ISSN: 1657-8800 | Vol. III | N.º 39 | Enero-Diciembre • 2024 | pp. 6 - 28
Revista Seminario Mayor | Medellín-Colombia

Cómo citar en APA: Zuluaga-Duque, J. E. (2024). Binomio sufrimiento-felicidad en la filosofía helenística. *Revista Seminario Mayor de Medellín*, 3(39), 6 - 28.

Fecha de recepción: 9.06.2024 / **Fecha de aceptación:** 22.09.2024

BINOMIO SUFRIMIENTO-FELICIDAD EN LA FILOSOFÍA HELENÍSTICA[9]

Suffering-happiness binomial in hellenistic philosophy

Jhonatan Estiven Zuluaga-Duque[10]

Resumen

El binomio de felicidad/sufrimiento es uno de los temas que más ha ocupado el pensamiento del hombre a lo largo de toda su historia. Una respuesta particularmente interesante a este tema se dio durante la época humanística, en la que cínicos, estoicos y epicúreos buscaban responder directamente a esta realidad. Esta investigación presentará en primer lugar el contexto en el que se desarrolla la filosofía helenística para luego presentar los aportes de las tres grandes escuelas frente a este tema y mirar su influjo en algunos autores como Kant, Schopenhauer, Spinoza, entre otros.

Palabras clave

Sufrimiento, felicidad, hombre, virtud, epicúreos, estoicos, cínicos, humanismo.

Abstract

The binomial of happiness/suffering is one of the topics that has most occupied man's thoughts throughout his entire history. A particularly interesting response to this issue came during the humanistic era, in which Cynics, Stoics, and Epicureans sought to respond directly to this reality. This research will first present the context in which Hellenistic philosophy is developed and then present the contributions of the three great schools on this topic and look at their influence on some authors of philosophy, like Kant, Schopenhauer, Spinoza and others.

9 Artículo investigativo producto del curso *"Seminario de lectura y escritura filosófica"*. Trabajo asesorado por el presbítero Juan Ricardo González López.

10 Estudiante de Filosofía en la Universidad Pontificia Bolivariana. Seminarista del III año de la etapa discipular del Seminario Conciliar de Medellín. Correo electrónico: jz150304@gmail.com

Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional.

Keywords
Suffering, happiness, man, virtue, Epicureans, Stoics, Cynics, humanism.

Introducción

La vida de todo ser humano se encuentra determinada por las situaciones que va viviendo a lo largo de su existencia. Siempre hay realidades existenciales: entre el bien y el mal, la alegría y la tristeza, el sufrimiento y el placer.

Hablando en particular del sufrimiento, se puede decir que todas las personas en algún momento lo han experimentado, bien sea de carácter físico o mental; y esto ocurre porque hay situaciones en la vida del ser humano que lo llevan a experimentar acontecimientos límite que lo sacan de la zona de confort y lo llevan a experimentar sus propias limitaciones.

La filosofía como ciencia universal, es la encargada de comprender y analizar todo lo que el hombre vive; y como es de esperarse, uno de esos problemas fundamentales es el sufrimiento de la persona. Este es un tema importante: conocer cómo el hombre sufre, puesto que se trata de una realidad que es afín a todos.

Desde antiguo, los filósofos se han preguntado por esto, por cómo el hombre puede evitar el sufrimiento y llegar a tener una vida feliz. Ya desde la llamada filosofía helenística, que está en la época antigua de la filosofía, se empezó a preguntar de una manera más profunda por el hombre. Viéndolo como un ser humano que también experimenta sufrimiento y que busca la felicidad.

El presente trabajo quiere, centrándose en esta época de la filosofía, intentar dar razón del tema del sufrimiento, mostrando cómo las diversas escuelas de la época han intentado responder al desafío que plantea esta realidad.

Para hacerlo, el primer capítulo se detendrá a explicar el contexto en el que surge la filosofía helenística y su preocupación antropológica; en el segundo capítulo, se abordará el pensamiento de las corrientes helenísticas sobre el tema del sufrimiento, y finalmente en el tercer capítulo se analizará la manera cómo estas ideas han influido en la historia de la filosofía.

Todo lo anterior, busca tener una repercusión en el ejercicio pastoral ya que la realidad del sufrimiento golpea a nuestras comunidades, y allí los estudios filosóficos tienen la posibilidad de iluminar con fuerza esta realidad.

Surgimiento de la filosofía helenística y preocupación por el hombre

Después del paso de Aristóteles

Se conoce como época helenística a la etapa en la que se desarrolló una filosofía con un tinte más humanista; ya no solo reflexiones mecanizadas y complejas; sino una preocupación por entender el hombre y cómo este puede alcanzar la felicidad, también cómo se ve enfrentado al sufrimiento que lo aqueja y que lo hace replantear su existencia y su estar en el mundo. Muchos han considerado esta época de la filosofía como un simple ocaso después de la filosofía clásica y los grandes pensamientos y reflexiones de Aristóteles[11].

El Estagirita había hecho junto con Platón un gran trabajo de investigación acerca del mundo, la ciencia, la ética, la Polis e hicieron sus primeros pasos en comprender el actuar humano al calificarlo como "animal social" y evaluar cómo debe ser el proceder del hombre en la sociedad o en la Polis. "[En] el año 322 antes de Cristo murió Aristóteles en la isla de Eubea. Con él termina un periodo de incomparable actividad filosófica en Grecia, que comienza con Sócrates y llena aproximadamente un siglo" (Marías, 1954, p. 518). Muchos autores, como se dijo anteriormente, creen que esta época de la filosofía helenística fue una decadencia del pensamiento, porque con Platón y Aristóteles la filosofía había alcanzado rigores intelectuales hasta ese momento nunca vistos. Esto es innegable, cualquier reflexión posterior a estos autores tendrá que ser comparada con ellos, pues como lo dice Cardona (2015):

> Sin duda, desde una perspectiva de creatividad intelectual y vuelo teórico, los helenísticos quedan muy por debajo de Platón y Aristóteles. (…) El genio especulativo de Platón y el rigor científico universal de Aristóteles alcanzan, a qué negarlo, puntos muy altos en la atmósfera del saber (p. 8).

Marías (1954) plantea que la aparición de ciertas corrientes filosóficas ulteriores al pensamiento de Aristóteles se debió a variadas circunstancias como puede ser la suerte de la doctrina y la escuela fundada por este gran filósofo y la otra el rápido avance del estoicismo en la cultura y en el pensamiento griego. Los sucesores de Aristóteles no pudieron seguir el legado de su maestro, al menos en la medida en que se esperaba lo hicieran con los problemas centrales del platonismo (p. 520).

Después de la muerte del Estagirita fue difícil encontrar un discípulo suyo que continuara con sus reflexiones en el Liceo. Esto lleva a preguntarse sobre el por qué del cambio de visión en cuanto a la filosofía y lo que ella planteaba. Esto lleva a un presupuesto de esta época: el ser humano y la búsqueda de su felicidad pasa a ser el centro de preocupación por parte de los filósofos helenísticos. Según Marías (1954) "hay, por tanto, una rigurosa inversión de la

11 Aristóteles nació en Estagira, Macedonia, en el año 384 a. C. Era hijo de Nicómaco, médico personal de Amintas II, rey de esta región. A los 18 años fue enviado por sus padres a Atenas para ingresar en la Academia, la escuela filosófica de Platón. Allí permaneció durante veinte años, hasta la muerte de su fundador. (Aristóteles y la filosofía helenística, sf)

postura dominante en la Academia y en el Liceo: la filosofía no es ciencia, (…) sino un arte encaminado a regir la vida" (p. 532). Se dejan a un lado algunas corrientes muy importantes en el pasar de la ciencia y de la técnica, como lo son la física y la lógica; quedando solo la ética como preponderante dentro del sistema de pensamiento helenístico. El estoicismo, por ejemplo, nace como una filosofía que no se preocupa por la verdad en sí, sino por darle tranquilidad al hombre, dándole solución a los fenómenos y problemas naturales; pero todos en miras a que el hombre tenga la plena tranquilidad de su existencia en el mundo.

