



**Dante Edmundo Valdez Ortiz
(Arequipa, 1964)**



Compositor y director. Fue profesor de la Universidad Nacional de San Agustín. Estudió en el Conservatorio de San Petersburgo. Ha compuesto la suite *Paco Yunque* para orquesta, *Los años doblados* para solistas, coro y orquesta y la ópera *El Cóndor pasa Esperanza andina*. Fue director de la Orquesta Sinfónica de Arequipa, adjunto de la Orquesta Sinfónica Nacional, huésped de la Santa Cecilia Sinfonietta en Perú y México y actuó con las orquestas de Cámara Internacional en Madrid, de Cámara de Lituania, las Filarmónicas de México y Bulgaria y las sinfónicas de Morelia, San Petersburgo e India. Impartió clases maestras en el Perú y el extranjero. Recibió la medalla y diploma de la Cultura, la Orden del Sol, diplomas del Congreso y de la UNAM (México). DUOLINGO (plataforma global de idiomas) creó el podcast biográfico “La Música Andina de hoy” (2021). Enseña composición y dirección instrumental en la Universidad Nacional de Música.

Epicuro y la música como propedéutica hacia la felicidad

Epicurus and Music as a Propaedeutic to Happiness

Dante Edmundo Valdez Ortiz

Universidad Nacional de Música

Lima, Perú

dvaldez@unm.edu.pe

 <https://orcid.org/0009-0008-8960-5642>



Recibido: 6 de septiembre / Aceptado: 9 de octubre

Resumen

Según la concepción de Epicuro el fin de la vida humana es la felicidad. Y para conseguir dicho fin no sería importante solo el cultivo de la filosofía, sino también el conocimiento de la música. Para ello es necesario sentir las ondulaciones de los sonidos, pues ellos causan sensaciones agradables y se convierten en cadenas de movimiento que van desde un emisor de sonidos a un sujeto sensible que los recibe. La acústica, la afinación y los efectos sonoros propician sensaciones que gravitan en el cuerpo y el alma. Son fuente de satisfacciones que contribuyen a la felicidad. Este artículo tiene tres partes. La primera explica la música como una cualidad sensible del cuerpo y del alma. La segunda narra cómo la música contribuye a la tranquilidad del alma y el cuerpo. La tercera expone la idea de la música como un placer catastemático y como impulsora de nuestros sentimientos básicos.

Palabras clave

Música y felicidad; Epicuro; sensibilidad; placer catastemático

Abstract

According to Epicurus' conception, the end of human life is happiness. And to achieve this goal, not only the cultivation of philosophy would be important, but also the knowledge of music. To do this, it is necessary to feel the undulations of sounds, since they cause pleasant sensations, becoming chains of movement that go from a sound emitter to a sensitive subject that receives it. Acoustics, tuning, and sound effects are sensations that gravitate to the body and soul. They are sources of satisfaction that contribute to happiness. This article has three parts. The first explains music as a sensitive quality of the body and soul. The second, maintains that music contributes to the tranquility of the soul and body. The third, considers music as a catastematic pleasure and promoter of our basic feelings.

ANTEC: Revista Peruana de Investigación Musical, Vol. 8, N° 2, julio-diciembre, 2024.

<https://doi.org/10.62230/antec.v8i2.253>



Esta obra está bajo Licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY NC ND).

Keywords

Music and happiness; Epicurus; sensitivity; catastematic pleasure

Introducción

La obra de Epicuro aborda temas como la teoría del átomo, la interpretación del universo, los cuerpos celestes, el miedo a los dioses, la muerte, las creencias *postmortem*, la naturaleza del alma, y alcanza consejos para llevar una vida feliz. Sus conceptos sobre todos estos temas podemos encontrarlos en su *Carta a Meneceo*, *Carta a Herodoto*, *Las Máximas Capitales*, entre otros escritos; sin embargo, Epicuro no asigna a la música una valoración específica y un concepto cabal de satisfacción, gozo y sensaciones que generan las melodías como medio para llegar a esa felicidad plena. Igualmente, en las *epístolas* y *máximas* que envía a sus amigos y discípulos no recomienda la música como propiciadora y generadora de vida plena, tranquilidad y placer. Este vacío temático no significa que para Epicuro la música no ayude al logro de la felicidad, sino todo lo contrario; de la lectura atenta de su obra se infiere la importancia que tienen el placer de los sentidos, el goce corporal y espiritual, y la *hedoné* de la vida.

