

**SENTIDO DEL EJERCICIO FILOSÓFICO EN SÉNECA**

**ANDREA EUGENIA GÓMEZ ALMEYDA**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA  
FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES**

**PROGRAMA DE FILOSOFÍA  
PAMPLONA  
2019**

**SENTIDO DEL EJERCICIO FILOSÓFICO EN SÉNECA**

**ANDREA EUGENIA GÓMEZ ALMEYDA**  
1095795776

MONOGRAFÍA PARA OPTAR AL TÍTULO DE FILÓSOFO

**RAMIRO CEBALLOS MELGUIZO**  
ASESOR

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**  
**FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES**

**PROGRAMA DE FILOSOFÍA**  
**PAMPLONA**  
**2019**

*Cada ser racional tiene por dote y heredad a la naturaleza entera. Es suya, si así lo desea. Puede deshacerse de ella, huir a algún rincón y abdicar su reino, como lo hace la mayoría de los hombres, pero su propia constitución le confiere derechos intrínsecos al mundo, y llevará a este en su interior en proporción a la energía de su pensamiento y de su voluntad.*

R.W. Emerson. *El espíritu de la naturaleza*.  
(1998)

## ÍNDICE

<b>Introducción</b> .....	1
1. Antecedentes .....	5
1.1. Ejercicios filosóficos de la época grecorromana.....	5
1.2. Séneca y el estoicismo .....	13
<b>2. Origen y estructura de las ideas filosóficas de Séneca</b> .....	31
2.1. Apuntes Genealógicos .....	31
2.2. La resignación virtuosa ante la muerte.....	34
2.3. Tiempo y voluntad para dominar las pasiones.....	42
2.4. Autarquía, autonomía y ataraxia .....	49
2.5. La figura del filósofo como “sabio”: una vida trascendental.....	57
<b>3. La verdad en Séneca respecto a otras perspectivas filosóficas</b> .....	65
3.1. Contraste mediador con Epicuro .....	65
3.2. Propedéutica cínica en Séneca .....	72
3.3. Fracaso estoico en Nerón.....	74
3.4. Lucilio, el convertido .....	81
<b>Conclusiones</b> .....	88
<b>Referencias</b> .....	98

## **Introducción**

En el ejercicio constante de luchar por la vida, el ser humano ha tratado de dar un sentido que justifique su tiempo de vida. La sensación vital de sentirse lejos de las cargas por un instante, sólo puede darse gracias a la contemplación tranquila fuera de la lucha por la vida interiorizando un arte de vivir. Con el ánimo de analizar el sentido del contenido filosófico que nos queda en la cultura como herencia del pensamiento antiguo, el estudio a efectuar será sobre Séneca dejando de lado su famosa labor de político romano lo mismo que; una segunda fase de literato con las tragedias latinas, para enfocar la atención sobre la tercera figura de Séneca en su ejercicio filosófico.

Séneca lucha contra su propia sombra proyectada en la cultura, asumiendo la responsabilidad de su autenticidad en las relaciones humanas y de esta manera puede analizar las tonalidades que la naturaleza humana muestra en la sociedad (vicios/virtudes) como símbolo de un encuentro inevitable en toda vida humana. Al establecer vínculos con la existencia de otros, el ser humano comienza a comunicarse formando una conciencia de sí que a su vez le aparta del mundo natural; el medio ambiente no está afuera sino que es una creación de los medios usados para captar la realidad. En Séneca, la palabra viva modifica su entorno y a sí mismo, aparece un sentido filosófico estoico que produce una nueva forma de “ver” el mundo, se transforma la experiencia vital en la búsqueda del significado de la verdad.

Se trata de la creación de una forma filosófica que refleje la verdad y la unidad del universo. Para Séneca existir es ser verdadero, recurrir a respuestas formales que se dictan como válidas pero que carecen de contenido práctico no es el camino; por eso se ejercita en conocerse a sí mismo y con ello construir un sentido de la vida que sea coherente con la racionalidad asumiendo el eterno cuestionamiento humano. En las antiguas filosofías la unidad se multiplica en infinidad de lenguajes, en Séneca la multiplicidad revela la unidad, se transforma el ser en visión de una verdad que posee, que defiende y por la cual vive hasta el final; el estoicismo, que en Séneca forma parte de una filosofía moral, tiene la particularidad de unificar en la dignidad una forma adecuada de emplear el tiempo de vida en aras de una seguridad que puede ofrecer el ejercicio espiritual así llamado “moral virtuosa”.

Ejercitar una reflexión activa sobre el conocimiento adquirido por la convencionalidad social es reencontrarse con una racionalidad que se esfuerza por alejarse de una forma de realidad dada aunque no comprendida, para crear otra forma de realidad que se puede comprender a través de la transformación filosófica. Sin embargo, es necesario ejercitar el ánimo para que asuma las contradicciones que supone la interiorización de un sistema moral. Puesto que la creación de un sistema moral se origina sobre las ambigüedades de lo que representa un ideal frente a lo que se valora como real o válido en una cultura entonces ¿cuál es el sentido y la estructura del ejercicio filosófico para Séneca? Como propósito principal se busca ubicar el estoicismo de Séneca según el contexto de la filosofía grecorromana. Teniendo como primordial asunto a resolver las relaciones solidarias entre los contenidos de sus cartas y contrastes filosóficos de su arte de vivir; la figura del filósofo y la práctica de la vida filosófica, conceptos que definen las categorías principales para organizar su pensamiento moral.

En este núcleo de temas se permite visualizar cómo ejercitó Séneca las nociones de una reflexión sobre la vida, la conquista de la tranquilidad y una respuesta filosófica partiendo de la comprensión de sí mismo en el sentido de la existencia humana. Este trasfondo filosófico heredado de la antigüedad hace parte de la contemporaneidad en los denominados grupos de apoyo o autoayuda. Tales grupos promueven una transformación sólo si hay un tiempo de práctica rigurosa, es decir una reeducación (programa de pasos específico) para cualquier individuo que encuentre incoherencia entre lo que piensa y su modo de vida; o cualquier sujeto que sienta malestar en su vida. Visto el mal-estar como un síntoma de locura que podría afectar la supervivencia de sí mismo o de las personas a su alrededor, resulta paradójico que estos grupos de autoayuda no transmitan el sentido del ejercicio filosófico en su totalidad y sólo adoctrinan al sujeto a una estructura moral. Así mismo, se abordará la relación con Nerón, alumno de Séneca. Y el vínculo con Lucilio, figura intelectual romana quien busca encontrar la verdad a través de la filosofía.

El sentido de dignidad que construye Séneca en el ejercicio filosófico se encuentra relacionado con la fama o el reconocimiento de vivir según un sistema moral virtuoso; que se unifica con el logos, es decir una moral que permite ordenar la visión del mundo mediante la expansión de la conciencia. A partir de lo anterior se fundamenta en Séneca

una ética de bienestar que se aplica como terapia de curación ante el estrés, el desorden y el aceleramiento que se transmite constantemente en la cultura formal. Así, un discurso filosófico cuando está vivo es portador de un sentido que no requiere actualización sino ser vívido y que está compuesto de una sustancia digna que trasciende la intuición íntima hasta revelarse en el ser (Zambrano, 2006) luego la grandeza de Séneca estriba en una actitud tranquila pero valiente con que se propone a organizar el modo de vivir para que en su estructura brille en unidad con todo lo demás.

Un recorrido breve por sus tratados morales y epístolas dan testimonio del Séneca filósofo, quien propone una serie de ejercicios intelectuales como la autarquía, autonomía y ataraxia para habituarse a la vida incluso por encima de las circunstancias espirituales de su época. La figura de sabio es reconocida en Séneca como una autoridad de práctica espiritual, esto es, que ejemplifica con su sentido de vida un camino hacia la virtud. Un camino para comprender la complejidad de la vida estriba en lo que se piensa o la idea del “bien” (felicidad), la naturaleza lo ha hecho simple pero la confusión del juicio conlleva a un aturdimiento mental, un embotamiento que termina por desnaturalizar al ser humano y hacerle frívolo ante las circunstancias; tal fuerza del espíritu debe ejercitarse pero sólo se consigue cuando se comprende a sí misma en su reconocimiento filosófico. Entre la fatalidad de la vida y el optimismo de los ideales, Séneca ofrece una seguridad racional simple que también es felicidad cuando se ha transformado en un arte de vivir, en este caso, un retorno tranquilo a la naturaleza.

Una vez el ejercicio espiritual ha sido perfeccionado en un sentido filosófico se podrá mirar las cuestiones terrenales con un ánimo indiferente; pero no vacío, sino con el móvil reflexivo de que hay procesos que escapan al control de la vida (como el dolor o la muerte) pero que se pueden asumir con entereza. La razón toma la funcionalidad de verdad para dar a cada suceso una medida justa y Séneca es muy explícito en ello, puesto que el exceso de razón podría producirle ceguera al espíritu, confusión o embotamiento. Un espíritu sin moderación se pierde a sí mismo, confundido queda preso en sus temores y flaquea ante la vida que deja de ser una lucha cuando se ha comprendido. A través de ejercicios espirituales que, en el caso del estoicismo, son dirigidos por premisas intelectuales, la emoción ha sido dominada, así como los afectos y los miedos.

La filosofía es un ejercicio que se orienta por el reconocimiento de una tensión entre lo que es y lo que debe ser. El estoicismo de Séneca es una propuesta educativa que busca reformar esta tensión creando coherencia en una práctica moral considerada transformadora por oponerse a la visión tradicional del mundo. Surge una apertura cognoscitiva sobre la conciencia y la naturaleza humana en sus respectivas relaciones interpretativas para desplazarse hasta una auto-conciencia. Los sentidos se fusionan en un verdadero arte de vivir, un arte de comprender, un equilibrio entre pensamiento y acción; uniendo así naturaleza con felicidad sin aparentes controversias de contenido metafísico: el bien es bien en sí mismo y por eso es deseable. Esta seguridad no perturba el interior sino que se exterioriza en el reconocimiento virtuoso de un ser y un estar. Séneca brinda en consecuencia una curación mental que potencia la actitud terapéutica a la que las filosofías antiguas apuntaban para satisfacer el “bien-estar” o lo que se consideraba como felicidad.

## 1. Antecedentes

### 1.1. Ejercicios filosóficos de la época grecorromana

La vida de los grandes filósofos grecorromanos está constituida por una perspectiva distinta de la filosofía contemporánea. Tales hombres construían sus vidas en principios espirituales; buscaban alcanzar la esencia de la realidad como una totalidad a través de sí mismos. Es decir, que no sólo cultivaban el pensamiento sino que transformaban al hombre integralmente para que el pensamiento estuviese vivo, en acción, mostrándose a los demás como un ejemplo de las posibilidades de ser. Se trata, pues, de concretar una garantía de la razón incidiendo en el estado interior de quien quisiera formarse más que informarse. Dar forma a una vida que se ha comprendido, es transfigurar la existencia en un arte de vivir; un sujeto no sólo se formaba para existir, se formaba para vivir de manera auténtica buscando la felicidad sabiamente ya que de eso se trataba el ejercitarse filosóficamente.

La filosofía grecorromana es, entonces, teoría y acción para el hombre: una filosofía viva, dispuesta a la revelación espiritual. El hombre cree que actúa correctamente según lo natural porque sigue las convenciones sociales y aún no ha llegado a la acción moral; si por moral se entiende una actitud consciente del sujeto, lo que debe y no debe hacer. La moral grecorromana era un código tácito para comportarse dentro de las conductas determinadas como normales (Hadot, 2006). El filósofo antiguo vive filosóficamente no sólo en el pensamiento abstracto sino en la práctica educativa de un vivir concreto: un testimonio de ser y un vivir atento. En la época romana no sólo se hablaba de filosofía sino de sabiduría como una meta a culminar, como un modo de ser, el más digno.

La sabiduría antigua enunciaba ciertos ejercicios espirituales que pretendían un despertar humano, donde se integrara la relación entre yo y el mundo, un actuar reflexivo a partir de la identidad psíquica del ser. Un sofista era denominado aquel que sólo procuraba un discurso filosófico y no filosofía en su vida misma. La ascesis es el término que se usa para comprender no el ascetismo sino la práctica de ejercicios espirituales con base de un discurso filosófico: estudiar, examinarse a fondo, leer, meditar, escuchar, atender, ser indiferente sin ser insensible. Ejercicios primordiales para el dominio de las pasiones pues estas estaban consideradas como perjudiciales para la salud psíquica de los hombres.

La filosofía de esta época surge para lidiar con estas pasiones, tratando de comprender la actividad interior del hombre hasta convertirlo en dueño de sí mismo. “¿Qué es finalmente lo más útil al hombre en tanto que hombre? ¿Acaso discurrir sobre el lenguaje o sobre el ser y el no ser? ¿No sería más bien aprender a vivir de un modo humano?” (Hadot, 2006, p. 13). El discurso filosófico de la antigüedad es sencillo, accesible, breve y terapéutico para que el hombre permanezca atento. La memorización y la meditación son ejercicios vitales para que el discurso se lleve a la práctica. Grimal (2013) refiere que según Átalo<sup>1</sup>, en eso consistía lo moral, en poner la conducta en armonía con las convicciones. Ese ejercicio sectario que se practicaba en la antigüedad de adjuntarse a un credo filosófico, casi al término religioso, darle lógica y metafísica, queda superado por la invitación a la conversión del diálogo. Esto es, a cambiar de vida, un llamado filosófico que procede a un segundo nacimiento como un arte de vivir.

Entonces, ¿quién era un filósofo? Era un hombre que vivía filosóficamente tanto en su vida interior como en su comportamiento social, aun así, no escribía nada y no se dedicaba a enseñar.

Tanto a un filósofo pagano como a los futuros obispos, se les planteaban dos caminos: una moral intermedia que concilia lo uno con lo otro, y una moral maximalista. Los cristianos tenían por maximalistas a los ascetas, los estoicos tenían por ascetas a los cínicos; pues la secta cínica formaba una especie de ala izquierda del estoicismo. (Veyne, 1996, p. 29)

El poder de la palabra debía ir de la mano con el poder del esfuerzo, para lograr que el hombre domine sus pasiones. El hombre debe empezar desde lo sencillo hasta lo complejo a fin de que se habitúe a sus límites, los supere y armonice consigo mismo a partir de su buen juicio. De este ejercitar filosófico, se crea el “hábito” para cubrir la necesidad de actuar correctamente en la vida social.

Hay una serie de aprendizajes que incitan al orden racional en las relaciones humanas. La relación del “yo” con el cosmos universal, la relación del “yo” con los demás que devienen de la relación del “yo” consigo mismo: aprender a vivir, aprender a leer, aprender

---

<sup>1</sup> Átalo fue un filósofo estoico y un experto de la ciencia adivinatoria etrusca, que vivió durante el gobierno de Tiberio.

a dialogar, aprender a morir (Hadot, 2006). En esto coinciden las escuelas filosóficas de la antigüedad, aunque lo desarrollen con distintos métodos. La oralidad se reservaba a la tradición filosófica, así como el enseñar por escuelas o sectas. La filosofía helenística es orientada a la auto-transfiguración. Por ejemplo, una de las escuelas filosóficas que fue iniciada en el pórtico cien años después de la muerte de Sócrates: El estoicismo. Los estoicos, lograron sintetizar las cuatro causas aristotélicas a dos principios: un principio pasivo, la materia y un principio activo, el logos universal. El estoicismo es una filosofía fuerte que provoca una comprensión pasiva del mundo material desde la capacidad racional humana activada.

El hombre conforma el universo cósmico y acentúa su participación existencial tanto en lo individual como en la necesidad de someterse a un orden universal. La moral estoica se puede entender como un esfuerzo por reconocer un “yo” que ha sido alienado por las convenciones sociales. Un “yo” que debe ser curado en el conocimiento de sí mismo y que es feliz porque alcanza la tranquilidad en su retorno a la naturaleza racional. De manera que, para llegar a la meta estoica, la voluntad debe seguir la razón. Veyne (1996) afirma: «“La excelencia no necesita nada, encuentra su alegría en lo que tiene, sin codiciar lo que le falta”, escribe Séneca; la razón no ordena nada: espera que se le sometan casos para juzgar; no tiene contenido» (p. 72). La voluntad debe ejercitarse en su capacidad reflexiva, debe entrenarse en el conocimiento natural de sí misma, limitando aquellas conductas que son autodestructivas hasta desarraigarlas del ser.

Adoptando, a fuerza de repetición, el hábito de las verdades opuestas; a cada repetición se progresa en sabiduría; pues, al repetir una conducta recta no llegamos a la domesticación animal: quedamos penetrados de la verdad por la cual somos rectos. (Veyne, 1996, p. 78)

El ejercicio del hábito se construye en la continua experiencia de la vida cotidiana, a fuerza de parecer un ejercicio sencillo se trata de comprender el sentido filosófico de la experiencia propia en cuanto a la totalidad cósmica. El sentido de este ejercitarse para la vida se puede manifestar en la atemporalidad de la filosofía y del pensamiento antiguo; se podría decir que la ambigüedad de la existencia humana queda al descubierto en los planteamientos del estoicismo. La consciencia moral estoica propone un ejercitarse en

suprimir las pasiones humanas hasta la serenidad del ánimo, a diferencia de la moral epicureísta que se tensiona con este ejercitar y propone la idea del bien en la dinámica del placer en la existencia.

La máxima socrática “conócete a ti mismo” constituye el origen del sentido filosófico que se ejercitará de diversos modos desde la antigüedad, este reconocimiento surge de diferenciar los elementos esenciales de los convencionales

Como indica el Sócrates del Fedón: Así pues, es cierto que quienes, en el sentido exacto de la expresión, se tienen por filósofos se ejercitan para morir, y que la idea de estar muertos no resulta para ellos, o en todo caso menos que para cualquier otro en el mundo, motivo de espanto. (Hadot, 2006, p. 40)

Todo lo anterior bajo la premisa del morir digno, pues es la figura del filósofo la encargada de justificar esta conversión durante la vida que se cumple en el destino de la muerte.

El estado de la naturaleza intelectual del hombre sólo puede llevarle hacia la filosofía, como un ejercicio de amor a la sabiduría y que concluye en la virtud misma del filósofo. Más allá de la riqueza discursiva que pueda ofrecer la sabiduría, se trata de “un salir de la caverna” hacia un cambio rotundo de vida. La filosofía pide verse reflejada en cada conducta: el cinismo que contiene altas dosis de provocación pedagógica es la escuela pionera en cuanto a una conversión radical. Una nueva forma de vida, será la promesa de las escuelas filosóficas antiguas para con el hombre, una transvaloración. Hadot (2006) explica:

La práctica de los ejercicios espirituales implicaba la total inversión de los valores aceptados; había que renunciar a los falsos valores, a las riquezas, honores y placeres para abrazar los auténticos valores, la virtud, la contemplación, la simplicidad vital, una sencilla felicidad por el mero hecho de existir. ( p. 51)

La transvaloración resultaba compleja para aquellos que no filosofaban. La filosofía se presentaba de una forma poco atractiva para adaptarse, en contraste al camino conformista que ofrecía la tradición cultural de la época. La transvaloración provocaba temor y desconfianza para aquellos que no comprendían el sentido de ese ejercicio, distanciando a la gente en general de aquellos interesados en una metamorfosis. En la antigüedad, la teoría

está al servicio de la práctica filosófica, los hombres se comprometían a enfatizar en la continuidad de alguna corriente establecida olvidando reforzar el principal ejercicio filosófico: aprender a leer. A fuerza de repetir, el olvido de la práctica filosófica es lo que obstaculizó el acceso a la interpretación simple de ciertas verdades como atemporales; prácticas que siguen siendo accesibles a los hombres, más allá de una época predeterminada.

Los ejercicios filosóficos en la antigüedad son distintos de los ejercicios intelectuales contemporáneos, ya que no sólo son morales en el sentido de un comportamiento adecuado del ser sino espirituales, en el sentido de una conversión total de la existencia. En el caso de la filosofía estoica, la consecuencia espiritual del ejercicio moral suprime las pasiones y promueve la tranquilidad del ánimo para brindar estabilidad a la existencia humana. Platón (s.f) había dicho: “Es cierto, por consiguiente, Simmias, que los verdaderos filósofos se ejercitan para la muerte, y que ésta no les parece de ninguna manera terrible. Piénsalo tú mismo” (p.10). Hay una necesidad pedagógica en este ejercitar y que, además, es psicológica para concretar un método que procure la transformación existencial. Se trata de crear una vía de tranquilidad para el ánimo contra los temores y excesos.

La mayoría de los seres humanos asume como identidad la vida que le ha sido otorgada por el legado cultural. Legado que se quiebra cuando el hombre asume su propia búsqueda existencial. El hombre decide buscar su sentido existencial caminando hacia adentro y no hacia afuera, debe ser él mismo la prioridad de su vida, la especulación existencial externa sólo entorpece su firmeza en esta búsqueda. Hadot (2006) sostiene que estas filosofías que nacen a partir de la postura socrática poseen ese vínculo de conversión que prometerá un cambio radical procurando la felicidad de la existencia; consiste entonces en partir de un estado natural consciente para procurar la virtud del sabio. Ser sabio sería la meta de todos cuantos se hallan en ignorancia. Aun cuando no se culmina la meta en vida este “tratar” sería dado como ejercitar filosófico que, si bien no alcanza la sabiduría como meta absoluta, sí se evidencia una forma experimental del esfuerzo por conocerla.

En el mundo político se imita el ejercicio de la “experiencia religiosa” con el fin de persuadir al otro a identificarse con una verdad absoluta, en el sentido filosófico es lo que hoy se llamaría “ideología”. Por ejemplo, las técnicas de persuasión que usaba la

democracia demarcaban un antes y un después en la vida de quien se unía a esta idea. Así mismo, la retórica se usaba para convencer al otro de cambiar algunas conductas públicas que beneficien a la mayoría. La filosofía es la base para ejercitarse en conversiones pedagógicas y espirituales:

El filósofo es un converso, puesto que ha sido capaz de apartar su mirada desde las sombras del mundo sensible y de dirigirla hacia esa luz que emana de la idea del Bien. Y toda educación implica una forma de conversión. Las almas disponen de la posibilidad de contemplar esa luz del Bien. Pero su mirada está mal orientada, por lo que la tarea educativa consistirá en dirigir la mirada hacia la buena dirección. Entonces se producirá una absoluta transformación del alma. Si los filósofos se hacen con el gobierno de la ciudad, ésta será “convertida” a la idea del bien. (Hadot, 2006, p. 179)

El juicio natural de los hombres desemboca en la especulación social, esto conlleva todo un legado cultural que interpreta un hecho cotidiano como afección personal. La mayoría de las impresiones humanas que acontecen son naturales, si logran formar una afección es porque el hombre se ha apartado de su propia naturaleza y ha medido las cosas según las valoraciones humanas. La grandeza del alma se inscribe en la igualdad de percepción hacia todas las cuestiones que se nos presentan en lo cotidiano; la disciplina, por ejemplo, representa un mirar distinto de lo físico, un comportarse según la ocasión en lo ético y un razonar justo en la acción lógica (Hadot, 2006). Lo que se ejecuta como intuición no puede ser aprehendido, lo cósmico se presenta ante cada quien según su juicio, por ello es necesario mirar hacia lo universal sin fragmentar la individualidad de las partes. Esta mirada universal se orienta hacia el legado de las épocas, una armonía con los tiempos; se trata de una atemporalidad desde lo temporal.

La figura que rodea al filósofo es paradójica pues entre más ama la sabiduría, parece distanciarse del mundo. Se convierte en un amigo de la sabiduría no porque se convierta en un hombre sabio e ideal sino porque corresponde a un estado de la existencia, donde el ser trata de perfeccionarse con la virtud. Todas las antiguas escuelas filosóficas que tienen como fin la felicidad, ofrecerán alternativas cognoscitivas para personificar en el ideal de sabio la concepción de virtud. Ejercitarse en la virtud se convierte en un estilo de vida y en

curación de una existencia convencional; de cierto modo la filosofía es una intermediaria entre lo divino y lo humano. Hadot (2006) recuerda: “En la cima de la religión griega se encuentra su verdadero dios: el sabio” (p. 215). El vuelo del pensamiento cósmico sobrepasa la representación mítica, el filósofo no es hombre ni dios, es camino hacia sí mismo.

Un camino hacia sí mismo que no está libre de obstáculos, pues reincide en la lucha radical entre su parte universal que tiende a la razón virtuosa y su parte humana que debe adaptarse al sentido común de las convenciones sociales. Cada escuela intentará resolver esta lucha de diversas formas, todas llegarán a la conclusión de la necesidad práctica de consolidar el hábito de la meditación para conocerse a sí mismo en pos de controlar los impulsos; hábito que se desmenuza en múltiples ejercicios filosóficos de aprendizaje para corroborar un progreso integral hacia el ideal de sabiduría<sup>2</sup>. El estilo de vida del convertido antiguo se habitúa al espíritu sereno (ataraxia), en cuanto a la concepción cósmica que le dirigen hacia la libertad interna que se exterioriza (autarquía y autonomía).

En el epicureísmo y en el estoicismo vienen a añadirse a estas disposiciones fundamentales la consciencia cósmica, es decir, la consciencia de formar parte del cosmos, la dilatación del yo en la infinitud de la naturaleza universal (...) Pero la filosofía en sí misma, es decir, la forma de vida filosófica, no consiste tanto en una teoría dividida en partes como en una actividad exclusiva dirigida a vivir la lógica, la física y la ética. (Hadot, 2006, p. 238)

El arte de vivir en la antigüedad, consistirá en la atención meditativa del hombre consigo mismo y el tratamiento de recuperar su propia naturaleza escindida por la dispersión de las instituciones humanas. Según Aristóteles, la contemplación de la verdad sólo llega por la experiencia activa y personal, la teoría es acción. La acción es la única forma de adaptarse al medio, por eso para el hombre se hace necesario integrar las ideas anteriores a su época como una base para la creación de nuevos sentidos valorativos a partir de las nociones antiguas; esto es, sistematizar en la cultura una escala de valores válida. Los filósofos antiguos pretendían revelar nuevas vías para asumir las convicciones sociales sobre la

---

<sup>2</sup> Ejercicios prácticos que Plutarco, en concreto, ha descrito con destacable precisión: dominio de la cólera, de la curiosidad, de las palabras y del anhelo de riquezas, debiendo comenzar uno por ejercitarse con las cosas más sencillas para ir poco a poco afirmando y consolidando el hábito.

realidad, midiendo sus juicios; pero lo que en realidad hacían era destruir las antiguas valoraciones para crear nuevas. El filósofo es un creador de sus propios valores, nombrando la realidad a través del conocimiento de sí mismo y comunicando a otros esa transformación. La muerte de Sócrates es una circunstancia de este acto creador.

En el caso del ejercitar estoico, la fuerza filosófica de la sabiduría radicará en la trascendencia del yo y el cultivo de sí mismo; no basta con existir, se trata de recrear un arte de vivir que trasciende el mundo conocido. En el viaje trascendental de sí mismo, el hombre se encuentra con la razón natural, lo divino, lo cósmico y si es posible alcanza la armonía que es tranquilidad del ánimo. La justicia se convierte en un acto reflexivo. El hombre alcanza la justicia por su participación en el equilibrio, esto sólo puede darse gracias a que la consciencia se ha expandido hasta lo universal. Hadot (2006) expresa: “Esa sensación de existir de la que hablaba Rousseau es la sensación de identidad entre la existencia universal y nuestra propia existencia” (p. 296). Un ejercitarse en la contemplación activa del instante, hace de la meditación un presente continuo que se totaliza en la unidad del mundo. Ser amigo de la sabiduría antigua significaba como única instancia reconocer el estado de ignorancia para poder apelar un estado diferente: la no-ignorancia.

El discurso de la filosofía grecorromana no tiene una utilidad inmediata en sí mismo, a menos que se use en la vida filosófica. La filosofía es inútil como utilidad concreta para los que no son filósofos, es por eso que el filósofo filosofa más con sus actos que con sus palabras. La nueva vida del convertido a la filosofía le ofrece refugio de los que no comprenden esta nueva percepción de ver el mundo hasta el momento de la muerte. La influencia socrática permeará las siguientes filosofías, así como sus ejercicios espirituales. El pincel de la consciencia es el que da la forma a la filosofía antigua, puesto que no se trata de proyecciones sino de una creación valorativa sobre un arte de morir; para estar consciente de la muerte, es necesario haber estado consciente de vivir. La filosofía por eso es despertar, un despertar digno para morir, la transformación del espíritu que culmina, o bien, alcanza su meta.

El reconocimiento de este carácter en cierto modo sagrado de la vida y de la existencia nos llevará a comprender mejor nuestra responsabilidad hacia los demás

y hacia nosotros mismos. Esta forma de consciencia y actitud vital proporcionaba a los antiguos serenidad y tranquilidad espiritual, posibilitando al mismo tiempo su libertad interior, el amor a los demás y la seguridad a la hora de afrontar la acción. (Hadot, 2006, p. 302)

La filosofía supone esta entrega a la cotidianidad, pero desde una altura distinta, ni la del maestro o alumno sino del que simplemente observa, sin sobrecargar el juicio racional de convencionalismos y evitar caer en la malinterpretación. Esa experiencia ocurre gracias al ejercicio filosófico en el asumir la responsabilidad de vivir, elegir ser, observar la realidad, actuar y crear para no enloquecer. El legado filosófico que inicia con el ejemplo social se hace expansivo a la colectividad en un fenómeno masivo que más adelante será reconocido como cultural, una perspectiva de vida superior que se debe profundizar para salir al exterior.