Como bien se ha explicado la filosofía helenística surge después de la muerte de Aristóteles y de la decadencia de su legado. Ella ofrece un nuevo paradigma en el que la reflexión se centra más en la existencia del ser humano y su felicidad; por ende, también en sus sufrimientos. El marco histórico en el que surgen estas corrientes filosóficas ofrecerán luces sobre su ser y modo de concebir la vida y el hombre

Contexto histórico

Clásicamente se entiende la época helenística entre "la muerte de Alejandro Magno en [el] 323 a.C. y la batalla de Actium del 31 a.C., en la que Octaviano derrotó a Cleopatra y a Marco Antonio, y anexó Egipto al imperio romano" (Cardona, 2015, p. 7). Según Reale y Antíseri (2007) Alejandro al empezar una gran expedición en dirección al Oriente comienza a ganar terreno en su lucha expansionista, con lo que quiso instaurar la cultura helena en estos territorios conquistados con la idea de una monarquía universal divina; esto llevó a que se pusiera en crisis la idea de la Polis, planteada por Aristóteles (p. 381).

Alejandro Magno, como personaje de punto de inflexión en esta época histórica, fue trascendental para entender el cambio de mentalidad dentro de los griegos. El Rey Filipo II de Macedonia era el padre de Alejandro, quería que su hijo fuera bien educado, así que busco el mejor instructor, llegando hasta Aristóteles, el cual se convertiría en el mentor del gran conquistador. Alejandro después de la muerte de su padre fue nombrado rey de Macedonia, quería fundar una monarquía universal y divina. Este cambio fue muy influyente en el pensamiento de los ciudadanos, ya que creían que los ciudadanos eran los únicos que pertenecían a la polis, los otros eran pueblos bárbaros o que no estaban desarrollados. Incluso Aristóteles en su libro La política dice que aquel hombre que no está dentro de la *polis* debe ser considerado de dos maneras: o es un bruto o es un ser sobrenatural. Se empieza a entender y considerar que el mundo entero es una *polis*, es decir, el hombre se empieza a ver en su igualdad universal, ya que con las conquistas emprendidas por Alejandro, los que antes se llamaban bárbaros, ahora son parte del pueblo. Todos son ciudadanos dentro de la *Polis* universal. Esto es lo que más adelante se trabajará y que se denomina el ideal cosmopolita.

No solo históricamente fue una época de crisis en el ámbito político, sino que la vida de los hombres de este momento se movió entre sufrimientos e inestabilidad social y cultural. Esto se ve reflejado en las sucesivas guerras se hacían más comunes, sumado a las hambrunas y enfermedades que hacían replantear la existencia humana. La ansiedad se vuelve algo característico de la filosofía en contraste con la serenidad hallada en la época clásica. Por todos estos factores la filosofía centra su mirada en perspectivas éticas y antropológicas que se preocupan por guiar el buen vivir del hombre.

El ocaso de la polis

Según Mas (2003) siendo que Alejandro Magno quería instaurar una monarquía universal divina, el paradigma de la Polis resultaba totalmente adverso a sus visiones expansionistas. Todos los hombres comparten la misma dignidad, el pertenecer o no a una Polis, es algo meramente accidental, ya la felicidad no está meramente ligada con la vida política. Lo característico, incluso en grupos sociales de aquella época, es una búsqueda metafísica y moral, la pregunta sobre cómo buscar la felicidad de cada hombre en un mundo que se desmorona (pp. 188-190). Epicúreos, cínicos y estoicos; que son las corrientes que nos interesan en esta investigación; destinan sus reflexiones filosóficas a entender cómo la búsqueda de la filosofía se dirige a la felicidad del hombre individual. Según Mas (2003):

> La filosofía ofrece nuevos contenidos para la vida espiritual, ilumina la conciencia, enseña al hombre a vivir y a ser feliz: la preocupación filosófica del helenismo es predominantemente ética y las especulaciones filosóficas de otro tipo se subordinan a este interés práctico (p. 191).

La filosofía se vuelve más práctica que técnica, es comparada con el oficio del médico, así como el médico debe sanar las dolencias del cuerpo; la filosofía debe aliviar los dolores y sufrimiento del alma; así podrá subsanar al hombre. Ya no importa el problema de resolver temas abstractos y tecnicismos que embotan la existencia del hombre, ahora lo fundamental es resolver las circunstancias y los sufrimientos que aquejan la existencia del hombre concreto.

Aristóteles y Platón planteaban que en el destino de la Polis estaba el destino de la felicidad humana. Esto lo atestigua García (2015) quien dice:

> Cuando la Polis deja de ser el fundamento de la identidad y de la felicidad de sus ciudadanos, surgen una preocupación y un desarraigo que llevan a una rica diversificación de los planteamientos filosóficos, a pesar de compartir el punto de partida y, a veces, de llegada. La situación de crisis económica, política y cultural propicia la construcción de sistemas y planteamientos filosóficos cuyo objetivo no es otro que el de encontrar un modo de vida que proteja frente a las múltiples amenazas externas y permita alcanzar la serenidad que tantos autores consideran el fundamento de la felicidad (p. 11).

Con la idea antes mencionada de una monarquía universal divina de Alejandro Magno, lo que él pretendía era reunir todas las ciudades y razas y acabar con las ciudades- estado. Este ideal se vería estancado por su muerte prematura en el 323 a.C. Sin embargo, sentó precedentes en la nueva concepción del mundo griego, los monarcas concentraron el poder y así se fueron debilitando las ciudades-estado. Según Reale y Antíseri (2007), "Se destruía así el valor fundamental de la vida espiritual de la Grecia clásica, que era el punto de referencia de la actuación moral (…), haciendo de la *Poli*s no solo una forma histórica sino la forma ideal del Estado perfecto" (p. 382).

En esta nueva época de la filosofía se empezó a dar gran importancia al término de "hombre individuo" más que como "hombre ciudadano" con lo que se ve superado el ideal cosmopolita. Se empieza a dar un cambio mental y filosófico por comprender a la persona humana, como ser que experimenta felicidades, pero al igual tristezas.

Según Reale y Antíseri (2007) es fundamental entender las conquistas y la helenización que pretendió hacer Alejandro Magno, ya que, Platón y Aristóteles en sus obras más fundamentales como la *República* y la *Política*, respectivamente, exponían la forma utópica de un estado perfecto, pero para los que emprendieron las luchas expansionistas de Alejandro estos postulados quedaban sin fundamento y lejanas (p. 383). Se cambia la relación entre la persona y el estado, con lo que las personas empiezan a tener una especie de desconfianza hacia sus dirigentes y hacer una mirada profunda sobre ellos mismos. La *Polis* era un eje fundamental de la vida de un griego de aquella época, ya que ésta daba sentido a sus vidas; debieron adaptarse y buscar nuevas maneras de guiar sus existencias y sus ideales. Se entiende que,

> El ideal de la Polis es sustituido por una idea de imperio, de monarquía universal, en la que los súbditos participan idealmente y solo una exigua minoría dirigente lo hace de modo efectivo. La vida política languidece en la ciudad, las decisiones se toman en lugares alejados por una burocracia de funcionarios reales. Esta situación deja al ahora súbdito sin sus lazos políticos y sólo frente al destino. El individuo reacciona limitándose a sus ocupaciones cotidianas y se recluye a su ámbito privado. Las doctrinas filosóficas (y las religiones mistéricas más tarde) por su parte, tratan de ofrecer, más que un modelo conceptual con el que entender la nueva situación, una solución práctica al individuo aislado, una propuesta de eudemonía (El Helenismo, s.f., p. 2).

Este descenso de la idea de la Polis es lo que lleva a que la filosofía vuelva su mirada de nuevo a los problemas morales, incluso ramas como la metafísica se vuelcan al servicio de la ética. Otros autores como Sócrates, Platón y Aristóteles se habían referido al individuo como ser que está dentro de la ciudad, es decir dentro de la *Polis*. Elaboraban sus reflexiones filosóficas desde una perspectiva política, el obrar del individuo debe estar regido siempre por buscar el bienestar de la sociedad, de los demás seres políticos que conviven con él, así se verá la armonía. Así lo indicaba Aristóteles cuando decía que el hombre se entiende es dentro de una sociedad justa que hace al hombre justo. Según Kranz (1964), "El Estado es una de esas formas que ha creado la Naturaleza, y el *hombre es por naturaleza un animal político*. El que, por su natural y no por accidente, no pertenece a algún Estado, será un ser malo" (pp. 41-42).

