

La filosofía como forma de vida y formación humana en el estoicismo y el epicureísmo en la antigüedad.

Apuntes de clase

Características generales del periodo helenístico

Tradicionalmente, la palabra “helenístico” designa el periodo de la historia griega que abarca de Alejandro Magno, hasta el Imperio romano, por tanto de finales del siglo IV a. C. a fines del siglo I a.c. Gracias a la extraordinaria expedición de Alejandro, quien extenderá la influencia griega desde Egipto hasta Samarcanda y Tashkent y también hasta el Indo, se inaugura una nueva época de la historia universal. Podemos decir que Grecia empieza entonces a descubrir la inmensidad del mundo. Es el principio de intensos intercambios comerciales, no sólo con Asia central, sino también con China y África, pero asimismo con la Europa occidental. Las tradiciones, las religiones, las ideas, las culturas se mezclan, y este encuentro dejaría un sello indeleble en la cultura de Occidente. Al morir Alejandro, sus generales se disputan su inmenso imperio. Estas luchas acaban en la formación de tres grandes reinos, reunidos en torno a tres capitales: Pella, que ejercía su autoridad sobre Macedonia y Grecia; Alejandría en Egipto, y Antioquía en Siria, en donde la dinastía de los Seléucidas reina no sólo en el Asia Menor, sino también en Babilonia.

Se ha convenido en considerar como final del periodo helenístico el suicidio de Cleopatra, reina de Egipto, en el año 30 a. C., tras la victoria de Augusto, en Accio. Desde fines del siglo III a. C., los romanos habían entrado en contacto con el mundo griego y descubierto poco a poco la filosofía.

Malentendido: A menudo se ha presentado el periodo helenístico de la filosofía griega como una fase de decadencia de la civilización griega, degenerada por su contacto con Oriente. Varias causas pueden explicar este prejuicio:

1. el prejuicio clásico que fija *a priori* un modelo ideal de conducta y que decide que sólo merece ser estudiada la Grecia de los presocráticos, de los trágicos y Platón.
2. la idea según la cual, con la transición del régimen democrático al monárquico y el fin de la libertad política, se habría extinguido la vida pública de las ciudades griegas. Los filósofos abandonando el gran esfuerzo especulativo de Platón y de Aristóteles y la esperanza de formar a hombres políticos capaces de transformar la ciudad, se habrían resignado entonces a proponer a los hombres, privados de la libertad política, un refugio en la vida interior.

Esta representación de la época helenística, falsea la realidad. Es erróneo imaginar esta época como un periodo de decadencia; (Hadot: 106). Y esto debido a que:

- a) todas estas ciudades siguieron teniendo durante las monarquías helenísticas, como luego

en el imperio romano, una **intensa actividad cultural, política, religiosa** y hasta **atlética**. Por otro lado, las ciencias exactas y las técnicas tuvieron entonces un desarrollo extraordinario. Sobre todo, bajo la influencia de los Ptolomeos, quienes reinaban en Alejandría, esta ciudad se volvió el centro más animado de la civilización helenística.

b) la supuesta pérdida de la libertad de las ciudades tampoco provocó una **disminución de la actividad filosófica**. Y además, no podríamos decir que el régimen democrático les fuera más favorable a los sabios y filósofos; Anaxágoras y Sócrates fueron objeto de procesos acusados de impiedad por la democrática Atenas.

c) en la propia actividad filosófica, tampoco hay un cambio de orientación radical. Se ha repetido muchas veces que los filósofos de la época helenística ante su incapacidad para actuar en la ciudad, desarrollaron **una moral del individuo** y se dedicaron a cultivar su interioridad. Las cosas son mucho más complejas. Por una parte, si es cierto que Platón y Aristóteles, cada uno a su manera, tienen preocupaciones políticas, la vida filosófica es sin embargo, para ellos, un medio que los libra de la corrupción política.

d) los filósofos de la época helenística, incluso los epicúreos, **jamás se desinteresarán de la política**, desempeñando a menudo el papel de consejero de los príncipes o de embajador de una ciudad. Los filósofos estoicos tendrán un papel importante en la elaboración de las reformas políticas y sociales en varios Estados; por ejemplo, el estoico Esfero ejerce una poderosa influencia sobre los reyes de Esparta, Agis y Cleómenes. En general, los filósofos nunca renunciaron a la esperanza de cambiar la sociedad, por lo menos mediante el ejemplo de su vida; (Hadot: 108).

La vida filosófica fue muy activa en la época helenística, pero, por desgracia, no la **conocemos** más que **de manera imperfecta**, debido a saqueos y fatalidades varias. Ejemplo: el filósofo Crisipo, uno de los fundadores del estoicismo, escribió, se dice, 700 tratados, ninguno de los cuales sobrevivió y de ellos sólo recuperamos algunos raros fragmentos en los papiros descubiertos en Herculano y gracias a las citas que de ellos hicieron autores de la época romana. Nuestra **visión** de la historia de la filosofía está, pues, irremediablemente **falseada** por contingencias históricas. Tal vez tendríamos de ella una representación muy diferente si hubiesen desaparecido las obras de Platón y de Aristóteles y se hubieran conservado las de los estoicos Zenón y Crisipo.

e) **no** hubo corrupción o **degeneración** del mundo griego por su contacto con el mundo oriental; en realidad, la filosofía helenística corresponde a un desarrollo natural del movimiento intelectual que la precedió y prosigue a veces temas **presocráticos**, pero sobre todo está profundamente influida por el pensamiento de Sócrates.

Características de las escuelas filosóficas en la Grecia antigua

Existe **un punto en común** entre el epicureísmo y el estoicismo, que en realidad es un elemento característico a todas las escuelas filosóficas de la antigüedad, aunque se hace especialmente visible en el periodo helenístico: **el discurso filosófico en estas escuelas es, al mismo tiempo, medio y expresión de un modo de vida; la filosofía es, ante todo, una manera de vivir, pero una manera de vivir que se vincula estrechamente con el discurso filosófico. Es decir que, el discurso filosófico forma parte del modo de vida.**

Es que hoy en día se impone establecer esta **aclaración**, que en la antigüedad griega sería absolutamente innecesaria: existe una profunda diferencia entre **la representación que los antiguos se hacían de la *philosophia*** y la que habitualmente nos hacemos nosotros, por lo menos **la imagen que de ella se da a los estudiantes por las necesidades de la enseñanza universitaria.**

A través de esta enseñanza se fomenta una imagen falsa e inaplicable para el periodo de la filosofía antigua: da la impresión de que todos los filósofos a los que estudian se afanaron por turnos para inventar, cada uno de una manera original, una nueva construcción sistemática y abstracta, destinada a explicar, de una u otra manera, el universo.

De estas teorías que podríamos llamar de “filosofía general” se derivarían, según esta falsa visión, en casi todos los sistemas, doctrinas morales y sus consecuencias para el hombre y para la sociedad. De los principios generales del sistema se invitaría a hacer cierta elección de vida, a adoptar cierta manera de comportamiento.

