



Una filósofa en la cárcel La Picota de Bogotá

A Philosopher in “La Picota” Prison of Bogotá

Laura Giraldo-Ceballos *

Resumen

El presente texto, más que académico, tiene una pretensión narrativa. Su objetivo es contar la experiencia de una profesora de filosofía al interior de un centro penitenciario en Bogotá. Pese a afirmar que no tiene una exigencia académica, argumental, sí tiene una pretensión epistemológica porque también transmitimos conocimiento desde las vivencias y experiencias que vamos recogiendo por el camino de la vida. Así, aunque no es un texto académico en su estructura, sí es un relato genuino de los aprendizajes obtenidos, gracias a la filosofía, al interior de una prisión. En él se cuenta primero cómo una filósofa se acerca a un proyecto de enseñanza de la filosofía para personas privadas de la libertad, así como toda la preparación previa que requirió antes de entrar en prisión y finalmente, cómo ha sido la experiencia desde dentro, dando voz a los protagonistas de esta historia: los privados de la libertad de la Comunidad Terapéutica Semillas del centro penitenciario La Picota de Bogotá-Colombia.

Palabras clave: Comunidad Terapéutica Semillas, cuidado personal y colectivo, ejercicios estoicos, filosofía estoica, resocialización.

Abstract

This text, more than academic, has a narrative pretension. Its aim is to recount the experience of a philosophy teacher in a penitentiary centre in Bogotá. Despite the fact that it does not have an academic, it does have an epistemological pretension because we also transmit knowledge from the experiences that we gather along the road of life. Thus, although it is not an academic text in its structure, it is a genuine account of the learning obtained, thanks to philosophy, inside a prison. It tells first of all how a philosopher approaches a philosophy teaching project for

* Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO)
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0715-1835>
Correo electrónico: laura.giraldo@uniminuto.edu

people deprived of their freedom, as well as all the previous preparation required before entering prison and finally, what the experience has been like from the inside, giving voice to the protagonists of this story: persons deprived of their liberty in the Semillas Therapeutic Community of the La Picota Penitentiary Centre in Bogotá-Colombia.

Keywords: Personal and collective care, stoic exercises, Semillas Therapeutic Community, stoic philosophy, resocialization.

Cada cosa nació con una misión. ¿Por qué te asombras? También el sol, dirá: “he nacido para una función, al igual de los demás dioses”. Y tú, ¿para qué?

(Marco Aurelio, 2005, p. 149)

Introducción

Cuando le pidieron que escribiera narrando sobre su experiencia siendo profesora en una prisión, lo primero que pensó fue: “pero ¿cómo voy a escribir un texto narrativo?, ¿yo?, una profesora de filosofía, que aquello que acostumbra a escribir tiene —o al menos intenta tener— un tinte argumentativo, sólido, riguroso”. Pensando por varios días en el tema sobre el que le pidieron hablar, pensó de nuevo: “pero ¿por qué no intentarlo?” La experiencia de ser profesora al interior de un centro penitenciario ha sido tan enriquecedora y bella para su propia vida que pensó, finalmente: “¿por qué no?”.

Antes de sentarse a escribir, pensó mil veces cómo podría hacerlo sin verse inmiscuida en los altos estándares de la academia, sino con un texto que le permitiera compartir al mundo de manera tranquila, sus sentimientos, sus experiencias más genuinas y sinceras al interior de una prisión. Entonces, pensó que una buena manera de empezar sería contando cómo llegó esta oportunidad a su vida.

A mediados del 2019, esta profesora, —que por cierto ama ser profesora de un Departamento de Filosofía de una Institución de Educación Superior en Bogotá, Colombia—, aunque feliz con sus clases, en medio del agotamiento propio que traen algunas dinámicas adicionales a la docencia, sintiendo una especie de inquietud por llevar la filosofía a otros ámbitos, fuera del aula, y con la plena convicción de que la filosofía, en tanto actividad crítica y reflexiva, puede hacer grandes aportes a una sociedad golpeada y herida; pensó que necesitaba hacer algo desde su área de formación, con la rigurosidad propia que había aprendido de la filosofía del lenguaje y de la mente, pero con el amor que había aprendido en sus años como profesora, era vital en los procesos formativos.

