



**María Gabriela Huidobro Salazar**  
Doctora en Historia  
Decana Facultad de Educación y Ciencias Sociales,  
Universidad Andrés Bello

## Llegar a marzo con estoicismo

**E**spero no deprimir a quienes no han mirado el calendario, pero febrero y las vacaciones de muchos chilenos están llegando a su fin. El comercio lo viene anunciando hace semanas, con la oferta de uniformes y útiles escolares. Pronto volverá la obligación de despertar temprano, enfrentar el tráfico, pagar las cuotas, llegar a clases o iniciar nuevas reuniones. Resulta inevitable. Como dijo Virgilio, el poeta romano, *fugit irreparabile tempus* (el tiempo huye irremediablemente).

Lo que queda, entonces, es aceptar el hecho y enfrentarlo con la mejor disposición posible. Así nos aconsejarían algunos pensadores del mundo antiguo que, de un tiempo a esta parte, se han puesto de moda, recuperando la vigencia que tuvieron hace casi dos mil años. Me refiero a los estoicos y a sus principales exponentes, Séneca y Marco Aurelio.

¿Se ha fijado en las vitrinas de las librerías? Desde hace meses, quizás más, la industria editorial ha publicado manuales y ensa-

yos que vuelven sobre esta corriente ética con un guiño a su utilidad para la vida actual. "El arte de vivir como un estoico", "Cómo ser un estoico", "Caminos hacia la actitud estoica", "Estoicismo para tu día a día", "Diario para estoicos", "Tómalo con estoicismo", "Estoicismo cotidiano", "Mi cuaderno estoico" o "Estoicismo como herramienta empresarial" son algunos de los muchos títulos que dan cuenta de un fenómeno global.

Confieso que no los he leído, sólo los he hojeado para constatar que se trata de consejos inspirados en estos grandes filósofos latinos, cuyas obras vale la pena conocer de primera fuente. En particular, sugeriría leer la obra de Séneca, *Sobre la brevedad de la vida*, y las *Meditaciones* de Marco Aurelio.

Ambos plantearon propuestas para valorar la vida y aspirar a la felicidad. La sencillez y profundidad de sus reflexiones, así co-

mo su lógica y universalidad, les confirieron el carácter de clásicos.

Ellos vivieron en tiempos convulsionados e intensos. Fueron testigos de una sociedad contaminada por el consumo, el materialismo y la corrupción. Padedieron del ritmo agitado de la vida cotidiana, el exceso de trabajo y la falta de momentos para disfrutar de lo esencial. Ahí radica el motivo de su vigencia.

Séneca criticaba la incapacidad de las personas de aprovechar el tiempo: "El tiempo que tenemos no es corto; pero perdiendo mucho de él, hacemos que lo sea, y la vida es suficientemente larga para hacer cosas grandes si la empleáramos bien". Decía que muchos malgastan su juventud, pensando que lo mejor de la vida está por venir, sin valorar su presente, sólo para darse cuenta de esto en su vejez, cuando es demasiado tarde. "Es feliz el que está contento con las circunstancias presentes, sean las que quieran, y es amigo de lo que tiene".

La felicidad no consistiría en la vida perfecta, sino en la que sabe valorar, en sus propias circunstancias, aquello que se es y se posee. "Me basta con podar todos los días algo de mis vicios y castigar mis extravíos. No he llegado ni llegaré a la salud; compongo para mi gota más calmantes que remedios; pero comparado con vuestros pies, yo, impotente, soy un corredor".

Valorar lo que somos y lo que tenemos. Marco Aurelio también reforzó estas ideas: "Preciso es que te des cuenta de qué mundo eres parte, y comprenderás que tu vida está circunscrita a un período de tiempo limitado. Si no aproveches esta oportunidad para serenarte, pasará, y tú también pasarás, y ya no habrá otra".

Ambos nos recuerdan que hay cosas que no dependen de uno y que no vale la pena ofuscarse por ellas, sino aceptarlas para concentrarnos en eso que sí depende de nosotros.

Puede ser ésta una invitación para refugiarnos en una forma de ver y llevar la vida, y enfrentar con calma el inevitable regreso a la rutina, que puede ofrecerse, en realidad, como una oportunidad. Porque, tal como dijo Marco Aurelio, "tu vida es lo que tus pensamientos hacen de ella".

“*Séneca criticaba la incapacidad de las personas de aprovechar el tiempo: ‘El tiempo que tenemos no es corto; pero perdiendo mucho de él, hacemos que lo sea, y la vida es suficientemente larga para hacer cosas grandes si la empleáramos bien’.*”