## **1.2. Séneca y el estoicismo**

El espíritu debe estar en armonía sin dejarse perturbar por lo externo, depender sólo de su propia tranquilidad puesto que virtud y vicio se repelen ¿cómo alcanza el alma tal estado con la razón? Sólo se puede corroborar en la acción, en el modo de vivir y de conocerse a sí mismo, para reaccionar modestamente ante cualquier experiencia vital. La filosofía antigua pretende que su fin no sea teoría sino práctica, un ejercicio reiterativo del espíritu por alcanzar la sabiduría, por ejercer una conciencia a partir de la razón en aprendizaje. El estoicismo otorga al hombre un programa de interiorización para evaluar su comportamiento, un aprendizaje intelectual para equilibrarse y una manifestación de grandeza espiritual para compartir con los demás de forma natural, es decir, en orden e igualdad.

En un breve historial filosófico de Lucio Anneo Séneca se encuentra la influencia intelectual de Soción de Alejandría, filósofo peripatético y la escuela pitagórica que enseñaba nociones como: la transmigración de las almas en sucesivos cuerpos y a través de los distintos reinos de la naturaleza en la búsqueda de la perfección, o la purificación del cuerpo (del ánimo) que consiste en hacerle transparente a la luz de la divinidad cósmica. Veyne (1996) manifiesta: “La pasión, pese a la existencia de los preafectos, no es sino un juicio falso. Cedemos a las pasiones a causa de una debilidad de juicio, que se ha vuelto

habitual. La inmensa mayoría de los hombres están enfermos” (p. 118). El estoicismo cree que la enfermedad espiritual se asume desde el razonamiento fragmentado y que empleando la filosofía como medicina es posible una recuperación. Los límites de este proceso curativo estarán a merced de la buena voluntad del espíritu enfermo y su disciplina de aprendizaje.

En la mitología grecorromana no se involucraba al sujeto en sus creencias, lo que sí harán las religiones místicas<sup>3</sup> amparando al creyente con el compromiso de otorgarle felicidad (Grimal, 2013). Séneca experimenta esto en Egipto cuando tuvo una crisis en su etapa juvenil. El iniciado debe compenetrar en la totalidad de su ser una formación intelectual, física y emocional otorgada por ideas de carácter primitivo que le incitan a imitar a un dios o a un héroe; el misterio se convierte, según la religión, en verdadero conocimiento. El estoicismo, por otro lado, procurará brindar seguridad desde el interior del ser humano, sin iniciaciones, con ejercicios espirituales como mantenerse firme y resignado, despreciando racionalmente el sufrimiento; y tranquilamente, que es la santidad en la sabiduría estoica. La providencia es la potencia divina que ha dado igualdad a todos los seres vivos e incluso los medios para su adaptación en la naturaleza, y de esta forma asegurar su felicidad.

El tiempo toma una significación pertinente a la existencia cuando el ser se ha curado de su confusión dogmática, desaprendiendo. El hombre se convierte en humano por la medida de su razón<sup>4</sup>; lo divino se presenta cuando el ánimo justo debe resolver, con tranquilidad y seguridad, lo que se deriva como circunstancias de la vida. El ser ya no lucha para sobrevivir sino que se cultiva en la razón humana, sin esforzarse más que en dominar sus apetitos puesto que los ha comprendido porque se ha examinado a sí mismo hallando la medida de su razón. Veyne (1996) refiere que desde lo interno, el hombre se ha curado de la confusión y como prueba de ello, se fortalece en un arte de vivir que haga realidad la posibilidad de ser sabio; y que es paradójica en el estoicismo, ya que los estoicos mueren antes de alcanzar ese ideal de sabiduría.

---

<sup>3</sup> Místico viene de *mistés* que significa en griego antiguo: iniciado. Los iniciados eran personas que pasaban una serie de “experiencias espirituales” que les llevaban a la comprensión total de la divinidad.

<sup>4</sup> Una razón que, no es pura sino que tiene la medida justa. Principio filosófico expuesto por Protágoras “el hombre es la medida de todas las cosas”.

El humano actúa de manera que la razón le dirija hacia ese bien que le es posibilidad y alejarse de ese mal que sea posible evitar, en otras palabras, sencillamente se organiza el bien y el mal en un término moral para la convivencia social. A ojos del filósofo, cuyo único afán es distinguir lo racional de lo real, una conducta es conforme a la razón o no lo es (Veyne, 1996). En Roma es la época de las consolaciones, género propicio para reflexionar sobre lo racional y real. Allí es donde aparece Séneca como uno de sus representantes; de origen provinciano, este filósofo llega al escenario político para ejemplificar la moral del sumo bien y un estoicismo práctico. “Séneca es un profeta del bien y del mal bajo preceptos superiores: la naturaleza. Séneca es un mensajero mediador entre dos principios que son universales” (Zambrano, 2002, p. 31).

El problema del sufrimiento, lejos de ser una pérdida, para la virtud se convierte en el intermediario de su galardón, ya que sólo quien supera los sufrimientos con firmeza y dignidad puede ser llamado virtuoso. Los griegos dejan a Roma su herencia de pueblo guerrero pero sabio, así como democrático pero adepto de la esclavitud. El guerrero sólo puede demostrar su grandeza de espíritu en el combate, en la adversidad:

¿Cómo puedo saber en qué medida eres capaz de luchar contra la pobreza si nada en la abundancia? ¿Cómo puedo saber cuánta presencia de ánimo tienes para hacer frente a la maledicencia y el odio del pueblo, si envejeces en medio de aplausos, si un favor inexpugnable, preparado por cierta inclinación de los ánimos hacia ti, te sigue? ¿Cómo puedo saber con qué entereza has de soportar la pérdida de tus hijos, si ves a todos los que has criado? Te he oído consolar a otros; recién te hubiera podido conocer al ver cómo te consolabas a ti mismo, cómo te vedabas a ti mismo el dolor (Séneca, 2000, p.27).

La virtud estoica se diferencia de la epicúrea y cínica en que no busca un fin como el placer o la provocación pedagógica sino que ella es imperturbabilidad en sí misma. La virtud es practicada en la conducta humana cuando el razonamiento ha conseguido el “sumo bien” y se ha impuesto sus limitaciones en cuanto a la naturaleza. No debería vivirse virtuosamente por el placer del bien sino como un acto cercano a la naturaleza divina, conforme al logos; el acto del bien es el que produce placer por añadidura pero no es la regla. El alma no puede ser pesada, el alma necesita levitar por encima de las cuestiones

terrenales para que no se deforme en sus suplicios; debe anclarse al todo, a la naturaleza virtuosa de ser ella misma. De este modo el ser sabio es conquistar la libertad y suficiencia frente a lo externo desde lo interno.

Desligarse de los dioses se convierte aquí en una autonomía espiritual, un tratar de imitar a la deidad sin rendirle culto más que a lo divino que hay en lo humano. Por tal motivo, el placer debe ser excluido como “un ansiar algo” constantemente ya que esto inquieta la tranquilidad del ánimo; no se trata de no tener pasión por lo que se hace sino de moderar la pasión según la razón. Según Séneca, la pasión sin razonamiento es irreflexiva y la razón sin pasión es inefectiva para realizar una acción; incluso en medio de la acción surge la incertidumbre de darle continuidad al acto forzando así la búsqueda de la felicidad. El hombre sólo estará seguro en sí mismo, no en la prevención de la eventualidad sino en la reacción y consecución de él mismo, que es la virtud. El ser sabio se convierte en la cúspide de la virtud.

El ser humano del estoicismo será reconocido sabio sólo hasta que culmine la vida con una muerte digna. En la consciencia de su temporalidad podrá desarrollar la vida de forma natural. Si se teme a la muerte es porque no se reconoce la temporalidad del hombre y no podrá vivir auténticamente si no es él mismo, pues la naturaleza a todos nos dotó de fortaleza proporcional al raciocinio. Alguien es débil porque no se conoce a sí mismo, vive en las sombras, confundido sobre lo que es real, distorsionado por móviles externos. En esto radica el sentido del ejercicio espiritual, no basta conocerse a sí mismo a través del acto sino en convertir ese acto en potencia de ser sabio, en la máxima expresión de usar lo que se sabe de sí mismo para provecho del sumo bien. No hay una distinción entre lo que hace el cuerpo y lo que hace alma sino una fusión de ambos: siempre que el alma sea la que se eleva dirigiendo y limitando las necesidades del cuerpo.

El alma es intocable a las realidades del cuerpo como complemento; es una medida de la realidad que no es afectada por la realidad. El alma supera la realidad pues se ha perfeccionado más allá del bien y del mal, en la naturaleza divina. Vivir en la ilusión de un “yo” que es inexistente porque no trasciende, pues queda atrás para dar paso al todo. El todo es desconocido mas no inexistente puesto que puede lograr la trascendencia a través de la comprensión. Después de que Séneca hace su viaje a Egipto y con la salud más

equilibrada regresa a Roma para dedicarse a lo público, tras haber examinado el epicureísmo elige el estoicismo<sup>5</sup>. Se convierte en discípulo de Átalo y Papiro Fabiano, quienes a su vez seguían a Sexto, figura del estoicismo y neopitagorismo romano. Las escuelas filosóficas de tradición griega en Roma se encontraron en crisis para sus adeptos, ya que la necesidad de filosofar sería reemplazada por la necesidad de formar y mantener una gran fama. Dice Séneca (1989): “Si la sabiduría se me otorgase bajo esta condición, de mantenerla oculta y no divulgarla, la rechazaría: sin compañía no es grata la posesión de bien alguno” (Ep. 6, p. 111). La cultura romana poseía ambiciones nobles pero también estaba sumergida en una locura mental, Veyne (1996) refiere: “La curación mental es la gran meta de la vida del estoico” (p. 86).

Séneca trata de convencer a Lucilio, su discípulo, de abandonar el epicureísmo y dedicarse al ocio de la sabiduría; de esta manera puede dignificar su vida en la memoria de su nombre sin oficios banales que desperdicien su tiempo. Séneca, como representante del estoicismo, es un claro ejemplo de aquellos que trataron de perfeccionar su ser hasta llegar al punto de no temer a la muerte y recibirla con dignidad, con tranquilidad de ánimo. «La nueva existencia, la del estoico, está hecha de un control incesante; como dice Séneca, “una infinidad de accidentes sobreviene a cada hora y exige reflexión, y a la filosofía es a la que hay que pedir consejo”» (Veyne, 1996, p. 87). El cuerpo para el estoico es uno con el alma, y no es un obstáculo sino una limitación para seguir la razón universal. Séneca procede no tanto a educar a los demás con las grandes verdades filosóficas sino a curar filosóficamente la oscuridad confusa en la que se sumerge la humanidad, llena de angustia, temor, esclava de sus pasiones y deseos. Un mundo demente que no sabe emplear el tiempo de vida engendra el error de generación en generación.

El desconocimiento o desinterés inconsciente del alma desea un escape ante su destino natural pero irresoluble. La apatía ante el convencionalismo ruidoso que caracteriza al asceta se, Séneca (1989) declara: “Con gracejo suele decir nuestro querido Demetrio que, para él, el griterío de los ignorantes tiene el mismo valor que los ruidos que produce el vientre. ¿Qué me importa –dice- que suenen por arriba o por abajo?” (Ep. 91, p. 142). Sólo el “yo” puede ser sabio y convertirse en un proyecto que no es aún pero que es un esfuerzo

---

<sup>5</sup> Los estoicos son deístas: su dios no es sino la encarnación de la razón y el medio de explicar el orden del mundo.

natural de superación. Por eso la moral que transmitirá es enteramente de beneficios, pretende así una sociedad armónica cuyo beneficio sea el nexo del amor a la sabiduría. El amor asegura esa tranquilidad y orden. Cuando el individuo se encuentra con lo otro puede expandirse hasta una condición distinta a la humana. Veyne (1996) expresa: «La religión estoica no tiene ni culto ni sobrenatural ni desigualdad entre lo divino y lo humano, y su dios es un “gran artesano”, perfecto arquitecto del cosmos» (p. 131).

La figura del filósofo como un profeta se traslada a la de un igual con los otros; la humanidad del filósofo adquiere transmutación de sabio, que es la única meta de la virtud sin apurar los inconvenientes que surgen en el futuro por la radicalidad en el razonamiento. En el estoicismo el “yo” no podía convertirse en algo peligroso, aunque estuviera guiado por la razón pues debe ir medido con la sensibilidad para que asegure su accionamiento benévolo, de lo contrario sería una demencia disfrazada de sabiduría. O bien, puede deberse a la ingenuidad humana y sus intenciones “nobles”. Veyne (1996) afirma:

Los estoicos no quieren creer ni por un instante que la razón pudiera aliarse al egocentrismo del individuo y enseñarle a echar la zancadilla a los rivales mejor planificados y maquiavélicos: parecen estimar que la razón tiene amor a la razón; el que se asemeja se limita y se quiere. (p. 112)

El estilo de Séneca como maestro epistolar hace que el consuelo filosófico sea más liviano, suave pero virtuoso sobre la forma de vivir. La sabiduría se ha extendido a todos los hombres que deseen descubrir sus secretos. Séneca empieza por algunos ejercicios de tipo espiritual orientados por su razón: cómo dormir en el suelo sin comodidades, abstenerse de las bebidas espirituosas para beber sólo agua, no perfumarse, fortalecer la comprensión de la soledad, evitar compañías superfluas así como palabras lisonjeras; hasta la dieta toma una ruta vegetariana temporal que regulará por la preocupación de su padre. La fuerte influencia de los poetas latinos como Ovidio, llevarán al ánimo de Séneca a descubrir fuertes tensiones internas, como su tendencia a la tragedia y la condición de la sabiduría desde el corazón, que es el verdadero recinto del silencio y de la transmutación alquímica del alma.

Tras ejercitarse filosóficamente en las tensiones que trae el conocimiento de sí mismo Séneca procura continuar su proceso emancipador espiritual. Sin embargo, en la escena

pública siendo Séneca abogado y orador es condenado a ocho años al exilio en Córcega, debido a una acusación falsa; tiempo que dedicará a lo que él mismo llamará “ocio digno o contemplativo”. Del año 40 al 43 escribe sus *Consolaciones* y *De la ira* para aconsejar a su hermano menor Lucio Anneo a mitigar la ira. Séneca regresa a Roma tras su exilio para contribuir a la educación del futuro emperador y discípulo: Nerón. Séneca escribe *De la tranquilidad del ánimo* dedicado a Anneo Sereno, prefecto de la guardia nocturna de Nerón en el año 55. Roma vive en un periodo tranquilo; Séneca escribe su mejor composición *Sobre la brevedad de la vida* dedicada a su cuñado Paulino y en el mismo año, *Sobre la firmeza del sabio* de nuevo dedicado a su amigo Anneo Sereno.

Al siguiente año (56) escribe *De la Clemencia*, para alentar a Nerón a ser un buen emperador, mientras que sucede el asesinato de Británico<sup>6</sup> y el intento de asesinato hacia Agripina por parte de su hijo Nerón al que Séneca no se opone. En el año 58, Séneca trata de aplacar la ferocidad del nuevo emperador pero sólo consigue profetizar su caída, escribe *Sobre la vida feliz* cuando ya Nerón se encuentra en fetidez moral y ha abandonado su razonamiento; este diálogo está dedicado de nuevo a su hermano menor y en defensa de su estilo de vida filosófico; denota ya la madurez de su pensamiento moral. En el año 59, conforma siete libros que unificará en *De los beneficios*.

Séneca escribe su último diálogo en el año 63, *De la providencia*, donde intenta explicar a Lucilio por qué no debemos considerar los males que nos pasan como una desgracia, sino que debemos considerarlos como algo útil desde una perspectiva individual en primer lugar, y después como un bien para todos en general. El resumen de la misión estoica se encuentra cuando Séneca (2000) dice: “Te considero infeliz porque nunca fuiste infeliz. Atravesaste la vida sin adversario; nadie sabrá de qué fuiste capaz, ni siquiera tú mismo” (p. 26). En sus últimos tres años de vida escribe 124 *Cartas a Lucilio*. Séneca se mantiene al margen de los complots que se preparan para conspirar contra su discípulo Nerón quien es un fracaso como sujeto moral y con su razón abandonada por completo le acusa irremediamente; la impasibilidad del filósofo se hace firme y digna al ser notificado en el año 65 que debe matarse por orden de Nerón. Séneca cumple su destino y se suicida para salir de la vida.

---

<sup>6</sup> Hijo legítimo del emperador Claudio y que debió sucederle en el trono.

Lo importante para cada quien es lograr ser un sabio y, para ello, no se necesitan triunfos técnicos: basta tener una clara visión filosófica de la relación de la razón humana con la de la Providencia y estar dispuesto a aceptar serenamente que la Providencia, que ve más lejos que nosotros, sustituya nuestra racionalidad por su propia racionalidad. (Veyne, 1996, p. 166)

El estilo de Séneca es una muestra de la grandeza del alma que tanto predicó, sus modos de aconsejar suaves y consistentes le brindan las herramientas sutiles para consolar a los demás en nombre de uno. En la existencia del ser humano que se encuentra abrumado por los temores y la esperanza, brinda una medicina filosófica que lejos de ser dogmática, se adaptará a las circunstancias que traiga la fortuna, o de la misma naturaleza. Salir del estado de necesidad, de esclavitud es lo que Séneca pretende lograr con su filosofía; un camino a la libertad, que sólo se logra con la virtud que es la verdad en sí misma. De modo que las pasiones y los deseos sean resistidos hasta la resignación. El “sumo bien” y la felicidad son los pilares del sabio en el ejercicio filosófico. No es el bien un fin, sino que del bien nace el fin, que es ser dueño de uno mismo a través de la razón y la tranquilidad del ánimo para morir dignamente.

Séneca se encierra en la soledad y el “ocio” letrado, para continuar la política por esos otros medios de acción: la difusión de la sabiduría y el testimonio que un pensador daba de la sabiduría por su actitud o silencio elocuente. (Veyne, 1996, p. 168)

Así como Demóstenes<sup>7</sup> no encantaba con su retórica, sino que seducía proyectando una influencia sensible sobre la realidad que cautivaba, Séneca también tendrá ese estilo de auto persuasión a partir del yo neófito que se transfigura, gracias a la filosofía, en sabio (Veyne, 1996). El “yo” de Séneca posee un estilo moderno, de frases breves y mordaces, que saben hacer sencillas algunas cuestiones paradójicas a través de una metáfora impredecible. Con estilo antípoda, predica sobre una interioridad estoica que encuentra consistencia en un naturalismo intelectual y optimista, donde yace la unidad del yo (sujeto activo sin amo, ni Dios) con el todo cósmico en un mundo que fue hecho a su medida.

---

<sup>7</sup> Importante político ateniense que se suicida con veneno; según las *Historias* de Polibio.

El hombre y la naturaleza son los ejes de la filosofía moral que Séneca profundiza. La fuerza de sus ejercicios espirituales permite evaluar el sentido de alcanzar el estado de sabiduría, que es un estado natural cuando la razón se halla completamente transfigurada a lo divino; que es relación con lo otro, con el todo. Cada vez que sucede algo, la Providencia lo ha determinado así, sea para beneficio del carácter o para el beneficio de la naturaleza misma. Séneca (2012) manifiesta: “¿O es esto poca cosa? Cuando te diga: El sumo bien es la firmeza y previsión y agudeza y cordura y libertad y armonía y compostura de un alma inquebrantable” (p. 22). El hombre es un sujeto moral que no posee otra diferencia con los demás seres vivos que su razonamiento natural, siendo también la única vía para ser feliz. Séneca (1989) sostiene: “Esta razón perfecta se llama virtud y coincide con la honestidad” (Ep. 76, p. 449).

La adaptación natural se convierte en una condición para sobrevivir a la agonía de las pruebas de la vida, pues Séneca (1989) asegura: “Todos los infortunios ante los cuales gemimos, por los cuales nos atemorizamos son tributos a la vida: no esperes, Lucilio querido, ni pidas verte libre de ellos” (Ep. 96, p. 218). El destino no pide soluciones ni felicidad sino resistencia para la vida, probar la sustancia humana es la finalidad de la naturaleza. Se deben superar los temores y deseos para que el carácter posea finalmente la quietud del espíritu y se eleve moralmente. La posición determinista de Séneca en cuanto a la providencia y los designios del sabio es un consuelo a proseguir con la meta estoica. En la realidad estoica, la virtud es tan natural como la razón para el sabio, lo demás sólo es producto del desorden y de la incomprensión de lo que es natural: el “sumo bien” es una consecuencia de estar en el estado natural.

Por lo pronto, de acuerdo en esto con todos los estoicos, me atengo a la naturaleza de las cosas; la sabiduría consiste en no apartarse de ella y formarse según su ley y su ejemplo. La vida feliz es, por tanto, la que está conforme con su naturaleza, lo cual no puede suceder más que si, primero, el alma está sana y en constante posesión de su salud; en segundo lugar, si es enérgica y ardiente, magnánima y paciente, adaptable a las circunstancias, cuidadosa sin angustia de su cuerpo y de lo que le pertenece, atenta a las demás cosas que sirven para la vida, sin admirarse de ninguna. (Séneca, 2012, p. 10)

Sobre la actitud de Séneca se hace evidente su papel protagónico en la filosofía grecorromana que se desenvuelve en la dinámica declaratoria sobre la sabiduría como un camino de grandeza. Séneca también es una compañía en el viaje de la vida a través de su estoicismo pues Veyne (1996) insiste: “desempeñará ese papel testigo que se esperaba de un filósofo” (p. 170) siendo un reconocido estoico no dogmático, interiorizará la actividad humana en la fortaleza del alma a través de la razón. La austeridad y los goces del espíritu se convierten en la presentación de lo que es un sabio, según el estoicismo, que no es insensible a pesar de impasible, que reconoce las pasiones pero las supera con la entereza de su razón. Séneca reitera la resistencia filosófica a pesar o a consecuencia del sufrimiento digno y que puede lograr un equilibrio vital ya que no pone sólo su corazón en las cosas terrenales.

Yerra el que piensa que la esclavitud se apodera de todo el hombre, porque la mejor parte de él queda libre. Los cuerpos están consignados y sujetos al dueño, pero no lo está el ánimo; que éste, de tal manera es libre y vagante, que aun con la misma cárcel del cuerpo, donde está encerrado, no puede ser impedido para que no use de su ímpetu ni para que deje de hacer cosas grandes, y, espaciándose por lo infinito, sea compañero de los espíritus celestiales. Finalmente, el cuerpo del esclavo es lo que solamente entregó la fortuna al dueño; esto es lo que se compró y esto es lo que se vendió. No se da a la esclavitud la parte interior, porque todo lo que de ésta procede es libre; y así, ni nosotros podemos mandar a los esclavos todas las cosas, ni ellos tienen obligación de obedecernos en todas. (Séneca, s.f, p. 179)

Veyne dilucida las obras de Séneca para hallar que la justa medida está en el modo de observar y comprender la relación de un “yo” que se afirma en lo racional para llegar a lo otro, sin embargo, no queda del todo claro cómo Séneca trata la problemática del mal; en *Sobre la providencia*, al concluir un determinismo niega el mal en sí, lo transforma en un bien diciendo que dos opuestos no se pueden relacionar como tal. Al parecer Séneca no encuentra una solución de felicidad ante el mal sino una justificación que busca reconfortar el espíritu. Según Séneca, el hombre tiene el conocimiento de la ciencia del bien y del mal pero la providencia es la que designa la vivencia de un mal que siempre tiene un trasfondo pedagógico: moldear el espíritu hasta la virtud.

Así, cuando vieres a los hombres buenos y gratos a los dioses sufrir, sudar, transitar por difíciles senderos, y a los malos entregarse a los goces y abandonarse a los placeres, considera que nosotros nos complacemos en la modestia de nuestros hijos y en la desvergüenza de los de nuestros esclavos, que a los unos los refrenamos con más ardua disciplina y a los segundos los criamos en la licencia. Lo mismo debes pensar tú de Dios: no tiene al hombre bueno en medio de deleites, lo somete a prueba, lo endurece, lo prepara para sí. (Séneca, 2000, pp. 7-8)

El sentido común dicta que la naturaleza no repara en efectos perjudiciales para el hombre, es el hombre quien ha creado una posición privilegiada dentro de la naturaleza con la desigualdad en la armonía. La actitud de Séneca, según Veyne, tiende hacia la distribución de la información, espacio y tiempo que se derivan de la moralidad entre los de su clase: se entiende por mal rico aquel que tiene una actitud individual del deber hacer, en cambio, un buen rico es aquel que practica un código implícito de conductas adecuadas. La impresión de seguridad en su moral se manifiesta al individuo que sacrifica todo por su vocación y puede tomarse como una moral de competencia que conlleva a la unificación moral, a la reducción del “yo”. Veyne (1996) sostiene que la moral en Séneca es de beneficencia<sup>8</sup> lo cual es una virtud de élite, como muestra el trato especial y amable hacia los esclavos pero que no hace algo para abolir la esclavitud; es una de las paradojas de la actitud benéfica de esta moral. Se muestra que el orden establecido sólo puede ser alterado para ciertas conveniencias.

Séneca, aunque no es dogmático del todo con el estoicismo, refleja que su arte de vivir no puede ser reducido a una pantomima del placer individual sino que va directo a lo sensato de la existencia (Hadot, 2006). El entusiasmo moderado y el sentimiento de lo sublime permiten a Séneca en el ocio digno, construir una seguridad mental para lo peor; se refugia en la práctica de la sabiduría como medio para servir a los demás. La filosofía pone un intervalo enorme entre nosotros y el resto de los hombres, nos hace más grandes que la medida humana y apenas más inmoderada que la de un Dios. Uno de los postulados estoicos reitera el problema de la humanidad: somos enfermos mentales, si se nos devuelve

---

<sup>8</sup> Más adelante el término pasará al contexto cristiano para convertirse en la “caridad”.

la razón seremos fuertes y podremos ser llamados dignamente humanos<sup>9</sup>. Una renovación racional a través de la medida filosófica y con ello, virtuosa del comportamiento humano.

Para Veyne cuando Séneca habla de moral, se entiende como todo esfuerzo por construir un “yo” que se cimenta en la voluntad (término moderno como la libertad) que debe seguir a la razón para ser buena y feliz. La proposición educativa en la didáctica estoica es para ejercitar el espíritu en la virtud y resolver el problema antiguo de la felicidad. En la pedagogía estoica se encuentra el bien con la seguridad o tranquilidad, es el ideal del sabio; no se presenta precisamente como una fórmula pero sí vendrá como un estado natural que permite alcanzar la plenitud. El epicureísmo intenta liberar de las fantasiosas angustias con las que se generan ficticias necesidades. El estoicismo siendo muy paciente lo hace desde el interior de la forma, procurando eliminar las malas (locas) prácticas del pensamiento a las que nos someten desde que nacemos. Entrenarse es pues, un medio filosófico de la antigüedad, donde la fuerza del hábito y la limitación se convierten en virtud.

Ahora bien, dentro de la concepción estoica del método de auto transfiguración hay ciertas premisas que se alejan del alcance humano y que Séneca reconocerá así, como lo es el ideal de sabio cuando corresponde a la figura de quien logrando la perfección pudo elevarse hasta tal estado. Séneca (1989) expresa: “De la misma manera, lo que dificulta la virtud nada le quita: ella no resulta más pequeña, sino que brilla menos” (Ep. 92, p. 149). En la naturaleza no se ve a menudo que nazcan sabios para las épocas, pero una vez nacen la historia procura prepararlos para la virtud impulsando una especie de seguridad absoluta de conseguirla aún sin un sistema filosófico que ofrezca la garantía de conjugarse con el todo. Lo que busca Séneca, en mejor término, es una cura o estrategia para asegurar la felicidad personal a través del camino filosófico; él lo encuentra en el estoicismo y por eso recomienda su arte de vivir.

Si el sabio estoico es sometido a la tortura allí mismo estará su felicidad, ya que sin la superación de la tortura no podría llegar a la perfección, es decir, a la virtud que es la única que brinda tal seguridad dichosa (Veyne, 1996). El sabio debe llegar a ser prudente, fuerte,

---

<sup>9</sup> A los hombres les ha sido dada la razón como función más perfecta, de tal modo que para ellos vivir según la razón es vivir según la naturaleza, ya que esta es guía de las tendencias. Por esta razón Zenón dijo -y fue el primero en decirlo- en su libro sobre “La naturaleza humana”, que el fin supremo del hombre es vivir conforme a la naturaleza, que es lo mismo que vivir según la virtud. -Diógenes Laercio.

templado y justo a partir de haberse liberado de las pasiones, y de conquistarse a sí mismo con la certeza de su mortalidad. Séneca opinaba que, desde el epicureísmo, la muerte no es un acontecimiento bueno o malo ya que no se puede conocer; no obstante, desde el estoicismo puede ser una liberación digna cuando el individuo asume los obstáculos de la vida. Zambrano (2002) converge en que Séneca tenía la particularidad de ser un verdadero “padre” entre la vida, la resignación y la muerte; es decir, ante la orfandad humana de un sentido superior. Hoy por hoy el suicidio es señalado como un juicio de negación natural del instinto de supervivencia, en Séneca es sinónimo de reflexión digna ante la muerte. El suicidio de Séneca es una salida valiente de su destino, una muerte digna.