En una de las acostumbradas reuniones de profesores y profesoras de su lugar de trabajo se mencionó la posibilidad de participar en un proyecto de investigación que tenía como objetivo enseñar filosofía a personas privadas de la libertad. Sin pensarlo mucho y más bien dejándose llevar por la emoción que sintió en su interior, ante la pregunta: “¿alguien desea participar?”, levantó la mano y a ciegas, como rara vez actúa en su vida como filósofa, solo dijo: “yo”.

Una vez salió del lugar de esa reunión, y sin pensar en ninguna de las otras tareas que se le habían asignado, emprendió la búsqueda por el proyecto. Allí, descubrió que se trataba de una invitación a participar en un proyecto de gran magnitud y con un amplio recorrido en estos temas en otros lugares del mundo como Argentina, México y España, principalmente. Se trataba del proyecto BOECIO. Una iniciativa de algunos filósofos y filósofas que compartían con ella la misma intuición sobre la filosofía, que esta puede salir de las aulas, o mejor, sin dejar las aulas, puede hacer algo más por aquellos que ‘formalmente’ no dedican su vida al estudio de la misma.

Desde ese mismo día, junto con otros compañeros y compañeras que también manifestaron su interés en el proyecto, establecieron contacto con los filósofos y filósofas de otras partes del mundo que también habían tomado la decisión de apostarle a este tipo de filosofía que, poco a poco, se iría convirtiendo en un nuevo modo de vida. Al adentrarse cada vez más en el proyecto, la filósofa encontró que se trataba de una investigación que, dado que la filosofía es tan amplia y diversa, en su base teórica se centraba en la filosofía estoica. Una filosofía no solo clásica, sino además hermosa y muy llamativa, precisamente por su carácter práctico.

El resto del 2019, lo dedicó a:

1. El estudio cuidadoso y dedicado de la filosofía estoica, a la que hace rato no acudía, por pasar sus días entre sus clases de lógica, filosofía del lenguaje, de la ciencia y de la mente.
2. A reuniones recurrentes con el grupo principal del proyecto para entender a profundidad en qué consistía esta nueva apuesta que recién llegaba a su vida.
3. Junto con su compañero, que se convertiría en su cómplice en todo este nuevo camino, empezar a buscar contactos, reuniones o alguien que quisiera escucharles sobre su nuevo proyecto y la manera cómo la filosofía podría contribuir en los procesos de resocialización en la población privada de la libertad.

El año transcurrió sin mayor avance, pues en principio, no resultó una tarea fácil que las personas encargadas de educación en el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario de Colombia (INPEC), creyeran en un proyecto de enseñanza de la filosofía para personas privadas de la libertad. Antes de finalizar el 2019, lograron establecer contacto con la dirección de Educación de esta entidad, con la gran sorpresa que la directora, también era filósofa. Razón por la cual comprendió no solo la pertinencia de un proyecto como estos en una cárcel, sino que además comprendió con rapidez por qué la filosofía estoica era un sustento teórico adecuado.

El año terminó con las primeras aprobaciones para ingresar a una prisión de Bogotá. En inicios del 2020, de regreso a las actividades académicas y con el ánimo intacto por conocer a los nuevos estudiantes de filosofía, en los meses de febrero y marzo, a la profesora, como al resto del mundo, le llegó el evento que paralizaría todo por un tiempo y con ello la posibilidad de ingresar a la prisión.