Epicuro no menciona la música, pero sí reflexiona sobre el placer de oír y la importancia de las imágenes, el lenguaje, la salud del cuerpo y el alma. A partir de ello, sostengo que la música, los efectos de la naturaleza de los sonidos, la acústica, producen placer y activan las cualidades sensibles de las personas. La música la recibimos y sentimos a través de los sentidos, gracias a nuestras cualidades sensibles podemos experimentar sensaciones agradables o desagradables. La melodía, los acordes, las estructuras sonoras y rítmicas, y las diferentes tonalidades generan movimiento; a su vez, las partículas de los átomos se proyectan y afectan nuestras cualidades sensibles del alma. Entonces, ¿por qué la música puede ser una cualidad sensible para el cuerpo y el alma? ¿En verdad la música puede contribuir a la tranquilidad del cuerpo? ¿Es la música un placer catastemático? Tales interrogantes permitirán orientar mi disertación relacionada con la obra de Epicuro respecto a este tema.

La música como una cualidad sensible del cuerpo y el alma

En la epístola de Epicuro a Heródoto se describe cómo funcionan los sentidos del oído y la vista, las cualidades sensibles, los átomos de formas suaves que causan sensaciones agradables, los sonidos que se convierten en cadenas de movimientos que van de un emisor de sonido a un sujeto sensible que lo recibe. La acústica, la afinación, los efectos sonoros, sensaciones que se reciben a través del sentido del oído. Dice Epicuro:

La capacidad de oír es producida por una emanación surgida del objeto que habla o que hace ruido, o que retumba, o que de un modo u otro produce una impresión acústica. Esta corriente se dispersa en partículas iguales que conservan al tiempo una cierta afinidad recíproca de cualidades sensibles, una peculiar unidad que conecta con el objeto emisor y causa su percepción en nosotros o, por lo menos, nos revela su carácter externo. (Epicuro, 1994, p. 17)

Además, los sonidos son agentes de sensaciones que recibe el cuerpo; las propiedades que emanan los sonidos gravitan en el alma y facilitan en el cuerpo sensaciones, y disponen condiciones sensibles que conllevan hacia la felicidad o también a la nostalgia.

Los factores externos y la recepción sensible tienen concordancia con las facultades y sensaciones del cuerpo y propician una unidad de sensaciones y satisfacciones. Epicuro lo explica de la siguiente manera:

En efecto, sin esta concordancia continuada de propiedades sensibles que proviene del objeto y llega hasta nosotros, la percepción no podría producirse. Por tanto, no hay que pensar que el propio aire adopta una determinada forma por obra de la voz emitida o algo similar —sería poco probable que la voz causará este efecto en el aire—, más bien sucede que la colisión que se produce en nosotros cuando pronunciamos una palabra genera inmediatamente un movimiento de partículas que forman un fluido causante de nuestra sensación auditiva. (Epicuro, 1994, p. 17)

Entonces, los sonidos, la ondulación de voces, las cadenas de movimientos sensibles gravitan en las sensaciones del cuerpo como fuente de satisfacciones y de la realización plena del alma, sobre todo la felicidad. Las cualidades de los sonidos esenciales proporcionan los fundamentos principales para el asentamiento de la felicidad en el placer. En la Carta a Meneceo, dice Epicuro (1994): “el placer es el principio y el fin de una vida feliz” (p. 61).

Con relación a las facultades del alma, en la carta a Heródoto, Epicuro menciona que el alma tiene la capacidad de “sentir, moverse, y además de retener o guardar las sensaciones” (1994, p. 26). Entonces, los sonidos esenciales pueden gravitar en el alma y también en el cuerpo. Esa facultad de sensación externa posee propiedades y atributos sensitivos que llegan al alma y el cuerpo. Los sonidos son agentes de sensaciones que provocan felicidad plena. Dice: “el alma posee la causa principal de las sensaciones” (p. 25), y que separado del alma, el cuerpo no experimenta sensaciones. Las cualidades sensibles, los sentimientos y las sensaciones forman parte de la afinidad, el movimiento continuo de los sentidos hace experimentar al cuerpo sensaciones de placer y felicidad. Los cuerpos con cualidades cognoscibles a través de las percepciones externas, experimentan sensaciones y sentimientos agradables que conllevan a la felicidad plena. Al respecto, la filóloga Montserrat Jufresa interpreta esas sensaciones sensibles del oído de la siguiente manera:

En cuanto al oído, el objeto emisor de sonido difunde una corriente compuesta de átomos de formas suaves que causan sensación agradable, o bien de átomos de formas angulosas que causan una sensación agradable y áspera. Al igual que los eídola, estas corrientes auditivas, para transmitir la impresión exacta del sonido, han de constituir una cadena ininterrumpida —en el caso de que el sonido sea continuado— y conservar siempre la misma disposición atómica y los mismos movimientos durante el trayecto que va del objeto emisor de sonido hasta el objeto sensible. (1994, p. xxvi)