Cuando se abandona esta concepción y la ciudad o el estado dejan de ser fuente de identidad para los individuos, las filosofías nacientes empiezan a buscar por otros caminos aquello que lleva a una vida feliz en el hombre y a preocuparse más por su actuar en la sociedad. Según García (2015) las distintas situaciones políticas, sociales y de economía surgentes después de las conquistas de Alejandro Magno llevaron a que los filósofos posclásicos se preguntaran y construyeran una filosofía o filosofías que buscaran un modo de vida que llevara a los individuos a la felicidad por medio de la serenidad (p. 11). Y es que la filosofía en esta época se convierte en el aliciente para que las personas busquen un modo de vida donde lo importante sea la virtud más que el pensamiento. Según García (2015):

> Este variopinto conjunto de pensadores se sitúa en un contexto que le empuja a una reflexión que intente recuperar para el individuo lo que la Polis ha perdido: su autosuficiencia, su autarquía, su independencia. La filosofía pierde de vista lo público para centrarse en lo privado, en el refugio que permita eludir las penalidades impuestas por un contexto hostil y alcanzar la sabiduría, ese conocimiento aplicable y práctico que conduzca a la felicidad (p. 11).

Un ideal cosmopolita

Este individualismo político llevó a que se proclamara, como se dijo anteriormente, una idea de cosmopolitismo desarrollada por los epicúreos que anunciaba la dignidad entre todos los seres humanos, y es que la falta de una comunidad que representara el ideal de todo buen ciudadano no lleva a una desvinculación social, sino al contrario; llevó al reforzamiento de otras esferas humanas antes tal vez olvidadas o dejadas de atención, como fue la amistad o la misma dignidad de la persona como lo mencionamos.

La aparición de estos nuevos filósofos no quiso suponer una ruptura con las corrientes anteriores, se puede ver en sus obras cierto interés por planteamientos platónicos y aristotélicos que lo que hacen es adecuarlos a los nuevos contextos sociales.

El fin del ideal de la *Polis* que mencionamos en el anterior apartado trajo perturbación de inestabilidad en la vida de los ciudadanos y no hubo un consenso político para remediar la caída de las ciudades-estado. El imperio de Alejandro no logró perdurar por mucho tiempo; ya sabemos que él quiso helenizar a pueblos antes llamados bárbaros, con lo que se dio un cambio de paradigma en las relaciones entre griegos y los pueblos antes mencionados; a la caída de este imperio surgieron monarquías, no tuvieron éxito ni tampoco fueron como un punto de identidad para las personas en este ámbito ético y descubrimiento personal que estaban experimentando.

El hombre experimenta diversos cambios en este campo, pasa de ser un ciudadano de las polis a un súbdito de la monarquía, es decir, experimenta una coerción en sus libertades, lo cual es otro signo de sufrimiento. Las virtudes eran exclusivamente de los que vivían en la *Polis*; los que estaban más desarrollados que los pueblos bárbaros; ahora son comunes a todos aquellos que las puedan conseguir, al igual que conocimientos generales que pueden alcanzar los que se preparan.

Así el hombre, que está cambiando como producto de todos las transformaciones que está experimentando, tiene una actitud de aversión frente al Estado, se vuelve neutro frente al mismo, pierde interés en este aspecto de la sociedad de la sociedad, las nuevas filosofías parten de este punto para explicarlo como aquello que se debe evitar. El hombre se ve obligado por todos estos hechos a buscar una nueva identidad.

Como hemos dicho, el ocaso del ideal de la *Polis* rompe con la concepción del hombre como animal político. Se creía que los ciudadanos eran los que vivían en las ciudades, de resto no existiría la ciudadanía; pues las nuevas escuelas filosóficas replantean estos pensamientos. Por estas razones no se alcanza en mucho tiempo una época donde haya una estabilidad política y por esto se dan diferencias entre los ciudadanos. Desechada o sumergida la *Polis* aparece el hombre como un "animal social", donde se hace énfasis en el estudio y búsqueda de su humanidad, su autosuficiencia y su propia capacidad para tomar decisiones. En este punto podríamos citar a Mas (2003), que dice al respecto que

> La *Polis* ha muerto y con ella el hombre entendido como animal político: mientras que para Aristóteles el hombre es un *zôon politikón*, para los estoicos, por ejemplo, es un *zôon koinikón*, no un animal político, sino un animal social. Frente a la *Polis* surge la idea de *oekumene:* mundo común de hombres civilizados que hablan griego; un mundo que simultáneamente se unifica y se desgarra, en la medida en que los hombres pierden los lazos que les unían inmediatamente a su *Polis* (p. 188).

El hombre en esta época se abre a su dimensión social, a relacionarse, con capacidades morales e intelectuales para razonar su estar en el mundo y cómo optar por el camino de la felicidad, evitando el sufrimiento. En épocas anteriores se había hecho un realce de situaciones y planteamientos abstractos sobre la persona y su entorno, ahora, en este clima de redescubrimiento moral y social, lo importante en la ética y la filosofía es que todos los planteamientos van a tener un fin moral en el que se busque la seguridad y la felicidad de cada persona; también donde el sabio es aquel que sabe vivir bien, con fines prácticos que lleven a un mejor estar en el mundo. La época clásica no se había preocupado drásticamente por esta cuestión ética, según Reyes (1979), "la Atenas clásica, en su construcción de la *Polis*, no sintió la necesidad de distinguir a fondo entre la política y la ética, entre la conducta para el Estado y la conducta particular (p. 193).

En conclusión, podemos decir que Aristóteles y la *Polis* se preocuparon por el vivir dentro de la política, por hacer reflexiones técnicas y alejadas de la realidad humana en cuanto toca al hombre particular y por forjar el ideal de ciudadano, en cambio la época helenística forjará el término de individuo, es decir, pensar en el hombre que también experimenta sufrimiento.

La mirada humana de los estoicos, epicúreos y cínicos: ¿Cómo superar el sufrimiento?

La importancia de estas escuelas filosóficas

Como se vio en el capítulo anterior, de esta época tan convulsionada para la filosofía y para el ser humano mismo, surgen unas filosofías en particular que se van a preocupar por pensar cómo llevar una vida buena, lo que significa, entre otras cosas, dejar de lado todo lo que nos preocupa y nos hace sufrir. De esta época helenística, posclásica, nos vamos a centrar en tres corrientes en específico: los epicúreos, estoicos y cínicos, para ver cómo ellos plantean el tema que estamos tratando.

Estas escuelas filosóficas sentaron un precedente frente a las concepciones del hombre que se estaban dando y que se seguirían dando en adelante, incluso hasta nuestros días, basta pensar que es sorprendente que en la actualidad se sigan acuñando términos como "epicúreo", "estoico", etc. A pesar de que con el tiempo estos términos no se ven en la esencialidad de su concepción, es fundamental observar la importancia que han tenido a lo largo del tiempo para guiar pautas de pensamiento y de acción frente a la vida del hombre.

Estos filósofos se centraron más en lo que podríamos llamar una ética de fines, ya que se preguntaban cuál es el sentido de la vida, cuál es su finalidad, un para qué y un por qué, enfocándose en la búsqueda y anhelo de la perfección humana, pero siempre dejándose guiar

por el deber ser de la persona humana. Estas fueron llamadas éticas de la excelencia y de la felicidad, en ellas destacan autores como Séneca, Epicuro et al.

Michel Foucault habla de las elaboraciones filosóficas de estos autores helenísticos y cómo estos se preocuparon por el cuidado de sí mismos, buscando una vida bien lograda. Foucault (1996) dice que Epicuro afirmaba que nunca era tarde para ocuparse de sí, es decir, estar al cuidado de lo que cada uno es, y cómo velar porque la vida se realice en plenitud. Los estoicos recomendaban retirarse al interior de uno mismo y así reconducir la vida. De tal modo que el cuidado de sí mismo para inhibir el sufrimiento fue fundamental en sus pensamientos (p. 26).

Si bien estamos analizando tres escuelas filosóficas de este tiempo, es de destacar que las principales fueron el estoicismo y el epicureísmo; ambas surgieron con poco tiempo de diferencia y las dos buscaban volver la filosofía algo práctico. Estas dos filosofías se centraron en saberes más que todo morales.

Estoicismo

El estoicismo, según Sellés (1998) fue una escuela nacida en la Grecia clásica en un cambio de pensamiento posterior a Aristóteles en la que, al igual que las otras, veían en el alma una naturaleza capaz de producir movimiento (p. 87). Una filosofía que nace en medio de un vuelco hacia el hombre. Esto nos lo relata Ferrater Mora (1994) cuando referencia a la escuela de los estoicos como "un conjunto de doctrinas filosóficas, un modo de vida (…) ésta no consiste en el placer, sino en el ejercicio constante de la virtud, en la propia autosuficiencia que permite al hombre desasirse de los bienes externos" (p. 1122).