Durante ese año, esta profesora junto con su equipo, que para aquella época ya había convocado profesores y profesoras de otras áreas de las humanidades como psicólogos, trabajadores sociales y otros filósofos; tomaron la decisión de, por un lado, seguir estudiando filosofía estoica de manera virtual y, por el otro lado, centrarse en el estudio de los talleres que habían sido construidos por los miembros fundadores del proyecto BOECIO, pero que obviamente, habían sido elaborados pensando en la población privada de la libertad europea, específicamente española. Así que allí empezó un nuevo trabajo: reformular los talleres para que fueran de fácil comprensión para la población colombiana privada de la libertad.

Una vez, y en la medida de lo posible, superados los momentos más difíciles que trajo la pandemia y aun adaptándose a los cambios que dejó; en febrero del 2022 a la filósofa entusiasta, se le abrió la posibilidad de trabajar en un patio específico de la cárcel La Picota de Bogotá. Se trata del patio 24 de este centro penitenciario, donde se ubica una comunidad que, en aquel momento, cuando la conoció, no sabía cuán importante se volvería para su vida y para su ejercicio como profesora.

La Comunidad Terapéutica Semillas

La Comunidad Terapéutica Semillas liderada por una mujer, dragoneante y psicóloga que desde el primer día se convirtió en maestra y, con el transcurrir del tiempo, en amiga. Esta mujer lidera un grupo de aproximadamente treinta hombres privados de la libertad que han tomado una decisión trascendental para sus vidas. La decisión de cambiar, o al menos intentarlo, y alejarse del mundo de la delincuencia y las drogas.

La Comunidad Terapéutica se convierte para estas personas en un espacio seguro donde, desde la disciplina, el acompañamiento psicológico de su líder y de diferentes actividades —que de paso es bueno decirlo, la misma líder consigue tocando puertas aquí y allá— estos hombres puedan encontrar otros caminos y puedan, incluso en prisión, emprender una vida libre de drogas y tengan la posibilidad de empezar a creer que sí es posible comenzar de nuevo.

En un espacio como la Comunidad Terapéutica donde el cuidado personal y colectivo es vital, la convencida profesora sabía que desde la filosofía podría aportar positivamente, así que con el mismo entusiasmo del primer día también sabía que ya tenía herramientas para hacerlo, dado que mucha de la filosofía helenística ha sido considerada, justamente, como terapéutica. “La misión de la filosofía, será pues ante todo terapéutica: habrá que sanar la enfermedad del alma y enseñar a vivir el placer” (Hadot, 1998, p. 130).

Con la plena convicción de hacer un trabajo desde la educación y de que desde la filosofía podía contribuir a la Comunidad Terapéutica, desde aquel febrero del 2022, y cada ocho días, la filósofa, se volvió una visitante fija de aquella comunidad. En los primeros acercamientos, por medio de distintas herramientas didácticas, pedagógicas y conceptuales, explicó que este espacio se convertiría en una invitación para asistir al gimnasio.

Ante la mirada extrañada de todos, ella, con plena certeza y con mucha ilusión, explicó que así como al gimnasio asistíamos para entrenar el cuerpo y estar bellos y saludables; este espacio, se convertiría en el Gimnasio Filosófico donde se reunirían para, juntos, aprender otras maneras de cuidar, sanar y embellecer el alma, pues “los que tienen el cuerpo en buenas condiciones soportan calores y fríos: así también los que tienen el alma en buenas condiciones sobrellevan la ira y la tristeza y el exceso de alegría y las demás pasiones” (Epicteto, 1995, p. 233). A partir de ese momento, ellos, junto con la filósofa, reflexionaron sobre aquella idea clásica de uno de los autores que se convertiría en su compañero en este nuevo camino, Epicteto, el estoico-esclavo, para quien la tranquilidad es la mayor riqueza de la mente y por ello es más necesario cuidar el alma que el cuerpo (Epicteto, 1995, p. 245).