Esta perspectiva es errónea por los siguientes motivos:

1. **En las corrientes helenísticas, el discurso filosófico se origina en una elección de vida y en una opción existencial y no a la inversa.** Ninguna obligación universitaria orientaba al futuro filósofo hacia tal o cual escuela, sino que, era en función del modo de vida que se practicaba en ella como el futuro filósofo asistía a las lecciones en la institución escolar (*schole*) de su preferencia. Por lo menos, desde Sócrates, la opción por un modo de vida no se localiza al final del proceso de la actividad filosófica, como una especie de apéndice accesorio, sino por el contrario, se localiza en su origen, en una compleja interacción entre la reacción crítica a otras actitudes existenciales, la visión global de cierta manera de vivir y de ver el mundo, y la decisión voluntaria misma; y esta opción determina, pues, hasta cierto punto la doctrina misma y el modo de enseñanza de esta doctrina.
2. En segundo lugar, esta decisión y esta elección jamás se hacen en la soledad, nunca hay ni filosofía ni filósofos fuera de un grupo, de una comunidad, en una palabra, de una “**escuela**” filosófica y, precisamente, esta última corresponde entonces ante todo a la elección de cierta manera de vivir, a cierta **opción existencial**, que exige del individuo un cambio total de vida, una **conversión** de todo el ser y, por último, cierto deseo de ser y de vivir de cierto

modo.

3. Esta opción existencial implica a su vez una **visión del mundo**, y la tarea del discurso filosófico será revelar y justificar racionalmente tanto esta opción existencial como esta representación del mundo. El discurso filosófico teórico nace, pues, de esta inicial opción existencial **y conduce de nuevo a ella** en la medida en que, por su fuerza lógica y persuasiva, por la acción que pretende ejercer sobre el interlocutor, incita a maestros y discípulos a vivir realmente de conformidad con su elección inicial, o bien es de alguna manera la aplicación de un cierto ideal de vida.

Las consecuencias de este planteo son evidentes: **no se puede** considerar los discursos filosóficos como realidades que existirían en sí mismas y por sí mismas, ni estudiar su estructura independientemente del filósofo que los desarrolló. ¿Podemos separar el discurso de Sócrates de la vida y de la muerte de Sócrates?; Hadot: 15.

Pierre Hadot utilizó la noción de **ejercicios espirituales para describir esta dimensión práctica de la filosofía en la que es necesario que el sujeto se modifique a sí mismo si desea acercarse a la verdad**: son las prácticas, que podían ser de orden físico, como el régimen alimentario, o discursivo, como el diálogo y la meditación, o intuitivo, como la contemplación, pero que estaban todas destinadas a operar una modificación y una transformación en el sujeto que las practicaba. El discurso del maestro de filosofía podía, además, tomar él mismo la forma de un ejercicio espiritual, en la medida en que ese discurso era presentado de un modo tal que el discípulo, como auditor, lector o interlocutor, podía progresar espiritualmente y se transformaba en lo interior.

Hacia fines del siglo IV, casi toda la actividad filosófica se concentra en Atenas, en las cuatro escuelas fundadas respectivamente por Platón (la Academia), por Aristóteles (el Liceo), por Epicuro (el Jardín) y por Zenón (la Stoa). Durante casi tres siglos estas instituciones se mantendrán activas. A diferencia de los grupos transitorios que se formaban en torno a los sofistas, eran **instituciones permanentes** no sólo en vida de su fundador, sino mucho tiempo después de la muerte de éste.

La actividad de estas escuelas suele ejercerse en los gimnasios, complejos para múltiples finalidades: la Academia, el Liceo, o en otros lugares públicos como la Stoa Poikilê (el Pórtico), en los que era posible reunirse para escuchar conferencias o discutir. La escuela adoptó precisamente su nombre del lugar de reunión.

Así pues, existe, por lo menos hasta el final de la época helenística, una coincidencia entre

- la escuela como **tendencia doctrinal**,
- la escuela como **lugar** en el que se **enseña** y
- la escuela como **institución estable** organizada por un fundador, que es precisamente el origen del **modo de vida** practicado por la escuela y de la tendencia doctrinal que se le vincula.

La destrucción de la mayoría de las instituciones escolares atenienses modificará después la situación.

Estas escuelas estaban ampliamente **abiertas al público**, la mayor parte de los filósofos de este periodo no cobran honorarios, influencia platónica. Pero dentro de ese público en general se distinguían entre quienes frecuentaban la escuela, los simples oyentes y el grupo de los **verdaderos discípulos**, llamados los “familiares”, los “amigos” o los “compañeros”, divididos a su vez en jóvenes y antiguos. Estos verdaderos discípulos viven a veces en común con el maestro en casa de éste o cerca de ella. Por otro lado, encontramos tanto en la Academia, en el Liceo como en la escuela de Epicuro, una misma costumbre: la de tomar los alimentos en común a intervalos regulares.

Disponemos de menos detalles acerca de la escuela estoica, fundada hacia el año 300 por Zenón de Citio, quien daba clases en el Pórtico llamado Stoa Poikilê. Los historiadores antiguos cuentan que tenía muchos alumnos y sobre todo que el rey de Macedonia Antígono Gonatas iba a escucharlo cuando residía en Atenas.

La institución escolar estoica es mucho menos monolítica que la escuela epicúrea. Los lugares de enseñanza varían, y sobre todo diferentes tendencias doctrinales se abren paso después de la muerte de Zenón; Aristón de Quío, Cleantes, Crisipo enseñan muchos distintos puntos de opinión. Estas oposiciones entre las tendencias continuarán durante toda la existencia de la escuela estoica, es decir, hasta los siglos II y III d. C. Disponemos de muy pocos detalles sobre la atmósfera que reinaba en esas diferentes escuelas estoicas.

Cada escuela se define y se caracteriza por una elección de vida, por cierta opción existencial. La filosofía es amor a y búsqueda de la sabiduría, y ésta es precisamente cierto modo de vida. La elección inicial, propia de cada escuela, es pues la de cierto tipo de sabiduría.

Tanto el **estoicismo** como el **epicureísmo** parecen estar definidas por los mismos términos, ante todo por **una perfecta tranquilidad del alma**. En esta perspectiva, la filosofía parece ser una **terapéutica de las preocupaciones**, de las angustias y de la desgracia humana, desgracia provocada por la búsqueda de falsos placeres, según los epicúreos o por la persecución del placer y del interés egoísta según los estoicos. Ambas admiten con Sócrates que los hombres están inmersos en la desgracia; **el mal no radica** en las cosas, sino **en los juicios de valor** que los hombres emiten

acera de ellas. Se trata pues de ayudar a los hombres cambiando sus juicios de valor, en este sentido ambas filosofías pretenden ser terapéuticas. Pero para modificar sus juicios de valor, el hombre debe hacer una elección radical; **cambiar toda su manera de pensar y su modo de ser**. Esta elección es la filosofía, pues gracias a ella logrará la paz interior, la tranquilidad del alma; (Hadot 117).