Séneca no es un maestro de la verdad sino un conversador nato, la soledad radical de estar sin dioses, sin matriarcado o patriarcado, sin creencias, huérfano responsable de su único bien, la razón. En tiempos delirantes impera la locura ansiosa de libertinaje, el arte de matar el tiempo, de morir matando la muerte al dejarse llevar sin su efecto cotidiano sino con esa actitud digna (Zambrano, 2002). El sabio de la antigüedad intenta encontrar el punto de equilibrio que permita una razón moderada, no una razón pura o filosofía pura. El estoicismo es la representación con la que el filósofo cumple su rol en el teatro de la vida. Zambrano (2002) dice: “Séneca es un sabio a la defensiva porque es un hombre plantado en la zona más amarga de la historia, cuando la esperanza reciente ha desaparecido; esa hora en que ser hombre es estar solo y tener responsabilidad” (p. 55).

En la antigüedad ¿Quién tiene todo para ser feliz y qué se debe tener para serlo? La felicidad está en el reconocimiento de los demás a partir de ser uno mismo. Así como en la comprensión en vez de la condena, de las conductas humanas que no son normales y que deben volver a la naturaleza con la luz de la razón. Las crisis deben enfrentarse con mesura sin desesperar. Los consuelos son dados por la filosofía que, a diferencia de la religión, propone la resignación como solución a los sufrimientos que produce la ilusión excedida en fe; por ello la resignación a todo lo terrenal menos al ideal de condición humana, que es lo único que hace digno al hombre. En la época de Séneca se habla de lo natural, por ejemplo comer por necesidad de vivir, no por gula. Veyne (1996) sostiene que los placeres no han sido atribuidos a la “maldad de la carne o del cuerpo” o a una sexualidad obsesionada sino simplemente a los apetitos naturales mal administrados.

“Unir un arte de vivir a una metafísica o mejor dicho a una filosofía de la naturaleza: tal es el toque de la genialidad que fundó el estoicismo y se vuelve una auténtica filosofía” (Veyne, 1996, p. 58). Una especie de fatalismo y optimismo se encuentran en el trasfondo estoico. Séneca por su parte entrenará su observación para comprender temas elevados de naturaleza moral. Todo bien otorgado por la naturaleza debe tener un revés, una consecuencia, este postulado es una justificación estoica para explicar algunos fenómenos de la naturaleza. ¿Qué sucede si el ser humano no está interesado en la seguridad estoica? De alguna forma dará nombre a aquello que busca (placer, distinción, etc.) para concretar una seguridad total. La clave está en una renuncia resignada de aquello que sobra. Séneca aconseja todo el tiempo sobre los peligros de aferrarse a lo material o superfluo.

Hay que tener en cuenta que la mayoría de los hombres que buscan su interés propio, no buscan el bien en sí: ellos llaman “bien” a lo que la casualidad les conlleva a esperar. La paradoja reside en que realmente la providencia natural estoica no busca el bien del individuo sino el de la especie y del cosmos, por lo tanto, el verdadero interés del individuo debe consistir en ese bien cósmico común. El estoicismo de Séneca es un género de moralismo primitivo e ingenuo que invita a todos los seres humanos a vivir de una misma manera porque la naturaleza es “buena” y traerá la felicidad total (Veyne, 1996). Hay una fuerza vacua que impulsa a procurar la seguridad total que está en valer lo que da la naturaleza; el hombre debe transfigurarse para alcanzar la libertad interior y poder afirmar o negar una elección en determinada circunstancia.

Hay que sentirse cerca de sí mismo para alcanzar tal comprensión natural. Según Séneca, está a disposición un juez dentro de nosotros: la razón que asegura su independencia de lo banal y no se extravía una vez adquirida, sino que se ejercita moderando todo aquello que no equilibra su autonomía. La afectividad, desde el estoicismo de Séneca, es declarar el enemigo abiertamente, ya que el sabio debe morir a esta “anomalía” pues es mejor actuar de manera fría para resolver los asuntos que afectarse por ellos. La vida estoica es una aprobación de la razón más profunda que la creación del yo, así como de las ideas del bien y mal que se legitiman en sociedad; es un despertar pues “todo afecto, por ardiente que sea, en realidad es un juicio que se ignora, un juicio frío, pero

un juicio erróneo” (Veyne, 1996, p. 66). Séneca explica que morir es trivial, el mundo no cambia, la naturaleza continúa.

La filosofía medita sin pausa sobre la cuestión del temor. Séneca (1989) advierte: “Ante todo acuérdate de suprimir la confusión en las cosas y calar en la esencia de toda cuestión: descubrirás que en ellas nada hay terrible excepto el temor que inspiran” (Ep. 24, p. 199). No temer al dolor ni la muerte, sólo temerse a sí mismo para probarse en esencia. Los temores deben erradicarse para poder recuperar el razonamiento de forma filosófica. El camino a la coherencia es el camino filosófico. Zambrano (2002) apunta a que es la filosofía, la razón compadecida de la condición desvalida del hombre; que le despierta de la confusa niebla para llamarlo a la claridad. La filosofía antigua posibilita una vivencia radical, en el caso de Séneca, le revela el paso del tiempo que se ve perturbado por el imperio de las pasiones.

La forma es una fatalidad para los antiguos que no querían resignarse. La forma consoladora de Séneca, son aquellos ejercicios filosóficos ante la crisis de identidad histórica que se presenta cuando se despierta a la ineficacia de la sabiduría para la soledad, el momento en el que la razón no se adapta a la medida del hombre (Zambrano, 2002). Pues es Séneca quien se atreve a proponer una medida justa para la interpretación de la vida. El paso del mito a la reflexión filosófica es el que intenta remediar la tragedia del temor humano, una vez es aceptada la condición de fragilidad humana se puede invitar a la resignación digna que es la base del estoicismo.

Así ese “entrar en razón” que Séneca nos propone comienza por ser una renuncia a la razón misma; renuncia a la razón, resignación de la razón y de la vida; de la razón a causa de la sinrazón de la vida, de la vida a causa de la inexorable muerte. (Zambrano, 2002, p. 55)

Una afirmación no recae en su esencia paradójicamente sino en el sentido donde se ubica su contexto, por eso la meta estoica de Séneca es procurar vivir de acuerdo a su interioridad, en concordancia a su razonamiento, teniendo consciencia de su transformación espiritual como un testigo de la filosofía. El estoicismo de Séneca es una experiencia activa de la lógica, física y ética que se aludía a su escuela: Séneca logra dejar de lado su concreta mortalidad para elevarse en la armonía de su abstracción universal.

Hay que tener claro los preceptos de un sentido real y un sentido racional en el ejercicio filosófico de Séneca, pues aunque el estoico no alcanza el ideal de sabio, se ejercitará en lo racional para dar un sentido real a su tiempo de vida. (Veyne, 1996, p. 83)

El tiempo como sustancia vital nos apremia con la paternidad del pensamiento, pues el meditar sobre ello exige un quebrantamiento sobre la vida misma. Séneca, al patentar este descubrimiento hacia el sentido filosófico, expande la condición del razonamiento a meditar sobre la muerte como una caducidad de algo que es inevitable. El trascender sobre un estudio del tiempo posibilita el rol de un sabio que busca un aprovechamiento a esta condición finita del hombre “cuando las ocupaciones nos muestran su esencial vacuidad y los placeres su dispersión, descubrimos el tiempo” (Zambrano, 2002, p. 73). Esta conciencia de temporalidad hace que el hombre se sienta ajeno a su existencia, se sienta arrojado a vivir y por ende quiera renunciar a la naturaleza. Séneca hace presencia para fortalecer el espíritu del hombre, como lo haría la figura de un padre que desea justicia para sus hijos.

Séneca propondrá dos ejercicios estoicos contundentes: primero, la contemplación activa que es la atención plena del que vive existiendo; no muerto en vida. Y segundo, la imperturbabilidad o un mirar más allá; no se puede controlar lo que acaece en el mundo, sólo aquello que concierne al espíritu, ahí está la medida justa. Trascender lo que se considera verdad absoluta es la tarea filosófica que propone Séneca en sus remedios para el alma. La filosofía puede ser vista inútil porque al parecer enseña hacia donde debe dirigirse el hombre, la condición de ir hacia ninguna parte es el drama porque el hombre debe ir sólo hacia sí mismo, dónde esté el sentido filosófico de su existir.

El padecimiento como pedagogía es la base del estoicismo, se diría, pero la realidad es que es su opuesto: la fortaleza, lo que enseña como pedagogía de resistencia ante el azar. Lo que supone complejidad en ocasiones escapa a la comprensión, pero la resignación a la paradoja es también una enseñanza del estoicismo. La riqueza creadora del ejercitar filosófico reside en la experiencia de finitud en medio de la incertidumbre de la vida. Aprender sobre la fortaleza y a ser fuerte es la consecuencia creativa de introducir la filosofía en la existencia. “El culto al dolor ha desviado el verdadero significado de la

tragedia, que es la comprensión de los propios límites de su ser humano, los límites de la paradoja humana” (Ortega, 2005, p. 18). Séneca parece haberlo comprendido, pues ha dispuesto conocerse a sí mismo dentro de la naturaleza; teniendo en cuenta lo irremediable y el papel de la moderación para reaccionar a ello.

El afán de reconocimiento digno se hace el pilar de la filosofía de Séneca, pero es un reconocimiento noble que trasciende lo humano sólo en el momento de la muerte. Estimar la fusión del alma y el cuerpo es una perspectiva cósmica de expansión; no se trata de un salvarse del infortunio sino de fortalecer el espíritu porque ha comprendido la ilusión y la realidad; alcanzar la meta es esforzarse por ella. El esfuerzo no se ve como una distracción del ánimo sino como un constante meditar sobre el sentido y el significado de la vida para adaptarse al destino caótico. Si Séneca no puede ser un sabio en vida, es decir, alcanzar su propia trascendencia lo cumple en su muerte, aunque con un fracaso de la sabiduría ante el poder<sup>10</sup>. La diferencia estriba en las valoraciones de Séneca sobre las relaciones de la vida, su actitud es varonil y elegante.

Educar en el discernimiento y la fuerza, libre en la existencia de los temores es lo que implica el proceso de transformación filosófica, aunque falla cuando sólo puede ofrecer la muerte al demente. Veyne (1996) concluye en que Séneca fallece convencido de su inspiración universal, muere dignamente bajo una cobertura espiritual consciente, es el representante de una muerte voluntaria, de una muerte estoica y que se convierte en la conducta a imitar en la cultura occidental, como sinónimo de nobleza humana. El ejemplo es pues, el objeto de la filosofía antigua para ejercitar. Los filósofos que han trascendido en esta época grecorromana lo hacen por su particular estilo de vida inspirado en sus ideales; deben hacer lo que predicán. Séneca nos ilustra con su muerte a tiempo.

Séneca es un explorador filosófico que no se molesta en acusar a otra escuela sino en hallar las coincidencias filosóficas en las verdades de dominio público, como: el aprecio a la pobreza, retiro e independencia, búsqueda de un modelo ideal, secundar la naturaleza y limitar los deseos puesto que si vivimos según la naturaleza nunca se será pobre. Séneca tiene la visión y la misión de un proyecto virtuoso que elige para sí mismo; ejercitarse en el

---

<sup>10</sup> Séneca es responsable de que Nerón no recupere la razón: “es demasiado tarde para algunos hombres”. No obstante, en su ser sí se cumple una moral de convicción.

estoicismo como medio para alcanzar la liberación interior y la sabiduría. La muerte para Séneca se convierte en el paso a la gloria romana tan anhelada; entonces reflexiona sobre aprender a morir, ridiculizando aquella desesperación de correr hacia la muerte, sea por tedio de la vida o por el mismo hecho de meditar en la muerte. Meditar en la muerte para un estoico, es meditar en la libertad, pues quien aprende a morir ha aprendido a vivir. Quienes andan iniciando la vida continuamente no pueden estar preparados para la muerte.

La sublimidad de Séneca es el eco de su gran alma, gracias a la instrucción de su ánimo en ejercitación estoica tal como lo hicieron otros grandes; su alma se expandirá hasta desarrollar por sí misma las nociones de virtud. El lenguaje de interioridad y predicación se sienten en los tratados morales, incluso el componente dramático que expresa en sus tragedias, denotan un fuerte conflicto interior: su alma anhela llegar a la perfección del sabio. Es una característica de la filosofía helenística esa interioridad que se transforma en refugio del espíritu, ser uno mismo y poseerse, como ejercicio espiritual. Las influencias de Séneca se pueden encontrar claramente en Epicuro, Pitágoras, Platón, Aristóteles, el cinismo y hasta en el cristianismo.

## 2. Origen y estructura de las ideas filosóficas de Séneca

### 2.1. Apuntes Genealógicos

Estilpón de Megara es uno de los primeros referentes en esta breve genealogía sobre los conceptos básicos en el estoicismo de Séneca. Él fue seguidor de Sócrates y predominó con un eleatismo aplicado a la doctrina del bien, consistente en la impassibilidad del alma, enseñó a Zenón, posterior creador de la escuela estoica que: “todos mis bienes están conmigo” (Séneca, 1989a, Ep. 9, p. 128). Debe considerarse también a Jenócrates, un platónico que hizo una división tripartita de la filosofía –ética, lógica y física-. Investigó sobre la naturaleza y la dialéctica; enseñó a Epicuro y a Zenón. “Jenócrates y Espeusipo opinan que el hombre puede ser feliz aún con sólo la virtud, pero que no es el único bien la honestidad” (Séneca, 1989b, Ep. 85, p.60).

Séneca simpatizó con el discurso de otro referente: Polemón, quien estimaba que el objeto de la filosofía era ejercitar al hombre en cosas y actos, no en especulaciones dialécticas. En cuanto a escuelas nombraré a la megárica, precursora del ser y la metafísica como entidades filosóficas en relación con la naturaleza divina. Y a la escuela eleática, por sus paradojas, sobre las que los estoicos seguirán disertando.

El estoicismo como escuela se inicia con Zenón de Citio (-334,-262) quien fue un extranjero en Atenas y que algunas fuentes ubican oriundo de Chipre. A su vez también se encuentra Crisipo, profundizador de la gramática griega y que falleció por un ataque de risa<sup>11</sup>. Después de los inicios de esta escuela, se pasa a un estadio medio con Panecio, quien introdujo un énfasis ecléctico con el fin de adaptarse a la cultura romana. Panecio cree en la providencia y en un ideal de apatía moderado para el sabio. Su alumno Posidonio, famoso erudito, creía que la filosofía era la única que podía explicar el cosmos y su “armonía”, de igual forma mantuvo la doctrina del logos. La mayoría de los estoicos seguían a otros estoicos pero siempre con realce en el pensamiento platónico y aristotélico. Hasta llegar al nuevo estadio, del cual Séneca será representante en el género epistolar; en la epístola 108 de sus *Cartas a Lucilio* titulada: *Modo de escuchar a los filósofos*, se conserva parte de la experiencia entre Séneca y sus maestros estoicos.

---

<sup>11</sup> Según Diógenes Laercio: si los dioses se ocuparan de dialéctica, utilizarían la dialéctica de Crisipo. También explicó dos versiones sobre la causa de muerte de Crisipo, por vino o por risa.

Todas las sentencias que pronuncian, que propalan ante la multitud que los escucha, no son tuyas: las han pronunciado Platón, Zenón, Crisipo, Posidonio y un gran séquito de hombres, tantos y tan valiosos. Mostraré cómo pueden probar que son tuyas: obren de acuerdo con lo que dicen. (Séneca, 1989, p. 310)

La filosofía como escuela de la vida es una experiencia personal responsable, que puede intercambiarse con otros y que complementa la dinámica de “conocerse a sí mismo”. En el estoicismo se encuentra una forma natural de ejercitar la voluntad en la virtud, controlar las emociones y posponer lo material como prioridad. La física, la lógica y la ética se retoman como los pilares del pensamiento del nuevo estoicismo. Lo anterior con el fin de construir un modo justo de existir, de ser, que ante todo se centrará en el modo de vivir la ética. Es oportuno resaltar la disciplina serena del proceso ético-estoico ante las circunstancias que no se pueden controlar y que no se deben confundir con algún tipo de actitud optimista.

La fuerza moral que proporciona un retorno a la lucidez racional se funde en una filosofía estoica de tipo paternalista, la filosofía de Séneca. La visión cosmopolita de este estoicismo hace del mundo un lugar para todos puesto que Séneca dirige sus cartas, por ejemplo, a mujeres, con el ánimo de consolarlas de manera argumentativa y activa: a través de su propia experiencia. La dignidad y el civismo humano están anunciados desde esta época hasta la contemporaneidad. Otra característica que se destaca dentro del estoicismo de Séneca es la falibilidad que, caracteriza la naturaleza humana a pesar de los diversos métodos que se usen para llegar a la verdad, como la ciencia. El estoicismo, visto como una disciplina eudemonista hace del hombre su proyecto vital, no la sociedad. Sin embargo, si un hombre logra su equilibrio naturalmente la sociedad se verá involucrada en este proceso de manera positiva.

Séneca propone un “vive y deja vivir” pues si el hombre se basa en su propio cuidado puede lograr una armonía en relación con lo otro, sean dioses, otros hombres o convenciones dogmáticas. Una igualdad entre individuos que usan naturalmente su racionalidad. La providencia y la naturaleza son entidades iguales en el estoicismo. Heráclito resurge del fuego para aparecer dentro de esta escuela, en diversos sentidos como la relación con el cosmos sin creador o que todas las cosas provienen de la necesidad y la

similitud con la ley universal del Logos. Opuesto a Heráclito (el que llora) se ubica Demócrito (el que ríe) alusivo a las actitudes vitales de la existencia humana.

El griego Soción de Alejandría es uno de los maestros de Séneca. Dentro del pensamiento peripatético de Soción se encuentra similitud con el ideal de moderación que hay en la ética estoica. Fue un afamado doxógrafo<sup>12</sup> que enseñó a Séneca sobre ejercicios ascéticos de origen pitagórico. Séneca (1989) lo guardará en su memoria: «Pues, ¿qué acontecimiento no es “ahora”, si evocas su recuerdo? Es ahora cuando niño asistía a la escuela del filósofo Soción» (Ep. 49, p. 288). Átalo, versado en artes adivinatorias etruscas, vivió en Alejandría y también fue maestro de Séneca. Átalo es quién logró que Séneca se interesara más en la ética que en la física y la lógica. Influyó en la personalidad de su alumno de manera contundente. Séneca (1989) afirma: “Átalo solía alabar el colchón que resiste el peso del cuerpo: incluso en la vejez me sirvo de uno semejante en el que no puede apreciarse la marca del cuerpo.” (Ep.108, p. 303). El padre de Séneca consideraba a Átalo, el filósofo más carismático. Séneca se convierte en abstemio, sencillo de atavíos y procura vivir en la simpleza.

Quinto Sextio es el maestro que Séneca menciona en las epístolas 59, 64, y 73; combina el pitagorismo con el estoicismo. Un filósofo vivo, fuerte y libre en sus discursos que logra transmitir una energía radiante como si fuese de inspiración divina. Séneca sentía poderoso su espíritu cuando escuchaba hablar a este filósofo. Sin embargo, Quinto no aceptaba que le llamaran estoico; provenía de cuna aristócrata, pero había rechazado la vida pública. Diariamente Quinto hacía introspección sobre sus ideas y actos, también se abstenía de comer carne porque decía que eran suficientes los frutos de la tierra para que hubiese derramamiento de sangre sólo por placer.

Puesto que he comenzado a explicarte cómo, siendo joven, me adherí a la filosofía con mayor ímpetu del que ahora, viejo, conservo, no me avergonzaré de confesar qué gran amor despertó en mí Pitágoras. Soción explicaba por qué motivo se había abstenido él de la carne de animales y por qué motivo, más tarde, lo había hecho Sextio. La motivación para uno y otro era diferente, mas para ambos espléndida. (Séneca, 1989, Ep. 108, pp. 301-302)

---

<sup>12</sup> Biógrafo de filósofos anteriores e inspiración de Diógenes Laercio.

La utilidad, la disciplina y la disposición fueron factores cruciales dentro de la formación de Séneca. Se podría decir que le salvan la vida tras una reestructuración en su escala de valores cuando fue joven y padeció una enfermedad emocional. La atención, la escucha y el aprendizaje hacia la filosofía fueron sus instrumentos para poder llevar a cabo este asunto mental, pues hicieron germinar el amor de Séneca por lo honesto cuando estaba envuelto en una niebla confusa. Por ello, recomienda la filosofía para todo tipo de enfermedad y de ansiedad, en especial a los jóvenes. Se recomienda ejercitar la austeridad, el estudio de la filosofía como reformadora del ánimo y la paciencia para no desfallecer en el propósito de la virtud. Somos dotados de una razón natural imperfecta que puede progresar con el equilibrio emocional: “barrer nuestra parte de la calle”, esto es la felicidad en el estoicismo.

La suma de los detalles es de gran importancia para la funcionalidad de una gran obra. La práctica de la honestidad, justicia, prudencia, fuerza y templanza conllevan a la virtud, que es el sumo bien estoico. La expansión de la consciencia estoica surge de una indiferencia no hostil ni insensible, pues la insensibilidad es un obstáculo para aquel que desee ser amigo de la filosofía. Séneca acredita el carácter curativo de la filosofía que se ha extraviado en la contemporaneidad del análisis. La repetición sin utilidad es una forma errónea de concebir la verdadera riqueza del estoicismo. La voluptuosidad del lenguaje seduce en lo superfluo sin llevar a cabo la profundidad de la transformación virtuosa del ánimo; se debe tener mucho cuidado de tales distracciones. Séneca (1989) reitera que es importante estimular las tendencias nobles que están dormidas en nosotros.

## **2.2.La resignación virtuosa ante la muerte**

La obra moral de Séneca está orientada a la aceptación resignada ante la muerte, es decir, a no temer los presagios de una vida dolorosa y preocupada o de una muerte esforzada. La temática de la muerte debe ser profundizada por nuestro ser interior a fin de que sea una necesidad natural la comprensión de este “trance” como verdad moral. La muerte y la libertad están arraigadas en la virtud estoica; la única forma de estar libre es aprendiendo a morir. Para ello, hay que reconocer con humildad la brevedad de la finitud humana que ha sido estudiada por los sabios. Dentro de la obra de Séneca se encuentran varias referencias al pensamiento epicureísta que advierte la ridiculez de abatirse, desear o

correr motivados por la muerte; el temor hacia la muerte convierte la vida en una fatídica neurosis. Nacimos para morir: el conocimiento de esta verdad ejercita la libertad del espíritu para aprender a morir a la incertidumbre vital, es decir, a las preocupaciones diarias.

La determinación es el principal ejercicio para aprender sobre la resignación virtuosa ante la muerte. La determinación es voluntaria y libera de los temores en la preparación continua de la muerte. Séneca (1989) perfecciona las disertaciones de Epicuro al respecto porque cree que la muerte es una transformación: “No soy tan necio como para repetir en este lugar la cantinela de Epicuro y afirmar que el temor a los infiernos es vano... La muerte o nos destruye, o nos libera” y reitera cada vez que puede que la muerte es como un nacimiento en la eternidad. Séneca ha sido influenciado en la transmigración de las almas, creencia pitagórica que hereda de su maestro Soción.

El legado platónico también se halla dentro de su creencia en la transformación puesto que la razón natural descende de la providencia<sup>13</sup> que protege y somete, a través del conocimiento, la fragilidad de la materia. La concepción mística del cuerpo como prisión del alma y la contemplación virtuosa de morir se hacen evidentes cuando dice Séneca: “En la cárcel Sócrates disertó y no quiso salir de ella aun teniendo quienes le garantizaban la fuga; permaneció a fin de quitar a los hombres el temor a dos males gravísimos: la muerte y la cárcel (Séneca, 1989, Ep. 24, p. 196). Hay una profundidad espiritual que determina cómo todo lo que acaece en el mundo no es un mal en sí, sino un juicio errado de la razón. Por lo tanto, el único mal es desviarse del orden natural descubierto por la razón. La resignación virtuosa se obtiene de ejercitar la libertad de ofrecerse voluntariamente al orden natural del buen juicio.

Séneca es claro cuando invita a practicar la resignación virtuosa antes de la vejez pues los que no son conscientes de vivir, menos podrán aprender a morir. En la epístola 61, nos habla de *la buena disposición para morir*:

Con tal disposición te escribo esta epístola como si a mí, en el momento preciso de escribirte, la muerte tuviera que emplazarme. Estoy dispuesto para salir, y por lo

---

<sup>13</sup> Entidad Universal.

mismo fruiré de la vida, porque el tiempo que ha de durar este goce no me preocupa demasiado. Antes de mi vejez procuré vivir rectamente; en la misma vejez morir con dignidad; pero morir con dignidad es morir de buen grado. Ten cuidado de no hacer nada contra tu voluntad. (Séneca, 1989, p. 347)

Todo ciclo natural denota más que una existencia, una experiencia vital que puede o no concluir en trascendencia mental. La virtud estoica se logra cuando la razón ha superado sus condicionamientos para producir una vida justa y libre, si se compromete en un constante ejercitar filosófico. La recompensa estoica es la virtud en sí misma, y la felicidad que añade es la tranquilidad del ánimo; el constructo social define “felicidad” como un valor supremo en base a errores heredados de lo que se considera como bien. Séneca analiza los beneficios de buscar la virtud a través de la filosofía; invita a fortalecer la atención como si de un método se tratara en el conocimiento de sí mismo. Lo anterior con el fin de abandonar la práctica imitativa del otro en la que se distrae un individuo con el desconocimiento de sí mismo.

La felicidad no debe buscarse, le dice Séneca a su hermano menor Galión, es responsabilidad de cada uno, pero debido al juicio extraviado culpamos a los factores exteriores por nuestro estado interior. El vacío espiritual se forma en la perturbación del ánimo, en la no resignación a la muerte por pasión del miedo. Atrofiadas se hallan las capacidades sensibles de quien practica la apatía al extremo de no usar la razón natural, la cual se nubla por la influencia exterior.

¡Ojalá hubieses tenido hace tiempo el valor de tomar esta resolución! ¡Ojalá que el tema de la felicidad no lo tratásemos tan sólo ante la perspectiva de la muerte! Pero ahora, por lo menos, avanzamos, ya que muchas cosas que debimos haber considerado inútiles y nocivas a la luz de la razón, las consideramos ahora tales a la luz de la experiencia. (Séneca, 1989, Ep. 68, p. 392)

El ejercitar filosófico se convierte en una fuerza justificable para el hombre sometido a las normas sociales, pues le persuade a no caer en la esclavitud del error colectivo. Es gracias a la posibilidad de grandeza en el razonamiento humano que deviene en virtud resignada cuando ha valorado justa alguna cosa. Las cosas se valoran en medida del bien que produzcan, según el estoicismo. A través de la determinación el hombre valora que

puede relacionarse consigo mismo y con los demás de forma virtuosa, es decir, se ejercita en el ideal para llegar a la armonía con el cosmos. Se vence de forma resignada el temor a la muerte que transforma el espíritu al ser definitiva.

Cualquier hombre puede alcanzar el placer, incluso en la confusión, pero esto no impedirá que su desenlace sea el estado de hastío. La prolongación del placer se convierte en una esclavitud porque no permite vivir la pobreza con sencillez y un espíritu abatido por la pobreza no puede alcanzar la virtud. El temor se expande porque se desea constantemente y en el temor no hay resignación sino perturbación; en la virtud estoica hay resistencia intelectual hacia todo lo que abarca el juego del placer-dolor y dispone a la vez un arte de vivir libre, donde incluso en la pobreza el individuo es similar a la existencia de los dioses. La libertad es la retribución de la resignación virtuosa<sup>14</sup> ante la muerte.

Es la libertad lo que se nos ha prometido, trabajamos por esta recompensa. ¿En qué consiste la libertad, preguntas? En no esclavizarse a cosa alguna, a necesidad alguna, a contingencia alguna; en atraer la fortuna a una competición leal. El día en que comprenda que yo puedo más que ella, no tendrá ya poder sobre mí. ¿Me resignaré a ella, teniendo la muerte en mi mano? (Séneca, 1989, Ep. 51, p. 298)

En la epístola 70 se encuentra una guía profunda sobre las causas válidas para justificar el suicidio; las opiniones superfluas tratan el tema con celo dictatorial, sin embargo la fuerza de este acto digno precisa la resignación absoluta ante prolongar una vida indigna. Al sentirse relacionado con el logos en términos de igualdad, el estoico accede a una imitación divina que le motiva para el ejercicio filosófico de la autonomía humana; donde parece posible para Séneca comprender el valor de ser sí mismo. La fortaleza del ser estoico recae sobre su naturaleza autárquica que antes de la conversión filosófica le generaba temor y desconcierto hasta en situaciones incontrolables como morir. El hombre entonces se expande aprendiendo a morir, incluso si es por su propia mano, pero no por una resolución apresurada como es visto el suicidio en la contemporaneidad sino por un juicio acérrimo de su dignidad existencial.