En medio de estos primeros encuentros apareció otra de las metáforas más famosas para explicar el estoicismo en la actualidad. Tiene que ver con la idea del filósofo como médico, que también suele asociarse con Epicteto, quien considera que el filósofo es un médico, y la escuela donde enseña es un hospital, pero un hospital para las almas (Sellars, 2022, p. 16)⁹. Así como el médico brinda remedios para curarnos de alguna enfermedad, en la filosofía también podemos encontrar remedios para sanar el alma.

El filósofo-médico puede ofrecernos remedios que nos devuelvan a la senda adecuada. Uno de esos remedios es volver a conectarnos con lo que significa realmente ser humanos y con el modo de vivir que ilumina ese conocimiento. Para ello, lo primero será prestar atención a cómo se encuentran nuestras almas, tal como Sócrates les pedía a sus conciudadanos. Es decir, nuestras creencias, juicios y valores. La primera lección es pues, que si bien hay aspectos externos de nuestra vida que nos gustaría cambiar, debemos prestar atención también a cómo pensamos. (Sellars, 2022, p. 23)

De esta manera y con una primera intuición clara: si se recupera el cuerpo, el alma también deberá hacerlo, emprendieron su camino por el Gimnasio Filosófico convencidos también de que:

1. El proceso de todos los que deciden ingresar a la Comunidad Terapéutica exige cambios desde adentro hacia afuera.

⁹ Esta idea de la filosofía no es nueva, ni propia de la filosofía estoica. De hecho, puede ser más una herencia de la filosofía más clásica. Puede remontarse incluso hasta Sócrates quien “en los primeros diálogos platónicos, sostenía que la tarea del filósofo es cuidar del alma tal como el médico cuida de los cuerpos” (Sellars, 2022, p. 16).

2. Que, dado que son procesos de recuperación fuertes tanto física como mentalmente, se trata de un camino largo y difícil.

Por ello, estudiantes, la dragoneante, la profesora de filosofía y su compañero, tejerían una red en la que se sostendrían e intentarían que ninguno se quedara a medio camino. Pero ¿por qué el Gimnasio Filosófico y no, por ejemplo, el hospital filosófico?

Aunque la idea del médico-filósofo fue muy ilustrativa, prefirieron quedarse con la analogía del gimnasio, dado que resultó una idea más cercana debido a los ejercicios matutinos que hacen parte de las actividades diarias de la Comunidad Terapéutica. Una vez decidido el objetivo principal y la razón de por qué asistirían a un gimnasio para entrenar el alma, aún faltaba una primera reflexión importante. Si se reunirían para cuidar y sanar además del cuerpo, el alma, ¿qué entenderían por alma?

Frente a este interrogante acordaron, que el alma aquí, más que una connotación religiosa, tendría un sentido estoico, esto es:

Que no debemos entenderla aquí como algo inmaterial, inmortal, o sobrenatural. En este contexto, el alma equivale a los pensamientos, la reflexión y las creencias. La tarea del filósofo es analizar y evaluar las cosas que pensamos, examinar su coherencia y su poder de convicción. Y casi todos los filósofos, antiguos o modernos, estarían de acuerdo con esto. (Sellar, 2022, p. 16)

Con las primeras intuiciones, objetivos claros y con la ilusión intacta, se volvió un hábito en la vida de la filósofa estar cada miércoles a las 8:00 a. m., a las afueras del centro penitenciario La Picota para, después de todos los controles de seguridad, llegar a uno de los lugares en los que más plena y feliz se sentiría como profesora. Un nuevo salón de clases, un nuevo espacio para la filosofía, ¿qué otro lugar podría hacer más feliz a una maestra?