Igualmente, el estudioso de la obra de Epicuro, el filósofo español José Vara, sostiene que el oído es el soporte de sensaciones, sentimientos, e imágenes:

[el oído] Le proporciona sensaciones si los objetos externos son sólidos, sensaciones que pueden ser agudas o desdibujadas. Las primeras son evidentes por sí mismas [...] el

conjunto de sensaciones anteriores son coherentes entre sí, y van formando cuerpo unas con otras en la conciencia del sujeto. (2012, p. 26)

Como se ve, los sentidos del oído, las imágenes, son cualidades sensibles que reciben los cuerpos y facilitan unidades sensibles que conllevan a la búsqueda de la felicidad.

La música contribuye a la tranquilidad del alma y el cuerpo

La salud del cuerpo o la tranquilidad del alma se relacionan con la felicidad. Los sonidos esenciales y la música contribuyen a ello. La música es un agente de sensaciones y el cuerpo es capaz de experimentar sensaciones por su naturaleza misma. El cuerpo tiene características que reconocen las cualidades visibles y también cognoscibles a través de las percepciones que se conectan por medio de las ondulaciones que dan tranquilidad al alma y al cuerpo, y generan así felicidad plena.

En la perspectiva de alcanzar la vida plena, la tranquilidad, el bienestar del cuerpo y el alma, se necesita la comprensión de la acumulación del placer y la reducción del dolor, como también los valores éticos del juicio ante la tentación de los excesos, los placeres del cuerpo, y las transgresiones del alma. La medida del esfuerzo y el retorno permanente del placer son vitales en el trayecto de vivir plenamente. Igualmente, el rechazo a las malas costumbres, las transgresiones permanentes, la repetición axiomática de conductas y acciones que transgreden la vida cotidiana, enturbian el goce e impiden la felicidad y tranquilidad del alma. En la *Carta de Meneceo* se puede inferir el placer que produce la música:

Por este motivo afirmamos que el placer es el principio y el fin de una vida feliz, porque lo hemos reconocido como un bien primero y congénito, a partir del cual iniciamos cualquier elección o aversión y a él nos referimos al juzgar los bienes según la norma del placer y del dolor. Y, puesto que éste es el bien primero y connatural, por este motivo no elegimos todos los placeres, sino que en ocasiones renunciamos a muchos cuando de ellos se sigue un trastorno aún mayor. Y muchos dolores los consideramos preferibles a los placeres si obtenemos un mayor placer cuanto más tiempo hayamos soportado el dolor. Cada placer, por su propia naturaleza, es un bien, pero no hay que elegirlos todos. De modo similar, todo dolor es un mal, pero no siempre hay que rehuir al dolor. Según las ganancias y los perjuicios hay que juzgar sobre el placer y el dolor, porque algunas veces el bien se torna en mal, y otras veces el mal es un bien. (Epicuro, 1994, pp. 61-62).

En las *Máximas Capitales*, Epicuro (1994), manifiesta “No hay vida placentera sin que sea juiciosa, bella y justa, ni se puede vivir juiciosa, bella y justamente sin placer. A quien le falte esto, no le es posible vivir una vida placentera” (p. 68). Al respecto, el placer de sentir, las emociones que provocan los sonidos, la música de la naturaleza, que da paz en el alma, contribuyen en esa búsqueda, pues nos hacen conocer los límites de la vida, y los valores de la felicidad y las sensaciones. No es posible rechazar las sensaciones, los sentimientos que provocan paz y tranquilidad en el cuerpo. La naturaleza del cuerpo es sostener la quietud y reconocer los generadores de felicidad, como la música, las imágenes.

En la misma perspectiva, la música la recibimos y sentimos a través de los sentidos. Gracias a nuestras cualidades sensibles podemos disfrutar sensaciones agradables o desagradables. Epicuro lo sostiene así:

Estos elementos constituyen de modo manifiesto las facultades del alma, su capacidad de sentir y de moverse, así como de pensar y de todas aquellas actividades privadas entre las cuales se nos presenta la muerte. Hay que creer también que el alma posee la causa principal de las sensaciones. Y de seguro que no la tendría si de algún modo no estuviera contenida en el resto del organismo. Pero éste, al permitir que resida en el alma la causa principal, participa también por su parte en alguna de las cualidades accidentales gracias al alma, aunque no de todas aquellas que son propias de ésta. Por tanto, separado del alma, el cuerpo no experimenta sensaciones, ya que por sí mismo no posee esta capacidad, pero las proporciona a algo que se ha formado conjuntamente con él, es decir, el alma. Ésta, a su vez, gracias a la capacidad generada por el movimiento, produce, en primer lugar, el fenómeno de la sensación que posteriormente transmite al cuerpo por contacto y consentimiento, tal como ya he dicho antes. (1994. p. 25)

