

ESTOICISMO (SÉNECA Y ZENÓN)

El estoicismo es una escuela filosófica fundada en Atenas a principios del siglo III a. C. Esta corriente filosófica propone una visión del mundo en la que todo se puede pensar mediante una ética personal, basada en un sistema lógico y en una ley de relación de causa-efecto. Así, el universo entero está estructurado de manera racional y comprensible, incluso en los casos en que los seres humanos no logramos visualizar y entender dicha estructura.

Los estoicos de la antigüedad sostenían que, si bien no podemos controlar lo que ocurre en el universo a nuestro alrededor, sí podemos controlar la manera en que pensamos al respecto. Según su doctrina, los seres humanos debemos cultivar una forma de ser disciplinada, autocontrolada y tolerante, empleando para ello el coraje y la razón. A través de este camino, se puede alcanzar cierta armonía virtuosa, único camino hacia la verdadera felicidad.



El estoicismo fue fundado por Zenón de Citio (336-264 a. C.), filósofo de origen fenicio a quien apodaron en su momento como “el estoico”. Entre sus discípulos más famosos encontramos a Cleantes de Aso (330 a 300-232 a. C.), su sucesor, y a Crisipo de Solos (281-208 a. C.), discípulo de Cleantes e importante figura de la escuela estoica.

Originalmente conocido como **zenonismo**, el movimiento de los estoicos o *Stoikós* (*Στωϊκός*) toma su nombre del término *Stoa Poikile* o “pórtico pintado” (en griego antiguo *ἡ ποικίλη στοά*). El *Stoa Poikile* era un pórtico ubicado al este del Ágora de Atenas, adornado con escenas de batallas míticas e históricas. Allí es donde Zenón se reunía con sus discípulos, y por ello se los conoce como estoicos.

De esta escuela filosófica se reconocen tres fases: estoicismo antiguo, medio y nuevo. Tras sus inicios en Atenas se extendió hacia otras poblaciones mediterráneas, especialmente en la República romana. Allí se gestó el llamado estoicismo romano, cuyos representantes son Panecio, Posidonio, Séneca, Epícteto y Marco Aurelio.

Estos autores fueron incluso más conocidos que los propios estoicos griegos. Del estoicismo romano se conservan más obras que del griego.

El estoicismo resurgió en el siglo XVI, y su doctrina se conjugó con distintos elementos del cristianismo, bajo el nombre de neoestoicismo. Su fundador fue el humanista belga Justo Lipsio (1547-1606). En 1584 publicó su obra más conocida, *De constantia*, con la que introdujo las bases de la renovación del estoicismo.

Tanto el estoicismo clásico como el cristiano tuvieron muchísima influencia en el pensamiento de varios importantes filósofos de la modernidad. Esto puede verse especialmente en la obra de Kant, Leibniz, Spinoza e incluso Rousseau.

Los fundamentos del estoicismo se pueden resumir en los siguientes puntos:

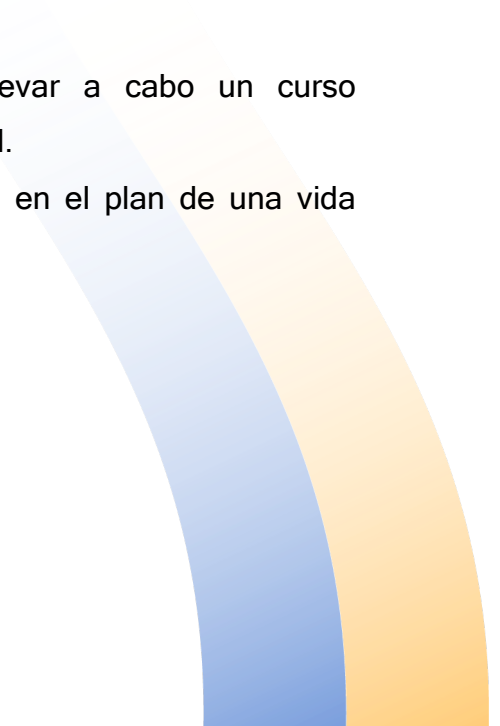
- Su lema principal es “la virtud es el bien supremo” o “la virtud es el único bien”. Ello quiere decir que el ser humano debe aspirar a la virtud interior, comprendiendo que elementos externos como el dinero, el éxito, la salud o el placer no son ni buenos ni malos en sí mismos, y el ser humano no debe confundirlos con lo verdaderamente importante: para los estoicos, la sabiduría es la condición fundamental de todos los bienes. Consideran que la **felicidad**, el **conocimiento** y la **virtud** son **una y la misma cosa**. En sentido estricto, los bienes, mal o bien utilizados, deben ser bienes incondicionales, y solo la virtud, entendida como conocimiento, califica como bien incondicional.
- El espíritu estoico debe ser calmo, autocontrolado y disciplinado, ya sea que haga frente a la desgracia o a la bonanza. Solo esta actitud de **indiferencia** puede conducir hacia la libertad y la tranquilidad. Los estoicos pensaban así alcanzar la imperturbabilidad, o sea, la **ataraxia**, el estado máximo buscado.
- Según los estoicos, el ser humano debe imitar al universo en su equilibrio, rigiéndose por su naturaleza interior y no por las distracciones del mundo. Sostenían que ciertos errores de juicio (o sea, errores de pensamiento) pueden engendrar emociones dañinas, y por eso el ser humano debe mantener su voluntad lo más acorde a la naturaleza, aceptando las cosas como se presentan, renunciando al deseo, al miedo y a la ambición.
- Para los estoicos, la medida de la naturaleza del ser humano puede observarse no en las cosas que se dicen, sino en la manera en que se actúa. Por lo tanto, los seres humanos son todos iguales y forman parte de esta gran familia, como ciudadanos del mundo. Se trataba, pues, de una escuela filosófica muy cosmopolita.
- La suerte y la casualidad no existen, sino la **causalidad**: todo es consecuencia de algo más, incluso si no sabemos de qué o no podemos comprenderlo.

Las **cuatro grandes virtudes** de los estoicos son:

- El **conocimiento práctico**, que permite manejar situaciones retadoras con una cabeza tranquila.
- La **templanza**, para moderar y controlar la seducción de los placeres cotidianos.
- La **justicia**, que debe ejercerse incluso en el caso de recibir injusticia de los demás.
- El **coraje**, tanto en situaciones extremas como en la vida cotidiana, para conservar la claridad y la integridad.

Ética estoica

La ética fue uno de los grandes problemas filosóficos tratados por los estoicos. La relevancia de los temas y problemas éticos estaba en diálogo casi directo con lo dicho por Sócrates, Platón e incluso Aristóteles. Algunos de los problemas éticos que abordaron son:

- La explicación de la irracionalidad interna de la acción.
 - Los problemas que acompañan a una falta de educación en las disposiciones del carácter.
 - La virtud, el progreso moral y la responsabilidad individual.
 - Los actos debidos y los verdaderamente correctos según una estricta moral.
 - La felicidad como fin último de la vida humana.
 - Los estados emocionales y las consecuencias de llevar a cabo un curso determinado de acción estando en cierto estado emocional.
 - El lugar que deberíamos dar a los estados emocionales en el plan de una vida buena.
- 

Los principales representantes del estoicismo antiguo son:

- **Zenón de Citio** (336-264 a. C.). Fundador del estoicismo nacido en Citio, Chipre, fue discípulo de Polemón, Crates de Tebas y Estilpón de Megara. Inicialmente se interesó en la escuela del cinismo, después sus doctrinas personales fundaron la base del estoicismo. Sus obras se han perdido en el tiempo, de modo que apenas disponemos de fragmentos dispersos y menciones en obras de terceros.
- **Cleantes de Aso** (330-232 a. C.). Principal discípulo de Zenón y su sucesor a cargo de la escuela estoica, tuvo un origen humilde hasta su ingreso a la escuela filosófica del Pórtico, como llamaban entonces a los estoicos, y tras la muerte de su maestro acabó dirigiéndola. Lo hizo hasta que murió a los 99 años.
- **Crisipo de Solos** (281-208 a. C.). Considerado el “segundo fundador” del estoicismo griego, fue su figura más emblemática e importante, así como padre de la gramática griega en la antigüedad. Fue discípulo de Cleantes y se dice que asistió también a la Academia platónica.
- **Séneca el Joven** (4 a. C.-65 d. C.). Filósofo, político y escritor, fue una importante figura de la política romana durante los reinados de Claudio y Nerón. Fue uno de los máximos exponentes del estoicismo romano, tanto así que su obra es la principal fuente de saberes sobre la doctrina estoica que se conserva hoy en día. Su influencia en los pensadores posteriores, tanto cristianos como renacentistas, fue enorme, junto con Epicteto y Marco Aurelio.
- **Epicteto** (55-135 d. C.). Filósofo griego de la escuela estoica, vivió buena parte de su vida en Roma en calidad de esclavo. Fue fundador de una escuela propia en Nicópolis y su doctrina imitaba a la de Sócrates, de modo que no dejó ninguna obra escrita. Su pensamiento se conserva gracias a su discípulo, Flavio Arriano.