En los encuentros del Gimnasio Filosófico, desde su inicio los acompañaron los filósofos de la *stoa* tardía, es decir, Séneca, Epicteto y el filósofo emperador, Marco Aurelio¹⁰ y junto con ellos, cada encuentro del Gimnasio Filosófico se organizó para

¹⁰ Son muchas las interpretaciones que suelen darse sobre la filosofía clásica. Del estoicismo se dice, por ejemplo, que tuvo sus inicios cerca del año 300 a. C., con Zenón de Citio (actual Chipre). Zenón, un mercader, que entrando en una tienda de un vendedor de libros preguntó en dónde podría encontrar hombres como Sócrates. El vendedor le indicó que podía seguir a un hombre que pasaba por allí, se trataba de Crates (un filósofo cínico). Zenón no solo le siguió, sino que, con el pasar de tiempo fundó su propia escuela. Se les conoció como los zenonianos y luego como los estoicos porque se reunían en la *Stoa Poikilé*, o un pequeño pórtico a las afueras de Atenas; “se reunían en la *Stoa Poikilé*, o pórtico pintado, un lugar público en el centro de la ciudad” (Pigliucci, 2017, p. 24). Luego de un periodo de migración de filósofos atenienses desde Atenas hacia otros lugares como Rodas y Alejandría, aparece lo que se conoce como *Stoa Media*, cuyo representante más destacado es Marco Tulio Cicerón y, pocos años después, al final, la República romana —tras la muerte de Julio Cesar y el ascenso al poder de Octavio Augusto— dio paso al Imperio. El estoicismo se desarrolló durante esta época como una de las grandes escuelas, conocida como «*Stoa tardía*» (Pigliucci, 2017, p. 26). En ella aparecen los estoicos más famosos. Cayo Musonio Rufo, maestro de Epicteto, el mismo Epicteto, Séneca, y el emperador-filósofo Marco Aurelio.

trabajar cada uno de los que hoy se conocen como los ejercicios estoicos. Regresando a la analogía con el gimnasio físico: siempre que alguien va al gimnasio entrena una sola parte de su cuerpo, no todas al mismo tiempo. De la misma manera, los asistentes al Gimnasio Filósofico entrenarían alguna de las herramientas necesarias para los estoicos, para tener un alma tranquila, dado que:

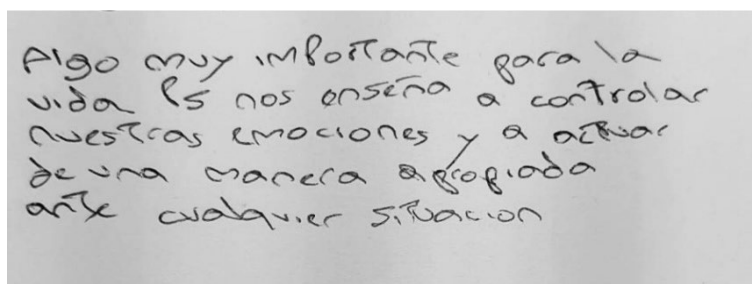
Para lograr la curación del alma y una vida conforme a la elección fundamental, no basta haber tomado conocimiento del discurso filosófico. Es necesario ejercitarse en forma continua. Ante todo, hay que meditar, es decir, asimilarse íntimamente, tomar conciencia con intensidad. (Hadot, 1998, p. 139)

Estos ejercicios entonces fueron asumidos, por la tradición filosófica y por la Comunidad Terapéutica no solo como discursos teóricos sino como una práctica constante. De ahí que la filosofía, para la profesora, su compañero y toda la Comunidad Semillas pasó a ser entendida como un modo de vida y como el intento de poner en práctica dichos ejercicios en la propia vida si querían cambiar y encontrar caminos distintos de acción, en últimas, acercarse lo más posible a vivir como un estoico.

Fue así como empezaron todos, desde la construcción del conocimiento colectivo, a abordar cada uno de los ejercicios estoicos. Empezaron un recorrido por los de más renombre, por ejemplo, con la distinción estoica clásica entre emoción/pasión. Frente a ella se generaron distintas reacciones. Así que, como parte importante de este texto que se le encomendó, la filósofa pensó una vez más: “quisiera que en este relato que se me ha dado la posibilidad de escribir, ellos, los que pocas veces son escuchados con atención en el mundo exterior, tuvieran voz propia y me acompañaran a tejerlo. Son ellos quienes, en muchas ocasiones necesitan ser escuchados”.