En la interpretación que hace el filósofo José Vara, un cuerpo por sí solo no tiene sensibilidad. Hay que convenir, pues, en que el cuerpo siente y esta función no se la debe a sí mismo, se la debe a otro. Y este otro es lo que llamamos alma. Se ve, pues, que el alma existe, y siente. Entonces, la tranquilidad del alma y el bienestar del cuerpo requieren de facultades externas que contribuyan a ello; la música como las imágenes proporcionan esas sensaciones que conllevan a la felicidad. Lo explica de la siguiente manera:

El alma es el agente de las sensaciones y dado que el cuerpo por sí carece de sensación, resulta que es el alma quien faculta al cuerpo esa sensación. Luego esa operación exige que el alma recubra e impregne a todo el cuerpo, lo que conlleva, a su vez, que el alma es un cuerpo constituido por átomos diminutos. En fin, de acuerdo con lo dicho, el cuerpo es sensible sólo mientras lo acompaña el alma, pero si el alma se aparta de él queda insensible. A su vez, el alma sin el soporte del cuerpo no dispone de las condiciones requeridas para que funcione su sensibilidad. (Vara, 2012, p. 30)

Por su parte, Carlos García Gual interpreta que Epicuro distinguía cuatro elementos en el alma, con las siguientes particularidades:

El alma es una mezcla de cuatro elementos: uno ígneo, uno aéreo, uno ventoso y un cuarto falto de nombre. Este último es para él el que tiene la facultad de sentir (*to aisthetikón*). El viento da el movimiento, el aire la quietud, el elemento cálido el calor del cuerpo, el falto de nombre (*akatonómaston*), las sensaciones que se producen en nosotros. Pues en ninguno de los elementos con nombre reside la facultad de sentir (*aísthesis*). La cuarta naturaleza innominada es la tercera aludida en la Carta. La inclusión de átomos de *aer*, junto a los semejantes a los del fuego y el viento, sirve para explicar las distintas funciones del alma. (2002, p. 122)

Entonces, conseguir la felicidad, llevar una vida feliz, requiere de los efectos de la naturalidad de los sonidos, las cualidades de la acústica, y sobre todo un estado alejado de la turbación que no perturben la tranquilidad. La música contribuye en el bienestar del cuerpo y el alma.

La música como placer catastemático e impulsora de nuestros sentimientos básicos

El placer catastemático es un estado físico caracterizado por la ausencia de dolor en el cuerpo (aponía) y la ausencia de perturbaciones en el espíritu (ataraxia). Los placeres catastemáticos son superiores por tener la característica de estar en reposo y por ello los indicados para conducirnos a la felicidad, a diferencia de los cinéticos, los cuales aún se encuentran en movimiento. La música, al producir en nosotros un estado de apacibilidad sin dolor, o sea, un placer catastemático, nos dirige sin tropiezos hacia la felicidad plena. El filósofo García Gual, resalta que la doctrina epicúrea se mueve sobre trasfondos y discusiones filosóficas relacionadas con los placeres cinéticos y también catastemáticos, entre la felicidad y el dolor, de la siguiente manera:

La doctrina epicúrea se mueve sobre este trasfondo de previas discusiones filosóficas y trata de hacer frente a las diferentes objeciones ya planteadas. Epicuro va a sostener: que el placer fundamental no es una agitación de nuestra sensibilidad, no es el placer cinético o genético, sino el placer catastemático (es decir, el *estable o constitutivo*); que no hay más que dos afecciones o sentimientos básicos, ya que la remoción del dolor es el límite del placer, negando así la posibilidad de un estadio neutro, intermedio, que estuviera entre placer y dolor como el gris entre el blanco y el negro, y negando a la vez ese placer mixto, formado por una mezcla de placer y dolor (en el que insiste Platón); que el placer es algo positivo, en cuanto que es connatural y propio de nuestro organismo vivo, porque el placer es *oikeion*, mientras que el dolor es *allótrion*. (2002, p. 159).

En lo que corresponde a la música, debe considerarse como el placer catastemático, un tránsito de voluntad plena que incluya también los placeres cinéticos para encontrar la felicidad y también experimentar el dolor.

