



# REVISTA DE FILOSOFÍA

*I. ÉTICA, GLOBALIDAD CRÍTICA Y BIENESTAR HUMANO*

*II. DIMENSIÓN EPISTÉMICA Y DESARROLLOS CULTURALES*

*III. LA EDUCACIÓN EN CONTEXTO INTERCULTURAL Y  
DECOLONIAL*

*IV. REPENSAR LA EDUCACIÓN SUPERIOR: TEORÍAS Y  
PRÁCTICAS*

Universidad del Zulia  
Facultad de Humanidades y Educación  
Centro de Estudios Filosóficos  
"Adolfo García Díaz"  
Maracaibo - Venezuela

**Nº 99**  
**2021-3**  
Septiembre-Diciembre

**Revista de Filosofía**  
Vol. 38, N°99, (Sep-Dic) 2021-3, pp. 893 - 904  
Universidad del Zulia. Maracaibo -Venezuela  
ISSN: 0798-1171 / e-ISSN: 2477-9598

## **Lectura de textos literarios y filosóficos para el bienestar de la salud mental del estudiante universitario**

**Paulo Sexto Oyola Quintero**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6811-8246>  
Universidad de Cartagena - Colombia  
[poyolaq@unicartagena.edu.co](mailto:poyolaq@unicartagena.edu.co)

**Indira Rosa Sierra Solano**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1528-6040>  
Universidad de la Guajira-Colombia  
[indirasierra@uniguajira.edu.co](mailto:indirasierra@uniguajira.edu.co)

**Edna Elizabeth Aldana Rivera**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0265-7298>  
Universidad Simón Bolívar – Barranquilla – Colombia  
[ealdana@unisimonbolivar.edu.co](mailto:ealdana@unisimonbolivar.edu.co)

Este trabajo está depositado en Zenodo:  
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5703852>

### **Resumen**

La pandemia originada por el virus Coviv-19 ha causado un revuelo a nivel mundial, ya que ha afectado tanto la salud física como las emociones de los seres humanos. Por tal razón, el objetivo de este ensayo fue realizar recomendaciones de lecturas de textos literarios filosóficos que pudiesen desarrollar no solo el aspecto de adquisición de conocimientos, sino también la deliberación de emociones positivas en el estudiante de Educación Universitaria. La fundamentación teórica se sustentó en autores como Vieiro y Gómez (2004), Parodi (1999), Ekman (1979)Wittgenstein (2017), Goleman (1996).La lectura de textos literarios y textos filosóficos permite deliberar las emociones positivas en el individuo tales como: la alegría, la sorpresa, el suspenso y las emociones estéticas que se refieren a la fascinación hacia las obras de arte, así como la adquisición de conocimientos que desarrollan el pensamiento crítico y ayudan al ser humano a comprender su propio entorno.

**Palabras clave:** textos literarios; textos filosóficos; salud mental; emociones; Educación Universitaria.

## **Abstract**

The pandemic caused by the Covid-19 virus has caused a global stir, since it has affected both the physical health and the emotions of human beings. For this reason, the objective of this essay was to make recommendations for readings of philosophical literary texts that could develop not only the aspect of knowledge acquisition, but also the deliberation of positive emotions in the University Education student. The theoretical foundation was based on authors such as Vieiro and Gómez (2004), Parodi (1999), Ekman (1979), Wittgenstein (2017), Goleman (1996). The reading of literary texts and philosophical texts allows to deliberate the positive emotions in the individual such as: joy, surprise, suspense and aesthetic emotions that refer to the fascination for works of art, as well as the acquisition of knowledge that develops critical thinking and helps human beings to understand their own environment.

**Keywords:** Literary texts; Philosophical Texts; Mental Health; Emotions; University Education

## **Introducción**

La pandemia del Covid-19 se ha convertido en un virus letal que ha cambiado la historia de la humanidad no solo por las diversas muertes que ha generado, sino también porque ha transformado el estilo de vida de muchas personas y ha afectado poderosamente su salud mental lo que ha conllevado a diversos expertos de la salud mental a buscar estrategias y herramientas para poder solventar las repercusiones de esta enfermedad en el individuo.