Si nos referimos al estoicismo en fechas particulares y a su fundador, según Cardona (2015) fue "Zenón de Citio cerca del año 300 a.C.; fue la más influyente de las escuelas helenísticas, la que más caló con sus ideas en diversos estratos de la sociedad" (p. 35). Zenón[12] funda su escuela en uno de los pórticos (stoa) de acceso a la ciudad, por lo que se les llamó a sus seguidores estoicos o filósofos del pórtico. Esta escuela proponía como fundamental la búsqueda de la felicidad personal, lo que se llamaba *"eudaimonia"*, cosa que podría resultar contrastante con el rigorismo moral mencionado antes, ya que solo buscaría el deber en su vida. Este se convierte en el objetivo principal de esta corriente filosófica, buscar la felicidad primordialmente por medio de la virtud, es decir, aceptando las leyes de la naturaleza.

En el estoicismo va a haber una profunda reflexión en el ámbito ético, en la que los filósofos se van convirtiendo en una especie de directores espirituales, con conocimientos guiados por la práctica en vista al buen obrar. Los estoicos pensaban que todo en el universo ya está determinado de antemano y que se repite invariablemente, lo que les lleva a preguntarse dónde

12 La filosofía estoica se formó sobre todo por la acción de tres filósofos que, uno y otro, sucesivamente, dieron una contribución propia, original y sobresaliente en la doctrina de la Escuela, llamada Stoá (…) El primero de éstos fue Zenón de Citio (…) el segundo fue Cleantes de Assos (…) y el tercero, al que se le debe la sistematización final fue Crisipo de Soli (…) Los estudiosos dividen la Stoá en tres períodos: la Stoá Antigua de Zenón, Cleantes y Crisipo; la Stoá Media de Panecio y Posidonio y la Stoá Nueva de Séneca, Epiceto y Marco Aurelio. (Reale y Antíseri, 2007, p. 430).

queda la libertad y la responsabilidad del hombre. Los estoicos concebían a la persona como un todo que se determina de la misma manera como se determina el resto de lo existente, es decir, como dirá Spinoza (2002) siglos más adelante, el hombre no forma "un reino dentro de otro reino" [13](p. 191).

Los estoicos piensan que lo existente es el cuerpo; frente a esta postura, algunos autores plantean la crítica de que, si solo está el cuerpo, dónde queda la conciencia del hombre y su poder de decisión, ya que no importa mucho su intelecto. Frente a esto, según Cardona (2015), los estoicos posteriores admitirán el poder de la voluntad humana dentro del hombre, pero determinadas por un hecho físico, aunque el problema surgió cuando los críticos se dieron cuenta de un vacío en el planteamiento estoico: si todo está ya determinado para qué se necesitaría la conciencia moral para resolver los problemas y los sufrimientos que le aquejan en su existencia (p. 62).

Con todo, los estoicos reconocen que, si bien nuestras acciones como hombres ya están determinadas, no significa que debamos vivir como si no tomáramos parte en ellas, en este punto podríamos citar a Jonas (1995) que nos dice:

> La responsabilidad es un correlato del poder, de tal modo que la clase y la magnitud del poder determinan la clase y la magnitud de la responsabilidad. Cuando el poder y su ejercicio alcanzan ciertas dimensiones, no solo cambia la magnitud de la responsabilidad, sino que también se produce un cambio cualitativo en su naturaleza, de modo que los actos del poder producen el contenido del deber; éste es, esencialmente, por lo tanto, una respuesta a lo que acontece… Nosotros tenemos que decir hoy: debes, puesto que haces, puesto que puedes; es decir, tu enorme poder está ya en acción (p. 212).

Los estoicos fueron enfáticos en esta condición: que, aunque los hechos estén ya predeterminados, nosotros debemos dar cuenta de nuestras acciones. El sabio para ellos conoce el desenlace de las acciones, por lo mismo conoce con determinismo y no exime su responsabilidad moral frente a lo que hace. Siendo que según los estoicos "la pregunta básica no concierne a qué acciones deben realizarse, sino a qué tipo de persona hay que ser y qué tipo de vida hay que llevar. Lo que se busca es la felicidad personal" (Cardona, 2015, p. 64).

La búsqueda de la felicidad, según los estoicos, podría resumirse en que hay que buscar ser virtuoso, pero también ayudar a los demás, reconocer al otro que me ayuda en mi realización como individuo. Los males o los sufrimientos que aquejan al hombre pueden ser superados o utilizados en bien de la persona, porque evitarlos no es posible, por ejemplo, el hombre siempre va preferir tener salud que tener dinero; con esto se demuestra que lo que ellos quisieron explicar es que el hombre siempre va preferir su bienestar frente a cualquier otra cosa, realizar en sí mismo la acción virtuosa, que aprende de sus errores y los mejora.

13 Para ampliar información véase la obra *"Ética"* de Baruch Spinoza.

> Para entender mejor esto podríamos citar a Marías (1954) que nos recuerda que:
> La virtud (…) consiste en esa conformidad racional con el orden de las cosas. El sabio está de acuerdo con la naturaleza, y conforme con el destino; en cambio, el hombre irracional, el que no vive según su propia naturaleza, está en desacuerdo consigo mismo y con el mundo, y el destino lo arrastra en vez de conducirlo (p. 526).

Lo bueno y lo recto es la virtud para los estoicos. El que quiere obrar bien, llevar una vida virtuosa y así evitar todo aquello que lo lleve a sufrir, debe ejercer el buen juicio en sus acciones guiadas por lo natural, es decir, por la razón. Ellos no hablaron tanto del deber, sino más bien de lo adecuado; así nos lo recordó Dietrich von Hildebrand (2020) cuando en una de sus obras habló de que todo bien portador exige una respuesta adecuada y se preguntó ¿qué es lo adecuado?, respondiendo que es buscar entre valores inferiores y superiores, prefiriendo los últimos[14] (p. 284). Se trata, como dirá san Agustín, buscar un orden en los amores, un amor adecuado que me lleve a preferir siempre lo que me haga feliz y lo que no me produzca sufrimiento. Para vivir éticamente las respuestas a los estímulos de la vida deben ser adecuadas.

Para los estoicos lo que más importaba era la intención que se tiene en la vida, más que el fin en sí mismo, aunque todas deben llevar a la felicidad de la persona. Para ellos, quien vive racionalmente, es decir, quien vive según el deber, será feliz, aunque viva en medio de dolores y sufrimientos.

Epicureísmo

Otra de las doctrinas filosóficas helenísticas que analizaremos es la filosofía de Epicuro[15], que en cierto modo encontró referencia o relación con el estoicismo, aunque tuvo con él sus diferencias abismales. Esta doctrina, según Cardona (2015), se creó en el "307 o 306 a.C., Epicuro [la] fundó en el jardín de su casa, situada en la periferia de Atenas" (p. 72). El mismo autor señala que esta doctrina tuvo grandes detractores y tergiversadores con el paso del tiempo, por el mero hecho de su recurrencia en la palabra placer en sus escritos. Vamos primero a la definición exacta de esta filosofía helenística y su relación con el tema del sufrimiento humano.

> Para conocer más acerca de esta filosofía nos remitiremos a Ferrater Mora (1994) que nos cuenta que esta doctrina:
> Partió de una doble necesidad: la de eliminar el temor a los dioses (…) y la de desprenderse del temor a la muerte. (…) El fin de la misma es la vida tranquila (…) La felicidad se consigue, por consiguiente, cuando se conquista la autarquía y a través de ella, la ataraxia, no para insensibilizarse por completo, sino para alcanzar el estado de ausencia de temor, de dolor, de pena y de preocupación (p. 1036).

14 Para ampliar información véase la obra *"Ética"* de Dietrich von Hildebrand.

15 Epicuro (ca. 341-270 antes de J. C.) nac. en Samos, de padres procedentes del demos ático (…) Epicuro – que se opuso a las concepciones fundamentales de los estoicos, platónicos y peripatéticos, acercándose, en cambio, a la de los cirenaicos – partió de una doble necesidad: la de eliminar el temor a los dioses (…) y la de desprenderse del temor a la muerte. (Ferrater Mora, 1994, p. 1036)

La vida de la persona humana y cómo se debe comportar en su existencia ha estado desde siempre en la razón de las personas; el mismo Platón se hizo la pregunta en algún momento de cómo debe vivir el hombre en su existencia terrenal. Esto ha traído sufrimiento al hombre, ya que no solo debe preguntarse por cómo debe sobrevivir, sino que debe pensar el cómo llevar una vida virtuosa; si hablamos en términos de estas filosofías, esta pregunta se intensificó durante la época helenística, que fue de gran confusión para el ser humano y sobre esta confusión empezó a aparecer el Epicureísmo.