Hoy en día entendemos por los adjetivos “estoico” o “estoica” un sinónimo de “calma” y “cabeza fría”, es decir, una actitud de autocontrol y resistencia a las pasiones humanas.

Así, cuando decimos que alguien se tomó una mala noticia “con estoicismo”, queremos decir que reaccionó con entereza, sin entregarse al dolor. Lo mismo puede aplicarse a situaciones de alegría, de tensión o cualquier emoción humana.

Por ejemplo, si imaginamos que alguien se gana la lotería, y lo comunica con calma, decimos que lo hizo con “absoluto estoicismo”. Lo mismo podemos pensar de quienes tienen que tomar grandes decisiones y logran hacerlo con entereza y racionalidad, sin dejarse llevar por las emociones.

Los siguientes son algunos ejemplos de eventos de la vida cotidiana atravesados estoicamente:

- Una ruptura amorosa, tomada con estoicismo, no significa que no dolerá o no nos hará sufrir, sino que la viviremos tratando de pensar en todo momento lo más racionalmente posible y no en términos impulsivos, típicos de la emoción y el dolor.
- Ganar un premio muy deseado, siendo estoico, no significa que no sentiremos alegría o que la vayamos a reprimir por completo, sino que la viviremos sabiendo de que es un sentimiento pasajero y de que no puede empujarnos a tomar determinadas decisiones o actuar de cierta manera. Incluso en la alegría hay que conservar la mente despejada. El estoico sin duda celebrará su victoria, pero no al límite de empeñarla con acciones absurdas.
- Participar de una fiesta, para los estoicos, supone un ejercicio de moderación plena. Los placeres y el deseo son útiles y bienvenidos solo cuando conducen a la virtud trascendente, el resto sirve para distraernos del camino. Por lo tanto, un estoico disfrutará únicamente de lo justo, sin excederse ni perder el control.

No debemos confundir el estoicismo, doctrina de la medida racional y la ataraxia, con otras corrientes filosóficas como el epicureísmo y el escepticismo, por ejemplo.

- **El epicureísmo.** De origen griego, es una doctrina filosófica que se puede inscribir en el hedonismo, es decir, en la búsqueda del placer como el único bien trascendente. Pero a diferencia de otras escuelas hedonistas, la doctrina creada por Epicuro de Samos alrededor del 307 a. C. proponía buscar el placer a través de un estado similar a la ataraxia de los estoicos: la ausencia de dolor y de miedo, así como la ausencia de dolor físico (la aponía). Este estado era alcanzable a través de los placeres modestos y sostenibles, la vida simple y el conocimiento del funcionamiento del mundo. El epicureísmo fue una doctrina rival del platonismo y luego del estoicismo, y existió hasta el siglo III d. C.
- **El escepticismo.** Es una corriente filosófica que afirma la imposibilidad de conocer la verdad, o incluso la existencia de una verdad que conocer. Fundada en la antigüedad griega por el filósofo Pirrón (365-275 a. C.), su máxima inicial era que un filósofo debía opinar, no afirmar nada, pues nada en el fondo podía conocerse a ciencia cierta. La duda y la suspensión del juicio (*epoché*) fueron los principios fundamentales de esta escuela filosófica.

Referencia:

Equipo Editorial Etecé. (2024) Estoicismo. Concepto.de. Recuperado de: <https://concepto.de/estoicismo/>