Con relación al dolor y la nostalgia, estos son sonidos melancólicos de aflicción, propios de la naturaleza, de corta duración, que deben afrontarse con tranquilidad y meditación. Epicuro reconoce la aflicción que genera el dolor, expresando que se debe afrontar con tranquilidad pues tiene una duración breve. En su texto *Exhortaciones* dice:

Todo dolor es fácilmente despreciable, ya que el que conlleva una aflicción intensa, tiene también una breve duración; y el que se prolonga en el tiempo aflige débilmente al cuerpo (Epicuro, 1994, p. 154). También reflexiona que curar los males del presente, es una actitud consciente, Hay que curar los males presentes con el recuerdo agradable de lo que ya terminó y con la conciencia de que no se puede cambiar lo que ya ha sucedido. (Epicuro, 1994, p. 159)

Placer y dolor están unidos por los extremos. Dice él: "Esforcémonos una y otra vez para hacerlo mejor que las precedentes, mientras que estemos en camino; y, cuando llegemos al fin, alegrémonos con medida" (Epicuro, 1994, p. 158).

En esa perspectiva, la música se expresa mediante sonidos y armonías de sentimientos de felicidad y también ondulaciones de tristeza, melancolía y pena. La música es un lenguaje de la sensibilidad plena, que desde sus sonidos primigenios expresa los sentimientos de los hombres, la muerte, el miedo, la nostalgia de la vida. En la misma contemplación de la naturaleza los hombres experimentan sentimientos encontrados de algarabía y de tristeza. Ese infinito mundo interior se exterioriza en las composiciones y melodías de los hombres y pueblos.

Epicuro en su *Carta a Meneceo*, aconseja cómo encontrar la felicidad y también cómo reducir el dolor: "Debemos meditar, por tanto, sobre las cosas que nos reportan felicidad, porque, si disfrutamos de ella, lo poseemos todo y, si nos falta, hacemos todo lo posible para obtenerla" (Epicuro, 1994, p. 135). Igualmente, en su escrito *Fragmentos de obras y cartas perdidas*, sostiene: "hay que honrar la belleza, las virtudes y todo lo que les es semejante si proporcionan placer; si no lo proporcionan, que se vayan en buena hora" (Epicuro, 1994, p. 165). La acumulación del placer genera una vida tranquila y colmada de bienestar. Lo importante en el proceso es disfrutarlo cuando se presente:

Cada pueblo experimenta sentimientos y recibe impresiones particulares, exhala el aire de forma personal bajo el impulso de cada uno de aquellos sentimientos o impresiones, y también según las diferencias producidas por la diversidad de los lugares habitados por los pueblos. (p. 31)

Según la filóloga Montserrat Jufresa, Epicuro distingue el proceso del dolor y la felicidad en fases: El hombre, impulsado por los sentimientos y las impresiones causadas por el entorno, emitió de manera instintiva unos primeros sonidos. Más adelante, cada pueblo, es decir, cada grupo humano que comparte el mismo medio, estableció por convención sus modos de expresión particulares para facilitar sus relaciones (1994, p. xxix).

Se puede ver que el dolor y la felicidad son construcciones analógicas en busca de la felicidad y el gozo pleno de la vida. Entonces la música debe reconocerse como un conjunto de reconstrucciones analógicas que contribuyen por experiencia a la felicidad plena. Aun cuando este tema no ha sido abordado directamente por Epicuro, y por desgracia es aún oscura la relación de la música con la felicidad, la experiencia de la naturaleza y el lenguaje contribuyen a ello. Al respecto, Jufresa (1994) dice:

Los sentimientos de placer y dolor entre los criterios encargados de proporcionarnos un conocimiento pueden resultar sorprendentes en una primera aproximación. Pero una observación más minuciosa nos hace ver que, en primer lugar, los sentimientos son en su esencia sensaciones, es decir, movimientos de los átomos, y, si tenemos en cuenta que la filosofía epicúrea es materialista y natural, es que los sentimientos constituyen el punto de referencia para la normativa ética. (pp. XXI-XXIII)

Igualmente José Vara, estudioso de la obra de Epicuro, sostiene que la imperturbabilidad frente al dolor y el gozo es un estado que requiere preparación, tranquilidad, seguridad y sabiduría. En la misma perspectiva García Gual (2002), dice:

Esa *hedoné* que Epicuro señala como *telos* de la existencia coincide con el vivir feliz, y es algo radicalmente distinto de aquella suma de placeres particulares y poco estables del que hablaban los cirenaicos. Epicuro no consideró que hubiera un estado intermedio entre el dolor y el placer, porque lo que para algunos filósofos es un estado intermedio, en cuanto mera ausencia de dolor, no sólo es placer, sino placer máximo (Cicerón, *De fin.*, J, 11,37). Esa *hedoné* es el estado natural de los seres vivos, mientras que el dolor, tanto en su vertiente física (*ponos*) como espiritual (*lype*), es algo que interrumpe la armonía placentera del organismo, que impide su actividad propia y natural que le depara, apenas se elimine ese obstáculo penoso, placer y felicidad. Frente a una concepción pesimista del existir, de la que encontramos huellas en Aristóteles (Ét. Nic. 11 54b), que afirma que el mero existir es penoso, que «todo ser vivo vive con esfuerzo» (*aei gar ponei to zoon*), encontramos en Epicuro un cierto talante optimista en cuanto destaca que el estado placentero es natural y el dolor extraño. (p. 161)

Es necesario señalar que el placer y el dolor requieren del juicio y la razón. Epicuro en la *Carta a Meneceo* dice que la vida placentera requiere de un sano juicio de nuestras acciones: “El buen juicio debe prevalecer en nuestras acciones” (Epicuro, 1994, p. 142). Y en las *Máximas Capitales*, nuevamente remarca que la vida placentera, requiere del juicio y lo dice de la siguiente manera: “No hay vida placentera sin que sea juiciosa, bella y justa, ni se puede vivir juiciosa, bella y justamente sin el placer. A quien le falte esto, no le es posible vivir una vida placentera” (Epicuro, 1994, p. 145). El placer se alcanza por medio del juicio certero que examina las causas de cada acto, elección o aversión, y se guía por aquellas que llenan el alma. Transcribo la importancia del juicio cuando se está frente a los excesos deliberados de la comida, el sexo, y otras banalidades:

Pues ni los banquetes ni los festejos continuados, ni el gozar con jovencitos y mujeres, ni los pescados ni otros manjares que ofrecen las mesas bien servidas nos hacen la vida agradable, sino el juicio certero que examina las causas de cada acto de elección o aversión y sabe guiar nuestras opiniones lejos de aquellas que llenan el alma de inquietud. El principio de todo esto y el bien máximo es el juicio, y por ello el juicio —de donde se originan las restantes virtudes— es más valioso que la propia filosofía, y nos enseña que no existe una vida feliz sin que sea al mismo tiempo juiciosa, bella y justa, ni es posible vivir con prudencia, belleza y justicia, sin ser feliz. Pues las virtudes son connaturales a una vida feliz, y el vivir felizmente se acompaña siempre de la virtud. (Epicuro, 1994, pp. 140-141)

Además, en las *Máximas Capitales*, escribe Epicuro: “Esforcémonos una y otra vez para hacerlo mejor que las precedentes, mientras que estemos en camino; y, cuando lleguemos al fin, alegrémonos con mesura” (Epicuro, 1994, p. 158). Igualmente, en la *Carta a Anaxarco* dice: “yo exhorto a la asiduidad en los placeres y no a las virtudes vacías y vanas que comportan agitadas esperanzas de fruto... Nada es suficiente para quien lo suficiente es poco” (Epicuro, 1994, pp. 166, 160). Considero que la mesura y el esfuerzo son acciones permanentes que permiten conseguir la felicidad, y en ese tránsito de voluntad plena hedonista, los placeres cinéticos y catastróficos entre la carne y el espíritu constituirán el placer y la felicidad. La música, los sonidos contribuyen en esa búsqueda.

La filósofa Monserrat Jufresa (1994), resalta de la siguiente manera en Epicuro la doble condición de los placeres del cuerpo y los de la mente:

Entre los placeres del cuerpo y los de la mente, Epicuro distingue entre placeres catastemáticos —en reposo— y placeres cinéticos —en movimiento—. Puesto que es evidente que en la filosofía epicúrea todos los placeres comportan movimiento atómico, hemos de interpretar el placer catastemático no como una falta total de movimiento, sino como el equilibrio de los átomos en un balanceo armonioso y ordenado. Con los términos de *ataraxia* y *aponía* Epicuro hace referencia a los placeres catastemáticos de la mente y del cuerpo, y los términos *chára* y *euphrosýne* designan a los placeres cinéticos. (p. LX)

Entonces, los placeres y las penas son sensaciones del cuerpo; Epicuro se identifica con el placer más elevado, caracterizado por la ausencia de la pena y la ansiedad. La tranquilidad, la meditación en el proceso catastemático no pueden ser aumentadas, y los sufrimientos son temporales. La intensidad del placer y el dolor pueden ser preexistentes e intrínsecos.