Diferencias entre epicureísmo y estoicismo: si bien ambas concuerdan en reconocer que la elección filosófica fundamental debe corresponder a una tendencia innata en el hombre, podemos distinguir entre ellas, por una parte, en el epicureísmo la búsqueda del placer es lo que motiva toda la actividad humana, y por la otra, el estoicismo, para quien conforme a la tradición socrática, el amor al Bien es el instinto primordial del ser humano.

Identidades y diferencias: el método de enseñanza

En el estoicismo la enseñanza es la misma que la de la tradición socrática, a pesar de la transformación de las condiciones políticas, la enseñanza tenía la misma doble finalidad que en la época de Platón y de Aristóteles: **formar** directa o indirectamente **ciudadanos**, más aún, si es posible, **dirigentes políticos**, pero también formar **filósofos**. La formación para la vida en la ciudad apunta a lograr el dominio de la palabra mediante numerosos ejercicios retóricos, y sobre todo dialécticos, y a obtener de la enseñanza del filósofo los principios de la ciencia del gobierno.

Además, en Atenas aprenden no sólo a gobernar, sino a **gobernarse a sí mismos**, pues la formación filosófica, es decir, el ejercicio de la sabiduría, está destinada a realizar plenamente la opción existencial de la que hablamos, gracias a la asimilación intelectual y espiritual de los principios de pensamiento y de vida que se implican en ella. Para lograrlo es indispensable el diálogo animado y la discusión entre maestro y discípulos, según la tradición socrática y platónica. Bajo la influencia de esta doble finalidad, la enseñanza tiende a adquirir siempre una forma dialogada y dialéctica, es decir, a conservar sin cesar, aun en las exposiciones magistrales, la apariencia de un **diálogo**, de una sucesión de preguntas y respuestas, lo que supone una **relación constante**, por lo menos virtual, con los individuos específicos a quienes se dirige el discurso del filósofo.

Era un método pedagógico en el que a partir de una “tesis” se fundamentaba todo un esquema de preguntas-respuestas, la enseñanza filosófica no consistió en desarrollar teorías por sí mismas, independientemente de las **necesidades del auditorio**, pues el discurso estaba obligado a desarrollarse en el campo limitado por una pregunta hecha por un determinado oyente. El procedimiento habitual del pensamiento consistía pues en volver a los principios generales, lógicos o metafísicos, a partir de los cuales esa pregunta podía ser resuelta.

Sin embargo, existía otro **proceder**, éste **deductivo** y **sistemático**, en el epicureísmo y el estoicismo. Por otro lado, en la escuela epicúrea, el ejercicio técnico de la dialéctica no desempeñaba ninguna función. Los discursos filosóficos adquirirían en ella una forma resueltamente deductiva, es decir, partían de los principios para llegar a las consecuencias de esos principios: lo vemos por ejemplo en la *Carta a Heródoto*; y algunos de estos discursos eran puestos a disposición del discípulo por escrito para que pudiese aprendérselos de memoria. La enseñanza epicúrea se inicia en efecto por la lectura y la memorización de breves resúmenes de la doctrina de Epicuro, presentada en forma de sentencias muy cortas; luego el discípulo toma conocimiento de resúmenes más desarrollados como la *Carta a Heródoto*, y por último, si lo desea, puede abordar la gran obra de Epicuro *Sobre la naturaleza*, en 37 libros. Pero siempre debe volver a los resúmenes, a fin de no perderse en los detalles y de conservar siempre presente la intuición de la totalidad. Hay pues un continuo ir y venir entre la extensión de los conocimientos y la concentración en el núcleo esencial.

Si bien los estoicos empleaban el método dialéctico en su enseñanza, sin embargo también se esforzaban por presentar su doctrina conforme a un eslabonamiento rigurosamente sistemático, que además era la admiración de los antiguos y exigían asimismo de sus discípulos que siempre tuvieran presente, por medio de un esfuerzo constante de la memoria, lo esencial de los dogmas de la escuela.

Aquí vemos el significado que adopta la noción de **sistema**. No se trata de una construcción conceptual que sería un fin en sí misma y que tendría, como por casualidad, consecuencias éticas sobre el modo de vida estoico o epicúreo. La finalidad del sistema es reunir en forma condensada los dogmas fundamentales y entrelazarlos por medio de una argumentación rigurosa, a fin de crear un núcleo sistemático muy concentrado, a veces hasta condensado en una breve sentencia, que tendrá así una mayor fuerza persuasiva, una mejor **eficacia mnemotécnica**. Así tiene ante todo un valor psicagógico: está destinado a producir un efecto en el alma del oyente o del lector. Esto no quiere decir que este discurso teórico no responda a las exigencias de la coherencia lógica: muy por el contrario, es lo que constituye su fuerza. Pero, expresando él mismo una elección de vida, pretende conducir a una elección de vida.

Para las filosofías dogmáticas, como el epicureísmo o el estoicismo, el sistema, es decir, el conjunto coherente de los dogmas fundamentales, es intangible puesto que se vincula íntimamente con el modo de vida epicúreo o estoico. Esto no quiere decir que toda discusión quede abolida en esas dos escuelas; la estoica sobre todo se fragmentó muy pronto en diferentes tendencias. Pero las divergencias y las polémicas permiten que subsista la opción original y los dogmas que la expresan.

Por eso estas filosofías tienen un **carácter popular** y **misionero**, porque, puesto que las discusiones técnicas y teóricas son asunto de los especialistas, pueden resumirse para los principiantes y los avanzados en un pequeño número de fórmulas fuertemente entrelazadas, que son

sobre todo **reglas de vida práctica**. Estas filosofías recuperan así la intención misionera y popular de Sócrates. Mientras que el platonismo y el aristotelismo están reservadas a una élite que dispone de tiempo libre para estudiar, investigar y contemplar, el epicureísmo y el estoicismo se dirigen a todos los hombres, ricos o pobres, hombres o mujeres, libres o esclavos. Quienquiera que adopte el modo de vida epicúreo o estoico, quienquiera que lo ponga en práctica, será considerado filósofo, aun si no desarrolla, por escrito u oralmente, un discurso filosófico.

El epicureísmo:

Epicuro (aprox. 342-271) fundó en 306 en Atenas una escuela que permaneció vigente en esa ciudad por lo menos hasta el siglo II d. C. El poema de Lucrecio, *De Rerum Natura*, o las gigantescas inscripciones que el epicúreo Diógenes hizo grabar en la ciudad de Enoanda en una fecha incierta (siglo I a. C. o siglo II d. C.), para dar a conocer los escritos y la doctrina de Epicuro a sus conciudadanos, dan testimonio del fervor misionero con el que sus discípulos, incluso lejanos, se esforzaron por difundir su mensaje.

Una experiencia y una elección

En el punto de partida del epicureísmo hay una experiencia y una elección. Una experiencia, la de la la “carne”: “Voz de la carne, no tener hambre, no tener sed, no tener frío; el que dispone de eso, y tiene la esperanza de disponer de ello en el porvenir, puede luchar hasta con Zeus por la felicidad” (Epicuro: Sentencias Vaticanas, & 33).