La doctrina epicúrea generó al comienzo mucho rechazo, que tuvo que ver sobre todo con una crítica a su fundador, pues "Timón de Fliunte (…) lo calificó también como "el más inadecuado de los vivientes". Timócrates (…) escribió sobre su antiguo maestro que vomitaba dos veces al día debido a sus excesos (…) que era un ignorante, que apenas se levantaba de la cama" (p. 72); esto llevó a un descrédito de la doctrina que solo hasta el Renacimiento y principios de la Edad Moderna se fue recuperando y ganando en importancia.

Con todo, hay que decir que los epicúreos se distinguieron por pregonar digamos una vida poco convencional para la época, donde lo que importa es el alegre vivir, inhibiendo todo aquello que lleve al sufrimiento de la persona. El sabio es aquel que por su manera de vivir es referente para la vida de los demás, incluso el mismo Epicuro se volvió referente frente a sus seguidores, esto lo vemos en Kranz (1964) que nos cuenta que Epicuro "llamaba "medicina" a sus principios filosóficos y buscaba la "liberación de los hombres; sus seguidores lo tenían por salvador suyo" (pp. 80-81).

Como se ha dicho, el placer como principio fundante es esencial en la doctrina epicúrea, ya que es la actitud principal para alcanzar lo que ellos llaman una "vida dichosa", una vida en la que no se tengan en cuenta las preocupaciones propias de los avatares de la existencia. La vida es coercitiva afirman ellos, pero nada nos obliga a vivir bajo el yugo de la esclavitud; todos estamos llamados a ser libres, "busca la independencia con relación a los afectos violentos (sobre todo el dolor), a las cadenas de la penuria, a la coerción del Estado, a la angustia frente a la muerte" (Kranz, 1964, p. 81). En síntesis, se trata de evitar todo lo que traiga sufrimiento.

Parafraseando a Cardona (2015), el mensaje bien entendido de los epicúreos es que hay que tener una actitud prudencial frente a la vida, combatiendo todos aquellos excesos que se puedan tener y que puedan perturbar y transgredir la serenidad del hombre; así, esta filosofía se vuelve en una doctrina con un mensaje para la vida misma. Por ello se convirtieron en médicos que recetan la cura para el sufrimiento, no es otra cosa que la felicidad misma, en medio de una época que no dista mucha de la nuestra, donde el ser humano se encuentra desorientado y en que solo se debe preocupar en cómo sobrevivir en el mismo (p. 74). Citando más textualmente a Cardona (2015) podríamos decir lo siguiente:

> En una época de incertidumbre como la de la de la Grecia helenística, ha rebajado sus pretensiones y ya no se propone explicar el mundo, sino que se conforma con explicar cómo sobrevivir en él y se preocupa por encontrar los remedios, aquello que puede eliminar la angustia, el desasosiego, sin reparar demasiado en las causas, lo motivos de la enfermedad (p. 74).

Epicuro y sus discípulos hablaron de que la vida del hombre siempre tendrá sufrimiento y dolor que tendrán que ser experimentados y afrontados, pero que la persona debe buscar el disfrute en medio de esas situaciones límite. Su visión del placer es la ausencia del dolor; y el más idóneo para hablar de esto es Epicuro, un hombre que en su vida tuvo que enfrentar el sufrimiento y el dolor en su propia carne, pues como se ha dicho, un hombre enfermo como él, podría afirmar que la vida hay que disfrutarla a pesar del sufrimiento que la aqueja. En sintonía con este planteamiento que Epicuro hace, aparece Nietzsche (2011) quien dice que "solo quien sufre constantemente ha podido inventar semejante felicidad (…): nunca hubo antes una voluptuosidad tan modesta" (p. 45). Pero a pesar de sufrir en su carne, afirma Epicuro que son peores los sufrimientos del alma que los del cuerpo, pues los primeros traen el recuerdo de lo que se ha vivido y el anhelo de lo que se vivirá posteriormente, es decir, no son pasajeros como si lo son los segundos.

La síntesis de la doctrina de Epicuro y sus discípulos frente a la búsqueda de la felicidad y el desquite del sufrimiento, la podemos resumir en la frase que él escribe en una de sus obras así: "El gozo es el principio y el fin de una vida dichosa" (Epicuro, 1982, p. 128). Lo que no nos lleva a disfrutar la vida según esta doctrina tratada es que tenemos miedo de vivir gozosamente, tenemos temor de evitar el sufrimiento porque ya lo concebimos como propio de nosotros.

Cinismo

Otra escuela nacida en esta época helenística, es decir a finales del siglo IV a.c., fue la de los cínicos. Respecto a esta doctrina Reale y Antíseri (2007) escriben que "aunque fue fundado por Antístenes, a la mañana siguiente de la muerte de Sócrates, el cinismo encontró una especie de refundación por Diógenes de Sínope, que lo llevó a un gran éxito" (p. 387), así Diógenes[16] se convirtió en su principal exponente. A los seguidores de esta doctrina filosófica se les llamó con el apelativo de perros, que precisamente era por su manera de actuar frente a la vida. Ellos aceptaron el apelativo con agrado "porque al igual que los perros ellos trataban de ser sinceros y nobles, y aspiraban a satisfacer sus necesidades naturales, (…) de la manera más honesta, sin pudor y con desparpajo" (Cardona, 2015, p. 112). Eran personas despreocupadas por el decir de la sociedad; su idea fundamental era la de ser autosuficientes y la de evitar necesidades, es decir, no estar sometidos a cosas que los lleven a estar preocupados, a estar sufriendo por cosas pasajeras de la vida.

Su doctrina se caracterizó por proponer un modo de vida y una serie de actitudes con las cuales hay que enfrentar la civilización que propone mentiras, es corrupta y pregona posturas exageradas frente a los bienes. Para evitar esto se debe llevar una vida sencilla, evitando caer en frustraciones sociales por pretender grandiosidades que superan nuestra capacidad, ya que es precisamente el querer obtener cosas y acaparar lo que nos lleva a sufrir, porque no nos contentamos con lo que obtenemos, sino que queremos seguir consiguiendo y escalando en el Estado, lo cual según el cinismo, nos lleva a sufrir.

16 Diógenes de Sínope le cupo en suerte llegar a ser el exponente principal y casi el símbolo de este movimiento. Diógenes fue contemporáneo (mayor) de Alejandro. Un testimonio antiguo refiere precisamente que "murió en Corinto en el mismo día que Alejandro en Babilonia" (Reale y Antíseri, 2007, pp. 387-388).

Podríamos citar nuevamente a Cardona (2015) que nos relata la doctrina cínica así: "Todo lo que no sea contentarse con lo que se tiene al nacer, naturalmente, y lo imprescindible para mantener estas posesiones innatas, conduce a la frustración y al dolor" (p. 113). Todas estas cosas que hoy en día conducen a un llamado "éxito", para ellos son solo engaños que nos llevan a un estado de frustración que solo nos deja desolación. Para entender mejor la doctrina cínica podríamos citar a Long (1975) que nos dice lo siguiente:

> Según Diógenes, el hombre solo necesita disciplina propia, física y mental, para realizarse plenamente y vivir conforme a la naturaleza (…) Las cosas convencionalmente consideradas como bienes-propiedades, atractivo físico, posición social-son irrelevantes, incluso enemigos del bienestar humano. (…) La verdadera felicidad no puede tener nada que ver con algo que no resista la pregunta: "¿Responde esto a mi naturaleza como ser racional?" Defendía un tipo de vida en que un hombre obre de manera que lo que de veras es valioso para él, su bienestar interior, no pueda ser afectado por juicios convencionales, sociales y morales" (p. 20).

Todo esto se podría traducir en que ellos defendían la negación de las necesidades propias para así alcanzar una vida plena, sin muchas ostentosidades, porque para ellos eso es lo que lleva al sufrimiento del hombre. Diógenes expresaba la búsqueda del hombre virtuoso, de aquel que sepa vivir según su propio estado, que se conforme con eso y que con eso que experimenta sepa ser feliz. Ellos proponen algo que puede sonar extraño para nuestros días, en una sociedad como la nuestra que tiene la concepción de que el que no tiene sufrimiento es aquel que ha alcanzado riquezas y metas en la vida, mientras que los que sufren son los que tienen necesidades. Por el contrario, según los cínicos el hombre debe vivir con lo necesario y sin el pensamiento sufriente del qué pasará mañana.