Cuando un día, en medio de la clase, la filósofa les preguntó qué pensaban de la diferencia estoica emoción/pasión, uno de ellos afirmó: “algo muy importante para la vida, pues nos enseña a controlar nuestras emociones y a actuar de una manera apropiada ante cualquier situación”.

Figura 10. Reflexión enkráteia



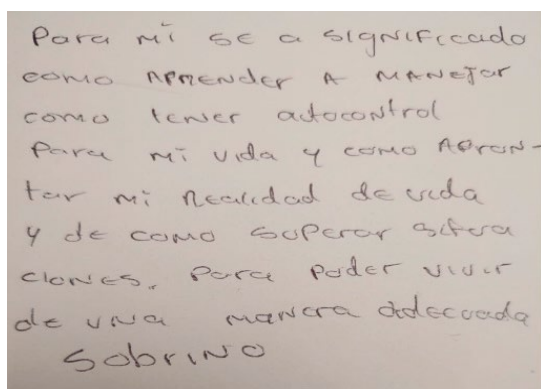
Fuente: fotografía de la autora.

Reflexionaron por largo tiempo sobre la *enkrateia* o gobierno de las pasiones y trataron de entender por qué para los estoicos, las emociones tienen la posibilidad de pasar por un momento de reflexión previo, a diferencia de las pasiones o de las acciones meramente impulsivas.

Mediante la *enkrateia* estos pensadores nos animan a potenciar las emociones y a limitar las pasiones (...) se puede razonar con las emociones, pero no con las pasiones. Las segundas bloquean cualquier acción que queremos llevar a cabo. Pero, no se rechazan las emociones: son necesarias siempre que no lleven a un desbordamiento pasional. (Barrientos, 2021, pp. 44- 45)

Una vez establecida esta diferencia, en otro miércoles de filosofía, analizaron uno más de los ejercicios estoicos, atribuidos principalmente a Epicteto quien en su *Enquiridión* —que algunos traducen como *El manual para la vida feliz*— afirma que, en cuanto a todas las cosas que existen en el mundo unas dependen de nosotros otras no. “Para eso hay un camino, el desprecio de lo que no depende de nosotros” (Epicteto, 1995, p. 192). Una vez más, pasando la voz a los verdaderos protagonistas de esta historia, alguno de ellos, frente a la *diakrisis*, como se le conoce a este ejercicio estoico, afirmó: “para mí ha significado aprender a manejar cómo tener autocontrol para mi vida y cómo afrontar la realidad de mi vida, y cómo superar situaciones para poder vivir de una manera adecuada”.

Figura 11. Reflexión diakrisis



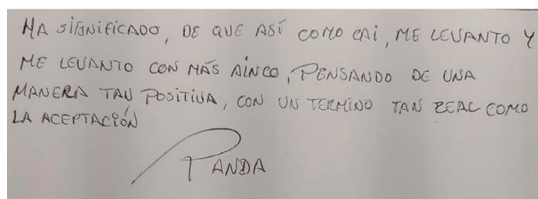
Fuente: fotografía de la autora.

Junto con la *diakrisis* y habiendo reflexionado que en la vida hay muchas cosas que no están bajo nuestro control, fueron llegando a la *akroasis*, esto es, a entender juntos que aquellas cosas que no se pueden controlar resultan más llevaderas cuando se aceptan. Una de las enseñanzas que encontraron, por ejemplo, en Séneca, para quien se debe aceptar lo que sea necesario con un espíritu sereno; “con nada se logra mayor respeto que con un espíritu sereno” (Séneca, 1984, p. 247).