El arte a través del proceso de la contemplación nos hace reflexionar detenidamente de forma serena, íntima, profunda; y agregándole la audición —en el caso de la música—, permite introducirnos en un estado de apacibilidad, sin perturbaciones, donde el balance y la proporcionalidad sensorial es el camino hacia el placer.

Como se ve, la música constituye la parte sensible del alma, sus elementos gravitan y hacen que lo invisible e incorpóreo conecten con el cuerpo y el alma en una misma unidad. Además, la música que se expresa mediante sonidos y armonías son sentimientos, sensibilidades reales que salen del fondo del alma de los compositores, que se expresan y permiten que sus ondulaciones melódicas, armonías y sonidos trasciendan lo ordinario y se conviertan en significativo para los hombres; además, contribuye a la felicidad y permanece en el tiempo.

Consideraciones finales al pensamiento sensible de Epicuro, su influencia en el pensamiento de Nietzsche y el placer de la música

El pensamiento de Epicuro es trascendente, original, inductivo y tiene plena vigencia. Puede practicarse y aplicarse en cualquier sociedad, cultura, edad y lugar. No requiere de templos, asociaciones, o grupos sociales para practicar la vida plena y tranquila.

La trascendencia de las ideas de Epicuro, a la cual nos referimos en el anterior párrafo, se hace evidente en Nietzsche en quien influyó considerablemente. La significativa cantidad de veces que éste lo cita en sus escritos es prueba de ello. Carlos García Gual (2002) en su libro *Nietzsche y Epicuro* nos muestra esta referencia sobre esta interesante relación:

Epicuro. — Sí, estoy orgulloso de sentir de otro modo, distinto tal vez de cualquier otro, el carácter de Epicuro, y poder disfrutar de la felicidad de la tarde de la Antigüedad en todo o que de él oigo o leo — veo sus ojos mirar hacia un amplio mar plateado, sobre acantilados en los que se posa el sol, mientras que los animales grandes y pequeños juegan en su luz, seguros y tranquilos, como esta luz y esta mirada. Una felicidad así solo puede ser inventada por un hombre que sufre continuamente, es la felicidad de un ojo para el que el mar de la existencia se ha calmado, y que ahora ya no se da por satisfecho

mirando su superficie y la multicolor, delicada, estremecida piel del mar: nunca antes existió voluptuosidad tan modesta. (p.41)

En el mismo libro García Gual (2002) nos habla sobre la apreciación que tiene Nietzsche acerca de la felicidad epicúrea, manifestándolo de la siguiente manera:

Nietzsche aprecia la felicidad epicúrea, subrayando lo espléndido de la ataraxia o serenidad de ánimo, con la que el filósofo supera su larga experiencia del dolor. Epicuro propone una felicidad sostenida sobre la calma y una modesta voluptuosidad. Felicidad de un cierto tono decadente, por otro lado, pues parece renunciar a los clamores de la vida política, y limitarse, en el retiro plácido del Jardín, a observar la existencia agitada de los otros, y desde su plácida atalaya observar sin riesgo a los que cruzan el mar tormentoso, según la famosa imagen de Lucrecio. La serenidad epicúrea alberga una consoladora farmacopea contra el dolor y la angustia, y sirve a la felicidad. (p.42)

El pensamiento estético de Nietzsche radica en que de la música parten todas las demás expresiones artísticas, al ser considerada una "categoría del espíritu humano" (Fubini, 2001, p. 127), inseparable y acompañante del hombre a lo largo de la historia.

Y sobre la significación y finalidad del arte en la vida donde necesariamente se encuentra involucrada la música Luis Puelles Romero (2000) en su artículo *Voluntad de crear. Nietzsche o el arte contra la estética* nos dice:

El arte es el gran estimulante para vivir: ¿cómo se podría concebirlo como algo carente de finalidad, de meta, como *l'art pour l'art*? Según Nietzsche, el arte no puede no ser útil, si entendemos como muestra de utilidad su función estimulante para la vida. (p. 292)

Respecto a la música, Epicuro hace un planteamiento ontológico y fenomenológico de lo que debería ser este arte. Efectivamente, las composiciones –de todo género– deben contribuir a provocar la inducción de los sonidos en las cuerdas más sensibles del alma. Como músico y compositor considero que la filosofía epicúrea debe gravitar en las composiciones, tocando la sensibilidad creativa de los compositores contemporáneos. En estos momentos, en que la música moderna inunda los espacios, hace falta la filosofía y la sensibilidad de Epicuro.