Aquí, la “carne” no es una parte anatómica del cuerpo, sino, en un sentido casi fenomenológico y muy novedoso, al parecer, en filosofía, el sujeto del dolor y del placer, es decir, el individuo. Como lo demostró Diano, Epicuro tenía que hablar de “sufrimiento”, de “placer” y de “carne” para expresar su experiencia, pues

“no había otro medio para llegar y señalar con el dedo al hombre en la pura y simple historicidad de su ser en el mundo y para descubrir por fin lo que llamamos “individuo”, este individuo sin el cual no se puede hablar de persona humana. Pues es sólo en la “carne” que sufre o se apacigua, en donde nuestro “yo” -nuestra alma- surge y se revela a sí mismo y al otro. He aquí por qué las mayores obras de caridad son las que tienen por objeto la carne y sacian su hambre y apagan su sed”.

Además, la “carne” no está separada del “alma”, si es cierto que no hay placer o sufrimiento sin que de ellos se tenga conciencia y que el estado de conciencia repercute a su vez en la “carne”.

Una experiencia, pues, pero también una elección: lo que cuenta ante todo es liberar a la “carne”

de su sufrimiento, luego permitirle alcanzar el placer. Para Epicuro, la elección socrática y platónica a favor del amor por el Bien es una ilusión: en realidad, lo que mueve al individuo no es más que la búsqueda de su placer y de su interés. Pero el papel de la filosofía consistirá en saber buscar de manera razonable el placer, es decir, en realidad, en aspirar al único placer verdadero, el simple placer de existir. Pues toda la desdicha, toda la pena de los hombres, procede del hecho de que ignoran el verdadero placer. Al buscarlo, son incapaces de alcanzarlo, porque no pueden satisfacerse con lo que tienen, o buscan lo que está fuera de su alcance, o porque estropean ese placer al temer siempre perderlo. Podemos decir en cierto sentido que el sufrimiento de los hombres se origina principalmente en sus opiniones huecas, luego en sus almas; (Cicerón). **La misión de la filosofía, la misión de Epicuro, será pues ante todo terapéutica: habrá que sanar la enfermedad del alma y enseñar al hombre a vivir el placer.**

La ética

La elección fundamental se justificará primero por un discurso teórico sobre la ética que propondrá una definición del verdadero placer y una ascesis de los deseos (es decir, un conjunto de prácticas y hábitos para alcanzar la felicidad). Según Epicuro, hay **placeres “en movimiento”**, “dulces y aduladores” que, propagándose en la carne, provocan una excitación violenta y efímera. Al buscar únicamente estos placeres, los hombres encuentran la insatisfacción y el dolor, porque estos placeres son insaciables y, habiendo alcanzado cierto grado de intensidad, se vuelven sufrimientos.

Hay que distinguir por completo de esos placeres móviles, el **placer estable**, el placer en reposo como “estado de equilibrio”. Es el estado del cuerpo sosegado y sin sufrimiento, que consiste en no tener hambre, no tener sed, no tener frío; (Epicuro, *Carta a Meneceo*, & 128).

En esta perspectiva, el placer, como supresión del sufrimiento, es un bien absoluto, es decir, no puede crecer, no puede agregársele un nuevo placer, “al igual que un cielo sereno no es susceptible de una mayor claridad” (Séneca, *Epístola a Lucilium*, 66). Este placer estable tiene una naturaleza distinta de la de los placeres móviles. Se opone a ellos como el ser al devenir. Tal vez sorprenderá que se atribuya una trascendencia tal a la simple supresión del hambre o de la sed y a la satisfacción de las necesidades vitales. Pero podemos pensar que este estado de supresión del sufrimiento del cuerpo, este estado de equilibrio, abre a la conciencia un sentimiento global, cenestésico (es decir, una sensación general del estado del cuerpo) de la propia existencia: todo sucede entonces como si, al suprimir el estado de insatisfacción que lo absorbía en la búsqueda de un objeto particular, el hombre por fin quedara libre de poder tomar conciencia de algo extraordinario, que ya estaba presente en él de manera inconsciente, el placer de su existencia, de la “identidad de la simple existencia”. Este estado no carece de analogía con la “dicha suficiente,

perfecta y plena” de la que habla Rousseau en *Las reflexiones de un paseante solitario*: “¿De qué se goza en semejante situación? De nada exterior a uno, de nada sino de uno mismo y de su propia existencia; mientras este estado dure, se basta uno a sí mismo como Dios”.

Agreguemos que este estado de placer estable y de equilibrio corresponde también a un estado de tranquilidad del alma y de ausencia de perturbación.

El método para alcanzar este placer estable consistirá en una ascesis de los deseos. En efecto, si los hombres son desdichados, se debe a que los torturan deseos “inmensos y huecos” (Cicerón, *De los fines buenos y malos*), la riqueza, la lujuria, la dominación. La ascesis de los deseos se fundamentará en la distinción entre los deseos naturales y necesarios, los deseos naturales y no necesarios, y por último los deseos vacíos, los que no son naturales ni necesarios, (Epicuro, *Carta a Meneceo* &127).

Son naturales y necesarios los deseos cuya satisfacción libera de un dolor y que corresponden a las necesidades elementales, a las exigencias vitales. Son naturales pero no necesarios el deseo de manjares suntuosos o también el deseo sexual. No son ni naturales ni necesarios, sino producidos por opiniones vacías, los deseos sin límite de la riqueza, de la gloria o de la inmortalidad. Una sentencia epicúrea resumirá claramente esta división de los deseos: “Gracias sean dadas a la bienaventurada Naturaleza que hizo que las cosas necesarias sean fáciles de obtener y que las cosas difíciles de alcanzar no sean necesarias”.

La ascesis de los deseos consistirá, pues, en limitarlos, suprimiendo aquellos que no son ni naturales ni necesarios, restringiendo lo más posible los que son naturales, pero no necesarios, pues éstos no suprimen un sufrimiento real, sino que sólo apuntan a variaciones en el placer y pueden provocar pasiones violentas y desmesuradas. Esta ascesis de los placeres determinará así cierto modo de vida...

Pero una grave amenaza pesa sobre la felicidad del hombre. El placer no puede ser perfecto si el temor a la muerte y a las decisiones divinas en este mundo y en el otro lo perturban. Como lo muestra Lucrecio con insistencia en *De Rerum Natura*, el temor a la muerte es finalmente la base de todas las pasiones que hacen desdichados a los hombres.

Para Epicuro, el hombre, por una parte, no tiene por qué temer a los dioses, pues no ejercen ninguna acción sobre el mundo y sobre los hombres, y, por la otra, el hombre tampoco ha de atemorizarse ante la muerte, ya que el alma, compuesta por átomos, se disgrega, como el cuerpo, cuando muere y pierde toda sensibilidad. “La muerte no es nada para nosotros; mientras estamos aquí nosotros mismos, la muerte no está y, cuando la muerte está aquí, ya no estamos” (Epicuro *Carta a Meneceo* &124-125). Ya no somos nosotros mismos en cuanto sobreviene la muerte. ¿Por qué entonces temeríamos a lo que nada tiene que ver con nosotros?