Por tal razón, el objetivo fundamental de este ensayo fue realizar recomendaciones de lecturas de textos literarios y textos filosóficos que pudiesen desarrollar no solo el proceso de adquisición de conocimientos, sino también la deliberación de emociones positivas para el estudiante universitario a través de la revisión de teóricos e investigadores versados en los temas de las emociones, la lectura y la salud mental, y finalmente las recomendaciones que desde el punto de vista literario y filosófico se hacen de textos que pueden ayudar a desarrollar en el estudiante la imaginación, recreación, el disfrute, la relación empática, además de la adquisición del conocimiento y el bienestar de la salud mental con el buen manejo de las emociones.

Las emociones representan un aspecto importante en la salud mental y en la salud física del ser humano, puesto que de ellas depende el buen funcionamiento de nuestro sistema inmunológico, esta afirmación es considerada por especialistas de la salud que recomiendan en estos tiempos de pandemia buscar herramientas que permitan establecer relaciones con elementos que manifiesten positividad y esperanza entre ellos se encuentra la lectura de textos seleccionados por el lector que ayudan a su salud, desde un punto de vista integral.

## **La Educación Universitaria y el bienestar del estudiante**

La Educación Universitaria plantea como principal exigencia el desarrollo de un futuro profesional que sea capaz de desarrollar el pensamiento crítico a través de la

construcción del conocimiento científico para la resolución de problemas sociales, culturales, políticos, vinculados con su entorno y con su mundo de vida.

Por tal razón, en esta investigación se recomienda la lectura de textos literarios y textos filosóficos, puesto que estos desarrollan la crítica, la imaginación y el proceso creador, además de desencadenar en ellos un bienestar emocional que contribuye al buen funcionamiento de la salud mental en tiempos de pandemia.

Es importante destacar que los textos que se recomiendan poseen una intención didáctica y moralizante, ya que en el caso de los textos literarios estos se recomiendan porque a través del uso de la crítica social y del humor negro desarrollan el estudiante universitario reflexiona acerca de su mundo de vida y de una realidad latente expresada en una obra literaria como la de un escritor venezolano, quien a través de sus Cuentos Grotescos retrató perfectamente la decadencia moral, social, política e histórica de la sociedad caraqueña de mediados del siglo XX. Cada cuento de este escritor resalta una realidad social que es del interés del estudiante universitario, puesto que podría estar vinculada a su mundo de vida y a la realidad que le rodea. Asimismo, estos cuentos desencadenan una serie de emociones positivas en el estudiante porque el escritor utiliza como recurso retórico el humor negro para desencadenar la risa y la sorpresa de quienes los leen.

En el caso de las otras obras que se recomiendan como los cuentos peregrinos de un escritor colombiano y los textos filosóficos estos tienen una transcendencia universal que le permite al estudiante universitario de cualquier disciplina del saber crear conciencia, reflexionar e identificarse con cada una de las obras recomendadas.

Es por ello que la Educación Universitaria en todos sus niveles pregrado, posgrado y doctorado deberían incentivar al estudiante a la lectura de textos que además de desarrollar su competencia comunicativa, sus habilidades lingüísticas también formen parte del bienestar de su salud mental.

### **Las emociones y la salud mental**

Las emociones y la salud mental son temas tan importantes para cualquier tipo de estudio, ya que forman parte del bienestar integral del individuo y de ello depende también su relación con otras personas y con el buen funcionamiento de su organismo. Existen falsas creencias que la salud mental solo atañe a las personas que poseen una determinada condición o un determinado trastorno mental, aspecto que psicólogos, orientadores y psiquiatras se han encargado de desmentir, puesto que quien no posee salud mental, tampoco puede poseer una buena salud física, ya que la mente, el cerebro y nuestros pensamientos están altamente ligados a nuestro sistema inmunológico. Según Goleman (1996) los individuos necesitamos realizar un proceso de alfabetización emocional, este proceso conlleva a buen dominio de las emociones, tanto positivas como negativas que permitirán el bienestar integral y así de esta manera lograr los objetivos y metas que nos proponamos desde el punto de vista familiar y académico. Por otro lado, también se ha comprobado científicamente que el desencadenar emociones negativas como el miedo, la angustia, la tristeza, la ira generan la secreción de sustancias dañinas en nuestro cerebro

como el cortisol, sustancia que puede afectar negativamente nuestro sistema inmunológico.