---

<sup>14</sup> Como se muestra son muchas las recompensas de buscar la virtud en el estoicismo, no sólo la libertad o el placer sino la tranquilidad del ánimo o la honestidad pero la más importante es vencer los temores que enferman el espíritu.

A muchos llevó a la muerte el que, cambiando frecuentemente de propósito, volvían siempre a lo mismo y no dejaban lugar a la novedad. Comenzó a fastidiarles la vida y el mismo mundo y les salió aquello de los cansados de las delicias: “¿Hasta cuándo las mismas cosas?” (Séneca, s.f, pp. 15-16)

El mal que tiene el hombre es necesario para forjar su carácter, para que el sano juicio vuelva y no se conviertan estas situaciones “malas” en un motivo de infelicidad. Séneca resolvía el problema del bien y del mal por medio del logos, es decir, las relaciones manifiestas de la naturaleza cósmica que él llama providencia. Los males que se pueden evitar se identifican con las pasiones humanas, es por eso que para consolar el ánimo Séneca nos tiene que mostrar lo enfermos que estamos en nuestra sensibilidad racional, en el auto-engañó, la auto-compasión y sobre todo en el temor. Aprender a morir no es sólo afrontar una pérdida física, es aprender a perder; cuando se ha perdido todo se puede empezar a construir sobre las ruinas. El reconocimiento de los defectos de carácter es primordial para regresar al sano juicio; la razón estoica especula sobre la muerte como la mayor transformación cuando se trata a modo de experiencia personal. La práctica de este proceso reflexivo es comunicable gracias a la demostración de un arte de vivir.

Las instituciones públicas sólo propagaban la perturbación del ánimo en el individuo, como parte de algún sistema que reprime la libertad del espíritu por la seguridad. Muchos sistemas enseñan a vivir pero no a morir, es decir, sólo hablan de ganancias no de pérdidas y cuando se introducen en el tema de la muerte sólo causan estragos de temor en el juicio errado. Tanto las carencias como las exageraciones confunden el sano juicio del colectivo, quienes sospechan que el estado natural del hombre es cumplir con su ciclo de vida. Séneca (1989) analiza: “Ni los niños pequeños ni los enajenados temen la muerte, y es sumamente vergonzoso que la razón no garantice aquella serenidad que aporta la falta de juicio” (Ep. 36, p. 245). La falta de juicio es en realidad una resignación natural, una inocencia a la que no se puede retornar pero que se retribuye con la virtud. Séneca no se aisló de los demás pero tampoco cedió a la influencia de la presión social. La resignación virtuosa es una idea más que posible, se personificó en el estoicismo; en el caso de Séneca se concibió como una posibilidad de ser en el sumo bien.

Ejercitarse en la filosofía estoica es practicar la virtud voluntariamente. Ejercitar el juicio hasta comprender el progreso del espíritu humano en recuperación que se une a la comunidad para poder ser y vivir. Ya no se vive para el juicio desviado que tantos inconvenientes delega al sí mismo. Se vive para sí mismo y por ende para el otro; muchos viven para otros sin pasar por sí mismos, o sucede que existen pero no viven, están muertos en vida. Ya sea por algún adormecimiento o por alguna esclavitud.

Así, pues, a los “esclavizados a su vientre”, en frase de Salustio, contémosles en el número de los animales, no de los hombres; y a algunos ni siquiera entre los animales, sino entre los muertos. Está vivo quien es útil a muchos; está vivo quien saca partido de sí mismo. Pero los que se ocultan y vegetan se hallan en su mansión como en un sepulcro. En el propio umbral puedes esculpir en mármol su nombre: se han adelantado a su propia muerte. (Séneca, 1989, Ep. 60, p. 346)

La sensibilidad del hombre estoico es complementada con la resistencia de que todo es transitorio en la vida, es una integración con el razonamiento lógico y las implicaciones externas de la vida. Es necesario ejercitar la comprensión de sí mismo y sus relaciones con el entorno. La comprensión consiste en que hay situaciones fuera del alcance, como la muerte, y que no corresponde luchar en vida sino que corresponde a un orden mayor, un orden cósmico de transformación. Séneca nos llama a ser responsables sólo de nuestros actos, a ejercitar la virtud como un hábito para afirmar una identidad de grandeza mediante la templanza a todo lo que significa existencia vital. La grandeza en el estoicismo no es reconocimiento o fama sino autarquía y autonomía como sinónimo de responsabilidad filosófica en un arte vivir. Séneca (1989) aclara: “La naturaleza no otorga la virtud: hacerse bueno es obra de arte” (Ep. 90, p. 133). La resignación virtuosa es una obra de la sensibilidad creativa filosófica, que no se embota por cuestiones mínimas sino que transforma lo mínimo en totalidad.

El individuo participa en la armonía cósmica como servidor en las fases públicas. Séneca se hace cargo de su vida con la resignación virtuosa ante su muerte; para ejercitar la resignación hay que referirse al paso del tiempo. El tiempo es un factor decisivo en la existencia humana pues ésta renuncia a su postura trágica cuando despierta a la reflexión consciente de su temporalidad. El tiempo se revela con la meditación filosófica de una

forma propia de la realidad en determinado espacio. Pasar el tiempo con resignación es meditar sobre la vida, el amor y la muerte. El abandono de las pasiones como la ira, la avaricia, el miedo y de todo aquello que nos separe de la virtud es un deber estoico. La vida es entonces un presente continuo, es abandonar la fantasía de la representación para vivir con sencillez natural la realidad.

¿Quieres tú dejar el suelo y mirar con la mente esas cosas? Ahora, cuando la sangre está caliente, tienen los animosos que dirigirse a mejores cosas. En esta clase de vida te aguardan muchas habilidades nobles, el amor y la práctica de las virtudes, el olvido de los deseos, la ciencia de vivir y morir, un hondo descanso de todo. (Séneca, 2010, p. 50)

Enfrentarse con el propio destino es la prueba de la virtud, en Séneca. El temor a la muerte es causado por la satisfacción de una vida no-propia, lo que el convencionalismo social refiere como vida y muerte afecta a todos los seres humanos sin importar su estatus político-económico, no obstante, la actitud de recibir la muerte con serenidad le compete sólo al ser interior. El espíritu estoico es ligero, ya que sólo va con su virtud resignada ante la muerte y que deja huella gracias a la memoria iluminada de la filosofía. Todo lo que se ata en vida, es liberado en la muerte. La razón estoica atiende a la ley natural, ni los dioses pueden modificar esta razón necesaria y eterna que no impone nada, sólo es, y con la resignación se asume la libertad humana en la vida. La responsabilidad reside en el modo de asumir esta resignación, en el estilo de vivirla. Séneca concluye:

Algunos de los nuestros, supuesto que la filosofía era el estudio de la virtud y que ésta constituía el objetivo buscado y aquella lo que lo buscaba, juzgaron, sin embargo, que no se las podía separar, ya que no existe filosofía sin virtud, ni virtud sin filosofía. La filosofía es el amor de la virtud, pero por medio de la misma virtud; ahora bien, ni la virtud puede existir sin el estudio de ella misma, ni el estudio de la virtud sin la propia virtud. (Séneca, 1989, Ep. 89, p. 109)

La contemplación de la vida se convierte en un ejercicio de la virtud en el que se desarrolla la posibilidad del sumo bien. La filosofía de Séneca advierte discernimiento lógico en la física que relacionada con los demás se convierte en ética, porque el exceso de pasión deviene en vicio como preámbulo de la locura. La epístola 82 se titula *las cosas*

*indiferentes se hacen buenas por medio de la virtud.* La muerte es algo irremediable, no se puede escapar de algo que parece indiferente o por un temor indiferente que sea, la valentía proviene de la virtud. El carácter de fuerza en el estoicismo es el que garantiza una resignación virtuosa, la práctica consiste en ejercitar el sano juicio para que valore a los hombres, situaciones y cosas como transitorias. Se debe ejercitar también el estudio de las ciencias como fuerza viva para aprender a morir, el reflejo del aprendizaje en las acciones es necesario para alcanzar la virtud.

Una parte de la virtud se funda en la doctrina, la otra en el ejercicio: es necesario que aprendas y que corrobore con la acción cuanto has aprendido. Si esto es así, no sólo aprovechan los dogmas de la sabiduría, sino también sus preceptos, que, con carácter de edicto, reprimen y expulsan nuestras pasiones. (Séneca, 1989, Ep. 94, p.179)

El consejo reiterado de Séneca sobre aprender a morir no es en vano una repetición ya que se funda en sembrar la utilidad de abandonar la madre de todos los temores, la muerte. La resignación a la muerte es la gloria para el virtuoso. La providencia es la responsable de lo que suceda durante la muerte como transformación sabia a la eternidad. El hombre que vive en el presente embotado en el cuerpo como si no fuese a morir, erra. Quien vive el presente atento como si fuese a morir es virtuoso para el estoicismo, de manera que la virtud es motivo de intercambio entre espíritus que aprenden a morir.

Despertar la conciencia moral crea una tensión que resiste cualquier hecho que se presenta en la realidad, un poder de resignación que no se conforma pero tampoco se altera. Razonar lo que se tiene, para valorar lo que se vive. Reconocerse uno mismo es reconocerse como no-sabio, como amigo de la sabiduría pero en el proceso de alcance virtuoso; se convierte en una necesidad de convencer al espíritu que el miedo a morir es irracional. Aprender a morir es el reconocimiento de la identidad intelectual en la serenidad, el ser estoico por amor al bien que termina en sacrificio:

Se dice que ayudan aquellos que nos dispensan cosas indiferentes como el dinero, el favor, la seguridad y otras ventajas queridas o necesarias para los usos de la vida; con tales cosas se dirá que también el necio ayuda al sabio. Pero ayudar consiste en estimular, conforme a la naturaleza, el ánimo tanto con la propia virtud como con la

virtud de quien es estimulado, lo cual no sucederá sin provecho incluso de aquel que ayude; pues es necesario que ejercitando la virtud ajena ejercite también la propia. (Séneca, 1989, Ep. 109, p. 314)

Séneca usa como ejemplo la vida de otros hombres que admira como Catón, buscando inspirar al lector en lo que significa estoicamente morir. En la recopilación de su obra *Sobre la firmeza del sabio* se estima la figura de la virtud y sus acciones coherentes con sus pensamientos. La sabiduría estoica es la más rigurosa de todas en la antigüedad, no se siente ofendida al observar las cosas desde lo universal, ni a exhortar a la honestidad absoluta. La resignación virtuosa no es algo que se pueda quitar sino que es. La vida es pobre y sencilla, ningún estoico obligará a morir pero sí enseñarán a aprender a morir. Los estoicos prestan sus años para dejar el legado de aprender a ser dueños de sí mismos. Estos fantasmas sabientes motivan con sus palabras al ser, son cultivados para dar a los otros; es la única manera de extender la mortalidad y de transformarse.

El estilo de Séneca es honesto al aclarar que cuando se refiere a los vicios, lo hace en primera medida contra sus propios vicios reconociendo así que no podrá llegar al estado de sabio, como un estado de perfección, de virtud rotunda. No basta con cultivar buenos pensamientos o buenas palabras; es una necesidad para la salud mental ocuparse en un entrenamiento constante incluso en el ocio, puesto que toda actividad humana en el estoicismo está orientada hacia la virtud. La envidia está cercana en la maledicencia del imperio romano ya que son contados los que viven a la altura de sus palabras. Séneca admite su derrota idealista con Nerón. Sin embargo, continúa el esfuerzo por practicar la virtud hasta la muerte como designio de grandeza en la labor filosófica: despreciar la muerte y el dolor es resignación.

En esto consiste, Lucilio querido, aprender la filosofía en la práctica y ejercitarse verdaderamente en ella, en considerar el valor que manifiesta un hombre prudente frente a la muerte, frente al dolor, cuando aquélla se avecina y éste apremia. Hay que aprender lo que se debe hacer de quien lo hace. (Séneca, 1989, Ep. 99, p. 232)

### **2.3. Tiempo y voluntad para dominar las pasiones**

Para dominar las pasiones se debe primero comprender la naturaleza de sus esencias. Según Séneca, las pasiones son defectos del carácter y los vicios son pasiones endurecidas

en el alma al punto de enfermarla. La medicina para curarlas y erradicarlas es la filosofía, como en toda recuperación el paciente también debe aportar ejercitándose en la voluntad y creando para sí un arte de vivir; este arte no puede estar reducido a sensaciones fugaces producidas por el vientre. El espíritu estoico no puede agobiarse en las cosas vanas, se debe rechazar todo placer que se impone porque coarta la libertad vital. La voluntad toma el rol de responsabilidad sobre el carácter a tratar y la relación con el uso del tiempo de vida, hay que aprender a vivir con sencillez para que en tiempo de crisis no se quiebre el espíritu en el exterior. La atención es primordial debido a que una distracción puede ser la puerta por donde entra la pasión al ánimo. La administración del tiempo tratada en hábitos diarios ejercita la voluntad para no ceder a las pasiones.

Las pasiones son movimientos del alma, culpables, súbitos y violentos que, si son frecuentes y los descuidamos, dan origen a la enfermedad como el catarro: ocasional y todavía no crónico, produce la tos, mas, persistente e inveterado, se convierte en tisis. Así, pues, quienes han realizado los mayores progresos en la sabiduría se hallan exentos de las enfermedades, pero todavía sienten las pasiones, aun estando próximos a la perfección. (Séneca, 1989, Ep. 75, p. 444)

La filosofía antigua es como una terapia que entrena en la vigilancia, en representarse los males por adelantado para vencerlos en pos de una libertad moral. Séneca dedica una obra completa a la que considera la pasión más sombría y desenfrenada de todas: la ira, puesto que las otras son quietas y plácidas; ocupado por la ira, el individuo se deforma dando señales de locura en su rostro. La ira es el deseo (no la facultad) de castigar, es la más demente porque a pesar de su oscuridad se delata en el aspecto físico; nadie es tan humilde que no pueda esperar vengarse hasta del más destacado. Para hacer daño somos muy poderosos; la ira es el deseo de devolver el daño. Expresa Séneca (s.f): “Las otras pasiones admiten dilación y su curación puede diferirse; pero ésta, violenta, impetuosa y excitándose a sí misma, no crece insensiblemente, sino que nace completa” (p.29). El desarrollo de las pasiones posee tres fases: impulsiva, voluntaria y tiránica. La última deviene en vicio.

Para que sepas cómo nacen las pasiones, crecen y se desarrollan, te diré que el primer impulso es involuntario, siendo como preparación de la pasión y a manera de

empuje: el segundo se realiza con voluntad fácil de corregir, como cuando pienso que necesito vengarme porque he sido ofendido, o que debe castigarse a alguno porque ha cometido un crimen: el tercero es tiránico ya; quiere vengarse, no porque sea necesario, sino aunque no lo sea, y éste vence a la razón. No podemos evitar por medio de la razón la primera impresión del ánimo, ni más ni menos que esas impresiones del cuerpo de que ya hemos hablado, como bostezar cuando se ve bostezar a los demás, y cerrar los ojos cuando bruscamente nos acercan a ellos la mano. Estos movimientos no puede impedirlos la razón; tal vez el hábito y constante vigilancia atenuarán los efectos. El segundo movimiento, que nace de la reflexión, por la reflexión se domina... (Séneca, (s.f), pp. 13-14).

La cólera excita el ánimo y el iracundo no sabe que mejor es perdonar que encolerizarse. La filosofía se ejercita en la virtud que nace para ayudar al individuo pero la ira como pasión existe para la destrucción común. El hombre busca la sociedad para ser útil pero la ira le incita al aislamiento y al daño. Ningún tratamiento parece duro si el resultado es saludable, puesto que la ira no es natural. Lo adecuado es rechazar los primeros impulsos de la ira, sofocarla en su raíz y procurar no caer en su dominio. La razón y la pasión no son más que modificaciones del alma en bien o mal.

Solía decir Fabiano, un filósofo no de esos entronizados sino de los auténticos y antiguos: “Contra las pasiones hay que luchar al asalto, no con añagazas ni con golpes menudos, sino que hay que rechazar sus líneas en un ataque general”. No aprobaba las sutilezas, pues, según él, “había que aplastarlas, no que pellizcarlas”. A pesar de todo esto, para sacar a esta gente de su error, hay que instruirla, no sólo criticarla. (Séneca 2010, p. 29)

La sugerencia estoica como legado moral es vivir conforme a la naturaleza humana dirigida por el sano juicio; es el raciocinio el único implicado para evitar las pasiones como vicios. Séneca (s.f.) escribe: “La razón misma, a la que se confían las riendas, no tiene fuerza sino mientras permanece separada de las pasiones; si se mezcla a ellas, si se contamina con su contacto, no puede reprimir ya lo que hubiese podido arrojar” (p.4). La apatía concebida en la antigüedad se unifica con el estado de felicidad estoico; esta condición supone un mínimo ejercicio de los ideales ascéticos vitales. Discrepa con la

moderación de las pasiones aristotélicas o el ideal hedonista epicúreo, pues el primer indicio de carácter pasional sin dirección racional es motivo de desvarío espiritual ya que la fragilidad humana posee numerosas artimañas para justificar el vicio. Advierte Séneca (s.f.): “El que nada niega a sus pasiones, no concede nada a las de los demás” (p.24).

Se debe procurar no vivir esclavizado en la tiranía de la pasión; la ira no se reemplaza por el valor, el verdadero valor es siempre circunspecto, se previene y avanza con reflexión. Lo débil en nuestra naturaleza lucha como si fuera una defensa ¿por qué se debe odiar a los que obran mal si están enfermos? El odio debe evitarse como vicio pues termina arremetiendo contra sí mismo. La filosofía aboga por la humanidad mostrando ejemplos de creatividad virtuosa ante un ataque pasional. Séneca (s.f.) explica: “Pitágoras calmaba a los acordes de la lira las turbulencias de su alma” (p.33). La irascibilidad es ánimo gastado y estéril, convencido de su laxitud. Séneca lo describe como un vicio de mujeres y niños, siendo el estoicismo una posición varonil resignada ante un suceso insólito. ¡Hay que reírnos de todo lo que nos arranca lágrimas! para no ser víctimas de los juicios errados pues se estima mucho lo que se da y en poco lo que se recibe.

Hay que tener mucha cautela en alimentar los temores, combinar los temores internos con los externos o reemplazar las pasiones. Séneca (s.f) manifiesta: “Cuando una pasión combate a otra y el miedo o la avidez consiguen alguna ventaja: esta templanza no es beneficio de la razón, sino tregua péfida e inconstante de las pasiones” (p.5). Los animales carecen de ira, así como de razón, luego la ira es una consecuencia de la razón desvalida. No se trata de un estoicismo radical como en el inicio de la escuela sino de una percepción nueva que logra equilibrar el temperamento humano para que evite el abismo de la locura antes de la muerte. La obra de Séneca *De la ira* contenida en tres libros posee algunas inconsistencias de contenido formal que podrían resultar polémicas. Por ejemplo, que el castigo sea visto como una necesidad o que sea más fácil excluir lo perjudicial que rehabilitarlo; no aceptarlo que curarlo después de aceptado. Séneca (s.f) lo ilustra así:

Pero son incorregibles; nada hay en ellos suave, ni que deje lugar a la esperanza ¿acaso odia alguno a sus propios miembros cuando los hace cortar? Exterminemos a los perros hidrófobos; matamos a los toros salvajes e indomables; degollamos a las

ovejas enfermas por temor<sup>15</sup> de que infesten el rebaño; asfixiamos los fetos monstruosos, y hasta ahogamos los niños que son débiles y deformes, no es ira sino razón. (p.8)

En la obra de Séneca *Sobre la brevedad de la vida* se expone la utilidad de no derrochar el tiempo. Los hombres se preocupan más por estimar su patrimonio, deberían estimar la noción del tiempo en sí pues es más útil que el patrimonio. Superado el temor a la muerte sólo queda ejercitarse en el aprovechamiento de la vida, organizar los hábitos y procurar que lo senil no sea una sorpresa. El cuidado del tiempo de vida se hace latente con la consciencia del uso que se le otorga y la actitud con que se vive. El tiempo es necesario para dominar las pasiones una vez que se hayan identificado porque la virtud no permite afanes. La sensatez es un instrumento de ejemplo como lo muestra Augusto<sup>16</sup>, que hacía lo que prometía para reiterar su dignidad. Cicerón y Livio Druso muestran que se desperdicia la sensibilidad cuando se dedica el tiempo a las pasiones.

La voluntad debe procurar la cautela con los modos de tiempo, es decir, con los deseos futuros y el hastío presente que llega por evocación al pasado. Lo anterior sólo perturba el ánimo atiborrado de promesas por cumplir o de recuerdos escabrosos que no pueden justificar la realidad. La meditación es el ejercicio adecuado para organizar las disposiciones reales del instante, pues por falta de atención el hombre desprecia su bien máspreciado (el tiempo) en aprecio de cosas superfluas. Vivir en el presente es lo que caracteriza el arte de vivir de Séneca. El espíritu humano no puede erradicar sus pasiones pero puede evitarlas a menos que se encuentre famélico de virtud o demasiado ocupado en lo material. Fortalecer la virtud en un presente continuo es el llamado que hace el estoicismo a sus seguidores, a través de sus maestros. Ellos ya han ejercitado el presente con la filosofía.

¿Puede haber algo más estúpido que la actitud de algunos, me refiero a esos hombres que presumen de ser previsores? Andan empeñados en demasiadas tareas para poder vivir mejor, equipan la vida a base de fiero gastar vida, sus pensamientos los dirigen a la lejanía. Pero, claro, el desperdicio mayor de vida es la dilación: ella

---

<sup>15</sup> ¿temor o prevención?

<sup>16</sup> V. Séneca, 1989, Ep. 83, p. 44.

anula cada día que se va presentando, ella escamotea lo presente en tanto promete lo de más allá. El mayor estorbo del vivir es la expectativa que depende del mañana y pierde lo de hoy. Dispones de lo que está puesto en manos de la suerte, abandonas lo que está en las tuyas. ¿Adónde miras? ¿Adónde te orientas? Todas las cosas venideras quedan en la incertidumbre: vive de inmediato. (Séneca, 2010, p. 27)

Los recuerdos y las esperanzas deben estimarse en los hechos que se reflejan de un espíritu roto que divaga a la deriva, porque no quiere reconocer la necesidad de ejercitarse en el conocimiento de sí mismo. La filosofía no desperdiciará la energía vital del espíritu orientada en su sano juicio; la usará en el servicio que gestiona la unidad humana, mientras que las pasiones separan el género humano. Séneca (s.f) indica: “Adquiéranse las costumbres de los que con frecuencia se trata, y así como se transmiten por el contacto ciertas enfermedades del cuerpo, así también el alma comunica sus pasiones a los que están próximos” (p.32). La perturbación del ánimo nace de no saber vivir “bien”, en el ser interior permanece la sospecha de la indigencia que padece su racionalidad. El apego a lo material crea una máscara de potencia en el carácter pero que no sirve cuando el ser interior se manifiesta a través del descontrol de sus pasiones. La mayoría de las veces las ocupaciones abarcan el mayor tiempo de nuestra vida y la desocupación se ve como una pérdida de tiempo, según Séneca, es mejor ser un desocupado para aprender a controlar la voluntad en la tranquilidad.

Les acosan y asedian vicios por todas partes y no les dejan levantarse ni alzar los ojos a la contemplación de la verdad. Los empujan para hundirlos y sujetarlos en sus ansias, nunca se les permite recurrir a sí mismos. Si alguna vez acaso les toca en suerte algún descanso, como en mar profundo en el que incluso tras la ventolera sigue el balanceo, sobrenadan agitados y jamás para ellos hay descanso de sus ansias. (Séneca, 2010, p. 12)

Se dice en la cultura popular que la pereza es la madre de todos los vicios, y resulta cierto para inflar el sentido de las pasiones. Los espíritus que tienen pereza de recuperar su sano juicio se entregan voluntariamente a padecer un desorden vital; pierden así la noción del tiempo pues su debilidad se ha cristalizado en locura. Séneca critica a los comediantes y poetas, pues a su juicio, son ejemplares de las pasiones que no tienen utilidad; recomienda

planificar hasta el tiempo de ocio, en alguna actividad digna del ser interior. Sin embargo, hay que estar atentos a comprender que los estudios muy eruditos pueden también embotar el alma. La arrogancia como defecto de carácter desvía lo conveniente según Séneca; los estudios prácticos son los que pueden reflejar un arte de vivir que busca la sabiduría. No se debe confundir sabiduría con pureza, pues la pureza engendra egoísmo que deviene en el vicio de alejarse de la humanidad por temor a la contaminación.

De ahí vino también el delirio de esos poetas que alimentan con sus fábulas los errores de los hombres, pues, según ellos, Júpiter, lisonjeado con las delicias de la cohabitación, hizo que una noche durara el doble. ¿Qué otra cosa es sino inflamar nuestros vicios eso de poner a los dioses en la lista de sus promotores y dar a nuestros padecimientos licencia excusada con el ejemplo divino? ¿Pueden a éstos no parecerles cortísimas unas noches que compran tan caras? Pierden el día aguardando la noche y la noche temiendo el alba. (Séneca, 2010, p. 46)

La pasión del miedo es la que menos se descubre y la que más estragos hace en la cotidianidad. No se puede reducir todo al lenguaje analítico para despejar los temores, es preciso aprender a controlarlos ejercitando la voluntad y recurriendo al consejo de los sabios; como la valentía en Sócrates, dudar con Carnéades o complacerse con Epicuro. Para superar la fragilidad de la naturaleza humana es preciso seguir a los estoicos, es más inhumano engañar que ser indiferente en la apatía. Cuando la sabiduría se ha extraviado e impera la insaciabilidad del espíritu es necesario retornar a los muertos para recibir consejos de vida digna. Séneca invita a enriquecer la vida de esa forma, ser ejemplo para los demás es prolongar la vida a través del lenguaje. En el arte de vivir, la vida es pobre y sencilla ¿para qué alimentar los temores? Los antiguos sabios siempre anhelaron las alturas de la virtud, lejanas a la estrechez mental. Juzgar apresuradamente es bajo, la humildad es grandeza de alma.

Debe tenerse consideración a la edad y posición del delincuente, con objeto de aprender a tolerar por humanidad y a sufrir por humildad. Pongámonos en el lugar de aquel contra quien nos irritamos; algunas veces nos hace iracundos falsa apreciación de nosotros mismos, y no podemos soportar lo que quisiéramos hacer. (Séneca, s.f, p.35)

El ser paciente se ve libre de las leyes del género humano prestando sus servicios a una época determinada, pero para los apasionados esperar se convierte en una pesadez espiritual. Séneca (s.f.) sostiene: “El único alivio para los grandes males, es la paciencia y sumisión a las necesidades. Pero si es útil a los que obedecen contener sus pasiones, y especialmente, esta tan furiosa y desenfrenada, más útil es todavía a los reyes” (p. 37). Hay quienes se dedican a saltar los días, como los poetas y sus fábulas absurdas que alimentan el error en los demás. Inflan los vicios de los que viven aguardando para que llegue la noche. Hasta los más poderosos se ven frustrados, pues sus principios no son sólidos sino frívolos dando perturbación a su tiempo de vida. La autenticidad se extravía en aquellos que se alzan sin virtud sobre la humanidad porque están expuestos al azar, luego son inestables. La filosofía es auténtica medicina cuando se ejercita en dominar las pasiones humanas.

Nada hay tan difícil y penoso que la mente humana no pueda vencer, con lo que no pueda familiarizarla constante ejercicio; no hay pasión tan desenfrenada e indomable que no pueda doblegarse al peso de la disciplina. El ánimo obtiene todo lo que a sí mismo se manda. (Séneca, s.f, p. 17)

#### **2.4. Autarquía, autonomía y ataraxia**

Aprender a morir en la resignación virtuosa, despertar a la consciencia del tiempo y habituar la voluntad para erradicar las pasiones permite continuar con la restauración del sano juicio en la filosofía. Una vez retomado el sano juicio es necesario hacer realidad el arte de vivir que propone Séneca y que se expondrá brevemente aquí con las siglas A. A. A, que corresponden al triángulo filosófico en el ejercicio estoico; la base es la autarquía, sus dos lados pertenecen a la autonomía y a la ataraxia, consecuencias directas del desarrollo espiritual. La autarquía es en esencia autosuficiencia, abastecimiento propio, voluntad firme sobre el uso de los recursos para construirse el propio destino. La providencia (o poder superior al humano) nos aporta un fragmento de razón natural conducente hacia la virtud; para esto es necesario el conocimiento de uno mismo como de las capacidades y defectos del carácter. Para el estoicismo la autarquía está relacionada con la sencillez, con la pobreza aún en medio de la riqueza y que supone una actitud de mansedumbre hacia la concreción de los propios valores tanto materiales como espirituales.