Ejercicios

Para lograr la curación del alma y una vida conforme a la elección fundamental, no basta haber tomado conocimiento del discurso filosófico epicúreo. Es necesario ejercitarse en forma continua. Ante todo hay que meditar, es decir, asimilarse íntimamente, tomar conciencia con intensidad de los dogmas fundamentales:

“Todas estas enseñanzas medítalas, pues, día y noche, por ti solo, y también con un compañero semejante a ti. Así no experimentarás perturbación ni en sueño ni en vigilia, más vivirás como un dios entre los hombres. Hábituate a vivir con este pensamiento de que la muerte no es nada para nosotros”; (Epicuro, carta a Meneceo &124 y &135).

La sistematización de los dogmas, su concentración en resúmenes y sentencias, está destinada precisamente a hacerlos más persuasivos, más contundentes y más fáciles de memorizar, como el famoso “cuádruple remedio” destinado a asegurar la salud del alma, en el que se resume todo lo esencial del discurso filosófico epicúreo:

los dioses no son de temer,

la muerte no es temible,

el bien fácil de adquirir,

el mal fácil de soportar.

Pero la lectura de los tratados dogmáticos de Epicuro o de otros maestros de la escuela puede alimentar también la meditación e impregnar el alma de la intuición fundamental.

Sobre todo es necesario practicar la disciplina de los deseos, hay que saber contentarse con lo que es fácil de alcanzar, con lo que satisface las necesidades fundamentales del ser, y renunciar a lo superfluo. Fórmula sencilla, pero que no impide provocar un trastorno radical de la vida: contentarse con manjares sencillos, ropa sencilla, renunciar a las riquezas, a los honores, a los cargos públicos, vivir retirado.

Estas meditaciones y esta ascesis no se pueden practicar en la soledad. Al igual que en la escuela platónica, **la amistad** es, en la escuela epicúrea, el medio, el camino privilegiado para lograr la transformación de sí mismo. Maestros y discípulos se ayudan mutuamente y muy de cerca para lograr la curación de sus almas. En esta atmósfera de amistad, el propio **Epicuro** asume el papel de un **director de conciencia** y, así como Sócrates y Platón, conoce bien el papel terapéutico de la palabra. Esta dirección espiritual no tiene sentido más que si es una relación de individuo a individuo: “Estas cosas no es a la multitud a quien las digo, sino a ti. Cada uno de nosotros es un público bastante vasto para el otro”.

Sabe sobre todo que la culpabilidad tortura la conciencia moral y que es posible liberarse de ella confesando sus faltas y aceptando las reprimendas, aun si provocan a veces un estado de

“contrición”. El examen de conciencia, la confesión, la corrección fraternal son ejercicios indispensables para lograr la curación del alma. Poseemos fragmentos de un escrito del epicúreo Filodemo intitulado *Sobre la libertad de la palabra*. En él trata de la confianza y de la franqueza que debe reinar entre maestro y discípulos y entre estos últimos. Expresarse libremente es, para el maestro, no temer hacer reproches; es, para el discípulo, no dudar en confesar sus faltas o no temer hacer conocer a sus amigos sus propias faltas. Una de las principales actividades de la escuela consistía pues en un diálogo corrector formador.

Además, la personalidad de Epicuro desempeñaba en ella un papel de primer plano. El mismo había establecido el principio: “Haz todo como si Epicuro te mirara” (Séneca, Epístolas morales a Lucilium), y los epicúreos le hacían eco: “Obedeceremos a Epicuro cuya forma de vida elegimos”. Tal vez por eso los epicúreos daban tanta importancia a los retratos de su fundador, que figuran no sólo en cuadros, sino en anillos. Epicuro parecía ser para sus discípulos un “dios entre los hombres”, es decir, la encarnación de la sabiduría, el modelo que había que imitar.

Pero en todo caso era necesario evitar el esfuerzo y la tensión. Todo lo contrario, el ejercicio fundamental del epicúreo consistía en el esparcimiento, la serenidad, en el arte de gozar de los placeres del alma y de los placeres estables del cuerpo.

Placeres del conocimiento, en primer lugar “En el ejercicio de la sabiduría (la filosofía), el placer va a la par con el conocimiento. Pues no se goza después de haber aprendido, al mismo tiempo se aprende y se goza”; (Epicuro, Sentencias vaticanas: &27).

El placer supremo era contemplar la infinidad del universo y la majestad de los dioses.

Placer por la discusión,

Placer de una vida en común que además no desdeña hacer tomar parte en ella a los esclavos y a las mujeres. Verdadera revolución que denota un completo cambio de atmósfera con respecto a la homosexualidad sublimada de la escuela de Platón. Las mujeres, además, ahora forman parte de la comunidad y, entre ellas, no sólo las mujeres casadas, sino también mujeres cortesanas.

Por último, **placer de tomar conciencia de lo maravilloso que hay en la existencia**. Saber primero dominar el propio pensamiento para imaginar de preferencia cosas agradables; resucitar el recuerdo de los placeres del pasado y gozar de los del presente, reconociendo cuán grandes y agradables son estos placeres presentes; elegir deliberadamente el descanso y la serenidad; vivir con una profunda gratitud hacia la naturaleza y la vida que nos brindan sin cesar, si sabemos encontrarlos, el placer y la alegría.

La meditación sobre la muerte sirve para despertar en el alma una inmensa gratitud por el maravilloso don de la existencia:

“Persuádete de que cada nuevo día que se levanta será para ti el último. Entonces, con gratitud,

recibirás cada hora inesperada. Recibir reconociendo todo su valor a cada momento del tiempo que viene a sumarse, como si llegara por una increíble suerte”; (Horacio, Epístolas. I, 4, 13)

E. Hoffmann extrajo admirablemente la esencia de la elección de vida epicúrea, cuando escribió:

“La existencia debe ser considerada primero como puro azar, para poder después ser vivida totalmente como una maravilla única. Primero hay que darse bien cuenta de que la existencia, inexorablemente, no tiene lugar más que una vez, para poder después festejarla en lo que tiene de irremplazable y de único”; (en Hadot, 142).

El estoicismo

La escuela estoica fue fundada por Zenón a fines del siglo IV a. C. Adquirió un nuevo auge hacia mediados del siglo III, bajo la dirección de Crisipo. Muy pronto, aunque conservaba una sorprendente unidad en sus dogmas fundamentales, la escuela se escindió en tendencias opuestas, que siguieron dividiendo a los estoicos a lo largo de los siglos. Estamos mal informados sobre su historia a partir del siglo I a. C. Sin duda, hasta el siglo II d. C. la doctrina estoica era aún floreciente en el Imperio romano: basta con citar los nombres de Séneca, Musonio, Epicteto y Marco Aurelio.