Este ejercicio causó mucha resonancia en la Comunidad Terapéutica, así como otros tantos que fueron analizando uno a uno y cómo estos pueden ayudar en el proceso diario. Entre otros ejercicios fueron apareciendo, *praemeditatio malorum* o aquel ejercicio que conste en “imaginar una pérdida y acomodar imaginativamente a la persona a prepararse para enfrentar esas circunstancias cuando se presenten” (Barrientos, 2021, p. 68). La *prosoché* o atención profunda y el pensamiento crítico entendido como herramienta para reflexionar desde razones lo más sólidas posibles, dejando fuera los impulsos.

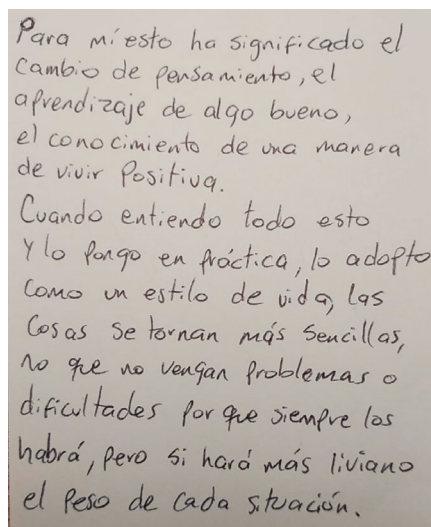
Cada ejercicio generó distintas reacciones no solo en la profesora-filósofa sino, sobre todo, en ellos; los miembros de la Comunidad Terapéutica, a quienes se pasará la voz una vez más en este relato. Alguno de ellos, cuando reflexionaron sobre los momentos de caídas —otro de los ejercicios estoicos—, indicó: “así como caí, me levanto con más ahínco, pensando de manera positiva, con un término tan real como la aceptación”. Otro, al final de una de sus reflexiones compartió: “cuando entiendo todo esto y lo pongo en práctica, lo adopto como un estilo de vida, las cosas se tornan más sencillas, no que no vengan problemas o dificultades, porque siempre los habrá, pero sí hará más liviano el peso de cada situación”.

Figura 12. Reflexión akroasis



HA SIGNIFICADO, DE QUE ASÍ COMO CAÍ, ME LEVANTO Y ME LEVANTO CON MÁS AHNCO, PENSANDO DE UNA MANERA TAN POSITIVA, CON UN TÉRMINO TAN REAL COMO LA ACEPTACIÓN

PANDA



Para mí esto ha significado el cambio de pensamiento, el aprendizaje de algo bueno, el conocimiento de una manera de vivir positiva.

Cuando entiendo todo esto y lo pongo en práctica, lo adopto como un estilo de vida, las cosas se tornan más sencillas, no que no vengan problemas o dificultades porque siempre los habrá, pero sí hará más liviano el peso de cada situación.

Fuente: fotografía de la autora.

Así fue como esta red que se fue fortaleciendo con cada encuentro, reflexionó y puso en práctica cada uno de los ejercicios estoicos y a partir de la construcción de aprendizaje cooperativo, poco a poco, fue mostrando que la filosofía sí tiene mucho que aportar en este caso puntual, a las personas privadas de la libertad. Lo afirma no solo la profesora de filosofía sino también los protagonistas de esta historia: “filosofía, algo de mi vida que había olvidado, pero gracias al *gym* la he fortalecido

para vivir de una forma más mía”, “me pareció muy interesante, aprendí muchísimo. Aunque no parezca adquirí mucha sabiduría y eso que aprendí me servirá mucho para mi vida”.

Figura 13. Reflexión evaluación

Filosofía Algo de mi vida que era olvidado pero Gracias al GYM la fortalecí para vivir de una forma mas mia

Me Parecio muy interesante Aprendi muchisimo Aunque no DARESCA Adquiri mucha SABIDURIA Y eso Q' Aprendi me SERVIRA MUCHO PARA mi VIDA GRACIAS

Fuente: fotografía de la autora.