Las emociones según Goleman son el resultado de nuestras conductas y la forma de cómo nos desenvolvemos en diferentes entornos y diferentes contextos, debido a que el ser humano refleja emociones de alegría y satisfacción cuando se le acompaña de un estado de elementos gratificantes, mientras que cuando se encuentra rodeado de conflictos, situaciones negativas, esto desencadena la ira, la rabia, el llanto y por ende el no saber manejarse ante una situación que genera conflictos. Acerca de la clasificación de las emociones los investigadores no han llegado a un consenso específico por lo que en este ensayo sigue la clasificación expuesta por Paul Ekman <sup>1</sup>(1979) y Goleman<sup>2</sup>(1996)

Según Ekman (1979) las emociones se encuentran representadas por el miedo, tristeza, alegría, asco y esperanza, mientras que Goleman (1996) las clasifica en: Positivas: alegría, amor, felicidad; Negativas: miedo, ira, tristeza, ansiedad; Ambiguas: miedo, tristeza, compasión y esperanza.; Sociales: vergüenza, celos, timidez, culpabilidad, envidia; Estéticas: las que se experimentan ante las obras de arte y la belleza.

Teniendo en cuenta la clasificación de las emociones se toman algunas sobre todo las vinculadas al bienestar de la salud mental. De lo anterior se desprende que la lectura de cualquier texto y en especial de textos filosóficos y literarios podría generar en el individuo un bienestar de carácter emocional positivo.

### **La lectura de textos literarios y textos filosóficos como proceso recreador y de adquisición de conocimientos**

La lectura es un proceso que se encuentra altamente vinculando con el desarrollo de la cognición, siendo esta la manera como el ser humano describe su mundo de vida. Parodi <sup>3</sup>(1999). De la cita anterior, podemos decir que cuando este autor se refiere a la lectura como un proceso es porque esta se encuentra ligada al desarrollo biológico y académico del individuo, es decir un niño de 5 años es capaz de realizar una lectura descriptiva a cualquier tipo de texto, mientras que un adolescente o adulto podrá según sea su desarrollo académico realizar lecturas, cuyos modos de organización discursiva predominante sean la exposición y la argumentación.

En otro ámbito de ideas se puede afirmar que la lectura recrea los pensamientos del ser humano, ya que el adquirir conocimientos no es su único beneficio, sino también activar los diferentes procesos cognitivos (percepción, atención, los diferentes tipos de memoria, la conciencia y finalmente el lenguaje), otros aspectos que están ligados a la recreación y a la adquisición de conocimientos son: la manifestación del proceso creador; un individuo que lee asiduamente es capaz de desarrollar el pensamiento crítico y por ende

---

<sup>1</sup>EKMAN, P. (1979) About brows: Emocional and conversational signals. En Human Ethology

<sup>2</sup>GOLEMAN, D. (1999). Inteligencia Emocional. Editorial Kairós. Madrid, España

<sup>3</sup>. PARODI, G. Relaciones entre lectura y escritura. Relaciones entre lectura y escritura; una perspectiva cognitiva discursiva. Ediciones Universitarias de Valparaíso. Valparaíso-Chile.

aportar juicios de valor para resolver problemas que formen parte de la sociedad en la que habita, además la lectura ayuda a desarrollar la competencia léxica y, por consiguiente la competencia lingüística y comunicativa del individuo lo que trae como consecuencia un buen desenvolvimiento de este en diferentes contextos y situaciones comunicativas.