La elección fundamental

A propósito del epicureísmo, hemos hablado de una experiencia, la de la “carne”, y de una elección, la del placer y la del interés individual, pero transfigurada en simple placer de existir. También habremos de hablar de una experiencia y de una elección a propósito del estoicismo. La elección es fundamentalmente la de Sócrates, quien, en la *Apología de Sócrates*, escrita por Platón, declara: “Para el hombre de bien, no hay mal posible, ya sea vivo o muerto”. Pues el hombre de bien considera que no hay otro mal que el mal moral y que no hay más bien que el bien moral, es decir, lo que podemos llamar el deber o la virtud; es el valor supremo por el que no hay que dudar en enfrentarse a la muerte. La elección estoica se sitúa pues en línea recta con la elección socrática y es diametralmente opuesta a la epicúrea: la dicha no consiste en el placer o en el interés individual, sino en **la exigencia del bien, dictada por la razón y que trasciende al individuo**. La elección estoica se opone asimismo a la platónica en la medida en que quiere que la felicidad, es decir, el bien moral, sea accesible a todos aquí abajo.

La experiencia estoica consiste en una aguda toma de conciencia de la situación trágica del hombre condicionado por el destino. Al parecer, no somos libres de nada, pues no depende en lo absoluto de nosotros ser bellos, fuertes, saludables, ricos, experimentar placer o evitar el sufrimiento. Todo esto obedece a causas externas a nosotros.

Una necesidad inexorable, indiferente a nuestro interés individual, disipa aspiraciones y esperanzas; estamos librados sin defensa a los accidentes de la vida, a los reveses de la suerte, a la enfermedad, a la muerte. Todo en nuestra vida se nos va de las manos. De ello resulta que los hombres se encuentran en la desdicha porque intentan con pasión adquirir bienes que no pueden obtener, y huir de los males que sin embargo les son inevitables. Pero existe algo, una sola cosa, que depende de nosotros y que nada puede arrancarnos: la voluntad de hacer el bien, la voluntad de actuar conforme a la razón. Habrá pues una oposición radical entre lo que depende de nosotros, lo que por consiguiente puede ser bueno o malo, porque es objeto de nuestra decisión, y lo que no depende de nosotros, sino de causas externas, del destino y que es pues indiferente. La voluntad de hacer el bien es la ciudadela interior inexpugnable, que cada quien puede edificar en sí mismo. Es ahí en donde encontrará la libertad, la independencia, la invulnerabilidad, y, valor eminentemente estoico, la coherencia consigo mismo.

Esta coherencia con uno mismo es lo propio de la razón: todo discurso racional no puede ser sino coherente consigo mismo; vivir conforme a la razón es someterse a esta obligación de coherencia.

La teoría moral

Será **moral**, es decir bueno o malo, lo que dependa de nosotros; será **indiferente** lo que no dependa de nosotros. Lo único que depende de nosotros es en efecto nuestra intención moral, el sentido que damos a los acontecimientos. Lo que no depende de nosotros corresponde al eslabonamiento necesario de las causas y de los efectos, es decir, al destino, al curso de la naturaleza, a las acciones de los demás hombres. Son entonces indiferentes la vida y la muerte, la salud y la enfermedad, el placer y el sufrimiento, la belleza y la fealdad, la fuerza y la debilidad, la riqueza y la pobreza, porque todo esto no depende de nosotros, y debe, en principio, sernos indiferente, es decir, no debemos introducir a ello diferencias, sino aceptar lo que sucede como deseado por el destino: “No procures que lo que sucede suceda como lo quieres, sino quiere que lo que sucede suceda como sucede, y serás feliz”.

Aquí hay un total trastocamiento de la manera de ver las cosas. Se pasa de una visión “humana” de la realidad, visión en la que nuestros juicios de valor dependen de las convenciones sociales o de nuestras pasiones, a una visión “natural”, “física”, de las cosas, que vuelve a situar cada acontecimiento en la perspectiva de la naturaleza y de la Razón universal. La indiferencia estoica es profundamente distinta de la indiferencia pirroniana. Para el pirrónico, todo es indiferente porque respecto de nada se puede saber si es bueno o malo. No hay más que una cosa que no es indiferente, es la indiferencia misma. Para el estoico también hay una sola cosa que no es indiferente, pero es la intención moral, que se plantea ella misma como buena y que compromete al

hombre a modificarse él mismo y su actitud en relación con el mundo. Y la indiferencia consiste en no hacer diferencias, sino en aceptar, hasta en amar, de igual manera, todo lo que es deseado por el destino.

Pero nos preguntamos entonces cómo se va a orientar el estoico en la vida, si todo es indiferente salvo la intención moral. ¿Va a casarse, a desempeñar una actividad política o un oficio, a servir su patria? Es aquí donde aparece una pieza esencial de la doctrina moral estoica: **la teoría de los “deberes”** (no del deber en general), o de las “acciones apropiadas”. Esta teoría permitirá a la voluntad buena encontrar motivo de ejercicio, ser guiada por un código de conducta práctico, y atribuir un valor relativo a las cosas indiferentes, que en principio carecen de valor.

Para fundamentar esta teoría de los “deberes”, los estoicos van a volver a su intuición fundamental, la del acuerdo instintivo y original del ser vivo con él mismo que expresa la profunda voluntad de la naturaleza. Los seres vivos tienen una propensión original a conservarse y a rechazar lo que amenaza su integridad. Con la aparición de la razón en el hombre, el instinto natural se vuelve elección pensada y razonada; deberá ser elegido aquello que responde a las tendencias naturales: el amor a la vida, por ejemplo, el amor a los niños, el amor a los conciudadanos, fundamentado en el instinto de sociabilidad. Casarse, tener una actividad política, servir a su patria, todas estas acciones serán pues apropiadas a la naturaleza humana y tendrán un valor. Lo que caracteriza la “acción apropiada” es que en parte depende de nosotros, pues es una “acción apropiada” es que en parte depende de nosotros, pues es una acción que supone una elección moral, y que en parte no depende de nosotros, ya que su éxito obedece no sólo a nuestra voluntad, sino a los demás hombres o a las circunstancias, a los acontecimientos externos, por último, al destino.

Esta teoría de los deberes o acciones apropiadas permite al filósofo orientarse en la incertidumbre de la vida cotidiana al proponer elecciones verosímiles, que nuestra razón puede aprobar sin jamás tener la certeza de actuar bien. En efecto, lo que cuenta no es el resultado, siempre incierto, no es la eficacia, sino la intención de actuar bien.

El estoico siempre actúa “con reserva”, pero actúa, participa en la vida social y política. De nuevo éste es un punto muy importante que lo distingue de los epicúreos, quienes se alejan, en principio, de todo lo que puede ocasionarles una preocupación. Actúa, no en su propio interés material o hasta espiritual, sino de manera desinteresada, al servicio de la comunidad humana.