¿Hay quien dude que suben, se esfuerzan, luchan la paciencia, la fortaleza, la perseverancia y todas las demás virtudes que se oponen a las adversidades y vencen a la fortuna? ¿Y no es igualmente evidente que siguen una pendiente la liberalidad, la templanza, la mansedumbre? En éstas retenemos el alma, para que no resbale; en aquéllas la exhortamos y la incitamos enérgicamente. Por tanto, aplicaremos a la pobreza las más fuertes, que saben luchar; a las riquezas, las más cuidadosas, que andan de puntillas y mantienen su equilibrio. (Séneca, s.f, p. 55)

Teniendo a la pobreza como modelo y no como vergüenza, la filosofía ejercita al que busca resistencia en la pobreza con buena voluntad ya que estará más cerca de la virtud, que cualquiera que tenga muchas riquezas pero que en su pérdidas se perturbe el ánimo hasta desfallecer. Séneca (s.f) instruye: “Y fíjate: no ha profesado la ciencia de la virtud, sino la de la pobreza” (p. 40). La creencia en la justicia juega un papel importante dentro de la base de este ejercicio, pues el justo prevalecerá aún en las condiciones más precarias. Una autarquía de dar en primer lugar a sí mismo y en segundo lugar a quien lo necesite, corresponde a la moral de beneficios que construye Séneca (s.f): “Dondequiera que haya un hombre, allí hay lugar para un beneficio” (p. 52). De lo que tenga el hombre, eso dará sin esperar reconocimiento sino buscando fortalecer la autarquía de su buen juicio.

La pesadez de la incertidumbre por lo obtenido es lo que preocupa al hombre, si en cambio valora las riquezas como valora la muerte, habrá conseguido saber la ligereza de los momentos y sobre todo, que nada permanece más que el cambio constante. El estoicismo busca un equilibrio, no considerará que el filósofo deba ser pobre para demostrar su humildad. Aún en estado de abastecimiento el filósofo meditará sobre la frugalidad de sus bienes y que el estado de pobreza no es una maldición. Por el contrario, probará su buena voluntad, dice Séneca (s.f): “Deja, por tanto, de vedar el dinero a los filósofos; nadie ha condenado a la sabiduría a ser pobre” (p. 50). La pobreza trae daños menores al espíritu comparada con otras calamidades como los vicios. Grandes ejemplos de autarquía nos da la filosofía, como Sócrates, que se paseaba en medio de ricos y tiranos con tono suave hacia los necesitados. Y la propia experiencia de Séneca que confiesa no alcanzar en su totalidad la certeza de la pobreza.

El vehículo en que estoy acomodado es uno del campo; las mulas dan señales de vida al caminar; el mulatero va descalzo, aunque no por causa del calor. Con dificultad me avengo a querer que este vehículo pase por mío; todavía persiste en mí una equivocada vergüenza en cuanto al bien, y cuantas veces me tropiezo con algún séquito más lujoso, me sonrojo contra mi propia voluntad, lo que demuestra que los principios que apruebo y alabo no tienen en mí un asiento seguro e inamovible. Quien se avergüenza de un vehículo pobre, luego se ufanará por uno costoso. (Séneca, 1989, Ep. 87, p. 77)

La desigualdad nace de un juicio errado pues la naturaleza nos ha creado a todos iguales, con diversas debilidades, pero también con otras capacidades para poder atender estas carencias. La naturaleza del poderoso se envilece porque no comprende que los convencionalismos sociales le han segado su humanidad, y que su sano juicio se torna cruel porque no se asemeja a los dioses sino a los animales que luchan instintivamente. Séneca (s.f.) alude: “Mira ahora al mundo: verás desnudos a los dioses, que lo dan todo y nada tienen ¿Qué piensas: que es un pobre o que es semejante a los dioses quien se despojó de todos los bienes fortuitos?” (p.29). Pobres y ricos pueden sufrir perturbación de ánimo, los pobres en la necesidad y los ricos en su preocupación por la estabilidad. En ocasiones, la suavidad no cura el ánimo abatido por la pérdida y es mejor que la ruina ejercite en aprender a perder.

El arte de dar a cada quien lo que corresponde es recordado en el estoicismo, que enseña a ser feliz con lo que se tiene al alcance puesto que concluye que el mal de la humanidad radica en la insatisfacción de los deseos. La frugalidad opera en la buena administración de los recursos llegando a transformar la pobreza en riqueza. Séneca menciona en toda su obra el llamado a la comprensión de la pobreza para fortalecer el sano juicio, aprovechar el tiempo en aprender es una de las sugerencias para disciplinar el carácter y no padecer. El exceso es nocivo para el hombre, la medida justa debe enfocarse en sus experiencias y la austeridad en el manejo de las fechas especiales que celebra la sociedad para un consumo desmedido. La pobreza no arrebató la dignidad, pero quien no ha aprendido a ser pobre es más propenso a enfermar de indignidad. La verdadera riqueza es el equilibrio en el arte de vivir, que se obtiene a través de ejercicios filosóficos como la autarquía.

Aprendamos a aumentar la continencia, a refrenar la lujuria, a mitigar el ansia de gloria, a suavizar la ira, a mirar con buenos ojos la pobreza, a cultivar la frugalidad, aunque avergüence a muchos, empleando remedios cada vez menos costosos para los deseos naturales, teniendo refrenadas las esperanzas y como atado el ánimo que tiende hacia lo futuro y obrando de manera que nos vengan las riquezas de nosotros mismos y no de la fortuna (Séneca, s.f, pp. 30-31).

La autonomía es lo opuesto a la heteronomía, consiste en darse normas a uno mismo. En el estoicismo se trata de un determinismo cosmológico; asumir la libertad es síntoma virtuoso de obediencia a la naturaleza. Habiendo aprendido a abastecerse a sí mismo, el espíritu humano debe construirse su destino de acuerdo a sus elecciones; hay situaciones que sólo se pueden explicar desde la voluntad de la providencia, pero las más terrenales y que competen al cuidado del hombre corresponden a la voluntad de su razonamiento. Resalta Séneca (s.f) sobre la felicidad: “Usa de los dones de la fortuna, sin ser esclava de ellos. Comprendes, aunque no lo añadiera, que de ello nace una constante tranquilidad y libertad, una vez alejadas las cosas que nos irritan o nos aterran” (pp. 10-11). El estoicismo ejercita en la seguridad que otorga la sana conducta y el cuidado de los otros para el bienestar común. La armonía del logos se refleja en la racionalidad autónoma.

Es verdad que las consecuencias están determinadas por las causas, pero cuando el hombre se ha conocido a sí mismo, puede y debe establecer sus límites de comportamiento en la sociedad según la filosofía para la utilidad de su vida. Sin distinción de cualidades o roles, Séneca (s.f.) afirma: “La naturaleza me ordena ser útil a los hombres; sean esclavos o libres, de padres libres o libertos, de libertad legal o dada entre amigos” (p. 52). En el estoicismo es la virtud y no el placer lo que otorga la libertad, ya que el placer puede esclavizar a sus seguidores porque no brinda la tranquilidad del que está seguro de no desear por encima del buen juicio. La autonomía es cumplir con lo que se dice, es actuar según las ideas que se expresan pues hay quienes dicen una cosa pero actúan de otra forma y es porque están confundidos en lo que desean. En la virtud, la autonomía es acción presente no simple dicción a futuro.

Cuando te diga: “El sumo bien es la firmeza y previsión y agudeza y cordura y libertad y armonía y compostura de un alma inquebrantable”, ¿vas a exigir todavía

algo mayor a que se refieran todas estas cosas? ¿Para qué me hablas del placer? Busco el bien del hombre, no el del vientre, que las bestias y las fieras tienen más grande. (Séneca, s.f, pp. 21-22)

Cuando el espíritu está tranquilo puede brindar libremente aquello que tiene. Así como los vicios se propagan por la cercanía de las energías, la virtud también incita a los que le rodean a seguirla a través del ejemplo. Hay que aceptar el devenir en vista de que la filosofía estoica no se entrega a las convenciones sociales u otros seres humanos sino a la providencia, para poder ser libre. Séneca (s.f.) es conciso en su voluntad: “Hemos nacido en un reino: obedecer a Dios es libertad” (p. 35). La felicidad en el estoicismo es que el espíritu esté libre, tranquilo, sin temores y que pueda concretar un arte de vivir bien. La libertad del buen ánimo es divina porque nada necesita, nada le obliga, nada le hiere, nada le impide y todo se cumple de acuerdo a su voluntad.

Esta libertad no la da más que la indiferencia por la fortuna; entonces nacerá ese inestimable bien, la calma del espíritu puesto en seguro y la elevación; y, desechados todos los terrores, del conocimiento de la verdad surgirá un gozo grande e inmutable, y la afabilidad y efusión del ánimo, con los cuales se deleitará, no como bienes, sino como frutos de su propio bien. (Séneca, s.f, pp. 13-14)

Séneca está tranquilo de la labor filosófica en sí mismo y para con los demás, confía en que ha hecho su parte de acuerdo al logos. Ha despreciado todo aquello que lo puede esclavizar o que podría perturbar su ánimo con tal de resignarse a la libertad, en algunos casos aceptar la libertad se convierte en una pesadez del espíritu y le procura tristeza o el cansancio porque el sano juicio aún no está preparado. Expresa Séneca (s.f.): “Y cuando la naturaleza reclame mi espíritu o mi razón lo despida, me iré con el testimonio de haber amado la conciencia recta y las buenas inclinaciones, sin haber mermado la libertad de nadie, y menos la mía” (p. 45). La libertad consiste en no preocuparse por el futuro, ni quedarse en las vivencias del pasado sino en vivir el presente de acuerdo a la naturaleza, alejando de sí mismo aquellas cuestiones que le hacen daño al ánimo. La autonomía para el presente es la encargada de reproducir la libertad del ánimo en toda clase de relación que éste desee emprender.

Éstos no dominan su ira y cualquiera indignación los lanza a palabras temerarias; aquéllos no saben contener su donaire, ni abstenerse de peligrosas chocarrerías. Para todos éstos es más útil el ocio que el negocio; un natural altivo y mal sufrido ha de evitar las excitaciones que dañen a la libertad. (Séneca, s.f, p. 24)

Séneca confiesa en su filosofía su experiencia personal, y aunque asume que no se puede liberar por completo de algunas cuestiones azarosas también acepta que no se encuentra esclavizado; ha logrado dominar sus pasiones y temores para conducir un equilibrio en el arte de vivir. El estoicismo recomienda encontrar la justa medida en las acciones de la vida, desde la más mínima como el consumo del vino que alegra el ánimo de la triste sobriedad pero que en exceso lo enferma, hasta la más grande como generar un sistema para someter en la tiranía. La autonomía es digna cuando es natural, ejercitarse en los estudios y en la filosofía permitirá discernir al espíritu sobre la ciencia del bien y del mal. Hay formas de vida disfrazadas de libertad pero que son más inhumanas que las mismas guerras. Toda libertad tiene un coste, y es que debe ponerse por encima del placer para soportar los sufrimientos que traiga el devenir.

A cada cual puede suceder lo que puede suceder a alguno. (Publilio Liro) El que se penetrase de esto hasta la médula y considerase que todos los males ajenos, cuya abundancia todos los días es tan copiosa, tienen tan libre el camino a los demás como a sí mismo, estará armado mucho antes de que le ataquen; es tardío que el ánimo se prepare a sufrir los peligros después que hayan llegado. (Séneca, s.f, p. 39)

El devenir se encarga de probar la virtud en la autonomía y se necesita ser valiente para proseguir la vida sin alteraciones por las carencias que se presentan. Obtener la libertad siempre ha sido la meta de muchas guerras, la libertad interior es la independencia de responsabilizar a los factores externos del drama vital. Sólo quien asume su autonomía podrá entregarse a los otros para ayudarles en su proceso emancipatorio; la filosofía estoica crea una elevación virtuosa que permite ser útil en la voluntad libre. Si debe haber alguna esclavitud, que sea la filosófica<sup>17</sup> pues no perjudicará el ánimo sino que lo preparará para cuestionarse sobre la verdad en la concepción de libertad.

---

<sup>17</sup> Paráfrasis de un aforismo epicúreo.

La ataraxia, no menos importante que sus otros vértices, cierra esta tríada en el arte de vivir bien, según Séneca. La ataraxia es la cúspide de la felicidad en la filosofía antigua, esto es, en la escuela epicúrea, estoica y escéptica. El equilibrio espiritual se presenta en forma de imperturbabilidad del ánimo; la ataraxia es la felicidad del ser interior y consiste en la templanza hacia los asuntos emocionales y racionales. El hombre que pudo habituarse a la autarquía y a la autonomía, ahora muestra desde su interior la impasibilidad ante los temores que le manifestaban la vida, lo divino y la muerte. De lo anterior, Séneca (s.f) concluye: “Dice que estas cosas deben despreciarse, no que no se tengan, sino que no se tengan con afán; no las rechaza, pero cuando se van las sigue con mirada tranquila” (p. 46). La brevedad de la vida ya no supone una alteración puesto que en la ataraxia se vive alegre, dispuesto y tranquilo hacia el devenir.

A este asiento firme del ánimo los griegos le llamaban *eutymia* o estabilidad y sobre ella hay un bello volumen de Demócrito; yo la llamo tranquilidad. Tratamos de determinar, por consiguiente, cómo podrá el ánimo ir siempre con paso igual y próspero, estar en paz consigo mismo y mirar con alegría sus cosas sin que este gozo se interrumpa, sino permaneciendo en su estado de placidez sin levantarse nunca ni deprimirse. Esto es la tranquilidad. (Séneca, s.f, p. 10)

Séneca dedica una obra completa a *De la tranquilidad del ánimo*, donde la firmeza de la buena disposición hacia sí mismo y hacia los otros se convierte en un estilo de vida sublime. Recomienda que, quien ha encontrado la tranquilidad siga expandiéndola a su alrededor con el fin de que se ejercite la virtud sin vergüenza; la sabiduría estoica insiste en este camino. Séneca (s.f) manifiesta: “Principalmente han de evitarse los tristes y los que lo deploran todo y para los que todo es motivo de queja. Aunque éstos tengan fe y amor, es contrario a la tranquilidad el compañero inquieto y que gime por todo” (p. 27). De igual forma, Séneca no rechaza su llamado al servicio público porque en el conocimiento de sí mismo no se considera un ocupado o un desocupado, sino un amigo de la sabiduría para poder enfrentar la vida social conservando su ánimo apacible.

El espíritu estoico en estado de ataraxia no desea el afán en sus relaciones, desprecia lo que no le oriente hacia la virtud, pero está dispuesto a servir a la sabiduría. El ánimo hace lo que dice porque está en armonía consigo mismo, no se hace notar porque no lo necesita. La

angustia exiliada no tiene cabida en el cuerpo de alguien tranquilo pues, aunque no tenga absoluta salud física, la tendrá espiritual. El error de la locura en el juicio del hombre se ha suprimido gracias a la ataraxia y se encuentra libre. Séneca (s.f.) declara: “Se comprende, sin que necesite añadirlo, que un hombre tal será sereno y ordenado, y hará todo con grandeza y afabilidad” (p. 20). La filosofía consuela el ánimo pues ya no se trata de encontrar una respuesta absoluta a la verdad sino de poseer la entereza para poder organizar las preguntas acerca de la verdad.

Es importante no esperar hasta la vejez para alcanzar este arte de vivir propuesto por Séneca; las convenciones sociales indican que después de todo el trajín de la vida se deja lo más importante para el final. Y la vida es incierta, por eso es adecuado vivir el día a día. Todos necesitamos ayudarnos, tanto el más sabio dando servicio a los demás hasta el más débil recibiendo tal servicio; ambos estarán compartiendo para ejercitar la virtud. La nobleza de espíritu se reconoce en la simplicidad y seguridad que ejercita sin esforzarse. Inquietarse es símbolo de desequilibrio en el rostro, de ofensa apresurada, de irritación inoportuna; aquellos con propensión a estas actitudes es mejor que no estén en múltiples oficios. La fatiga del ánimo puede convertirse en su pesadez y llegar hasta la venganza de alguna ofensa imaginada. La tranquilidad es la peor ofensa a los que quieren provocar.

La epidemia está en todos. Seamos, pues, más tolerantes recíprocamente: malos, vivimos entre malos. Una sola cosa puede devolvernos la tranquilidad: el convenio de nuestra tolerancia. Aquel me ha ofendido; no le he devuelto la ofensa; pero tal vez habrás ofendido ya a otro o le ofenderás. (Séneca, s.f, p. 42)

Después de la perturbación del ánimo donde todo es confuso, la niebla se despeja y vuelve la razón a confiar en la virtud que es grandeza de espíritu. La tranquilidad es felicidad, y se debe procurar ejercitar este estado para la utilidad del bienestar tanto individual, como colectivo. No se está propenso al cambio, pero tampoco a sufrir. Las pasiones y los vicios están al acecho, buscan su cometido, pero la creencia estoica de que todo estará bien puede disipar tales presagios. Séneca (s.f) sostiene: “El cuerpo de éstos, oh Sereno, está sano, aunque no esté acostumbrado a la salud, como el mar, ya tranquilo, tiene una cierta agitación, cuando ya ha pasado la tormenta” (p. 9). Aunque la penumbra sea oscura, el ambiente tenso y exista motivo para la congoja, la ataraxia permite permanecer

sosegado incluso a la hora de morir. La vida es un aprendizaje, toda experiencia y especulación es digna de ser investigada por la filosofía, a fin de poder acercarse a la sabiduría.

He ahí la tranquilidad en medio de la tempestad, he ahí un ánimo digno de la eternidad, que hace de su misma fatalidad medio de buscar la verdad, que en el momento de dar el último paso interroga al alma que va a salir y aprende no ya hasta la muerte, sino de la muerte misma. (Séneca, s.f, p. 47)

## **2.5.La figura del filósofo como “sabio”: una vida trascendental**

Séneca recrea la problemática sobre la existencia humana en el arte de vivir; allí fusionará las demás problemáticas: ser individuo, ser social, ser filosófico, el tiempo, la muerte, etc. Y elabora una respuesta de grandeza, de protagonismo, de un deber idealizado en la sabiduría humana. Así mismo, reflexiona sobre el peligro de los excesos en la vida: sólo en los opuestos complementarios se halla la armonía del equilibrio o de la justa medida que tanto aconsejará el estoicismo. Séneca tiene el factor trágico de ver la vida como un teatro que reclama el brillo de la razón como centro universal pero no se trata de una razón pura sino cósmica, es decir, que en su estado natural se puede ejercitar hasta lo trascendental. Séneca (1989) alude: “La filosofía ha sufrido menoscabo, nadie lo dudará, después que se ha prostituido; mas puede revelarse en su santuario, a condición de que disponga no de un traficante, sino de un pontífice” (Ep. 52, p. 304). La visión ascética de la filosofía que sufre y es constante en la sabiduría.

La trascendencia filosófica cobra sentido en la figura del ideal de sabio. El sabio del estoicismo es el objetivo a perseguir de sus seguidores; debe reunir todas las características de la virtud. Cuando el hombre se excede en la búsqueda de satisfacción de lo que considera un placer se conduce a sí mismo a un desequilibrio ignorante, ya que el ser se habitúa a vivir en el placer y a esforzarse para tratar de darle continuidad; al no obtener esta prolongación porque todo está en movimiento, su ánimo se debilita rompiendo la armonía de su existencia y manifiesta un estado de crisis. La perturbación del ánimo arroja al hombre hacia la desesperación, donde el sumo bien se esfuma en pequeñas confusiones. Se trata de sufrir pasivamente, o de procurar no vivir intensamente aquello que acaece en el mundo. Séneca estima que a través de la física con hábitos saludables, la lógica con juicios

naturales y la ética que está determinada con la libertad, se encuentra un arte de vida seguro, estoico e integral.

Tomó Demetrio Policertes la ciudad de Mégara; y habiendo preguntado a Stilpón filósofo qué pérdida había hecho, le respondió que ninguna, porque tenía consigo todos sus bienes, no obstante que el enemigo le había despojado de su patrimonio, robándole sus hijas, y violado su patria. (Séneca, 2010, p. 4)

El sabio antiguo se moldea en la virtud; el arte de vivir se convierte en su instrumento a la hora de la provocación. El sabio estoico no se ofende porque ha llevado el proceso de ataraxia hasta personificarlo; su discurso se hace real en las experiencias que deja por estímulo a quienes aprenden en la filosofía a ejercitar su propia capacidad de comprensión vital. El sabio debe estar muy alerta a todos los movimientos del apego; cuando es hacia las riquezas es preferible moderar las alegrías para no tener que reprimir dolores. Aunque el necio y el sabio quieran poseer, se diferencian en que las riquezas del sabio están en sí mismo, las del necio en el poder. La filosofía antigua como ejercicio personal, aunque opuesto a la política como ejercicio colectivo, logra proponer un sistema que conmueve al colectivo porque puede proveerle las herramientas para desenvolverse en la sociedad como una autoridad moral.

Por todas partes la asamblea bate palmas en obsequio al filósofo y en torno a su persona se agolpa la turba de los admiradores: no se le elogia ya, si te fijas, más bien se le aclama. Resérvense tales ovaciones para aquellas profesiones que tienen como finalidad complacer al público. La filosofía merece la adoración. (Séneca, 1989, Ep. 52, p. 304)

El filósofo en vía pública se convierte en un modelo a seguir, ha luchado para perfeccionar su juicio y sabe lo que es la superioridad desde la sencillez. No se ufana de múltiples razonamientos para restringir su virtud, su voluntad es el servicio del ejemplo. Séneca (1989) dice: “Aléjate cuanto puedas de estas restricciones y fórmulas evasivas de los filósofos: la transparencia y la sencillez dicen bien con la bondad” (Ep. 48, p. 286). Los grados de alcance hacia la sabiduría están distribuidos en los que están cerca de ella, es decir en su superficie. Los que recuperaron el sano juicio para dominar sus pasiones pero que aún no son estables pues no se han ejercitado en el hábito y en quienes no pueden

deshacerse de todos sus vicios. Cuando la filosofía se hizo texto, dejó al descubierto que unos filosofan con seducción y otros con espíritu. En esta segunda posición se ubica el estoicismo, que infunde espíritu vivo en sus letras.

¡Cuánta energía, oh dioses buenos, hay en él!, ¡qué alma tan grande! Estas cualidades no las hallarás en todos los filósofos. Los escritos de algunos de ellos, que tienen un nombre famoso, carecen de vigor. Instruyen, argumentan, sutilizan, no infunden espíritu, porque no lo tienen. (Séneca, 1989, Ep. 64, p. 355)

El sabio estoico hace parte de un sistema moral que ofrece las posibles pautas para llegar a la medida justa. ¿Y qué es ser sabio en Séneca? En la mayoría de su obra al referir el camino del sabio, expone su propio camino inspirado en sus figuras de admiración. La filosofía en Séneca es confesional; el estoicismo alude a una enfermedad mental que lleva a la locura aquellos humanos que no aceptan su condición de fragilidad y no pueden volver al sano juicio. La fragilidad es lo que ha sumergido a la humanidad en el delirio, porque el delirio no es sobrio ni riguroso, ni fuerte. Es humano, muy humano. Séneca (1989) exclama: “¡Cuán numerosos son los poetas que expresan lo que ha sido o ha de ser expuesto por los filósofos!” (Ep. 8, p. 120). Parece que no se puede escapar a la tragedia de estar vivo conscientemente, tanto en lo concreto de la poesía como en lo abstracto de los que han llegado al mismo punto. La medida justa es lo que busca el espíritu humano arrojado a la comprensión sin sentido.

La filosofía de Séneca, por lo tanto, necesita encontrar un sentido para no caer en el abismo de la incompreensión que es la superficie de la locura. La figura del sabio en la antigüedad corresponde al sentido del filósofo, que moldea su vida a fin de encontrar un sentido. En el estoicismo ese sentido es la virtud. Una virtud que disciplina, conserva y promete en la tranquilidad del espíritu una respuesta para afrontar el sin sentido de la existencia humana. La epístola 39 enseña la moderación en los filósofos como una herramienta para transitar por ese camino virtuoso que el estoicismo ha cultivado para el arte de vivir. Sugerencias que no obligan pero que persuaden a quien desee encontrar un sentido en el ideal del sabio. La providencia da prueba de que ese ideal estoico está en la sabiduría y se vive a través de la filosofía. La inspiración en los que han seguido el mismo

camino virtuoso es lo que mueve a querer conocer en el sumo bien, en la comprensión de la existencia humana.

Toma en tus manos el catálogo de los filósofos. Ese mismo repertorio te moverá a despabilarte, al comprobar cuán numerosos son los que han trabajado para ti. Hasta tú mismo desearás ser uno de ellos, porque el alma generosa posee esta excelente condición: la de verse impulsada hacia el bien. (Séneca, 1989, Ep. 39, p. 249)

En la virtud, el sabio como filósofo debe haber transcendido en el arte de vivir por medio de los ejercicios intelectuales. El filósofo estoico se ha resignado al dolor, muerte y enfermedad, ha dominado sus pasiones despertando su conciencia temporal, ha fortalecido su voluntad en la pobreza, se ha proveído a sí mismo los recursos para la autonomía obedeciendo a la providencia y sirviendo; se halla feliz en la ataraxia. La filosofía reclama moderación, no carencia, tanto en el exterior como en el interior. El filósofo como sabio debe ser diferente al común, no porque sea crea más en su arrogancia sino porque comprende que el imperio de las convenciones sociales puede perturbar el ánimo. La virtud de Séneca se exalta en la paciencia y reprocha todo lo que se hace con afán. El filósofo puede sospechar qué le espera en su destino, pero como sabio no puede apresurarse pues sabe que no podrá hacer algo para cambiar su suerte sino que debe esperar sin trastornarse.

El hábito de hacer las cosas con el mayor cuidado posible corresponde al orden como causa, como origen del universo. En la vida se comprueba la misma coherencia, quien actúa con paciencia está seguro de que es ordenado. Séneca (1989g) cumple este rol: “Investigamos la causa general. Mas la afirmación de que todo el universo, obra consumada, era una causa no respondió a la habitual agudeza de los mismos filósofos; porque existe gran diferencia entre la obra y la causa de la obra” (Ep. 65, p. 363). La actitud filosófica es ordenada, segura y comprensible porque en sus obras se comprueba la veracidad del discurso. La honestidad con uno mismo es lo más importante para el filósofo como sabio, otros podrán burlar, arremeter e injuriar, pero el sabio ni lo uno ni lo otro, porque no hace suya la injuria y menos la produce; el filósofo como sabio trasciende a la reacción cotidiana y aguarda en su virtud. El sabio comprende que los demás se hallan enfermos y que no necesitan ser juzgados sino comprendidos como alguna vez la filosofía le comprendió.

“Nunca he pretendido congraciarme con el pueblo, pues lo que yo sé el pueblo no lo aprueba y lo que el pueblo aprueba yo lo ignoro” “¿Quién dijo esto?”, preguntas, como si no supieras a quién pido el préstamo. Es Epicuro. Pero la misma verdad te la repetirán a voces todos los filósofos de cualquier escuela, peripatéticos, académicos, estoicos, cínicos. ¿Quién, en verdad, puede agradar al pueblo, si es que ama la virtud? (Séneca, 1989, Ep. 29, p. 219)

Séneca en su honestidad renunció al poder cuando fue necesario, aguardó con paciencia los designios del imperio, pero nunca se integró a ellos. De hecho, trataba de suavizar la locura de sus coetáneos que se complacían en el sufrimiento, dolor y muerte. La vida de Séneca trasciende a través de la virtud y con la filosofía intenta ayudar a los que recurren a él para consejo o consuelo. El filósofo da aquello que tiene, brinda su servicio con sabiduría para los demás. La figura del sabio trasciende los modelos designados por las convenciones sociales, ya sea porque son desordenadas o por el desprecio a la incoherencia; el sabio vive como habla porque lo que habla se convierte en realidad. El filósofo estoico es su propia obra de arte donde la virtud es la esencia que le ha asignado la naturaleza, entre tantas escuelas la que conmueve a Séneca es ésta y lo personifica en su manera de vivir. Séneca, en el conocimiento de sí mismo, halló la virtud.

Medita estas enseñanzas que a menudo has oído, que a menudo has expuesto; pero tu sinceridad, al oírlas o al exponerlas, compruébala con las obras. Porque resulta muy vergonzoso el reproche que a menudo se nos hace: que cuidamos las palabras, no las obras propias del filósofo. (Séneca, 1989, Ep. 24, p. 202)

De manera que las acciones del filósofo deben ser dignas de sabiduría y aunque tuviera mala reputación como el caso de Sócrates, la tranquilidad de su espíritu le impulsa a finiquitar el sentido de su existencia en la virtud. La coherencia entre el decir y el hacer es un ejercicio de disciplina en el estoicismo; otras escuelas filosóficas encuentran la virtud en la provocación, placer o en la opinión; el espíritu de un sabio en el estoicismo está orientado a ser virtuoso, como la divinidad de los dioses. Homero como poeta fue llamado filósofo por algunos en la antigüedad, por lo tanto, Séneca lo declara un legado para la historia universal. La grandeza de su espíritu reflejó un hálito de razonamiento sano y aunque no se data el virtuosismo de su existencia, su escritura es intemporal pues revela la

condición de la naturaleza humana cuando no está dirigida por el sano juicio. Séneca (s.f) afirma: “¿qué motivo tengo para pensar que no llegaré a sabio quien desconoce las letras, si la sabiduría no radica en las letras?” (Ep. 88, p. 101).