Cabe destacar que, la lectura recreativa consiste en una actividad que se propone el acercamiento a los textos de una manera creativa, lúdica y que dentro de sus resultados positivos, desde el punto de vista biológico y psicológico se pueden destacar el que ayuda a crecer y madurar al individuo dentro de su proceso de vida, además de establecer conexiones de identificación con los personajes y acontecimientos del texto, lo que lo conlleva a un proceso de identificación y de relación empática. Vieiro y Gómez<sup>4</sup>(2004)

Después de definir las características fundamentales de la lectura es conveniente realizar una descripción de los aspectos que caracterizan al texto literario y al texto filosófico, puesto que ambos presentan características lingüísticas, intenciones comunicativas diferentes y superestructuras diversas. En el caso del texto literario, este se distingue de los demás tipos de textos por los modos de organización discursiva que predominan en él como lo son: la narración y la descripción, además que su principal interés estriba en desencadenar en el individuo emociones que vayan dirigidas al desarrollo del goce estético, la empatía y el disfrute a través de cada uno de los acontecimientos y personajes que lo caracterizan. Dentro de algunas clases de textos literarios podemos citar: cuentos, novelas, mitos, leyendas crónicas entre otros, mientras que el texto filosófico pretende desencadenar otros intereses de lectura en el individuo, estos intereses van dirigidos al desarrollo del juicio crítico, ya que el modo de organización discursiva más predominante es la argumentación, además sus propósitos e intenciones comunicativos son diferentes, puesto que va encaminado a mostrar en el lector aportaciones de un autor al mundo de la ciencia, reflexiones, visiones ligadas al mundo de la existencia, visiones críticas dirigidas a una disciplina o referirse a un punto específico como puede ser lo histórico, social, cultural, lingüístico y antropológico desde el punto de vista filosófico.

## **Recomendaciones de textos literarios y textos filosóficos según los intereses del lector**

### **Textos literarios que desencadenan emociones como el humor, la risa, el misterio, el suspenso, la compasión, el encuentro consigo mismo**

Para hacer referencia a los criterios mencionados anteriormente se recomienda a los lectores las obras del venezolano José Rafael Pocaterra <sup>5</sup>y del escritor colombiano Gabriel García Márquez tales como:

---

7. VIEIRO, P y GÓMEZ, I. (2004). *Psicología de la lectura*. Editorial Pearson Prentice Hall. Madrid, España

<sup>5</sup>POCATERRA, J. *Cuentos Grotescos*. Editorial Monte de Ávila. Caracas, Venezuela

### Cuentos Grotescos (José Rafael Pocaterra)

- Las Linares
- La casa de la bruja
- Los come muertos

José Rafael Pocaterra fue un escritor nacido en Valencia- Venezuela que reflejó los aspectos históricos, sociales y culturales de la sociedad venezolana de mediados del siglo XX, puesto que vivió todas las consecuencias que representó la dictadura Gomecista para el país, así como retrató en su obra la forma de ser y los modos de vida del venezolano de aquella época. Todos estos aspectos los manifestó utilizando en su mayoría actos de habla perlocutivos Searle <sup>6</sup>(1980), estos actos manifiestan la crítica social a través del humor negro. A continuación se describe la temática de cada cuento y las posibles emociones positivas que pueden desencadenar en el individuo y por ende la adquisición de nuevos conocimientos, a través de la descripción que hace el autor de la realidad venezolana.

### Las Linares

#### Descripción del Cuento:

Este cuento describe la historia de unas hermanas que eran despreciadas por todo el pueblo por su fealdad física y su forma de vestir y de perfumarse. El autor en esta obra realiza una exageración de los rasgos faciales más resaltantes de los personajes entre los cuales se destaca que todas las hermanas Linares eran conocidas por todo el vecindario como las “cejonas” o las “cejudas”, ya que no solo ellas tenían estos rasgos, sino también cada uno de los integrantes de su familia. La historia se desarrolla cuando uno de los integrantes de un grupo de amigos se llega a enamorar de Margarita la menor de Las Linares y es burlado por todo su grupo de amistades porque dicha mujer tenía unas cejas muy resaltantes. Al final del cuento aquel hombre llega a demostrar que Margarita poseía una belleza espiritual que iba más allá de lo físico y le hace comprender a su grupo de amigos que él logró descubrir que detrás de esa aparente fealdad había una gran belleza. El cuento termina con una moraleja que hace reflexionar al individuo, acerca de la verdadera belleza del ser humano.

**Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:** Dentro de la clasificación mostrada, acerca de las emociones se hace referencia a las emociones estéticas a las que hace referencia Goleman (1996) las cuales son desencadenadas ante la fascinación del individuo ante una obra estética o una obra de arte.

---

<sup>6</sup>Searle, J (1980). Actos de habla. Editorial Cátedra. Madrid, España

Las posibles emociones positivas que podría desarrollar este cuento es la alegría a través de la forma chistosa, cómica en la cual el autor refleja los rasgos físicos de los personajes. Asimismo, otras emociones positivas que también podrían desencadenarse son: la compasión y la identificación con los personajes, puesto que “Las Linares” eran rechazadas por su fealdad física. Aspecto que en la sociedad no solo venezolana, sino también a nivel mundial muchos hombres y mujeres experimentan. Del mismo modo, este cuento recrea los pensamientos de quien lo lee, ya que puede hacerse una fotografía de cada uno de los acontecimientos y personajes que están presentes en el texto.

## **La Casa de la Bruja**

### **Descripción del Cuento:**

La historia de este texto narrativo relata la vida de una pobre mujer que por la apariencia de su hogar era juzgada por una sociedad cruel que la llamaba “bruja” y la culpaban de tener pactos con el demonio por la apariencia de su casa y su aspecto físico. Cada acontecimiento fatal que sucedía en aquel poblado como por ejemplo la muerte de un niño inmediatamente le era adjudicada a esta pobre mujer, puesto que nadie sabía lo que había detrás de su triste historia.

Por tal razón, el pueblo se dirigió al jefe civil para que le fuera allanada la casa a esta pobre mujer que fue fuertemente maltratada cuando la máxima autoridad entró en su hogar y descubrió que la oscuridad y los supuestos pactos demoniacos que realizaba no era más que el cuidado que esta le daba a su hijo leproso el cual tenía que estar oculto por la terrible enfermedad que padecía.

Finalmente, el autor de este texto literario nos muestra una gran moraleja y una gran crítica social dirigida a las formas de pensar y de vivir del hombre venezolano de mediados del siglo XX y es que la sociedad muchas veces es cruel cuando solo se deja llevar por lo que aparentemente ve y no se razona, acerca de las posibles circunstancias por las cuales está pasando una persona, además el cuento también refleja otra realidad latente vinculada con el maltrato y el abandono hacia los ancianos.

### **Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

Tomando la clasificación de las emociones propuesta por Goleman (1996) y Ekman (1979) este cuento puede manifestar en el individuo las emociones de compasión, las de tipo estética, así como el amor hacia las personas de la tercera edad, ya que este valor tan importante para la sociedad hoy en día se ha perdido con el profundo maltrato que reciben los ancianos a nivel mundial. Otro aspecto importante de mencionar es que la compasión denominada por Goleman (1996) y Ekman (1979) el lector la desarrolla al establecer un proceso de identificación con el personaje principal. Todo ello ayuda al bienestar de la salud mental, ya que el lector no solamente se recrea con la historia al identificarse con el personaje principal sino también al reflexionar, acerca de la realidad que se vive a nivel mundial, vinculada con el maltrato al anciano.