Cada miércoles, en sus encuentros semanales, se fueron descubriendo, tejiendo relaciones desde el respeto, la solidaridad y la reflexión. Pero lo que ellos no sabían, era que la persona que más estaba aprendiendo era, justamente, esta profesora que hoy agradece a la vida la hermosa oportunidad de llegar a uno de los lugares donde paradójicamente más libre se sentiría: la cárcel.

Figura 14. Agradecimiento

GRACIAS GIMNASIO
FILOSÓFICO
"No puedes volver atrás y cambiar el principio, pero puedes comenzar donde estás y cambiar el final"
Epicteto.

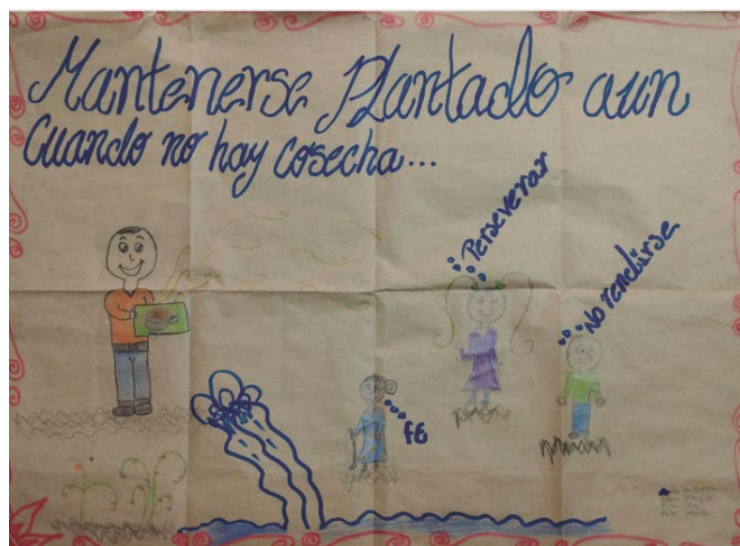
Fuente: fotografía de la autora.

Figura 15. Ejercicio estoico



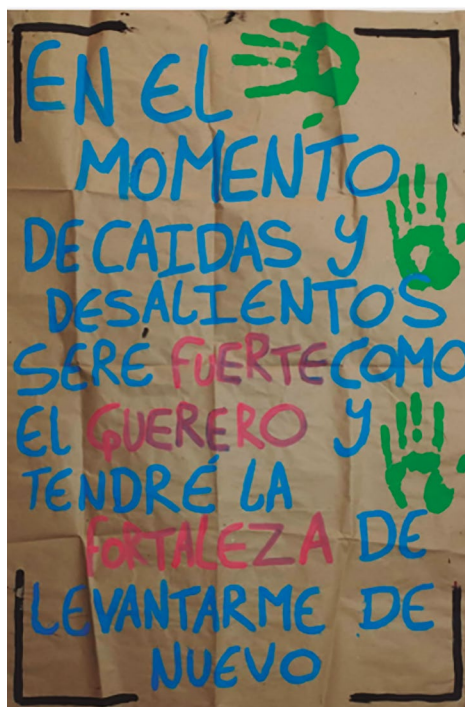
Fuente: fotografía de la autora.

Figura 16. Ejercicio estoico



Fuente: fotografía de la autora.

Figura 17. Reflexión final



Fuente: fotografía de la autora.

Referencias

- Barrientos-Rastrojo, J. (Ed.). (2021). *Filosofar entre rejas*. Plaza y Valdés.
- Epicteto. (1995). *Manual*. (P. Ortiz García, Trad.) Gredos.
- Hadot, P. (1998). ¿Qué es la filosofía antigua? Fondo de Cultura Económica.
- Marco Aurelio. (2005). *Meditaciones*. Editorial Tecnos.
- Sellars, J. (2022). *Lecciones de estoicismo. Filosofía antigua para la vida moderna*. Taurus.
- Séneca, L. (1984). *Consolación a Marcia*. En *Diálogos*. (C. Codoñer, Trad.) Editora Nacional.