También se debe mencionar la estética del jardín o escuela que durante más de treinta y cinco años sirvió como casa y centro intelectual. Una casa llena de flores, colores, naturaleza y vida apacible fue determinante para concebir el pensamiento filosófico de Epicuro. La casa jardín o huerto, como lo recuerdan los atenienses, era la evidencia de la estética, armonía y juego de colores de la naturaleza. Un espacio, aunque pequeño, fue privilegiado, pues estuvo alejado del bullicio de la ciudad, los políticos y la dinámica cosmopolita. Epicuro pasó la mitad de su vida en el jardín de su casa; hoy, miles de años después, nos causa asombro, gozo y admiración esa elección estética para la eternidad.

Conclusiones

1. En el sistema filosófico de Epicuro, el placer de oír, sentir y recibir sensaciones externas son cualidades sensibles que tienen concordancia con las facultades del cuerpo y el alma. Dentro de la música se encuentran: la acústica, la afinación y los efectos sonoros, agentes de sensaciones que recibe el cuerpo y facilitan las condiciones sensibles que conllevan a la felicidad plena. Los sonidos pueden gravitar en el alma y también en el cuerpo. La música y los sonidos constituyen unidades de sensaciones y satisfacciones que contribuyen a la felicidad y tranquilidad del hombre.
2. El bienestar del cuerpo y el alma necesita la comprensión de la acumulación del placer y reducción del dolor; como también los valores éticos del juicio ante la tentación de los excesos, los placeres del cuerpo y las transgresiones del alma. La medida del esfuerzo y el retorno permanente del placer son vitales en el trayecto de vivir plenamente. Igualmente, rechazar las malas costumbres, las transgresiones permanentes, la repetición axiomática de conductas y acciones que transgreden la vida cotidiana enturbian el goce e impiden la felicidad y tranquilidad del alma
3. El placer de sentir las emociones que provocan los sonidos, y la música de la naturaleza que da paz en el alma, contribuye en la búsqueda de conocer los límites de la vida, los valores de la felicidad y las sensaciones. No es posible rechazar las sensaciones y los sentimientos que provocan paz y tranquilidad en el cuerpo. La naturaleza del cuerpo es sostener la quietud y reconocer los generadores de felicidad, como la música, las imágenes.
4. La música debe considerarse como el placer catástemático, en un tránsito de voluntad plena que incluya también los placeres cinéticos para encontrar la felicidad y también experimentar el dolor. Los sonidos melancólicos son sonidos de aflicción propios de la naturaleza, son de breve duración y que deben afrontarse con tranquilidad y meditación. Epicuro reconoce la aflicción que genera el dolor, expresando que se debe afrontar con tranquilidad pues tiene una breve duración.
5. La música se expresa mediante sonidos, armonías y ritmos de sentimientos de felicidad como también ondulaciones de tristeza, melancolía y pena. La música es un lenguaje de sensibilidad plena, porque desde sus sonidos primigenios expresan los sentimientos de los hombres como: la alegría, la muerte, el miedo, la nostalgia de la vida. En una misma contemplación de la naturaleza los hombres experimentan sentimientos encontrados, sean de algarabía o de tristeza. Ese infinito mundo interior se exterioriza en las composiciones de los hombres y pueblos mediante especiales características que solamente la música puede mostrar.

Rol de autores Credit

DEVO:

Administración del proyecto, Conceptualización, Curación de datos, Análisis formal, Metodología, Visualización, Redacción del borrador inicial, Revisión y aprobación del manuscrito final para publicación.

Fuentes de financiamiento

La investigación fue en su totalidad autofinanciada por el autor de este trabajo.

Conflicto de interés

El autor declara no tener ningún conflicto de interés económico, institucional o laboral.

Aspectos éticos

Se cumplió con las normas éticas, los código de conducta para la investigación y los lineamientos de *Antec: Revista Peruana de Investigación Musical*.

Referencias

Fubini, E. (2001). *Estética de la música*. Antonio Machado Libros.

García Gual, C. (2002). *Epicuro*. Alianza Editorial.

Jufresa, M. (1994). *Epicuro. Obras*. Ediciones Atalaya.

https://leyendohistoriadelafilosofia.files.wordpress.com/2015/06/epicuro_obras.pdf

Puelles Romero, L. (2000). Voluntad de crear. Nietzsche o el arte contra la estética. *Contrastes. Revista Interdisciplinar de filosofía*, 5, 283-296.

Vara, J. (2012). *Epicuro. Obras completas* (9a ed.). Ediciones Cátedra.