## **Los come muertos**

### **Descripción del Cuento:**

Esta historia relata la vida de una familia que vivía al lado de un cementerio y que era culpada de comer muertos, debido a su extrema delgadez y apariencia, la pobre familia italiana Giuseppe era señalada por los niños y adultos como los italianos muertos de hambre que vivían en un cacho de tierra que estaba ubicada al lado de un campo santo. Por todos estos acontecimientos Giuseppe padre fue culpado de robar unas gallinas de un corral, acción que era totalmente falsa, debido a que este hombre no era ningún ladrón solo que vestía con harapos y por esa razón fue culpado de ladrón. Estos personajes descritos por su autor Pocaterra tenían unas fachas horrendas y en consecuencia los habitantes de la familia era apedreados y golpeados por las personas que habitaban cerca del cementerio. Después de suceder todos estos acontecimientos a la familia Giuseppe; la integrante menor de la familia es acosada por los niños del vecindario a tal grado que le lanzaron una piedra y esta causó una fuerte herida en la frente de la niña. Después de lo sucedido la infante se escondió detrás de una lápida y un hombre de buena presencia al tomar una piedra para tratar de atacarla reflexiona y suelta la piedra. En esta historia el autor también retrata la crueldad de la humanidad al tratar de dañar a seres inocentes que por no poseer bienes y riquezas eran culpados de comer muertos.

### **Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

La crítica social a través de los actos de habla perlocutivos, Searle (1980) hace que el lector conozca la deshumanización presente en aquella época en la que fue escrito este cuento, deshumanización que actualmente prevalece en la sociedad actual a nivel mundial. Dentro de las emociones que puede desencadenar podemos mencionar la compasión, la sorpresa, dado que el lector se compadece de la forma cruel en la que era maltratada esta familia italiana y la sorpresa porque al final del cuento aquel hombre aparentemente malvado no le hizo daño a la integrante menor de la familia Giuseppe, puesto que reflexionó al observar el miedo y la necesidad de protección de la niña.

## **12 Cuentos Peregrinos de Gabriel García Márquez<sup>7</sup>**

### **La luz es como el agua**

#### **Descripción del Cuento:**

Este cuento corto relata la historia de unos niños muy traviosos que en su escuela cometían maldades a cada momento entre las que se destacaban cambiar la letra del himno de la escuela y burlarse del rector. Asimismo, también realizaban travesuras en su apartamento llenando las lámparas y bombillos de su casa de agua para así de esta manera poder recrearse en la aventura de ser navegantes. Esta acción cometida por los niños lleva al lector a construir diferentes tipos de finales, dado que no se sabe al final del cuento si

<sup>7</sup>GARCÍA, G (1992). Los doce cuentos peregrinos. Editorial Mondari. Colombia

todo fue producto de la imaginación de los infantes o si en realidad murieron electrocutados por la acción que cometieron.

### **Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

La emoción predominante que este cuento genera es la sorpresa, ya que el lector no sabe a ciencia cierta cuál fue el destino final de estos niños al realizar tal travesura en su residencia por lo que el lector puede imaginarse dos finales diferentes: el primero que todo fue producto de la imaginación o que los niños murieron electrocutados.

### **El rastro de tu sangre en la nieve**

#### **Descripción del Cuento:**

Este hermoso cuento trata el tema del amor y describe la relación de una pareja de jóvenes que decidieron unir sus vidas para toda la vida, sin embargo, un suceso inesperado cambió sus vidas porque la protagonista se pinchó el dedo con la espina de una rosa a raíz de ese incidente su esposo le pierde la pista y recorre todo el mundo para poder ubicarla siguiendo las gotitas de sangre que ella dejaba en la nieve.

El final del cuento es triste e inesperado, ya que el joven logra encontrar a su amada en un hospital sin vida, por cuanto se había desangrado tras el pinchazo que recibió con la espina de la rosa.

### **Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

Este texto desencadena en el ser humano el sentimiento y emoción positiva del amor al describir la historia de una relación amorosa, también delibera la emoción de la sorpresa, porque jamás el lector se imagina un final triste, sin embargo este cuento desarrolla la recreación e imaginación del lector además de la emoción llamada por Goleman (1996) estética que es la que está vinculada a la valoración que siente el individuo ante una obra de arte que podría vincular con un texto poético, por ejemplo quienes hayan leído este cuento lo podrían relacionar con una canción del músico dominicano Juan Luis Guerra, quien en una canción llamada “La travesía” inicia su recorrido por todo el mundo y nunca encuentra a ese amor que tanto amaba. Después de presentar los grandes beneficios que trae consigo el texto literario a la salud mental del ser humano podríamos decir que este tipo de texto se encuentra cargado de emociones positivas que son descubiertas cuando el lector establece una relación empática con los acontecimientos que suceden en este, puesto que estos relatan historias vinculadas con su realidad y su modo de vida.