Los ejercicios

A consecuencia de la pérdida de la mayor parte de los escritos de los fundadores de la secta, Zenón y Crisipo, disponemos, en el caso del estoicismo, de muchos menos testimonios sobre los ejercicios espirituales practicados en la escuela que en el caso del epicureísmo. Los más

interesantes, los de Cicerón, de Filón de Alejandría, de Séneca, de Epciteto, e Marco Aurelio, son relativamente tardíos, pero nos revelan, según toda probabilidad, una tradición anterior, cuyas huellas podemos entrever en ciertos fragmentos de Crisipo y hasta de Zenón. Así, al parecer, en el estoicismo las partes de la filosofía son no sólo discursos teóricos, sino temas de ejercicio que deben ser practicados concretamente, si se desea vivir como filósofo.

Es así como la lógica no se limita a una teoría abstracta del razonamiento, ni siquiera a ejercicios escolares silogísticos, sino que habrá una práctica cotidiana de la lógica aplicada a los problemas de la vida cotidiana: la lógica parece entonces como dominio del discurso interior. Marco Aurelio, por ejemplo, aconseja formarse una definición, en cierto modo "física", del objeto que se presenta, es decir, del acontecimiento o de la cosa que provoca nuestra pasión "verlo él mismo tal cual es en su esencia, en su desnudez, y decirse a uno mismo el nombre que le es propio". Un ejercicio así consiste en atenerse a la realidad tal cual es, sin agregarle juicios de valor inspirados por las convenciones, los prejuicios o las pasiones"; "La unión de los sexos es una frotamiento de vientre con eyaculación en un espasmo de un líquido viscoso"; (Marco Aurelio, Pensamientos, VI, 13).

Para poner en práctica la física, un primer ejercicio consistirá en reconocerse como parte de Todo, en elevarse a la conciencia cósmica, en sumergirse en la totalidad del cosmos. Habrá que esforzarse al meditar la física estoica en ver todas las cosas en la perspectiva de la Razón universal y para ello se practicará el ejercicio de la imaginación, que consiste en ver todas las cosas con una mirada dirigida desde arriba hacia las cosas humanas.

En la misma perspectiva, se ejercitarán para ver a cada instante las cosas en proceso de metamorfosis:

"Como todas las cosas se transforman las unas en las otras, adquiere un método para contemplarlo: concentra sin cesar tu atención en eso y ejercítate en este punto. Observa cada objeto e imagina que se está disolviendo, que está en plena transformación, en proceso de putrefacción y de destrucción." Marco Aurelio, X, 11 y 18).

Esta visión de la metamorfosis universal conducirá así a la meditación acerca de la muerte, siempre inminente, pero a la que se aceptará como una ley fundamental del orden universal. Pues, finalmente, la física, como ejercicio espiritual, conduce al filósofo a consentir con amor a los acontecimientos deseados por la Razón inmanente al cosmos.

Por otra parte, no sólo hay que aceptar los acontecimientos cuando sucedieron, sino que se debe estar preparado para ellos. Una de las más famosas prácticas espirituales estoicas consistía en el "pre-ejercicio" (praemeditatio) de los "males", digamos, en el ejercicio preparatorio para las pruebas. Se trataba de imaginar por adelantado las dificultades, los reveses de la suerte, los sufrimientos y la muerte. Al practicarlo, el filósofo no sólo desea amortiguar el choque de la

realidad, sino más bien, al convencerse bien de los principios fundamentales del estoicismo, desea restaurar en él la tranquilidad y la paz del alma. No se debe tener miedo de pensar por anticipado los acontecimientos que los demás consideran desdichados, incluso hay que pensar en ellos con frecuencia para decirse, primero, que males futuros no son males, pues no están presentes, y sobre todo que los acontecimientos, como la enfermedad, la pobreza y la muerte, que los demás perciben como males, no son males, puesto que no dependen de nosotros y no son del orden de la moralidad. También el pensamiento de la muerte inminente transformará radicalmente la manera de actuar, al hacer tomar conciencia del infinito valor de cada instante: “Hay que llevar a cabo cada acción de la vida como si fuera la última”; (Marco Aurelio, II, 5, 2).

La filosofía era para los estoicos un acto único, que había que practicar a cada instante, con una atención (*prosoche*) siempre renovada a uno mismo y al momento presente. La actitud fundamental del estoico es esta atención continua, que es tensión constante, conciencia, vigilancia a cada momento. Gracias a esta atención, el filósofo siempre está perfectamente consciente no sólo de lo que hace, sino de lo que piensa y de lo que es, es decir, de su lugar en el cosmos. Esta conciencia de sí mismo es ante todo una conciencia moral, pretende llevar a cabo en todo instante una purificación y una rectificación de la intención, vela a cada momento por no admitir ningún motivo de acción que no sea la voluntad de hacer el bien. Pero esta conciencia de sí no sólo es una conciencia moral, también lo es cósmica y racional: el hombre atento vive siempre en presencia de la Razón universal inmanente al cosmos, viendo todas las cosas en la perspectiva de esta Razón y aceptando alegremente la voluntad de esta última.

A esta filosofía practicada, a este ejercicio, al mismo tiempo único y complejo, de la sabiduría, los estoicos oponen el discurso teórico filosófico, constituido por proposiciones, que comprende como partes distintas la lógica, la física y la ética. Con ello quieren indicar que, cuando se desea enseñar filosofía e invitar a su práctica, es necesario discurrir, es decir, exponer la teoría física, la teoría lógica, la teoría ética, en una serie de proposiciones. Pero cuando se trata de ejercitarse en la sabiduría, es decir de vivir filosóficamente, todo lo que fue enunciado por separado durante la enseñanza ahora debe ser vivido y practicado de manera inseparable.

En realidad, según el estoicismo, interviene una misma razón en la naturaleza (y la física), en la comunidad humana (y la ética) y en el pensamiento individual (y la lógica). El acto único del filósofo que se ejercitaba en la sabiduría coincidía con el acto único de la Razón universal presente en todas las cosas y en armonía con ella misma.

El valor del instante en la espiritualidad antigua

Para la práctica filosófica antigua, lo fundamental es la atención a sí mismo. Pero para

alcanzar esa atención se precisan todo tipo de ejercicios, fundamentalmente la meditación intensa de los dogmas fundamentales, la toma de conciencia de la finitud de la existencia, el examen de conciencia y, “en especial, cierta actitud en relación al tiempo” (Hadot 2006: 240).

En efecto, en la atención al instante presente reside la clave de los ejercicios espirituales, de la vida ética de la Antigüedad. Despreocupándose tanto por el pasado como por el futuro del tiempo-eternidad (aión), se invita a ser feliz en este preciso momento del tiempo-presente (cronos). Estoicos y epicúreos están de acuerdo en reconocerle a cada instante un valor infinito. Según ellos, el presente basta para ser feliz, puesto que es la única realidad que habitamos, la única realidad que depende de nosotros.

Unido a la meditación de la muerte, el tema del valor del instante juega un papel fundamental en todas las escuelas filosóficas. Ya sea en la *praemeditatio malorum* (“pre-ejercicio” de los “males”) estoica, como en la fijación epicúrea de la mirada en los placeres, es explícita la invitación a liberarse de las pasiones provocadas por el pensamiento orientado hacia el pasado o el futuro. No sólo se puede, sino que se debe ser feliz en todo momento. No se trata de una mera posibilidad sino de una obligación imperiosa, pues el futuro es incierto y nos amenaza la muerte.