La moderación no aplica para los actos de quienes desean alcanzar la sabiduría, para los sabios la afirmación debe enfocarse en términos de blanco y negro, según el estoicismo. Se es sabio o no se es sabio, y es en la virtud que el sabio comprueba que la naturaleza no le otorgó su rol sino que tuvo que desarrollarlo. El filósofo personifica el ideal de sabio porque en el ejercicio de conocerse a sí mismo, también encontró el valor de todo lo que le rodea; el que ignora el valor de su propia identidad, ignora el valor a su alrededor. Por muy buenas intenciones que tenga un individuo en su ignorancia no puede devolver lo que ha recibido en la medida justa, mientras que el sabio sí. Según el estoicismo, en la ingobernabilidad de la vida individual está el desorden que se manifiesta con la satisfacción del capricho que se estima como felicidad. De lo anterior se concluye que el sabio no puede ser permisivo con algún deseo que no pertenezca a la sabiduría.

Porque si también de ella hubiesen hecho un bien común y al nacer fuésemos sabios, hubiese perdido la sabiduría la mejor cualidad que posee en sí misma, la de no contarse entre los dones fortuitos. Ahora, en cambio, presenta este aspecto estimable y magnífico, que a nadie toca en suerte, que cada uno se la debe procurar, que no se mendiga a otro. ¿Qué podrías admirar en la filosofía, si fuese objeto de un beneficio? (Séneca, 1989, Ep. 90, p. 116)

La filosofía es para uno y para todos, debe ser beneficio y servicio común. Suponiendo que la vida sea un teatro o una tragedia, todos ocupamos un rol específico en la creación para que no sea todo un caos. El sabio sería el único que podría ser auténtico y por lo tanto distinto. Séneca (1989) medita: “Juzga tú un gran mérito representar un mismo personaje. A excepción del sabio, nadie representa un mismo papel, los demás presentamos muchas caras” (Ep. 120, p. 396). La existencia del filósofo como sabio pertenece a una vida trascendental, que lo ha valorado todo según la medida humana para establecer su propia medida. Ha valorado su tiempo, su goce, su temor y su honestidad, determinado por el sano juicio que la providencia le proveyó. Su virtud hallada en la sabiduría no se limita a un rol de fama sino a la virtud misma, no teme ser insensible para ser sabio porque no lo es, su

espíritu aprende y con eso le basta. No ostenta su sabiduría o recela la de otros, sólo vive ejercitando la ataraxia en sí mismo.

La filosofía -arguye Aristón- consta de dos partes: el saber y el hábito del alma; en efecto quien ha aprendido y se ha enterado de lo que debe hacer y evitar no es todavía sabio, a menos que su alma se haya transformado en aquello que ha aprendido. (Séneca, 1989, Ep. 194, p. 179)

Séneca reconoce su condición de no sabio en medida de Sócrates, aunque Sócrates tampoco reconoció ser un sabio. La filosofía expande el espíritu para que perciba en la brevedad de la vida aquello que no se es pero que cree llegar a ser, esa posibilidad es la trascendencia que mueve al hombre en su sano juicio a crear un arte de vivir. Distinta es la mentira que es incompleta porque no desarrolla la coherencia de un proyecto en el sano juicio, sino que niega en los desvaríos del razonamiento una posibilidad de ser. La grandeza del espíritu es poder crear lo que cree, el provecho de la virtud es que aún en silencio brilla por su esencia misma. En la cultura popular la filosofía ha sido objeto de numerosas denominaciones no siempre positivas pero la humanidad sigue ejercitando su razón a fin de que produzca una creencia trascendental porque puede vivirse. Lo abstracto y lo concreto siguen unidos en la figura ideal del sabio, aun cuando sus practicantes sepan que están lejos de la virtud absoluta.

El alma del sabio, es cierto, la abarca en toda su magnitud y la recorre con no menos velocidad que nuestra mirada recorre el cielo; pero nosotros, que debemos disipar una densa niebla y que contamos con una visión defectuosa a muy corta distancia, podremos descubrir más fácilmente cada una de las partes, incapaces como somos todavía de abarcar el conjunto. (Séneca, 1989, Ep. 89, p. 107)

Hay sistemas de gobierno que no permiten ejercitar la sabiduría porque se verían amenazados en sus verdaderos fines, sin embargo, en este juego de poder-dominación, la ciencia del bien y del mal continúa vigente en la humanidad. La filosofía ejercita para aprender a cuestionarse sobre la escala de valores a partir de cada época. En Séneca se puede constatar el ejemplo de vivir bajo las condiciones del imperio romano, pero no bajo las convicciones errantes del juicio extraviado romano. Séneca no es ingrato con su oportunidad de vivir, aunque se viere víctima de las convicciones del imperio romano al

final de su vida, ahí radica su grandeza de espíritu. La preparación virtuosa define la intención del sumo bien; el filósofo como sabio está alerta a su condición humana inevitable y se ejercita en ella para adaptarse a las alternativas imprevistas vitales. En la obra de Séneca, *Sobre la firmeza del sabio* se resalta la característica más pertinente a su condición: mantener el hábito de ejercitarse en la sabiduría.

Lo que es deseable es un bien. Ser sabio es el ejercicio de la sabiduría, como hablar es el ejercicio de la elocuencia y ver el de los ojos. Luego ser sabio es el ejercicio de la sabiduría; mas el ejercicio de la sabiduría es deseable; por lo tanto, ser sabio es deseable; si es deseable es bueno. (Séneca, 1989, Ep. 117, p. 370)

El virtuoso es grande en su espíritu, no solo en el ideal sino en la realidad. El filósofo estoico tiene una vida trascendental porque en su relación con la naturaleza acepta los requerimientos que supone vivir aun cuando fuesen negativos para su vida. El filósofo se fortalece en su creencia racional, en el caso de Séneca como estoico en la virtud, de Epicuro en el placer, de Diógenes en el rechazo de lo convencional, de Pirrón en no afirmar, etc. No obstante, son reales porque tales ideas se humanizaron en hombres a fin de que la antigüedad valorara la sabiduría como felicidad. Estos hombres trascendieron en sus existencias porque crearon distintas formas de vivir, el sentido de la filosofía antigua es trascender en las ideas a partir de la misma vida. Séneca practicó la filosofía hasta el final de su vida, incluso con la clemencia de aquel que se la arrebató (su pupilo el emperador Nerón); es considerado un sabio porque no temió e hizo digno el cumplimiento de su ciclo natural; vivió y murió en la virtud.

### **3. La verdad en Séneca respecto a otras perspectivas filosóficas**

#### **3.1. Contraste mediador con Epicuro**

La obra filosófica de Séneca es una recopilación de las ideas que seleccionó a partir de su preparación espiritual; es una colección honesta de admiración hacia otros sabios y que transforma en su legado para la humanidad. Epicuro es una de las influencias más notables y nombradas en las epístolas, como entrenador espiritual para los principiantes; una admiración instruida es motivación vital para el principiante. El sabio como modelo a seguir es uno de los factores más característicos de la filosofía antigua; en el caso de Séneca, se nombra a Lelio o a Catón a menudo, como pilares para admirar. El comportamiento en la sociedad se verá como una actitud espiritual que se exterioriza, cuando ese sabio orientador ha elegido ayudar o curar algún ánimo extraviado. Epicuro es un maestro práctico, es una de las afinidades que Séneca resalta de su filosofía.

Epicuro es el representante de la escuela del jardín; su búsqueda de la felicidad se realiza a través del placer que forma el equilibrio entre el alma y el cuerpo hasta la ataraxia. No se trata de un hedonismo sensorial, sino que hace referencia a una doctrina intelectual del placer, erradicando cualquier nexos con el dolor o sufrimiento. La importancia de esta doctrina consiste en un retiro natural de las convenciones sociales, entre espíritus de la misma índole (amistad) cuyo objetivo es encontrarse a sí mismos en la tranquilidad. Séneca no tomará la totalidad de esta filosofía puesto que las divergencias de influencia estoica se encuentran expuestas en el desarrollo de su obra. Ideas como la pobreza voluntaria superficial, la vanidad de la muerte, el interés de la amistad, el ocio lejos de la esfera pública, la felicidad en el placer que genera la virtud, porque la virtud en sí misma es insuficiente, son las que critica Séneca de la escuela del jardín.

La pobreza voluntaria de Epicuro es cuestionada por Séneca en el sentido de que esta apariencia era usada por Epicuro para conmovir a sus adeptos en la filosofía, no porque se hubiese encontrado con riquezas al punto de rechazarlas. Séneca (1989) expresa: «Aunque me mires con malos ojos, también ahora Epicuro pagará con gusto en mi lugar: “Créeme, tu discurso lo hará más impresionante un jergón y los harapos, pues no sólo pronunciarás verdades, sino que las demostrarás”» (Ep. 20, p. 179). Así mismo, Epicuro llamaba necedad a la empresa de descifrar el más allá de la muerte, mientras que Séneca se dispone a la

eternidad desde una perspectiva sobreviviente a partir del estado espiritual. El placer lo hace todo por un interés leve que es obtener satisfacción en cualquier actividad humana, incluso la amistad de Epicuro debe dirigirse a los mismos intereses con tal de que sea más íntima. Séneca resalta que la amistad lo hace todo común a pesar de las discrepancias, es solidaria.

¿Es que de nuevo me expreso como un epicúreo? En realidad a mí me interesa lo propio que a ti: pues no soy tu amigo si no considero como propio todo negocio referente a ti. Una comunicación de todos los bienes entre nosotros la realiza la amistad. Ni existe prosperidad ni adversidad para cada uno por separado: vivimos en comunión. No puede vivir felizmente aquel que sólo se contempla a sí mismo, que lo refiere todo a su propio provecho: has de vivir para el prójimo, si quieres vivir para ti. Si cultivamos puntual y religiosamente esta solidaridad que asocia a los hombres entre sí y ratifica la existencia de un derecho común del género humano, contribuimos a la vez muchísimo a potenciar esa comunidad más íntima, de que te hablaba, que es la amistad. Lo tendrá todo en común con el amigo quien tiene mucho de común con el hombre. (Séneca, 1989, Ep. 48, pp. 282-283).

El retiro espiritual para el ocio también será recomendado por Séneca, pero no hasta el punto de tener que abandonar los cargos públicos; al contrario, se promete mucho más para contribuir en la esfera pública. La supresión de los temores irracionales es una idea del epicureísmo, aunque no está enfocada hacia la virtud en sí sino hacia la elección racional de los placeres. La visión estoica de la muerte consta de una resignación humana para los designios de la providencia puesto que para el epicureísmo la muerte es la nada debido a la inconsciencia del que muere. Séneca (1989) afirma: “Aguarda un instante, y el pago te lo haré con dinero de nuestra escuela; entre tanto el préstamo me lo proporcionará Epicuro, cuando dice: Medita sobre la muerte” (Ep. 26, p. 209). En algunos apartes de la obra de Séneca cuando se refiere a Epicuro lo hace con un tono de recuerdo, pero a la vez con cierto grado de ironía que podría ser interpretada como una crítica dentro del comentario.

La división tripartita de la filosofía estoica, el epicureísmo la presenta en dos: natural y moral. Proponiendo dentro de la parte natural una sección complementaria sobre el juicio y la regla que sería lo que los estoicos denominan lógica. La explicación estoica sobre la

conciencia es quizá la diferencia más notable entre ambas filosofías ya que Epicuro analiza que nada es justo por naturaleza, mientras que Séneca advierte que el temor de caer en la injusticia es lo que debe evitar la transgresión; el estoicismo cree que hay una aversión natural al vicio. De esta forma Séneca hace un multidisciplinario viaje por la filosofía de Epicuro para mostrar su última y definitiva parada en el estoicismo, lo anterior con el ánimo de profundizar psíquicamente cada una de las características a las que le mueve su determinación filosófica en busca de una verdad digna de ser manifestada a sí mismo y a los demás.

El estilo epistolar al que recurre Séneca puede ser visto como una réplica satírica de lo que hizo Epicuro con Idomeneo. En las numerosas citas de Epicuro que introduce Séneca en sus cartas con el ánimo de préstamo ya visiona un carácter objetivo de todo lo que dispone la filosofía para el ser humano. Séneca (1989) manifiesta: «"Hela aquí, no sé si preferible por su verdad o por su elocuencia. "¿De quién?", preguntas. De Epicuro, pues todavía recurro a alforjas ajenas: "Todos salen de la vida igual que si acabasen de entrar en ella"» (Ep. 22, p. 190). La honestidad de Séneca es incuestionable, como se puede notar a través de sus cartas, aunque con aparentes contradicciones de tono siempre trata de referir las fuentes de sus comentarios y mostrar que su discurso es un constructo humano del conocimiento. Evitando especulaciones de tipo místico a los postulados filosóficos de la época, la espiritualidad de Séneca está en su sentido de franqueza que se complementa con la prudencia estoica.

Toda la recopilación de Epicuro en la obra de Séneca tiene un carácter humano, como patrimonio a la filosofía. Hoy se puede recordar, a la vez que interpretar cómo ciertos nombres no quedaron en el olvido gracias a la persuasión de Séneca en que más que discípulos de un maestro, el nombre sería recordado como símbolo de patrimonio intelectual. Tal es el caso de Epicuro con Metrodoro, Hermarco y Polieno<sup>18</sup>; quienes serán llamados sus seguidores porque aplican sus enseñanzas. Platón y Aristóteles, entre otros, no se fijaron tanto en las enseñanzas de Sócrates, como su maestro sino que hicieron su propio camino a partir de la conducta observada en Sócrates, según las perspectivas filosóficas desarrolladas por sus espíritus. Entonces, la comprensión filosófica no sólo radica en una

---

<sup>18</sup> Expositores famosos del Epicureísmo.

orientación espiritual, también en una elaboración interpretativa de las enseñanzas adquiridas por otros a quienes se admiran. Un gran ejemplo es Séneca, que expresa las sentencias de Epicuro para su propio equilibrio espiritual, evitando la repetición de un discurso fanático.

Esto es lo que yo mismo hago también; de los muchos pasajes que he leído me apropio alguno. El de hoy es éste que he descubierto en Epicuro (pues acostumbro a pasar al campamento enemigo no como tráfuga, sino como explorador): “cosa honesta -dice- es la pobreza llevada con alegría”. Más no es pobreza aquella que es alegre; no es pobre el que tiene poco, sino el que ambiciona más. (Séneca, 1989, Ep. 2, p. 99)

Ahora, si lo que se busca es un consuelo filosófico, es preciso aceptar la visión de otro sabio, en tanto que la impotencia de la vida no permita que el espíritu desarrolle sus propias concepciones a partir de una base propia. Esto es lo que brinda Séneca a Lucilio en toda ocasión, aconsejándole la fortaleza de la autarquía, autonomía y ataraxia hallada también en Epicuro, pero dirigida hacia la virtud del sumo bien, no hacia la satisfacción del placer en el bien. La virtud prueba el carácter ¿cómo podrá el placer probar la sustancia del carácter si siempre busca la satisfacción? La intimidad con los sabios es necesaria para partir de una idea, pero son las propias ideas las que en verdad logran la expansión del espíritu. Dice Séneca (1989) sostiene: “Esto último lo expresó bellamente Epicuro, cuando escribía a uno de sus compañeros de estudio: esto lo digo no para muchos, sino para ti; pues somos un público bastante grande el uno para el otro” (Ep. 7, p. 117). La motivación para la verdadera intimidad no está en el número sino en la calidad del encuentro.

Una y otra vez hace énfasis Séneca en su sentido del conocimiento, tomando las ideas de otros sabios para la divulgación de la propia filosofía. Séneca explica que la filosofía es la única que puede esclavizar el espíritu puesto que su esclavitud es libertad. Fiel a la virtud proclama Séneca, en el inicio de sus cartas, elogios a los dichos de Epicuro; pero se detiene radicalmente a examinar la profundidad de éstos cuando se trata de la virtud comparada con el placer. La figura del filósofo como sabio toma forma real cuando se nombra su espíritu en la construcción de un pensamiento útil y atemporal. El análisis que realiza Séneca sobre los dichos de Epicuro esclarece el verdadero sentido de la virtud, que es resignación

valiente ante los imprevistos de la vida. La gobernabilidad de la resignación no siempre es alegre o triste sino transitoria, con el objetivo de la meditación virtuosa de la vida y la muerte.

El propio Epicuro afirma que el sabio, aunque se abrase en el toro de Fálaris, exclamará: “Es cosa dulce, en nada me afecta” ¿Por qué te maravillas de que yo califico de bienes iguales el estar recostado en un banquete como el resistir con suma fortaleza los tormentos, cuando Epicuro afirma algo más increíble: que es cosa dulce ser abrasado por el fuego? Con todo te respondo que existe muchísima diferencia entre el gozo y el dolor. Si se me propone la elección, buscaré el primero y rechazaré el segundo. Aquél es conforme a la naturaleza, éste contrario a ella. En tanto se les valora según este criterio, una gran diferencia les separa; mas cuando uno se ha situado en el plano de la virtud, uno y otro en cuanto tal tienen el mismo valor, tanto la virtud que discurre por situaciones alegres, como la virtud que lo hace por situaciones tristes. (Séneca, 1989, Ep. 66, pp. 372-373)

La virtud es, pues, un tema que en el epicureísmo también se posiciona como prioridad, aunque no en sí misma sino inseparable del placer. Por eso para Séneca cabe aceptar y transmitir las máximas de Epicuro, pues sostiene que no es motivo de vergüenza acudir a los sabios para hallar orden cuando hay caos dentro de uno mismo. A diferencia de Epicuro, que admiraba más a quienes no necesitaron ayuda para encontrar la verdad, olvidando quizá que la filosofía es solidaria con el hombre en esta búsqueda y que no hay ningún inconveniente en querer recibir ayuda de otros sabios para estabilizar el sano juicio. Necesitar de los demás no es una vergüenza, según Séneca; vergonzoso sería continuar en la necesidad por el simple hecho de no querer pedir ayuda. La virtud de Séneca propendía por el cuidado y consuelo de todos sin estimar a algunos por encima de otros. Una cosa es seguir la voluntad de la multitud; otra cosa es ayudar a los demás a través de la filosofía.

La vigilancia es uno de los principales ejercicios en que convergen estoicos y epicúreos. La atención racional es la encargada de que el espíritu no caiga en el error. Así que pretender que hay alguien observando el comportamiento de sí mismo es el inicio del sentido de consciencia en la filosofía antigua. Para Séneca es muy importante tener en cuenta el ejercicio de la contemplación en cada acción de la vida pues tanto los solitarios

como los desocupados están en peligro de los vicios y males del espíritu. Séneca (1989) expone: “como afirma Epicuro, de quien en esta epístola voy a incluir un pensamiento. Dice: Realiza todos tus actos como si Epicuro te observase” (Ep. 26 p. 205). Es evidente que Epicuro se refiere a sí mismo como ejemplo de virtud o a un sabio, sin embargo, a Séneca no le interesa que sea alguien virtuoso quien juzgue la situación, el sólo hecho de realizar una introspección o tener un testigo le basta.

Las promesas que hace Séneca sobre los resultados del habitual ejercicio filosófico son reales; la virtud trae consigo la seguridad que es felicidad en el estoicismo. El vivir en el presente descarta la incertidumbre futura y el remordimiento pasado. La utilidad de los hábitos devuelve la fortaleza al ánimo; no sólo se podrá ser útil consigo mismo gracias a la filosofía sino con todo lo que se relaciona con el ser, pues el egoísmo es necedad de los deseos. Aprender a perder, a vivir y a morir son pautas que se ejercitan con la transformación mental, de esta manera los miedos y las pasiones se comprenden hasta la erradicación. La pobreza es una riqueza como virtud, la confusión es superada con honestidad y la resignación viene de un juicio bueno sobre el sentido de la providencia. La idea que transforma la filosofía de Epicuro en la de Séneca es que no es el placer lo que promete la virtud sino la virtud en sí.

Enócrates y Espeusipo opinan que el hombre puede ser feliz aun con sólo la virtud, pero que no es el único bien la honestidad. Epicuro juzga, asimismo, que como posee la virtud es feliz, pero que la virtud de suyo no basta para la vida feliz, porque la felicidad la proporciona el placer que procede de la virtud, no la propia virtud. Distinción ineficaz: puesto que él mismo afirma que jamás existe la virtud sin el placer. Así, pues, si siempre es la compañera inseparable de éste, ella sola basta, ya que contiene en sí misma el placer, del que no carece incluso cuando está sola. (Séneca, 1989, Ep. 85, pp.60-61)

La virtud en términos clásicos es honestidad. El ejemplo es Séneca quien, si bien no alcanza los altos niveles de moralidad exigidos en sus ideales de sabiduría, puede reconocerlo ante los demás. Ser honesto consigo mismo sólo puede ser posible respecto al conocimiento de sí mismo, incluso reconociendo que la filosofía no es una iluminación sino un hábito que relaciona lo emocional con lo racional para lograr el equilibrio. La

comprensión de la filosofía trae al espíritu expansión y tranquilidad. El control de las emociones se encuentra en la filosofía de Séneca (1989) que refiere: “Te remitiré a Epicuro, él será quien te pagará la cuenta: La ira excesiva engendra la locura” (Ep. 19, p. 175).

Para comprender la doctrina de Epicuro es necesario que prevalezca el cuerpo sin dolor y el ánimo sin perturbación. Ahora bien, si esto ya está hecho ¿cómo podrá expandirse el espíritu? La expansión consiste en llegar a lo abstracto de la filosofía estoica en consonancia con lo incomprensible de la providencia. La virtud es grandeza porque consiste en alcanzar la verdad. En el epicureísmo, la felicidad no es alcanzable porque consiste en evitar lo que quiebra tal felicidad que ya está dada en la selección racional de los placeres. Afirma Séneca (1989): “Los principiantes, ignorantes e incultos, experimentan incesantes tumbos: se abisman en aquel caos de Epicuro, en el vacío sin fin” (Ep. 73, p. 421). Para los excesos es recomendable retirarse al ocio, lo recomiendan Epicuro y Séneca, con la diferencia de que Séneca no excluye la participación pública, pues alude al honor de la solidaridad. Epicuro no fue conocido en su tiempo, ya que internado en su jardín y dedicado al retiro absoluto, no podía ser reconocido en Atenas.

La sensualidad del discurso de Epicuro es latente cuando aún en las peores situaciones exclamaba sentirse a gusto. ¿Honestidad? Séneca (1989) duda: “Paso muy feliz este mi último día, dijo Epicuro cuando, de un lado, lo atormentaba la obstrucción de la orina y, de otro, el dolor irremediable de una úlcera de estómago” (Ep. 92, p. 151). Para los estoicos no basta con mostrar una expresión de felicidad, hay que ejercitarse para la resignación en la liberación total de todo lo que se opone a la virtud. Quien no sabe lo que hace, no quiere ser responsable de sus actos por la distracción. La sugerencia de Séneca es estar en una evaluación disciplinada de forma que las palabras coincidan con los hechos, pues esto, aparte de ser coherencia, es dignidad. Los aportes de Epicuro para la filosofía serán mencionados una y otra vez como préstamos al bien común; para Séneca nunca es demasiada repetición aquello que se debe aprender.

Séneca reconoce en Epicuro la figura del sabio, su legado le acompaña al momento de escribir las cartas a su testigo, Lucilio. Séneca (1989) manifiesta: “Para mí Epicuro es también un varón fuerte, aunque su vestido sea de mangas largas. La fortaleza, la laboriosidad y el espíritu dispuesto para la guerra se adaptan tanto a los persas, como a la

gente bien ceñida” (Ep. 33, p. 235). Cabe anotar que la filosofía estoica es paternal, fuerte y la filosofía de Epicuro ubicada en el placer dicta más hacia lo sensual, lo complaciente. Ambas son reconocidas escuelas cuya finalidad les separa, pero siempre unidas en el ejercicio filosófico como patrimonio del interés humano hacia la sabiduría.

### **3.2. Propedéutica cínica en Séneca**

La exhortación está presente en la obra estoica, porque corresponde al carácter consolador y disciplinado de la virtud; sin embargo, Séneca puede reflejar un tono satírico hacia lo que se opone al desarrollo de sus ideas. Ese tono es una herencia popular de la filosofía cínica que Séneca ponía en práctica con el fin de renovar la concepción tradicional estoica y para poner en otro nivel su literatura en Roma. El cinismo es un movimiento filosófico que se propone negar todas las convenciones sociales establecidas por el poder, a fin de vivir de la forma más sencilla y natural posible. Zenón, fundador de la escuela estoica, los admiraba profundamente. Panecio, exponente de la etapa media del estoicismo se oponía al movimiento cínico. Séneca, con el nuevo estoicismo, se encuentra en un término medio pues certifica sólo algunos ideales como el retorno a la naturaleza en la simplicidad y la pobreza, pero no acepta la suciedad, el desorden y la vulgaridad cínica.

Esto es lo primero que garantiza la filosofía: sentido común, trato afable y sociabilidad, objetivo éste del que nos separará la desemejanza. Cuidemos que estas cosas, con que pretendemos conseguir la admiración, no sean extravagantes y odiosas. Por supuesto nuestro propósito es vivir conforme a la naturaleza, y va contra la naturaleza torturarse el cuerpo, desdeñar el fácil aseo, buscar el desaliño y servirse de alimentos no sólo viles, sino repugnantes y groseros. (Séneca, 1989, Ep. 5, p. 108)

La sumisión al orden que Séneca proclama en el estoicismo no tiene que ver con el poder sino con el orden natural que reclama el sano juicio. La razón es tan frágil que debe estar bajo constante vigilancia pues puede padecer cuando está desocupada o solitaria. Los que tienen debilidad en su razonamiento no deben buscar el aislamiento, pues podrían ser proclives a la realización de actos indignos o peligrosos para sí mismos y los demás. Hay un campo de batalla en la mente entre los instintos primitivos que derivan en pasiones y el espíritu de virtud que llama a la razón. Séneca (1989) medita: “En suma, la única ventaja

que tiene la soledad, la de no confiar nada a nadie, no temer a un delator, ésa la pierde el necio: él mismo se traiciona” (Ep. 10, p. 131). Crates de Tebas, un filósofo cínico que fue discípulo de Diógenes y que influyó en Zenón, opinaba lo mismo.

Crates, según dicen, discípulo de ese mismo Estilpón al que me referí en la epístola anterior, habiendo visto a un jovencito que paseaba solitario, le preguntó qué hacía allí él solo. Respondió: hablo conmigo mismo. A lo que Crates arguyó: ponte en guardia, te lo ruego, y presta cuidadosa atención: estás hablando con un hombre malo. (Séneca, 1989, Ep. 10, p. 130)

La sugerencia estoica de buscar el equilibrio emocional también está indicada para lo material. No se trata de despreciar las riquezas haciendo gala de pobreza sino en las situaciones que lo ameritan. Séneca no se siente amenazado ni esclavizado por la riqueza, por eso usa su juicio en pos de lo que considera el bien y así lo aconseja. La admiración por el cínico Demetrio<sup>19</sup> está expuesta en las *Cartas a Lucilio*, no tanto como figura de sabio sino como expresión de la virtud en sí. Séneca (1989) expresa: “Sin duda escucho con otro espíritu las enseñanzas de nuestro Demetrio, cuando le he visto desnudo, echado sobre algo peor que la paja: no es maestro de la verdad, sino testigo de ella” (Ep. 20, p. 179). La franqueza de Séneca expresa el motivo de su ejercitar filosófico, se trata de un intercambio dialéctico sobre lo útil del bienestar humano; a diferencia del cinismo que parece proclamar una revolución sin tregua.

Dícese: “¿Tú me das consejos?, ¿de verdad ya te los has dado a ti mismo, ya te has corregido?, ¿por eso te ocupas en mejorar a los demás?”. No soy tan cínico como para realizar curaciones estando enfermo, mas como si me hallase en la misma enfermería converso contigo sobre la dolencia común a ambos y te expongo los remedios. (Séneca, 1989, Ep. 27, p. 210)

Aprender a perder y a ser pobre es uno de los ejercicios cínicos que practican los estoicos. Demetrio es visto por Séneca como un hombre feliz, porque no tiene necesidad más que de lo natural y desprecia la posesión de lo demás. Demetrio no tiene menos que nadie porque no ambiciona más; ha tomado el camino corto que es menospreciar las

---

<sup>19</sup> Coetáneo cínico de Séneca.

riquezas antes que meditar sobre su administración. Para Séneca es un ejemplo de pedagogía, aunque los cínicos no estuvieran de acuerdo con el uso del estudio formal, sino que se complacían en educar a otros mediante sus actos. Pero el filósofo también es un pedagogo informal. Los cínicos han repudiado la opinión de los demás para seguir lo que ellos consideran virtuoso, de tal manera que han abandonado los miedos ignorantes que aquejan a la humanidad. Diógenes de Sínope es el más conocido de los cínicos y Séneca lo recuerda como figura de sabio.