De lo anterior se infiere que la literatura es el espejo de la realidad ficcionada donde el escritor manifiesta una serie de emociones con las cuales el escritor puede identificarse.

**Textos que desencadenan emociones la reflexión acerca del motivo de la existencia, involucran al individuo en acontecimientos históricos y generan en la salud mental emociones como: alegría, imaginación y juicio crítico.**

La filosofía representa todos los aspectos que conciernen a la vida del hombre su existencia, sus razones de vida, su pensamiento crítico, la realidad de las cosas, los juegos del lenguaje, es decir es una ciencia que se enlaza con lo axiológico, lo epistémico, lo literario, lo histórico, lo social y lo cultural. A continuación se presentan una serie de recomendaciones de lecturas de textos filosóficos enmarcadas en los grandes temas de la Filosofía y la Educación, La Filosofía y el sentido de la existencia, La Filosofía y su vinculación con la historia universal, La Filosofía y el texto literario.

En lo que se refiere a desencadenar en el individuo emociones que lo conlleven al bienestar de su salud mental podría decirse que la mayor emoción que desencadena el texto filosófico es la alegría, dado que el individuo siente una sensación de gratificación al encontrarse con tanta sabiduría reflejada en el texto filosófico.

**El mundo de Sofía (Jostein Gaarder<sup>8</sup>)**

**Descripción de la obra:**

Esta obra es una digna representación de la vinculación en la filosofía y la educación, ya que fue realizada sobre los cimientos de la corriente de pensamiento constructivista, es decir aprender a conocer la historia de la filosofía para adquirir conocimientos previos y un aprendizaje significativo.

La historia comienza cuando una adolescente de 15 años Sofía recibe unas cartas por correspondencia que la llevarán a conocer la historia de la filosofía de una manera lúdica y divertida para ello su maestro Alberto describe todas las etapas de la historia (antigua, medioevo, moderna y contemporánea) utilizando la estrategia de la dramatización, el trabajo con los espacios temporales, puesto que ambos viajaban por el tiempo y el espacio.

En cada momento de la obra cuando al maestro le correspondía describir o explicarle a Sofía algún acontecimiento importante de la historia, este buscaba todos los elementos que caracterizaban a la época como por ejemplo para describir al medioevo este se vistió de monje y subió a un pulpito para demostrarle a Sofía la influencia del catolicismo en esa época.

**Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

Jostein Gaarder propone a la filosofía como la forma en la que el ser humano interpreta la vida. Asimismo, la describe como el camino que nos ayuda a entender el origen todas las cosas, el mundo que nos rodea y el lugar que ocupamos en él. Todo lo anteriormente descrito desencadena en el individuo emociones como la alegría, la satisfacción al adquirir entretenimiento y recreación al leer un texto filosófico que le proporciona belleza y conocimiento.

---

<sup>8</sup>GAARDER, J (2008). *El mundo de Sofía*. Editorial Siruela. Madrid, España

## **Investigaciones Filosóficas (Ludwig Wittgenstein)<sup>9</sup>**

### **Descripción de la obra:**

Esta obra representa la crítica del pensamiento filosófico, ya que en este texto filosófico Ludwig Wittgenstein hace hincapié en la idea de que el lenguaje puede iluminarnos sobre esa actitud que debemos asumir al pensar el lenguaje. Al partir de la concepción de que no hay un único paradigma lingüístico sino una pluralidad de “juegos de lenguaje”, este pensador nos invita a describir el lenguaje como parte de una actividad o de una “forma de vida”; por lo tanto, la conducta lingüística está inmersa en los modos de vivir y comunicarse de los seres humanos y estos modos de vivir dan lugar a diferentes maneras de jugar el lenguaje.

