado nos invita a confiar en el valor y la fuerza de la vida. Tomando para sí las grandes ideas de los filósofos y hombres de letras que más apostaron por lo vital, nos moviliza a esta fe filosófica que, si bien no será capaz de redimirnos en términos ultramundanos, sí nos dará la fuerza para luchar por la realización de un horizonte temporal de liberación que, si bien no nos brinde probablemente una bienaventuranza plena, al menos nos hará –como diría Kant- dignos de ser felices.

Una reseña académica no tiene principalmente la finalidad de “vender” una publicación. Se trata más bien de mostrar los aportes de una reflexión filosófica en el contexto de una discusión a largo plazo con ideas y autores afines a la publicación explicada. Aun así, corriendo incluso el riesgo de excederme en un elogio, deseo invitar a frecuentar el texto de este pensador barcelonés que se animó a enfrentar sus propios fantasmas teóricos y existenciales y a brindarnos algo de luz sobre el miedo, una cuestión bastante oscura que ha jugado un papel relevante en la historia de la civilización occidental y en las vidas de muchos hombres y mujeres que, paralizados por sus espasmos, quizá no se atrevieron a la aventura de llevar una existencia auténtica.

Según sus palabras, filósofo es aquel que se distrae de la distracción, de una vida enteramente dedicada a la superficialidad y el consumo, para “mirar a la cara” aquellas preocupaciones y problemas que, tanto de forma personal como social, cotidianamente nos inquietan. La ansiedad y el miedo nos perturban cotidianamente, pero no estamos solos para enfrentar estos espectros. Como dije al comienzo de esta reseña, Epicuro, San Bernardo, Montaigne, Espinoza y el propio Castany Prado nos acompañarán en esta empresa. Vayamos pues, a sus páginas para luego encarnarnos de una manera renovada, más lúcida y valiente, con las cosas mismas, con sus conflictos permanentes y cotidianos desafíos. Estoy seguro de que, luego de atravesar estas páginas, apostaremos más decididamente por la vida.