El sabio fue sencillo en su modo de vivir. ¿Cómo no, si también en nuestra época desea vivir con la máxima simplicidad? ¿Cómo se explica, por favor, que admires, a un tiempo, a Diógenes y a Dédalo? ¿De los dos, cuál te parece sabio? ¿El que inventó la sierra, o el otro que, cuando vio a un niño bebiendo agua en el hueco de la mano, al punto quebró la copa sacada del zurrón, mientras se hacía este reproche: ¡Cuánto tiempo, necio de mí, he llevado fardos inútiles!, el mismo que se arrollaba en su tonel y en él se dormía? (Séneca, 1989, Ep. 90, p. 121)

Otro ejercicio espiritual heredado de los cínicos es la autonomía absoluta, pues el placer amerita esfuerzo, carga y pesadez. El abastecimiento de las necesidades naturales es una sencilla verdad filosófica que no sólo compete a alguna escuela en particular sino a todo aquel que se acerca a la filosofía para agradar a su espíritu antes que al pueblo. El bien que es desprecio en el cinismo es virtud para el estoicismo. La propedéutica cínica en Séneca es que la virtud no tiene prejuicio cuando se trata de sumo bien. Aunque disten las formas de expresión en la verdad, ésta se manifiesta entre los espíritus que han recuperado el sano juicio para intenciones benévolas. La filosofía exige la verdad incluso para los cínicos interesados en despreciar con el ánimo de relacionarse con la sabiduría. La búsqueda de la sabiduría en Séneca es en un sentido estoico y amistoso, en pos de unidad para la humanidad.

### **3.3.Fracaso estoico en Nerón**

El espacio interior y social del hombre conforman su bienestar integral; como se puede apreciar, en la época romana esto no era distinto. La filosofía estoica promovía el ocio como complemento de estos espacios para el desarrollo humano. Séneca, de familia provinciana, había resistido un destierro social para preparar su interioridad a lo que sería

su destino, la gran tarea filosófica para Roma: la educación del emperador Nerón. La virtud estoica le encomienda esta misión de orientación espiritual, la cual Séneca aceptará para comenzar a desarrollar su faceta pública a la vez que produce un beneficio a Roma que, a merced de la historia concluiría con la tragedia. El personaje de Nerón contiene una complejidad en su integridad; el Nerón artista enfrentado constantemente con el Nerón emperador. La valoración cultural tuvo un proceso político en la persona de Nerón, quien comienza a mandar de manera benévola en Roma para llegar hasta su destino trágico de irremediable tirano.

Sin ánimo de justificar la estirpe generacional, la familia de Nerón contenía desde antaño una carga espiritual demente. Séneca (1989) sostiene: “Esas gentes se sumergen en los placeres, que convierten en hábito sin que puedan prescindir de ellos, y son por este motivo muy desdichadas” (Ep. 39, p. 250). La nobleza de espíritu se reconoce por las tendencias interiores, si éstas ya están inclinadas hacia la debilidad natural de la locura no se puede hacer mucho al respecto más que dar el provecho de un buen ejemplo. El ejemplo de la virtud que en el caso de Nerón será otorgado por Burro en la estrategia militar y Séneca en la diplomacia política. La virtud enseñada por preceptos suele ser un camino largo pero la enseñada por la personalidad suele conmover más rápido el espíritu. La grandeza de espíritu está en que se nace para ser ejemplo aún en las peores circunstancias. Séneca asegura su tarea en la disciplina del compromiso virtuoso más allá de que el resultado no sea el esperado.

Séneca (1999) manifiesta: “cuando se quita la diferencia entre los malos y los buenos, nace la confusión y brotan los vicios; por eso ha de usarse una moderación que sepa distinguir entre los caracteres curables y los que no tienen remedio” (p.8). Cuando la moderación no ha sido un ejercicio habitual es complicado para la filosofía corregir la debilidad. El estoicismo cultivado por Séneca en Nerón se ve amenazado por la influencia política de Tigelino<sup>20</sup> y Popea<sup>21</sup>, al punto que Roma pagará las consecuencias de este daño irreversible. El imponente reconocimiento de Nerón como una divinidad sacraliza el poder occidental con influencia oriental tal como se había previsto en la imagen de Calígula, tío

---

<sup>20</sup> Prefecto del pretorio de la guardia imperial, convertido en consejero principal de Nerón. Es el reemplazo de Burro cuando éste falleció.

<sup>21</sup> Segunda esposa de Nerón, una de las mujeres más bellas según Tácito.

de Nerón. La obra *De la Clemencia*, escrita por Séneca en el año 62 no es un elogio sugerido al gobierno de Nerón sino un intento para persuadir al emperador de su conducta que ya estaba empezando a revelar la locura inminente. La ira de Nerón se transforma en locura que desprecia la filosofía vista como una enemiga y que se expande en la mayoría de los círculos de la sociedad romana.

Impulsome principalmente a escribir de la clemencia, oh Nerón César, una frase tuya, que recuerdo que ni la oí cuando la dijiste, ni la he repetido después a otros sin admiración: frase generosa, magnánima, de gran dulzura, que sin preparación y sin destinarla a oídos ajenos brotó de ti espontáneamente y mostró tu bondad en pleito con tu fortuna. (Séneca, 1999, p. 50)

El discernimiento hace parte de un carácter virtuoso porque examinar las intenciones de los demás es pronosticar el desenlace de sus acciones. La confusión es una debilidad natural que pretende la ingobernabilidad del ser interior, si no ejercita el discernimiento las persuasiones de la opinión ajena cumplen su cometido. Séneca (1999) recomienda a Nerón: “hay algunos vicios que imitan a las virtudes, no pueden distinguirse como no marques las señales por las que se reconocen” (p. 8). El reconocimiento de un emperador está en su reputación, un ciudadano cualquiera puede cometer los errores más ingratos para su imagen personal porque no es la cabeza de un gobierno. Cuidarse de la mala fama que empieza a tener Nerón es uno de los primeros asuntos que Séneca no puede resolver, ya que las señales del carácter cruel de Nerón se propagan rápidamente; Nerón no fomenta seguridad en el orden ni posee un ánimo paciente sino caótico, impulsivo e iracundo.

Los ejemplos de los antiguos emperadores sirven a Séneca para ilustrar a Nerón sobre el espíritu codicioso en que puede transformarse. Toda la debilidad del espíritu radica en su mezquindad; una vez el hombre se conoce a sí mismo debe estar dispuesto a aceptar sus carencias, pero si no es capaz de tolerar sus carencias comienza su perdición. Séneca sostiene que lo bueno y lo justo no necesitan la aprobación de los demás, es moderado el ánimo que reconoce su imperfección. No sucede lo mismo con el vicio que crea mecanismos de conveniencia espiritual con el fin de obtener lo que desea. La capacidad para no dañar a los demás en la búsqueda de sus necesidades es lo que se manifiesta como virtud. Séneca le enseña a Nerón que una vez en el poder, Roma y el emperador son uno,

pero presume que el carácter de Nerón no pueda rendir a las solicitudes del pueblo. Séneca (1999) dice: “Se te agradece: nunca fue un hombre tan querido para otro como tú para el pueblo romano, del que eres el mayor y duradero bien. Pero te has impuesto una gran carga” (p. 5).

Los primeros años de Nerón en el poder son afables porque es aceptada la influencia de la filosofía y de la disciplina, pero las formas de arte en Nerón se convierten en una justificación de la crueldad para defender las conductas políticas posteriores. La debilidad de Nerón para gobernar estuvo descubierta para Séneca, entonces aprovecha junto a Burro la oportunidad de dirigir a Nerón con el fin de mantener la estabilidad del imperio romano. La idea de clemencia en Nerón es para que sea el primero en ejercitar el sentido espiritual que propone Séneca en su innovador programa estoico y que analiza las debilidades del gobierno unitario a diferencia del gobierno senatorial. La justicia es llevada por el sano juicio hacia el sumo bien; en los primeros años de gobierno, la moderación era parte de la rutina espiritual de Nerón. Son los años en que la filosofía conforma la política imperial designando acciones concretas dentro de la moralidad estoica y sus determinaciones sobre la libertad.

La razón por la cual más ha de abominarse de la crueldad es que primero traspasa los límites acostumbrados; después, los humanos; busca nuevos suplicios, llama en su ayuda al ingenio para que invente instrumentos con los que el dolor sea más vario y más largo: llega esta terrible enfermedad del ánimo a la cumbre de la locura cuando la crueldad se convierte en un placer y ya agrada matar a un hombre. Pronto a tal hombre le siguen ocultamente la aversión, el odio, los venenos, las espadas; le acechan muchos peligros, como de muchos él es un peligro. (Séneca, 1999, p. 46)

El estoicismo es visto como una severidad para la opinión romana pero no corresponde con la intención discursiva de Séneca, que es curar. Cabe recordar el estilo paternalista al que se inclina la virtud en sí misma que permite el extravío del error con tal de que la conducta se corrija a tiempo. Es una exageración decir que sólo hay prohibiciones en el estoicismo de Séneca pues de lo que se trata es de sugerir el remedio filosófico que debe ejercitarse constantemente en beneficio del espíritu y de la convivencia humana. El propósito incomprendido del estoicismo es servir al bien común por medio de la nobleza

espiritual, Séneca (1999) expresa: “Gran ejemplo éste para los grandes reyes; porque acostumbra la naturaleza ejercitarse en las cosas pequeñas y dar en ellas enseñanzas de cosas grandes” (p. 38). A diferencia de los hombres comunes, el emperador debe tener una imagen digna y mejor aún si la imagen concuerda con su interioridad pues en la fama del poderoso está el arte de la representación.

Un poderoso justo y virtuoso será llamado clemente, es por eso que Séneca se esfuerza en desarrollar esta fama en Nerón. La naturaleza humana combina la clemencia con la razón para diferenciar el instinto predominante de la ferocidad animal que sólo se manifiesta en los que se han apartado de la condición humana para alimentar la indocilidad del caos. Séneca (1999) analiza: “¿Qué es pues, lo que se opone a la clemencia? La crueldad, que no es otra cosa que la dureza del alma en la imposición de los castigos” (p. 53). Séneca afirma que la clemencia debe ser racional para dar lo justo y no ceder al juego vulgar de perdonar a todos pues sería no perdonar a ninguno. La misericordia es confundida con la clemencia, pero es cruel porque la domina el temor; tiende a la manipulación de la sensibilidad, lo que ocasiona miseria según Séneca. La opinión del pueblo es importante para la fama, pero la pasión de los caprichos de la mayoría ocasiona la corrupción hasta del más digno, si su carácter es débil.

Séneca intuye por dónde ha de venir la ruina para Nerón y trata de alejarlo de los placeres públicos hacia un estado estoico de meditación. Sin embargo, no lo consigue pues cada vez en Roma se estimula más el desorden que ni la dulzura más humana puede impedir. En Roma comienzan las ejecuciones y las condenas entretenidas en el anfiteatro; la epístola 7 de las *Cartas a Lucilio* expone el vicio de la hostilidad que empezará por marcar el destino de Nerón. Séneca (1999) medita: “porque ¿qué se puede esperar del hombre a quien se ha enseñado a ser malo? La maldad no obedece por mucho tiempo, ni hace cuanto se le manda” (p. 47). Se ejecuta el matricidio de Nerón, aprobado por el mismo Séneca al ver las intenciones oscuras e irreversibles de su progenitora. No fue más que un intento paciente por detener la tragedia de Nerón, quien impulsado por Tigelino y Popea da rienda desmedida a sus deseos dementes. La filosofía de Séneca para suavizar esta conducta es inútil; Nerón se ha vuelto esclavo de sus pasiones y no tolera razones.

De mal médico es desesperar de su arte para curar; lo mismo ha de hacer con aquellos cuyos ánimos están enfermos aquel que tiene confiada la salvación de todos: no perder pronto la esperanza, ni diagnosticar como mortales los síntomas; luche con los vicios, resista, reproche a unos su mal, engañe a otros con suave tratamiento, porque los ha de sanar más pronto y mejor disfrazando los medicamentos; preocúpese el príncipe no sólo de la curación, sino de no dejar cicatrices deshonorosas. (Séneca, 1999, p. 35)

El desequilibrio se marca con la aparición de un Nerón totalmente deformado en tirano. Se expande en Nerón la necesidad de complacer sus pasiones en la irreverencia del desorden con nefastas implicaciones para Roma. Séneca (1999) afirma: “Los tiranos llevan su crueldad en el corazón. El tirano se diferencia del rey por los hechos y no tan sólo de nombre” (p. 26). Nerón ya no es sólo cruel sino feroz, ha llevado el placer hasta la sevicia de la sangre; su naturaleza ha abandonado la humanidad para volverse una bestia. Séneca no sólo sería testigo de la corrupción de Nerón, sino que también participaría inconscientemente en las injusticias de Roma, ya sabía que la debilidad de Nerón era incurable. El estoicismo antiguo concluye que con la educación del carácter se pueden corregir los vicios, Séneca (1989) contrasta: “Porque ninguna sabiduría suprime los defectos naturales del cuerpo o del espíritu: todo cuanto está arraigado y es congénito, la disciplina lo modera, pero no lo elimina” (Ep. 11, p. 133).

Séneca no teme a su destino; sabe que la locura de Nerón y el desprecio de sus influencias le auguran la muerte. Cuando muere Burro, con quién Séneca compartía potestad para aconsejar a Nerón, insiste en dar sus posesiones materiales al imperio para morir en pobreza; Nerón rechaza su petición pues teme acumular más mala fama de la que ya tiene. Séneca conocía el *modus operandi* de la cizaña romana y puede que temiera no a la muerte sino a una muerte indigna. La resignación virtuosa se hace visible en Séneca cuando empieza a agradecer a Nerón sus favores y solicita su retirada de la política. Parte de su discurso se encuentra en las *Cartas a Lucilio*; dice Séneca (1989): “el hombre incorrupto y puro que abandonó la curia, el foro y toda la administración pública para retirarse a ocupaciones más nobles aprecia a aquellos que le permiten realizar su cometido con tranquilidad” (p. 423). Otro intento de tener una muerte digna y cercana a la filosofía.

Al final, Nerón ordena que Séneca se suicide y Séneca lo hará para salir con valentía de la vida. Nerón también se suicidará, pero, a diferencia de Séneca, lo hará para huir de su destino como un cobarde. Nerón es un fracaso estoico porque Séneca trató de ayudarlo en su naturaleza feroz y demente que no cumplió la promesa estoica, dejando al descubierto la poca predisposición a la buena voluntad. Si Nerón hubiese tenido una voluntad fuerte hacia la virtud, no hubiese cedido a los consejos crueles de los demás. Séneca por su parte fracasa como tutor y diplomático pues no puede evitar con la filosofía que Roma sufra los caprichos de Nerón. Si el legado estoico proviene de una herencia socrática que cumple con su proyecto de muerte digna, en Séneca no se cumple más que una muerte en dudosas condiciones. Varios intentos tuvo Séneca para poder encontrar la muerte. Quizá por su vejez; quizá por el contexto romano, pero en Nerón no se cumplió el designio estoico sino la tragedia imperial.

En junio, traicionado por las cohortes urbanas y la guardia pretoriana, ambas sobornadas por Icelo, liberto de Galba, es declarado en su lugar enemigo público y condenado al castigo reservado en exclusiva a los parricidas por el Senado, el cual no tarda en reconocer nuevo emperador a Galba. Nerón huyó de inmediato por la Vía Salaria hasta la villa de su liberto Faón, en la que se suicidó un 11 de junio del año 68 con la ayuda de su secretario, Epafrodito. Sus últimas palabras, según Casio Dio y Suetonio, fueron: ¡Qué artista muere conmigo!, en referencia a su afición a tañer la lira y actuar ante el público en la tragedia y la pantomima.<sup>22</sup>

Séneca no puede contener con el estoicismo la naturaleza de Nerón. Si se tiene en cuenta el desarrollo de su obra, Nerón sería un proyecto fallido. Al inicio se puede ver en la figura de Nerón un proyecto estoico a cumplir por Séneca, radicando ahí su falla porque Nerón nunca tuvo su juicio en la virtud, sino que se dejaba persuadir de aquel a quien creía sabio. Con el tiempo, Nerón cambia su figura de influencia y de este modo también su juicio se ve atrofiado porque no puede discernir entre el bien y el mal. Al conocerse a sí mismo, Nerón se convierte en un anti-estoico. Todo lo que criticaba el estoicismo, todo lo que iba en contra de la virtud, todo el vicio y el placer convertido en una sola persona, Nerón. Séneca no alcanza la dignidad como médico del alma, pues su paciente le ordena la muerte y se

---

<sup>22</sup> Últimas palabras de Nerón, según la historiadora española Laura Díaz.

pierde a sí mismo. No hay poder humano que pudiera curar la enfermedad progresiva de Nerón, y todo lo que tocaba lo destruía en su afán por el poder. Nerón es el ejemplo de un maestro de la locura.

Por otro lado, Séneca cumple en sí mismo el designio estoico. La suerte de su vida no le turba a la hora de la muerte donde muestra resignación; quizá no pudo morir en la pobreza como deseaba, pero su corazón estaba en la ataraxia cuando se da la orden de su suicidio. Paulina, su esposa, quería morir con él, pero Nerón no se lo permitió. La misión de Séneca sobre la educación de Nerón estaba asumida hasta las últimas consecuencias aun cuando sospechaba que no había remedio para eximir a Nerón de su destino. Séneca (1989) manifiesta: “Una misma finalidad deben proponerse el maestro y el discípulo: el primero ser útil, el segundo aprovechar” (Ep. 108, p. 296). La madre de Nerón había llamado del exilio a Séneca para la educación de Nerón; la autoridad de Roma había encomendado que el emperador tuviera dignidad de serlo, pero la voluntad de Nerón prefirió no ejercitar los preceptos virtuosos. Séneca se esforzó con Nerón hasta el final, al punto de morir bajo la autoridad romana y en su espiritualidad se resignó al destino.

Todos afirman que los maestros transmiten enseñanzas a sus discípulos, pero no se transmite lo que escapa a la atención. Advierte además que el discurso empeñado en la verdad debe mostrarse sin adornos y sencillo; aquel que gusta al pueblo no contiene verdad alguna. Pretende conmover a la turba y embelesar con su ímpetu al oyente irreflexivo, no se presta a un examen, se esfuma. ¿Cómo, pues, será capaz de dirigir, lo que no puede ser dirigido? ¿Y qué decir si este discurso que se propone curar los espíritus debe penetrar en nuestro interior? Los remedios no aprovechan si no se insiste en ellos. (Séneca, 1989, Ep. 40, p. 253)

### **3.4. Lucilio, el convertido**

Teniendo en cuenta que las epístolas morales de Séneca, obra más conocida del filósofo romano, van dirigidas a Lucilio, se abarcará brevemente la finalidad del autor al mantener este vínculo por correspondencia. Se conoce que tanto autor como destinatario pasarán al reconocimiento histórico tal como Séneca (1989) afirma: “La promesa que pudo hacer Epicuro a su amigo, esa te la hago yo a ti, Lucilio: alcanzaré el favor de la posteridad y puedo conseguir que otros nombres perduren con el mío” (Ep. 21, p. 182). El objetivo de

Séneca no sólo era elaborar un reconocimiento moral en la historia de la filosofía sino, estrictamente, orientar a Lucilio como alumno espiritual del estoicismo manifestando la realidad concreta. Este estilo de meditaciones se aprecia en otros filósofos a fin de desarrollar un proyecto educativo, en pos de un vivir mejor para morir mejor; hay una especie de espejo del autor que espera refleje no sólo al destinatario sino al espectador que acuda al texto como valor de vida. El despertar filosófico en Séneca ocurre con la conciencia del tiempo.

Obra así, querido Lucilio: reivindica para ti la posesión de ti mismo, y el tiempo que hasta ahora se te arrebatava, se te sustraía o se te escapaba, recupéralo y consévalo. Persuádate de que esto es así tal como escribo: unos tiempos se nos arrebatan, otros se nos sustraen y otros se nos escapan. Sin embargo, la más reprehensible es la pérdida, que se produce por la negligencia. (Séneca, 1989, Ep. 1, p. 95)

Lucilio es alguien conocido por su participación pública en Roma. Igual que Séneca, busca la verdad en lo abstracto, sea filosofía o poesía. Séneca desea que Lucilio encuentre la verdad más allá de una corriente filosófica, en sí mismo; por eso tratará de llevar a un viaje de interiorización la vida de Lucilio quien se siente atraído por el epicureísmo. Por eso, Lucilio es un convertido. Lucilio se dispone a dejarse llevar por Séneca en este viaje espiritual, pues ha dispuesto su buena voluntad. Lo anterior quiere decir que es válido que Lucilio dude sobre lo que Séneca le expone porque entrará en una intimidad testimonial para poder superar su atracción al epicureísmo y afirmar su vínculo hacia el estoicismo. Séneca (1989) afirma: “Tales pensamientos, Lucilio querido, debes conservarlos en tu espíritu para que puedas desdeñar el placer que proviene del aplauso de la mayoría” (Ep. 7, p. 117). Séneca le demostrará a Lucilio, a través de varios ejemplos que citará dentro de sus cartas, que epicureísmo y estoicismo son afines, con la diferencia crucial de su objetivo final.

Hemos de escoger un hombre virtuoso y tenerlo siempre ante nuestra consideración para vivir como si él nos observara, y actuar en todo como si él nos viera. Esto, querido Lucilio, lo enseña Epicuro; nos ha otorgado un custodio y un preceptor, y no sin razón: una gran parte de las faltas se evita, si un testigo permanece junto a quienes van a cometerlas. (Séneca, 1989, Ep. 11, p. 135)

El epicureísmo encuentra la verdad en el placer, el estoicismo en la virtud. En Séneca hay una necesidad de transmitir este mensaje a sí mismo a través de los demás. Cuando el razonamiento está confundido por lo que le parece correcto, es el vínculo con los demás lo que ubica la certeza; sea que la persona confíe su voluntad a quien respete o se afirme en su convicción. Es importante el discernimiento en la identidad que se encuentra en la medida de lo que se valora como digno; hay muchas representaciones que parecen auténticas, pero no dignas y para eso es útil ejercitarse en la filosofía. Séneca (1989) aconseja: “Trabaja, te lo ruego, Lucilio carísimo, sólo en aquello que puede hacerte feliz. Arroja y pisotea esos objetos que brillan por fuera, que te prometen otros o por otro motivo; atiende al auténtico bien y goza de lo tuyo” (Ep. 23, p. 193). Lucilio deberá aprender a reconocer lo importante de su vida y aplicarlo con honestidad, esto es voluntad para el estoicismo.

Me consta, Lucilio, que es para ti evidente que nadie puede llevar una vida feliz, ni siquiera soportable, sin aplicación a la sabiduría, y que la vida feliz se consigue con la sabiduría perfecta, como a su vez la vida soportable con la sabiduría incoada. Pero esta verdad evidente debes robustecerla y enraizarla más profundamente con la meditación cotidiana. Cuesta más mantener los propósitos honestos que proponerse una vida honesta. Hemos de perseverar e incrementar la firmeza con el estudio constante hasta que se convierta en rectitud del alma lo que es buena voluntad. (Séneca, 1989, Ep. 16, pp. 159-160)

Una vez Lucilio encuentre que el placer es fugaz porque obedece a las cosas externas podrá afirmar que el gozo es fortaleza de espíritu porque está en cada uno. De esta manera empieza el viaje filosófico de Lucilio, donde se le sugiere aprender a suprimir los temores que aquejan la vida. Los temores son interpretaciones irracionales sobre las situaciones reales, dice Séneca (1989): “Así es, querido Lucilio: fácilmente nos sumamos a la opinión pública; no sometemos a crítica los motivos que nos impulsan al miedo” (Ep. 13, p. 145). Uno de los temores que deberá transformar Lucilio, es sobre el significado de pobreza. Para ello tendrá que asumir un tiempo de ocio digno puesto que no se entregará al servicio público donde será retribuido sino al de sí mismo. La pobreza y la naturaleza son sencillos conceptos que se deben reformular con el fin de comprender lo esencial en su valoración.

Moderar la ambición y tener en cuenta lo natural es el inicio de la felicidad virtuosa, porque ofrece estabilidad al razonamiento para enfrentar el devenir sin confiar en la esperanza.

Por lo demás, es propio de un noble carácter no apresurarse buscando esta situación de pobreza como la mejor, sino disponerse a ella como a empresa fácil. Fácil, por cierto, Lucilio; y cuando te hayas acercado a ella, precedido de una profunda reflexión, también agradable; porque en ella se encuentra aquello sin lo cual nada es agradable: la seguridad. (Séneca, 1989, Ep. 20, p. 180)

En el estoicismo, la sensación de seguridad es primordial para acercarse a la virtud, y la virtud para acercarse a la muerte. Cuando Lucilio aprenda sobre la pobreza, deberá aprender sobre la muerte, ya que todos los seres humanos engendramos un terror inevitable con la sensación de extinción. Para eliminar este miedo irracional se debe asumir que se nace para morir como un proceso natural, que la muerte en el estoicismo es trascendencia y liberación, que la resignación debe estar latente para afrontar la muerte con serenidad. Séneca (1989) concluye: “Éste es, amado Lucilio, si no me engaño, nuestro error: pensamos que la muerte viene a continuación, siendo así que nos ha precedido y nos seguirá. Cuanto existió antes de nosotros es muerte” (Ep. 54, p. 311). La muerte digna consta de aprender a morir en el momento correcto, es decir, cuando el espíritu ha alcanzado la seguridad de que el tiempo de vida se ha aprovechado al máximo.

¿Qué motivo hay, Lucilio, te lo ruego, para que un hombre tema la fatiga, un ser mortal la muerte? ¡Tantas veces me encuentro con esos que piensan que no puede hacerse cuanto ellos son incapaces de hacer y que afirman que hablamos de una conducta superior a cuanto la naturaleza humana puede seguir! (Séneca, 1989, Ep. 104, p. 278)

El dolor previsto en la muerte o en la enfermedad se lleva mejor cuando se está en compañía, de esta forma los que se pierden en la confusión por temer encuentran consuelo en los demás cuando han recuperado la cordura de recordar lo inevitable de la vida. Séneca (1989) recomienda: “Nada, Lucilio, mi preferido entre todos, restablece y alivia tanto a un enfermo como el cariño de los amigos; nada coarta tanto la expectativa y el temor de la muerte” (Ep. 78, p. 467). Quizá la figura de Sócrates como sabio también se ilustra en su muerte, la seguridad de tomar la cicuta para culminar su vida con dignidad, pues había

asumido que es natural morir porque todos somos frágiles como mortales y quien se piensa distinto aún permanece en la locura. No obstante, Séneca (1989) expresa: “No hay motivo, querido Lucilio, para que busques al amigo tan sólo en el foro y en la curia: si te fijas con atención, lo encontrarás también en casa” (Ep. 47, p. 280). La seguridad a la hora de la muerte viene acompañada de la seguridad en uno mismo.

La virtud es segura en todo lo que hace, pero para alcanzar un estado de seguridad es necesario prestar toda la atención sobre uno mismo con el fin de conocerse. Conocerse no implica juzgarse sino comprenderse en cuanto seres mortales y enfermos de locura que somos. Sólo con el conocimiento de sí mismo se puede reconocer los defectos de carácter o las debilidades naturales que llevan a convertir las pasiones en vicios. El estoicismo es valiente en juzgar las debilidades del ánimo con honestidad; no hay que descuidar el ejercicio filosófico porque una distracción cuesta un vicio. Séneca (1989) sostiene: “Pero con Bayas hemos pleiteado ya bastante tiempo; nunca lo haremos bastante con los vicios, que te encarezco, Lucilio, que persigas sin moderación, sin fin; porque tampoco ellos tienen ni fin, ni medida” (Ep. 51, p. 299). Las *Cartas a Lucilio* dejan en claro que los vicios atacan la naturaleza humana, no a alguna generación y que la culpa es nuestra por no buscar la virtud como solución sincera.

Querido Lucilio, no es una razón válida para impedirte que concibas buena esperanza de nosotros el hecho de que por ahora la maldad nos domina, que largo tiempo nos ha dominado: a nadie le alcanza antes la cordura que el desatino. Todos previamente estamos invadidos por el mal: aprender la virtud supone desaprender el vicio. (Séneca, 1989, Ep. 51, p. 294)

Buscar el bien es la finalidad virtuosa en el estoicismo. Séneca relata a Lucilio, cómo él mismo vive transformando su vida en un arte de vivir bien. La salud mental es primordial para que Séneca pueda llevar a cabo este proyecto que recomienda a Lucilio, siempre y cuando esté dispuesto a practicarlo. Aprender a morir, moderar las carencias sea de personas o cosas, combatir sin distracción los vicios y ejercitar la tranquilidad en la cotidianidad hasta la muerte son los consejos filosóficos para no perder el tiempo o la oportunidad de hacer el bien, según Séneca. Es un compromiso estoico sensibilizarse por luchar ante la creciente enfermedad del alma que revela cada vez más la humanidad ansiosa

frente a los cambios sobre lo que está bien y lo que está mal. Séneca (1989) recuerda: “Así es, Lucilio: un espíritu sagrado, que vigila y conserva el bien y el mal que hay en nosotros, mora en nuestro interior; el cual, como le hemos tratado, así nos trata a su vez” (Ep. 41, p. 257).