### **Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

Debido a los extensos planteamientos que plantea la obra *Investigaciones Filosóficas* se tomó un apartado relacionado con la conducta lingüística que el individuo debe asumir ante una determinada situación o forma de vida. Con la lectura de este texto el ser humano no solo adquiere la capacidad de asumir juicios críticos o posturas ante un determinado tema filosófico, sino también lo ayuda a pensar y a reflexionar, acerca de que el lenguaje forma parte de su mundo y su estilo de vida.

## **La Náusea (Jean Paul Sartre)<sup>10</sup>**

### **Descripción de la obra:**

La Náusea es una de las obras más representativas del siglo XX por considerarse una conjunción entre los temas filosófico, literario y existencial más que una obra literaria representa un tratado de filosofía por describir el tema de la existencia del hombre se podría decir que plantea relación simbiótica entre filosofía y existencia. La temática central es que el personaje principal Antoine Roquetin se encuentra asqueado del mundo que le rodea el cual lo lleva a plantearse el sentido de su existencia. En otro orden de ideas, la obra de Sartre manifiesta el absurdo de la existencia después de los acontecimientos acaecidos en la segunda guerra mundial y todo lo que este acontecimiento histórico generó al desarrollar la decadencia moral, social, histórica del pueblo francés y por ende del continente europeo.

### **Adquisición del conocimiento que genera en el individuo y las posibles emociones que puede desencadenar:**

Este texto es recomendado porque desencadena todas las emociones descritas por Ekman (1979) y Goleman (1996) aunque algunas se consideran negativas como la ira, la impotencia entre otras, estas al igual que las emociones positivas también están ligadas a la salud mental del individuo y puede que este muestre emociones de impotencia y rabia ante lo planteado en la obra, pero todo esto lo hace de forma recreada y ficcionada.

---

<sup>9</sup>Wittgenstein, L (2017). *Investigaciones Filosóficas*. Editorial Trotta. Argentina

<sup>10</sup>Sartre, P. (1938). *La Náusea*. Ediciones Gallimard. Francia

## **Reflexión final**

Finalmente, podemos decir que la salud mental en estos tiempos de pandemia se considera un aspecto crucial en el bienestar integral del estudiante universitario, por tal razón las lecturas recomendadas tanto de textos literarios como filosóficos se presentó como una herramienta que puede ser utilizada por el ser humano para lograr desencadenar emociones positivas como alegría, bienestar, sorpresa, además de la adquisición de nuevos conocimientos que lo ayudarán a obtener conocimientos previos y a desarrollar juicios críticos.

Los textos literarios que se recomiendan en su mayoría son cuentos que pertenecen a dos grandes escritores universales como lo son el venezolano José Rafael Pocaterra y el colombiano Gabriel García Márquez que según el criterio de los investigadores desencadenan en el individuo emociones positivas, vinculadas con la valoración ante una obra estética cuando este logra establecer relación empática con cada uno de los textos. Otro aspecto importante es que estos textos literarios tratan grandes temas de interés para el lector como la crítica social, el humor negro, la compasión, el suspenso de un final inesperado, la alegría entre otras cosas.

En lo que respecta, a los textos filosóficos estos generan en el individuo una satisfacción de bienestar ya que plantean temas como la vinculación de la filosofía con la educación, con el sentido de la existencia, con la importancia de jugar con el lenguaje. En pocas palabras el texto filosófico nos ayuda a entendernos a nosotros mismos a través del conocimiento de la sociedad, la cultura y la historia.



UNIVERSIDAD  
DEL ZULIA

---

# REVISTA DE FILOSOFÍA

N° 99-3 \_\_\_\_\_

*Esta revista fue editada en formato digital y publicada en octubre de 2021, por el **Fondo Editorial Serbiluz**, Universidad del Zulia. Maracaibo-Venezuela*

[www.luz.edu.ve](http://www.luz.edu.ve)  
[www.serbi.luz.edu.ve](http://www.serbi.luz.edu.ve)  
[www.produccioncientificaluz.org](http://www.produccioncientificaluz.org)