Para los cínicos; a diferencia de los epicúreos; el hombre debe evitar el placer, porque el disfrute de esto nos va atando a situaciones y poderes que vuelven al hombre esclavo de la humanidad. Muchos alabaron a Diógenes por enseñar una manera más fácil para vivir, en la que, en conclusión, el hombre sufre porque quiere estar apegado al poder; si no quiere experimentar el sufrimiento, propio de esto, debe practicar una vida sencilla y austera.

Como se ve, todas estas corrientes de la filosofía helenística, tuvieron entre sus preocupaciones un binomio fundamental: sufrimiento/felicidad; dos posiciones que consideran antagónicas y frente a las que buscan desprenderse del primero para alcanzar lo segundo. Allí se ratifica lo visto al presentar el contexto en el que nacen: no se trata de una preocupación por una elaboración sistemática del pensamiento, sino de una filosofía como medicina de la vida, en un pensamiento que pone al hombre en su centro y que se preocupa por mostrarle el camino para superar el dolor y vivir feliz, es decir, virtuosamente.

El impacto de la filosofía helenística en prácticas y filosofías actuales

Contexto actual del problema

El sufrimiento siempre ha acompañado la historia de la humanidad, y la propia comprensión del sufrimiento es ineludiblemente necesaria para comprender al hombre de todos los tiempos; incluso su identidad como persona se ve amenazada cuando experimenta el dolor y es una realidad que siempre está presente, pues tenemos temor de lo que pasó, de lo que está pasando o de lo que pasará.

El sufrimiento priva al hombre de realizarse, como más adelante lo diremos con Spinoza; lo priva de su ser de persona. El hombre siempre se ha querido desprender de aquello que lo ata a un dolor y que no lo deja realizarse. La búsqueda de la felicidad ha sido esencial en la vida humana, el hombre no quiere sufrir y es natural que busque ciertos medios para evitar el dolor en la vida. La filosofía ha ayudado a aliviar esas cargas y volverse un instrumento de paz que instruya a los individuos a buscar la vida virtuosa, como lo vimos con la filosofía helenística.

En la época actual el hombre se ha visto envuelto por un gran sufrimiento, porque el mundo polarizado lo ha llevado a un desconocimiento propio. Es una época en la que el hombre ha tenido que ser testigo de guerras, atentados, genocidios, masacres y demás, que han atentado contra la dignidad de la persona; todas estas situaciones muestran que el entorno en el que se ha visto envuelta la sociedad actual no se ha prestado para que el hombre escape del sufrimiento, que es lo que proponen las filosofías helenísticas, y llegue a su fin mismo que es la felicidad.

Pensamientos modernos sobre la felicidad y el sufrimiento: Kant, Spinoza y Schopenhauer

El hombre, incluso en la actualidad, busca vivir virtuosamente; esto que era algo propuesto por los estoicos es también ampliamente utilizado en ciertas corrientes actuales, que de una u otra manera buscan la felicidad ya que es el fin ético en sí mismo. Hay autores que han debatido y cuestionado la teoría estoica y epicúrea del cuidado de sí, es decir, nadie podría mirarse a sí mismo y así encontrar el camino a la felicidad, en esto Kant (1995) es muy fuerte en afirmar que:

> es una desdicha que el concepto de la felicidad sea […] tan indeterminado que, aun cuando todo hombre desea alcanzarla, nunca puede decir por modo fijo y acorde consigo mismo lo que propiamente quiere y desea […] nadie es capaz de determinar por un principio, con plena certeza, qué sea lo que le haría verdaderamente feliz, porque para tal determinación fuera indispensable tener omnisciencia. […] Así, el problema es totalmente insoluble. Por eso no es posible con respecto a ella un imperativo que mande en sentido estricto realizar lo que nos haga felices (pp. 37-38).

Es así que para Kant el hombre no puede alcanzar la felicidad por medio de la búsqueda de sí mismo porque el ser humano es algo inacabado, nunca podrá terminar de realizarse, por lo que el sufrimiento siempre va estar presente; en contraste con Foucault (1991), que tiene un pensamiento más estoico, pues afirma el cuidado de uno mismo y el cuidado de los otros, como queda evidenciado cuando dice que

> Tal disociación es probablemente uno de los fenómenos más importantes de uno mismo y quizá en la historia de la cultura antigua. En todo caso, es un fenómeno importante que conduce a que, poco a poco, la preocupación por uno mismo se convierta en un fin que se basta a sí mismo, sin que la preocupación por los otros se convierta en el fin último ni tampoco en el baremo que permita valorar la preocupación por uno mismo (p. 67).

Esta idea sale a la luz cuando miramos los planteamientos posclásicos de la filosofía helenística, donde cada una de estas corrientes de aquella época planteaban una fórmula universal para ser feliz y evitar el sufrimiento del hombre, llámese virtud, búsqueda del placer como negación del dolor, llevar una vida buena en Séneca o dejar las necesidades opulentas a un lado para ocuparme de mí mismo y así no ser un ser sufriente por las cosas pasajeras. Es así que Malishev (2014) citando a Valsameda nos dice que, se debe "elaborar una fórmula general para ser feliz, puesto que la felicidad de cada uno de nosotros depende de un sentimiento particular de placer y dolor. Además (…) para alcanzarla varían en cada época de su existencia" (p. 12). De tal modo que la supuesta felicidad que proponían los epicúreos, estoicos y cínicos se vuelve como en una especie de "utopía" que el hombre difícilmente podrá alcanzar, además de todos los problemas sociales y morales que lo rodean.

No solo Kant se refirió a la búsqueda de la felicidad, sino también Baruch Spinoza, quien también en sus obras compartía ciertos rasgos con los estoicos, pues menciona cómo deberíamos comportarnos ante las situaciones extremas de la vida, de cuya resolución depende que el hombre encuentre felicidad o sufrimiento; esto nos lleva a sabernos comportar en ciertos momentos que se presentan en la existencia. Precisamente Spinoza dice que cuando se tiene conciencia de lo inevitable de la vida se puede aceptar más fácil; con ello parafrasea a los estoicos en sus presupuestos de que el sufrimiento es inevitable, pero hay modos de aceptarlo y esquivarlo. En este sentido, Quesada (2008) citando a Séneca, plantea que "Séneca, en sus Cartas a Lucilo, dice: "Si quieres suprimir el temor, suprime la esperanza" (p. 82), es decir, la esperanza de la que hablan los estoicos, en este caso Séneca, nos trae sufrimiento, pues no sabemos qué será del futuro, y según Spinoza esto es lo que más adelante trae sufrimiento y dolor.

Así, para Spinoza resulta el sabio, al igual que para los estoicos, epicúreos y cínicos, en aquel que sabe guiar la propia vida, que supera el sufrimiento en vistas de la felicidad. En términos de Séneca, una vida buena, pues para Spinoza el sabio es aquel que se esfuerza por vivir conforme a su naturaleza, algo parecido a lo que proponían los cínicos; aquel que preserva su propio ser, pero que busca la alegría en lo que hace, dentro de todas estas premisas el sufrimiento queda excluido para Spinoza, pues pierde trascendentalidad, el mal no puede calar en el hombre ya que no lo realiza como ser humano.

Contrario a este pensamiento aparece la obra de Schopenhauer, que es diametralmente opuesta a la de Spinoza, para quien el proceso de realizarse como ser no produce alegría, sino al contrario, sufrimiento. Schopenhauer (1983) afirma que "la perseverancia en el ser no produce alegría, sino un inevitable dolor. Es por ello por lo que siempre resulta preferible el no-ser al ser" (p. 253). Para él la perseverancia en la vida solo nos lleva al sufrimiento, perseverar en el ser solo nos llevará a un estado de dolor tras dolor, por lo que considera que es mejor hundirse en el no ser. Como se ve, esto es contrario a Spinoza, que maneja una ética de la felicidad, asemejándose más a las filosofías helenísticas.

El redescubrimiento de la filosofía humanista a partir de Séneca

Tanto estoicos y epicúreos se preocuparon por vivir filosóficamente, es decir, un buen vivir en la civilización, ser guiados por las virtudes y así llegar a ser felices. Para ellos el sabio se preocupa por cultivarse a sí mismo, por llevar una vida moralmente buena; también ellos (estoicos, epicúreos y cínicos) trataron de llevar una vida austera para llegar a la *autarquía* del filósofo.