Séneca desea que su relación con Lucilio en cuanto a amigos de la sabiduría sea verdadera, así como la tiene consigo mismo. No se trata de que sean hombres perfectos sino imperfectos caminantes hacia la virtud, tratando de que la filosofía sea útil tanto para el espíritu como para la sociedad, pues, así como hay ejemplos de corrupción, es necesario que existan ejemplos de virtud. La inspiración en la virtud debe recordar constantemente a la naturaleza humana que hay una responsabilidad por alcanzar el camino de la sabiduría sin importar el resultado. Séneca (1989) enfatiza: “Es la obra, carísimo Lucilio, que nos agrada realizar, el objetivo al que nos dirigimos con todo entusiasmo, aunque pocos lo sepan, aunque nadie lo sepa. La gloria es la sombra de la virtud; aun contra su voluntad la acompañará” (Ep. 79, p. 480). Ni la fama ni la felicidad son la finalidad del estoicismo de Séneca en *Las cartas a Lucilio*, sino la conversión del espíritu humano hacia lo que se considera como verdad.

Levanta tu espíritu, Lucilio, tú, el mejor de los hombres, y abandona esa escuela elemental de los filósofos que reducen a sílabas un tema nobilísimo, que enseñando nimiedades deprimen y fatigan el alma. Te harás así semejante a los que descubrieron tales verdades, no a quienes las enseñan y sólo consiguen que la filosofía parezca más difícil que noble. (Séneca, 1989, Ep. 71, pp. 406-407)

Vivir implica una responsabilidad honorable en Séneca, así como morir. Vivir es la oportunidad de dar forma a lo que ha proporcionado la naturaleza y dejarse llevar según la voluntad de cada uno. Es el ejemplo del fracaso estoico en Nerón y la conversión en Lucilio, mientras que uno termina en tragedia con el reconocimiento indigno, el otro decide participar en un proyecto virtuoso que será reconocido como digno. Nerón decidió abandonar la voluntad por sus pasiones; Lucilio abandonó las pasiones para rendir su voluntad a la virtud. Séneca (1989) declara: “En efecto, ciertas reacciones, querido Lucilio, no puede evitarlas virtud alguna: a ésta la naturaleza le recuerda su condición mortal” (Ep. 57, p. 323). La debilidad de Nerón refleja en lo que se puede convertir la naturaleza

humana irresponsable, esclava y perdida en el mal-estar. Lucilio refleja que la filosofía puede ayudar a la naturaleza humana a convertirse en virtuosa como consecuencia directa del bien-estar.

Si te encuentras bien y te consideras digno de llegar a ser algún día dueño de ti, me alegro; porque mía será la gloria si te sacare de esa inquietud en que te agitas sin esperanza de salir. Mas ésta es, querido Lucilio, mi súplica y exhortación: que introduzcas la filosofía en el fondo de tus entrañas, y que compruebes tu progreso no por lo que dices o escribes, sino por la firmeza del alma y por la disminución de los deseos. Demuestra las palabras con los hechos. (Séneca, 1989, Ep. 20, p. 177)

## Conclusiones

Este trabajo tuvo como objetivo analizar el ejercicio filosófico en Séneca, de manera que haciendo un viaje por sus obras más sobresalientes se pudiera establecer la perspectiva de un estoicismo vital que tiene como meta la virtud y que en la práctica es bien-estar. Teniendo en cuenta que la filosofía grecorromana procuraba resolver el problema de la felicidad mediante una fusión entre la práctica y la teoría, la sabiduría era un deber ser en las conductas según la relación de la naturaleza y el hombre. El estoicismo se ubica en el contexto grecorromano como una sugerencia ante el problema de la locura, vista como un mal-estar de la naturaleza humana. A partir de la disciplina estoica se interioriza el proceso del orden con el retorno comprensivo hacia la naturaleza. Esto significa que el ser humano debe intentar conocerse a sí mismo para sensibilizarse frente a sus ideales con el fin de posibilitar una conversión en la realidad. Conducir la energía del ser humano para beneficio de su entorno natural y de sí mismo, confiere una tarea de bien-estar emocional que debe ser interpretada racionalmente.

Para resistir un dolor fuerte el ser humano debe evitar aquello que distrae o nubla su razonamiento; debe comprender el miedo ante una existencia dada y construir filosóficamente un camino cuyo sentido sea habituarse para vivir. En el camino del estoicismo estos ejercicios de bien-estar para la vida se encuentran en el aprendizaje: estudiando, examinándose a fondo, leyendo, meditando, escuchando, memorizando, etc. Se trata de practicar lo que se aprende, es decir, coincidir con lo que se reflexiona. Las personas en la antigüedad se encontraban en la superstición mitológica, siguiendo parámetros establecidos por otros, dar forma a una identidad supone dejar de seguir ideas ajenas para construir un camino vital a partir de las propias. En la actualidad, a pesar de poseer recursos técnicos y científicos la humanidad continúa sumida en la superstición de la opinión antes que tratar de comprender la realidad por sí mismos. Una transformación filosófica es una alternativa que permite cubrir la necesidad de actuar convenientemente, así se puede comprender la función del “hábito” en la cotidianidad ante la incertidumbre y el desorden existencial medido como mal-estar.

El estoicismo de Séneca se sitúa fuera de la línea tradicional; pues no sólo desea el control de sí mismo para hacer el bien sino comprender por qué la naturaleza humana no

debe consentir las pasiones, vistas como defectos del carácter natural que se han corrompido hasta generar un vicio. El razonamiento natural consistía en proponerse un contenido de bien-estar que llenará el vacío existencial, para ello era necesaria una voluntad que estuviera orientada hacia la virtud puesto que si estaba orientada hacia otro fin, podría llegar a destruirse a sí misma o a derivar en mal-estar. La filosofía antigua ayudaba a construir este camino hacia la virtud como sabiduría, ofreciendo la posibilidad de salir de la ignorancia, estimulando el aprendizaje. Una nueva forma de vida enfocada al bien-estar como prueba de felicidad, es lo que prometían las escuelas filosóficas grecorromanas. Esta promesa suscitaba desconcierto para la autoridad y para quienes no filosofaban.

Llegar al estado de felicidad es la sabiduría antigua, por eso el estoicismo busca la felicidad a través de la virtud. La virtud ofrece tranquilidad a quien la practica, por lo tanto la filosofía toma una posición como ciencia del bien(estar) y del mal(estar); el discernimiento de la voluntad es lo que permite su expansión. En el estoicismo la idea del bien está asociada a los dioses y la idea del mal a la locura, de tal forma que la filosofía es un puente entre lo divino y lo humano. El filósofo antiguo no es hombre ni dios, es camino hacia sí mismo. Cuando el hombre es asociado a lo divino (universal) el estoicismo se refiere a lo racional, pero cuando está asociado a la locura (concreto) se refiere a su humanidad. La finalidad del estoicismo es, pues, lograr un equilibrio entre sus dos partes y a este equilibrio le denomina ataraxia o tranquilidad. El camino hacia sí mismo debe poseer una libertad de las convenciones establecidas, esto sólo es posible mediante la práctica de la autarquía y la autonomía.

La filosofía grecorromana resulta inútil para quien no practica lo que piensa; crear los medios para alcanzar la práctica es la misión de las escuelas filosóficas antiguas; por eso se ejercitaban espiritualmente. El retorno al razonamiento natural es lo que promete el estoicismo. Con el retorno del razonamiento, retorna el orden, la seguridad, la igualdad y hasta ocurre una expansión espiritual que se denomina grandeza. Séneca comprende estas nociones cuando está atravesando una crisis emocional en su juventud pues no desea una carrera pública por presión de su padre. Séneca estaba afectado por un mal-estar existencial y busca asilo en Egipto donde está su tía. Allí es donde Séneca fue posiblemente iniciado en la filosofía y a su vez en algún rito místico que le devuelve la vitalidad; pues asume la

crisis como una enfermedad y se dispone a curarla con buena voluntad. Séneca regresa de Egipto para asumir su carrera pública en Roma con una disposición energética distinta. El estoicismo de Séneca no cura hacia afuera sino hacia adentro, por eso el sufrimiento se convierte en un estímulo para quien desea aprender sobre sí mismo.

Séneca cree en una providencia que ordena el cosmos y a partir de esa convicción se propone liberarse de la confusión terrenal. La valentía de su ánimo hacia las circunstancias externas es asumida filosóficamente. Séneca emplea un arte de vivir que le permite acercarse al bien-estar sin aparente interés más que encontrar la verdad sobre la felicidad. Su estoicismo trata de vivir lo que expresa, su naturaleza humana busca el camino hacia la virtud. Séneca desea ser reconocido como sabio, ésta es la forma del contenido que ha llenado su razonamiento natural y que cree digna para alcanzar la memoria histórica. Séneca trata de alcanzar su equilibrio personal mediante la nobleza espiritual, imita a los dioses en su capacidad intelectual, pero ha trascendido la superstición de adorarles. Séneca se relaciona con la filosofía toda la vida para abandonar el temor a la pobreza, al dolor y a la muerte: una muerte digna se convierte en la consecución de su reconocimiento como sabio, como hombre virtuoso y de bien-estar.

El estoicismo le permite a Séneca dominar sus pasiones, ejercitándose en la repetición del hábito y con ello suscitar una reflexión sobre la estabilidad y el tiempo de vida en la historia de la humanidad. La transmutación de mal-estar a bien-estar que prometían las escuelas filosóficas antiguas se ve reflejada en la figura de Séneca. La moral bajo su cobertura adquiere un tinte de beneficios hacia los demás; se ha hecho amigo de sí mismo y ha superado el estado común de violencia en la sociedad para adaptarse al medio. Séneca puede dormir en el suelo sin comodidad, abstenerse de bebidas estimulantes, dejar los perfumes, tomar una nueva dieta; ha exteriorizado su cambio de vida. Todos los días Séneca procura poner en práctica sus ejercicios espirituales, como si fuese un guerrero contra lo que perturba el ánimo. Escribe sus obras en vista de que se siente capacitado para hablar con otros sobre su recuperación, así mismo sus palabras son de ayuda para que otros, sumidos en la confusión como él, busquen la curación. Séneca se siente como un médico del alma que receta a otros la filosofía para liberarse de los dolores.

El estoicismo de Séneca busca expandir el “sumo bien” como práctica espiritual, es decir, como bien-estar. El hombre y la naturaleza son la base de su moral, el deber ser es algo determinado para la grandeza de espíritu que sólo se refleja en el bien-estar o en la búsqueda de éste. El bien-estar no es la simple búsqueda de la comodidad terrenal sino que es la promesa de un progreso espiritual en la vida del practicante; se convierte entonces en un móvil concienzudo que busca medir la evolución espiritual de la humanidad. Por eso para Séneca la lectura es interpretación, el ejercicio es pedagogía, la contemplación es acción, el lenguaje es comprensión, la conversación es comunicación, la buena voluntad es adaptación natural, la felicidad es resistencia, el “yo” es poder, la filosofía es práctica, la valentía es honestidad, la sabiduría es virtud y el razonamiento es natural. Finalmente, el estoicismo de Séneca se ubica como una alternativa práctica que ejercita el ánimo en la filosofía para construir un camino vital hacia el bien-estar como felicidad ya que el contexto grecorromano estaba sumido en el mal-estar de la confusión.

Por lo tanto, se analizaron el origen y la estructura de las ideas filosóficas que Séneca llevó a cabo para ejercitarse en la vida. Se hizo un breve recorrido por la historia del estoicismo como una escuela proveniente de las ideas socráticas. A través de Zenón de Citio, se encontró la primera representación sistemática del estoicismo. En segunda instancia, se encontró a Panecio y Posidonio como representantes de un estoicismo medio con repercusión platónica y aristotélica; hasta llegar al estoicismo nuevo en el cual se encuentra Séneca como uno de sus representantes. El estoicismo clasifica la filosofía en física, lógica y ética. La ética será el campo donde Séneca llevará sus ideas a la práctica; por ejemplo, la dignidad y el civismo que perduran hasta la actualidad. El logos representa para el estoicismo el estado de razón universal, el logos es lo que posibilita el fragmento racional dentro de la humanidad.

Dentro de la preparación espiritual de Séneca se encuentra Soción de Alejandría, Átalo, Quinto Sextio y una fuerte influencia pitagórica. Meditación, abstención, sencillez, utilidad y disciplina en la voluntad es lo que Séneca dispone para poner en práctica su aprendizaje filosófico. Séneca mide su escala de valores orientada hacia el sumo bien de la providencia, es decir, hacia la virtud; para iniciar su camino filosófico pretende alcanzar una resignación virtuosa ante la muerte. El estoicismo procura desarraigar los miedos irracionales que

perturban el ánimo, siendo el principal el miedo a la muerte. Gracias al retorno del razonamiento natural y a la comprensión existencial sobre la finitud del hombre se aprende a erradicar este miedo. Séneca comprende que ante los dolores de la vida y la llegada de la muerte no se puede hacer algo como mortal, que son procesos irreversibles de la naturaleza y que lo más sabio es la resignación.

Aprendiendo a morir se encuentra la dignidad. Séneca promueve la idea socrática de una muerte digna y sigue su camino de la virtud hasta culminar la meta. El suicidio es válido para el estoicismo cuando se trata de salir de la vida dignamente, no por temor a la vida o por impulso pasional. El miedo es una forma de promover el poder en las instituciones sociales, por eso el llamado de Séneca al conocimiento de sí mismo. La mayoría de los hombres teme a la muerte porque no han aprendido a vivir o se encuentran en un estado de esclavitud; morir a tiempo es ejercitar la voluntad en la virtud. La resistencia es felicidad en el estoicismo porque Séneca tiene la conciencia de lo transitorio que es el mundo y que debe enfrentar con valentía su destino, de ahí nace su grandeza espiritual; Séneca se hace responsable de su dirección de vida para contribuir con el orden natural. La contemplación de la vida es lo que le permite a Séneca un despertar espiritual, pues descubre el valor del tiempo.

El tiempo se convierte en un tema recurrente en sus obras, de las cuales se destaca *Sobre la brevedad de la vida*, en la que aborda el uso que la humanidad le da a su tiempo de vida. La mayoría de los hombres gasta su tiempo sin reflexión en las pasiones. Por eso es que Séneca se siente un médico del alma, porque ha comprendido que la filosofía puede servir como una terapia para restaurar los ánimos que se encuentran arraigados a sus pasiones. La vanidad de la vida hace que no se tenga noción sobre la calidad del tiempo. Aprender a vivir con sencillez requiere deshacerse de las pasiones que perturban el ánimo y habituarse al ejercicio de la filosofía. De otro lado, Séneca escribe *Sobre la ira*, como una obra en la que destaca el principal defecto de la humanidad cuando se arraiga a la pasión y deviene en la crueldad. El juicio natural de la razón se extravía cuando se encuentra sumido en una pasión. El hábito de una pasión se convierte en vicio y lo único que cura un vicio es la voluntad de virtud, concluye Séneca.

Cuando un hombre está esclavizado por sus pasiones no posee control sobre su voluntad ni sobre su tiempo; de esta forma alimenta sus temores porque no ha aprendido a vivir. Equilibrio es lo que necesita el temperamento humano para poseer una buena voluntad de vivir, por eso Séneca propone un arte de vivir orientado hacia el sumo bien. Un vivir ahora, no el tiempo pasado o en el tiempo futuro; el bienestar es la cúspide de la moral de beneficios que se encuentra en la filosofía de Séneca. Para poder practicar ese bienestar es necesario ejercitarse en aprender a ser pobre, o autarquía; aprender a ser libre, o autonomía y aprender a ser paciente o ataraxia. La autarquía es aprender a ser autosuficiente sin temer a la pobreza. Séneca administra sus bienes materiales con el fin de enfrentar la pobreza, no le avergüenza la pobreza, pero trata de mantener sus riquezas. Toda insatisfacción humana proviene de desear sin reflexión.

La autonomía es la voluntad de proponer los límites a través de uno mismo. En el caso de Séneca la libertad procede de la relación con la naturaleza, no de la obediencia a las convenciones sociales. El estoicismo tiene un determinismo cosmológico que propone confiar la voluntad al razonamiento otorgado por el logos. El deber ser que se imparte en la moral está arraigado al pensamiento de quien realiza una conducta en la realidad. Séneca busca armonía en las conductas humanas para contribuir con el orden natural. La virtud da la libertad de cumplir lo que se dice y de abandonar aquello que perjudica su funcionalidad natural. La autonomía en Séneca es digna cuando es natural, es decir, cuando se ha tenido un discernimiento filosófico entre lo que es hacer el bien y el mal. La libertad tiene un precio de resistencia; se necesita de valentía y honestidad para asumirla, aunque produzca sufrimiento. Para el estoicismo la muerte es libertad, morir a los viejos hábitos es libertad.

Y para completar la conversión filosófica, se debe alcanzar la ataraxia. Todas las filosofías antiguas buscaban alcanzar este estado, pero se diferenciaban en los medios que se procuraban para ello. El estoicismo propone alcanzar la ataraxia con la virtud. Séneca resalta el valor de la ataraxia como seguridad en la vida en la mayoría de sus obras, pero enfatiza en *Sobre la tranquilidad del ánimo*, *Sobre la firmeza del sabio* y *Sobre la felicidad*. De manera que la sabiduría inicia cuando el ánimo no está perturbado porque practica la virtud. Séneca resalta que la virtud puede traer consigo el placer de la felicidad. La filosofía estoica consiste en una imperturbabilidad del ánimo que resiste los reveses de las

cuestiones externas. La buena voluntad y la sensibilidad con afectación mesurada son ejercicios filosóficos que Séneca practicará hasta el final de su vida. Séneca desea ser sabio y por eso trata de llevar una vida honesta, desea una vida trascendental.

Tras practicar la filosofía diariamente, viene el estado de grandeza espiritual. La figura del filósofo como sabio es representada en su vida trascendental; Séneca procura ejercitar su razonamiento natural hasta que se haga virtuoso. El reconocimiento del sufrimiento como parte de una prueba virtuosa es lo que produce una trascendencia en la constancia de la sabiduría. La seguridad en Séneca que produce el equilibrio aparta la figura del filósofo de una vida intensa; el sabio quiere servir a los demás con su sentido de vida como ejemplo. La armonía toma forma en una vida que hace lo que dice, evitando los malestares que causan el desorden de decir una cosa y hacer otra. El filósofo como figura de sabio ofrece una posibilidad de ser y de actuar en lo que Séneca llama la medida justa. Quizá las filosofías antiguas que se enfocan en la ética tenían un factor confesional dentro de su exposición sistemática.

En Séneca, la estructura de su ejercicio filosófico revela que no puede alcanzar el estado total de virtud; su honestidad se muestra admirable frente a los que se reconocen como sabios. La filosofía de Séneca requiere ser comprendida como un acto de inspiración en el sentido virtuoso de la vida. Ante la incertidumbre existencial, Séneca construye un camino para moldear su vida de acuerdo con lo que piensa, su ideal de sabiduría busca ser real. La disciplina de su pensamiento, según su contexto cultural, es la que no abandona la práctica filosófica convirtiendo su vida en un ejemplo de lo no-cotidiano, lo trascendental. Los que han decidido seguir este mismo inspirados en un ideal, pero sin tratar de conocerse a sí mismos, no pueden mostrar una trascendencia vital. La coherencia de una vida se manifiesta en que lo interno encuentre armonía con lo externo; el estado de sabiduría no juzga sino que busca la comprensión del valor en el interior para conectar las relaciones externas. En Séneca, valorarse a sí mismo es valorar lo que le rodea.

Luego de un breve recorrido por el origen y la estructura de las ideas filosóficas en Séneca, se abordó la verdad respecto a otras perspectivas filosóficas. Se localizó un contraste mediador con Epicuro demostrando la fuerte influencia de esta filosofía para el estoicismo de Séneca. Es recurrente encontrar en *Cartas a Lucilio* referencias al

epicureísmo como la practicidad en el modo de filosofar y resaltar el valor de ésta como patrimonio filosófico. Epicuro busca la felicidad sumergido en su jardín, a través de una reflexión sobre el placer y la ataraxia. Ideas como retirarse a lo natural, lejos de las convenciones sociales, conocerse a sí mismo, la amistad, la pobreza voluntaria y la eliminación de los temores irracionales, también se encuentran en el epicureísmo. La diferencia se enfoca hacia el final de la meta, pues la reflexión filosófica de Epicuro lo lleva hasta el placer como trascendencia de sabiduría y que trae consigo la virtud. En Séneca, el estoicismo no promete el placer sino tan sólo la virtud en sí, que podría resultar placentera para quien la ejerce.

Para Séneca la búsqueda de placer no es un camino del todo seguro para alcanzar la virtud, pues si el placer es prioridad, la honestidad se podría encontrar cuestionada. Séneca toma las sentencias de Epicuro, pero no pretende seguirlas porque en el conocimiento de sí mismo encuentra más afinidad hacia la virtud pura que hacia el placer originado en la virtud. La virtud que practica Séneca es estoica porque está orientada hacia el sumo bien, así eso suponga alejarse del placer. Séneca acepta y admira las reflexiones de Epicuro, pero también las corrige para demostrar su convicción estoica. Según Séneca, la virtud estoica prueba el carácter para mostrar su verdadera sustancia que no se descubre si siempre se satisface. La satisfacción no es lo que busca Séneca para su vida, sino la resignación para meditar sobriamente sobre sí mismo y el cosmos. El placer no es una prioridad para el estoicismo.

Aprender es la tarea que encarga la filosofía a quien reflexiona sobre el tiempo. La utilidad del presente es destacada en Séneca para organizar su vida en armonía con el cosmos. La virtud para Séneca es honestidad consigo mismo y con los demás; puede ser más fácil practicar la virtud sólo por el placer que procura; pero practicar la virtud porque es lo bueno, sin ánimo del placer, podría ser dolorosa. Para la consecución de la felicidad el epicureísmo no alcanza algo trascendental como la virtud, sino que evita administrar mal los placeres que podrían entorpecer el estado de felicidad. Según Séneca, no hay grandeza en algo que ya está dado; sólo hay grandeza cuando se descubre la virtud en sí misma. A diferencia de Epicuro que se apartó completamente de la sociedad para practicar la filosofía

en la pobreza, Séneca se prepara para la pobreza, pero no la busca y no se retira de la sociedad, sino que practica su filosofía dentro de ella, pues para él eso significa dignidad.

Séneca mira el epicureísmo como un explorador, más que como un oponente; la búsqueda de la verdad se puede manifestar de las formas más increíbles. Por ejemplo, en el cinismo. Si bien el cinismo tiene poca relevancia dentro del estoicismo, se encuentran algunas menciones en *Cartas a Lucilio*, con el fin de mostrar su afinidad hacia la simplicidad de la naturaleza. Los cínicos niegan toda convención social y se proponen provocar a los otros con un comportamiento impúdico. Lo anterior tenía como objeto que las personas despertaran a cuestionar su realidad, pero con una pedagogía que para Séneca resulta demasiado radical. Séneca comparte del cinismo la pobreza y la autonomía, pero no tolera el desorden ni la suciedad. Admira a Diógenes como sabio por sus reflexiones filosóficas pero declara a Demetrio (un cínico de su época) como testigo de la verdad, más no como sabio.

La relevancia de la tarea estoica en Séneca se cumple cuando es llamado del exilio por la madre de Nerón, para que regrese al imperio romano y se encargue de la educación de su hijo, futuro emperador. Séneca había tenido gran importancia como figura pública en Roma; era el momento de ayudar a gobernar el imperio a través de la orientación filosófica. La tragedia de Nerón es conocida en la historia universal pero el personaje en sí arroja muchos interrogantes en cuanto a la complejidad de su devastación. Nerón proviene de una familia poderosa, pero sin relevancia espiritual, más bien con un legado de locura, como se aprecia en su tío Calígula. Séneca se encargará de enseñar filosofía a Nerón con el ánimo de que pueda gobernar en Roma. Tras la figura de Nerón como emperador se encuentran, Burro en la parte militar y Séneca en la parte política, sin embargo, esto no duraría mucho tiempo.

La debilidad de voluntad en el carácter de Nerón para gobernar empezaría a manifestarse con la influencia de terceros y ni la virtud enseñada por el ejemplo de Séneca aplacaría la ferocidad del emperador. En la obra *Sobre la clemencia* Séneca busca concientizar a Nerón sobre su conducta; más que un elogio es un intento del maestro por contener a su alumno y recordarle su compromiso con la justicia. Sin embargo, la vida sin moderación de Nerón, inclinada al arte y a las pasiones, mostraría a Roma lo que la ira

puede hacer de un ser humano cuando se transforma en crueldad. La ingobernabilidad del interior de Nerón cumple su cometido también en el exterior. Roma paga las consecuencias de la esclavitud al placer y la locura de Nerón, para quien es demasiado tarde hallar una recuperación a través de la filosofía. Séneca reflexiona sobre la naturaleza humana y deja por sentado la inutilidad de la filosofía ante una persona que no obedece a su propia voluntad.

Séneca trata de acompañar a Nerón hasta el final de su vida, como un ejemplo de valentía estoica. Séneca concluye que la filosofía no puede eliminar los defectos naturales pero que sí puede disciplinar el carácter cuando hay una buena voluntad. El destino de Séneca concluye en que su propio alumno le ordena morir. Nerón ordena a Séneca suicidarse y Séneca lo hace como una resignación virtuosa ante la muerte. Séneca se suicida para enfrentar su destino, para salir dignamente de la vida. Más adelante, Nerón también terminaría suicidándose, pero a diferencia de Séneca, lo haría por temor a consecuencia de su locura. Séneca cumple en sí mismo la tarea estoica. Nerón es un fracaso estoico, pero parece que no ocurrió lo mismo con Lucilio, el convertido.

Lucilio es el hombre escogido por Séneca para protagonizar su obra más conocida *Cartas a Lucilio*, donde sintetiza todo su sistema moral con el ánimo de que Lucilio pueda encontrar la verdad. Se podría decir que Lucilio es un espejo de Séneca, pues también es una figura pública en Roma que busca la verdad a través de la filosofía. La diferencia radica en que Lucilio se siente atraído hacia el epicureísmo y el objeto de las cartas que le remite Séneca es demostrarle que el estoicismo puede procurarle lo que está buscando, la verdad de sí mismo. Séneca le promete a Lucilio que su nombre será recordado junto al suyo si practica lo que dice, es decir, si pone en armonía su interior con el exterior. El estoicismo de Séneca le procura no sólo una debida grandeza a Lucilio sino un viaje de reconocimiento espiritual, para demostrar la utilidad de la filosofía cuando se ejercita con honestidad. Si Nerón fue un ejemplo de la supremacía del mal-estar, Lucilio será el ejemplo de la supremacía del bien-estar. La posibilidad de ser depende del camino en que se ejercita cada uno para sí mismo y lo que posteriormente se denominará en la cultura como “estilo de vida”.

## Referencias

Hadot, Pierre; (2006). *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*. Traducción de Javier Palacio. Madrid, España: Biblioteca de Ensayo Siruela.

Grimal, Pierre; (2013). *Séneca o la conciencia del imperio*. Traducido por Jordi Terré. España. Gredos.

Platón; (s.f). *Fedón o acerca del alma*. Chile. Escuela de Filosofía Universidad ARCIS.

Séneca, Lucio Anneo; (1989). *Epístolas Morales a Lucilio I. Libros I-IX, Epístolas 1-80*. España. Biblioteca Clásica Gredos.

Séneca, Lucio Anneo; (1989). *Epístolas Morales a Lucilio II. Libros X-XX y XXII (frs.), Epístolas 81-125*. España. Biblioteca Clásica Gredos.

Séneca, Lucio Anneo; (1999). *De la clemencia al emperador Nerón*. Elaleph.com. Argentina.

Séneca, Lucio Anneo; (2000). *Sobre la providencia*. Elaleph.com. Argentina.

Séneca, Lucio Anneo; (2010). *Sobre la brevedad de la vida*. Traducción y notas de Francisco Socas Gavilán. España. Biblioteca Virtual de Andalucía.

Séneca, Lucio Anneo; (2012). *Sobre la felicidad. De vita beata*. Espaebook. España.

Séneca, Lucio Anneo (s.f.). *De la vida bienaventurada*. Biblioteca Virtual Universal. Argentina.

Séneca, Lucio Anneo (s.f.). *De la tranquilidad del ánimo*. Biblioteca Virtual Universal. Argentina.

Veyne, Paul; (1996). *Séneca en el Estoicismo*. Madrid, España: Fondo de Cultura Económica S.L.

Zambrano, María; (2002). *Séneca*. Madrid, España: Siruela.