Para los epicúreos, la liberación de la preocupación por el tiempo pasado y futuro conduce a la serenidad y al puro goce por el mero hecho de existir. El valor de la muerte concede valor infinito a cada instante. Para los estoicos se trata de prestar una mayor atención a uno mismo, y de aceptar los acontecimientos presentes impuestos por el destino. De este modo, para ellos la sabiduría se muestra de modo tan completo y perfecto en cualquier instante como durante toda la eternidad, equivaliendo este mismo instante a una eternidad. Para el filósofo estoico, cada momento contiene e implica la totalidad del cosmos.

Pero, si destacan el valor del momento presente, es a condición de “que uno lo sitúe en una perspectiva cósmica... Mientras el hombre corriente ha perdido contacto con el mundo, dejando de percibirlo en tanto que mundo y considerándolo más bien como medio de satisfacer sus deseos, el sabio no cesa de tener el Todo siempre presente en el espíritu” (Hadot, 2006: 246).

Por esto, no se puede confundir con la actual prioridad hedonista del presente. En primer lugar, porque la primacía ética del instante del sabio estoico, para quien justamente la exigencia de cooperación con el acontecimiento presente implica un rechazo del futuro incierto, una ruptura del círculo del tiempo, en el sentido de una práctica “espiritual” de cura (*epimeleia*) de las pasiones (temor, esperanza, codicia) que conduce a la impassibilidad (*apatheia*), circunscribe el acontecimiento presente sí, pero de una manera reflexiva y justa.

Y, en segundo lugar, porque a diferencia del individualismo promovido por la sociedad de consumo, que socava todo tipo de participación social y política en la consecución de proyectos colectivos, y para la cual es capital la valorización del instante, del “ya” de la satisfacción

consumista, el énfasis antiguo en el instante “no es una forma de evasión, de repliegue sobre uno mismo, ya estemos hablando de los platónicos y su mundo de las Ideas, de los epicúreos y su desprecio de la política o de los estoicos y su sumisión al Destino... tiene siempre de práctica colectiva, ya se trate de comunidades pitagóricas, del amor platónico, de la amistad epicúrea o de la guía espiritual estoica... no renunciarán nunca a ejercer su influencia sobre la ciudad, a intentar transformar la sociedad.

En el capitalismo actual se promueve algo que se podría asemejar a aquella forma de *sultitia* denunciada por los antiguos, principalmente por Séneca, que padece quien no se complace y fija en nada, quien está “disperso en el tiempo” (Foucault, 2008: 136). Heidegger la describió como la “avidez de novedades” (Heidegger 1993: 189-192), que, como forma impropia o inauténtica de la temporalidad del Dasein, nos conduce a la disipación. De ahí que el hombre sólo busque lo nuevo para saltar de ello nuevamente a algo nuevo, sin “demorarse” en lo inmediato, en la contemplación, sino viviendo en la intranquilidad y la excitación por parte de algo siempre nuevo y del cambio de las cosas que le hacen frente.

De esta forma se produce una paradójica desvalorización del tiempo presente, pues el sujeto dista tanto de ser entregado a las cosas que, al lograr ver una, ya está apartando la vista hacia la inmediata. Esto justamente le impide al hombre retornar sobre sí, más bien lo sostiene en una huida de sí mismo que lo hace caer en la disipación.

advertencia, una propensión demasiado fácil: si la directiva del cuidado de sí como orientación vital y educativa lleva a “optar” por las comunidades de tipo estoico o epicúreo *oponiéndolas* a la de estilo peripatético, y hacer de aquellas (y afines) las depositarias exclusivas de la “espiritualidad”, eso nos expone a sacrificar lo que una convivencia centrada en lo moral recibe de otra centrada en saberes positivos, la cual responde a un móvil cardinalmente humano: el “deseo natural” de conocer. Proyectarse cognoscitivamente sobre el mundo, sobre lo que circunda al hombre, importa a éste y le habla desde la objetividad. Tildar a esto de reduccionismo positivista es prejuicioso. El cuidado de sí se empobrece si se lo confina a un reducto determinado, si se lo supone consagrado a una contemplación a la que se accede abriendo “puertas interiores” (Puchet: 15)

“La filosofía no promete asegurar nada externo al hombre: en otro caso supondría admitir algo que se encuentra más allá de su verdadero objeto de estudio y materia. Pues del mismo modo en que el material del carpintero es la madera, y el del escultor, bronce, el objeto del arte de vivir es la propia vida de cada cual”.

— Epicteto; Flavio Arriano en su compilación de los discursos de Epicteto, Discursos, 1.15.2.

Sentencias de Zenón de Citio:

“Tenemos dos orejas y una sola boca, justamente para oír más y hablar menos.”

“Cuando pones fe, esperanza y amor, juntos puedes criar niños positivos en un mundo negativo.”

“Ninguna pérdida debe sernos más sensible que la del tiempo, puesto que es irreparable.”

“El pensamiento debe ser más fuerte que la materia, y la voluntad más poderosa que el sufrimiento físico o moral”

“La fortuna quiere que tenga yo mayor libertad para filosofar”

Sentencias de Epicuro:

La necesidad es un mal, pero no hay ninguna necesidad de vivir sometido a la necesidad.

Quien un día se olvida de lo bien que lo ha pasado se ha hecho viejo ese mismo día.

Todo el mundo se va de la vida como si acabara de nacer. "

Dice Marco Aurelio: «se buscan retiros en el campo, en la costa y en el monte. Tú también sueles anhelar tales retiros. Pero todo esto es de lo más vulgar, porque puedes, en el momento que te apetezca, retirarte en ti mismo» (Meditaciones).

Sobre como vivir: El sabio, en cambio, ni rechaza el vivir ni teme el no vivir; pues ni el vivir le parece un mal ni cree un mal el no vivir. Y así como de ninguna manera elige el alimento más abundante, sino el más agradable, así también goza del tiempo más agradable, y no del más duradero. El que exhorta al joven a vivir bien y al viejo a morir bien, es un necio, no sólo por lo grato de la vida, sino porque el arte de vivir bien y el de morir bien es el mismo. Y mucho peor el que dice que es mejor no haber nacido, pero una vez nacido, atravesar cuanto antes las puertas del Hades. (Carta a Meneceo, 126)

Sobre el placer y el dolor: Todo placer, por tener naturaleza innata, es bueno, pero sin duda, no todos son dignos de ser escogidos. De la misma forma, todo dolor es un mal, pero no todos deben evitarse siempre.(Carta a Meneceo, 129).

La finalidad del placer: Cuando decimos que el placer es fin, no hablamos de los placeres de los corruptos y de los que se encuentran en el goce, como piensan algunos que no nos conocen y no piensan igual , o nos interpretan mal, sino de no sufrir en el cuerpo ni ser perturbados en el alma.