Prácticas filosóficas de tinte estoico se han continuado desarrollando a través de la historia. Particularmente, en la época contemporánea que tuvo un contexto social similar a aquel en el que se desarrolló la filosofía helenística. En palabras de Restrepo (2006) "la sociedad de nuestro tiempo cayó en un olvido casi hipnótico del hombre y de sus necesidades; se desentendió del hombre como ser que piensa y siente -lo que denominarán los Nihilistas "el olvido del ser" (p. 54)-. Esta es la raíz de lo que se ha llamado crisis de la contemporaneidad, ya que el olvido del hombre como persona ha llevado a que entre ellos traten de destruirse, y esto ha generado que sufra y no le encuentre sentido a su vida, cayendo en el olvido del *yo*.

En esa búsqueda espiritual y queriendo encontrar el sentido humano en el mundo, en los últimos tiempos se ha vuelto la mirada a las escuelas clásicas. En este punto, en muchas universidades se ha vuelto al pensamiento de Séneca[17], un estoico que mostró un modo de vida virtuoso. Séneca, como discípulo naciente de las filosofías helenísticas, planteó el estoicismo como un estilo de vida para evitar el sufrimiento.

Aquellos autores que retoman a Séneca plantean el *cuidado de sí*, criticando los excesos de su tiempo. Autores como Savater, Foucault, Ortega y Gasset, han vuelto la mirada al cultivo de sí como fundamento para la felicidad. Precisamente Foucault (2002) dijo refiriéndose al cuidado de sí que "en la práctica de sí cuyo desarrollo constatamos durante el periodo helenístico romano, al contrario, hay un aspecto formativo, que está esencialmente ligado a la preparación del individuo" (p. 104); dicha preparación ayuda al individuo para que lleve una vida serena en medio de tanto caos que abunda en el mundo, dejando todo aquello que lo esclaviza, tal como habían propuesto los cínicos, y llevando una ruta para llegar a la felicidad.

17 Michel Foucault en nuestro tiempo ha retomado ampliamente a Séneca.

Según Restrepo (2006), el estoicismo como modo de vida trascendió ampliamente al ámbito filosófico a través del tiempo, autores como el mencionado Baruch Spinoza y el mismo Foucault (los dos de épocas distintas), retomaron ideas estoicas para fundamentar la filosofía como estilo de vida (p. 58).

Para Séneca el hombre virtuoso es aquel que pone la misma virtud y la sabiduría como medios para encontrar una vida feliz, una vida que, en sus palabras, supere todo tipo de sufrimiento. Él también, al igual que Epicuro, fue un hombre enfermo, y desde esta perspectiva planteó que hay que superar el dolor para ser feliz. Séneca (2000) dice que, "el sabio es maestro en el arte de dominar los males: el dolor, la pobreza, la infamia, la cárcel, el destierro, temibles en cualquier situación, cuando han llegado a su presencia, quedan mitigados" (párr. 41), es decir, superar todo mal que lo aqueje y que no le permita vivir el cuidado de sí.

Desde esta perspectiva se entiende que el estoicismo puede ayudar a la sociedad actual en su búsqueda de sentido, ya que al ser una doctrina que se aleja de la apetencia de bienes y que propone la dejación de las propias necesidades, puede ayudar a que el hombre se encuentre consigo mismo y con los otros.

El hombre sufriente al encuentro del otro

Los otros son importantes en la filosofía, ya que a través de ellos yo también puedo buscar mi felicidad, pero sin olvidar la de ellos, es decir, yo, al actuar moralmente, me abro a la posibilidad de conocer al otro y de encontrar en él también la virtud. A este respecto podríamos citar a Emmanuel Lévinas (1987) que dice que cuando el otro irrumpe mi vida no pasa cualquier cosa, el otro conmueve mi existencia, por lo que ya no puedo permanecer indiferente frente a lo que le pase y me siento obligado a reconocerlo (p. 252).

Las palabras de Lévinas resuenan en nuestro interior en medio de un mundo tan polarizado como el nuestro, donde solo importa la individualidad de cada persona y ya no se habla de comunidad, pues el otro se ha convertido para nosotros en un extraño al cual no queremos conocer. Como dijo el mismo Lévinas, tenemos que dejarnos encontrar y conmover por el que sufre, por el que pasa dolor. Así, si las filosofías helenísticas en su tiempo invitaban a entrar en uno mismo para conocer su interior y cultivar la vida virtuosa, en esta época también lo debemos hacer, porque el hombre está enfrentando un desconocimiento significativo de sí mismo y esto le produce dolor y sufrimiento, ya que no se hace consciente de lo que quiere para su vida.

Merlier (2019) afirma que la indiferencia ante los demás no es una respuesta genuinamente humana, sino que al contrario, al nosotros ser empáticos nos abrimos a la posibilidad de conocer la interioridad del otro, así puedo medianamente llegar a comprender lo que el otro siente cuando pasa momentos de alegría, pero también cuando pasa momentos difíciles, cuando se ve sumergido por el sufrimiento y la zozobra ante su entorno (p. 74).

El epicureísmo, por su parte, se ha desarrollado desde la muerte de su gran exponente hasta nuestros días, a través de la obra de muchos filósofos que lo han retomado; entre ellos se puede mencionar a Tomás Moro, Quevedo, Hume, Schopenhauer, Karl Marx, J. Stuart

Mill, Nietzsche, García Dual, Albert Camus, Fernando Savater, entre otros. Con todo, no podemos olvidar que con el triunfo del cristianismo se da una decadencia del epicureísmo como doctrina hasta el punto en que en la Edad Media era casi por completo ignorado.

Siempre el hombre experimentará situaciones límite

Como hemos visto, el hombre siempre va a tener la realidad de su sufrimiento latente, pues es inevitable que sufra, ya que siempre se verá envuelto en situaciones que lo hagan salirse de sus zonas de confort. Autores como Viktor Frankl y Karl Jaspers han retomado también el tema del sufrimiento, para ellos presente cuando el hombre experimenta situaciones límite que lo hacen enfrentarse a esta realidad. Estas situaciones todos las experimentamos, nadie se puede escapar de ellas, y frente a ellas tiene dos posibilidades: sentir angustia y desesperación y ser capaz de realización personal a la que apuntaron los estoicos. Así afirma Jaspers (1958) cuando dice

> El sufrimiento es reducción de la existencia empírica, destrucción parcial; detrás de todos los sufrimientos está la muerte. En la clase de sufrimiento y en la intensidad del dolor hay las mayores diferencias. Sin embargo, en definitiva, puede afectar a todos lo mismo y todos tenemos que soportar su parte; nadie se libra de él (p. 102).

Para Frankl, el sufrimiento adquiere sentido cuando yo tengo la capacidad de transformarlo en medio de las situaciones adversas, porque como él afirma "la conducta del hombre no es dictada por las condiciones que él encuentra sino por las decisiones que toma" (Frankl, 1994, p. 151). El hombre en nuestro tiempo siempre tendrá que experimentar situaciones moralmente complejas, ya que los problemas sociales, culturales, económicos, entre otros, han llevado a que el ser humano se distraiga de su fundamento virtuoso y tenga sufrimiento, pero el hombre como ser racional siempre tendrá la capacidad y la invitación a hacerse consciente de sus problemas para tratar de darles un sentido. Si hablamos en el ámbito cristiano, los enfermos y los que sufren siempre tendrán lo que se ha llamado "caridad cristiana", que es una invitación en que como hombres le ayudemos a los que sufren a darle un significado a sus dolores y padecimientos, y es que en medio de esto vean en Cristo la plena realización del hombre que los acompaña en medio de situaciones difíciles.

La influencia helenística en prácticas actuales

La filosofía cristiana también se ha visto influenciada por estas doctrinas filosóficas, el estoicismo y el epicureísmo particularmente han permeado hasta nuestros días ciertas prácticas que realizamos. Por ejemplo, Foucault (1996) menciona ciertas valoraciones filosóficas que se han centrado en el cuidado de sí, en llevar una vida bien lograda, es decir, aquellas que han intentado llenar de sentido la vida del ser humano en medio de sus limitaciones. Él dice que el cuidado de sí siempre ha estado en el centro del pensamiento filosófico, que alude a la búsqueda de la propia identidad. En nuestra actualidad se hace referencia a ese cuidado y búsqueda de sí, como ya lo vimos anteriormente, y es una consolación para el hombre de hoy la afirmación que hace Epicuro de que nunca es tarde para ocuparse y preocuparse por sí mismo. Los estoicos recomendaban retirarse al interior de uno mismo y permanecer allí, es decir, meditar y prepararse para afrontar la vida, pues en el retiro podemos reconducir

la existencia. Esto se ha popularizado mucho entre nosotros como práctica espiritual; nos retiramos para reflexionar sobre nosotros mismos y para volver a pensar en la vida y en cómo la estamos llevando (p. 150).

La escritura misma ha servido para dejar consignado todo aquello que se hace por llevar una vida virtuosa. Cicerón, Séneca y Marco Aurelio invitaban a mirar con meticulosidad los detalles de la vida para comprender mejor y analizarse a sí mismo. El examen de conciencia que nosotros retomamos a modo de análisis de la conducta que se ha tenido y para ver cómo nos hemos equivocado, es una idea que viene desde la misma antigüedad, desde los estoicos.

Aurelio proponía anotar en un cuaderno lo que se iba a hacer durante el día y en la noche revisarlo para ver si había correspondencia; este fue el antecedente para los exámenes de conciencia que practicamos hoy en día. Referente a esto, los estoicos y epicúreos recomendaban hacer un buen examen de uno mismo para irse a dormir, mirando lo malo, pero no a modo de juicio, sino como una forma de alcanzar cada vez una eficacia mayor. Incluso la mortificación, que tanto se usó en el Medievo, e incluso hasta nuestros días, viene de una idea estoica, pues como afirmaba Séneca, esta nos prepara para soportar y afrontar los momentos de adversidad, de sufrimiento.

A modo de conclusión

La moral es un tema del que mucho se ha hablado, pero que a la vez ha sido olvidada en el actuar del hombre; sin embargo, no se puede perder de vista que el ser humano es capaz de vivir moralmente, es decir, es capaz de acomodar su vida a lo que se ajuste a sus anhelos de felicidad para así evitar todo tipo de sufrimiento. El mal está también presente para oscurecer la existencia, pero no es que el hombre busque el mal, sino que si éste llega, es en medio de una búsqueda del bien.

Para distinguir entre lo bueno y lo malo, entre lo que nos hace felices y lo que al contrario nos da dolor y sufrimiento, tenemos la conciencia moral, que es aquella que nos muestra y nos permite conocer cómo está la vida y cómo actuar en la misma. Romano Guardini decía que la conciencia moral es un saber que se dirige al propio yo, y es eso a lo que apuntaron los estoicos, epicúreos y cínicos, a conocer el yo, porque así se puede descubrir qué es lo que se puede hacer o no hacer. Esto se aplica a una sociedad como la nuestra, donde todo lo queremos en inmediatez y no pensamos en las consecuencias que eso conlleva, por eso Zygmunt Bauman la llamó *sociedad líquida*, indicando que todo es pasajero; con ellos se ha perdido la noción de finalidad, y es por esto es que la sociedad actual ha perdido también el llamado a la felicidad, porque se vuelve esclava sólo de lo momentáneo.

Conclusiones

La filosofía helenística se desarrolló en una época significativa de la historia de la filosofía y de la historia de la humanidad misma, en donde las filosofías posclásicas, es decir, aquellas que se desarrollaron después de la muerte de Aristóteles, tuvieron un cambio significativo de pensamiento. Estas filosofías tuvieron un tinte más humanista, pues se empezaron a preocupar más por la vida del hombre, su pensar, su bienestar, en cómo vive, en sus problemas y en sus alegrías. Es por esto que en este contexto social, filosófico y político nacen escuelas como el Epicureísmo, el Estoicismo y el Cinismo.

Como vimos, estas filosofías nacen en una época difícil para el hombre, por eso es que su reflexión va a estar puntualmente marcada por pensar cómo el hombre debe llevar una vida buena, que no es más que dejar a un lado el sufrimiento y apuntar a ser felices. El epicureísmo en particular fue desarrollado por Epicuro, su fundador y mayor exponente. Este filósofo apuntó a una vida feliz, postulando que la vida debe terminar de forma tranquila, algo paradójico en medio de sociedades tan convulsionadas como la de aquella época; por esto pensó en la filosofía como una medicina que ayuda a aliviar los dolores y sufrimientos de las personas. Se reconoce que el hombre siempre tendrá la realidad del sufrimiento pero que debe buscar el disfrute de la vida en medio de esas situaciones adversas.

Por su parte, el estoicismo, doctrina que fue promulgada por Zenón de Citio, invitaba a las personas a mirar un nuevo modo de vida, no solo en el placer, sino buscando la virtud. La filosofía apunta a buscar la *"eudaimonía"*, es decir, la felicidad, sabiendo que nuestras acciones siempre tendrán unas consecuencias que hay que asumir, combatiendo las fuerzas de la pasión que producen intranquilidad. La búsqueda de la felicidad es lo principal en el estoicismo, una felicidad que se da en la virtuosidad, sabiendo que los males que nos aquejan no pueden ser eliminados, pero sí transformados.

Para los cínicos, la búsqueda del bienestar de la persona no se encuentra en grandes bienes, ni en altos puestos en el estado, sino al contrario, ellos promulgaban una doctrina más austera. Según Diógenes, su fundador, y sus seguidores, la vida debe vivirse de la forma más simple y sencilla, es decir, preocuparse de lo meramente fundamental que ayude a la construcción de mi ser en el mundo. De ese modo ellos combatían el sufrimiento de las personas, porque afirmaban que el hombre se embota en el sufrimiento y en el dolor, y en el dolor es cuando idealiza las cosas, cuando se preocupa más por lo material y por los puestos en la civilización, que por su propio desarrollo moral que apunta a la felicidad personal.

Todas estas filosofías no se quedaron en el pasado; sus postulados y sus pensamientos quedaron inmortalizados a través de la historia, hasta el punto de que en nuestros días todavía tenemos grandes pensadores que han retomado estas doctrinas para explicar el estar dramático del hombre en el mundo.

Esta realidad es evidente particularmente en la filosofía contemporánea, en la que autores como Kant o Spinoza, retomaron presupuestos fundamentales de las filosofías humanistas para presentar la respuesta al interrogante del sufrimiento.

Esto nos muestra que la búsqueda de la felicidad es y será siempre fundamental para la filosofía; y en este sentido, estos autores helenísticos han dado pensamientos que permanecen vivos, buscando que el hombre, en medio de todas las situaciones que lo aquejan se siga formando, se preocupe por sí mismo y busque la realización de los demás a través de la suya.

En conclusión, el hombre tendrá sufrimiento siempre en su vida; es inevitable que sufra, pero sí se puede guiar para que encuentre la felicidad, que es una decisión de cada persona: si sumergirse más en el dolor o buscar alternativas. En este sentido la filosofía helenística sigue siendo un instrumento de pensamiento y de reflexión, ahora más evidenciado que nunca con ciertas prácticas y filosofías.

Referencias

Aristóteles y la filosofía helenística (sf). *Taller del filósofo*, 3, 1-22 https://www.oup.es/sites/default/files/2020-12/INICIA-2BACH-FILOLA-unit.pdf

Aristóteles. (1961). *Ética nicomáquea.* (A. Gómez, Trad.) Editorial UNAM (Trabajo original publicado en 1957)

Cardona, J. (2015). *Filosofía helenística. Estoicos, epicúreos, cínicos y escépticos.* Editorial

Bonalletra Alcompas, S.L.

El Helenismo (sf) *El Helenismo.* 1-40.

https://filoranca.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/10/helenistico-teoria.pdf

Epicuro (1982). *Carta a Meneceo. Textos de los grandes filósofos, edad antigua*. Editorial Herder.

Ferrater Mora, J. (1994). *Diccionario de Filosofía.* (Tomo II. E-J). Editorial Ariel, S.A.

Foucault, M. (1996). *Las tecnologías del yo. Editorial Paidós.*

Foucault, M. (1991). *Las tecnologías del yo y otros textos afines.* Editorial Paidós Ibérica.

Foucault, M. (2002). *La hermenéutica del sujeto.* Fondo de cultura económico.

Frankl, V. (1994). *La voluntad de sentido.* (3ra. ed.). Editorial Herder.

García, I. (2015). *Introducción. La filosofía helenística.* Ediciones Universidad de Salamanca. https://www.oup.es/sites/default/files/2020-12/INICIA-2BACH-FILOLA-unit.pdf

Hildebrand, D. (2020). *Ética.* Ediciones Encuentro S.A.

Jaspers, K. (1958). *Filosofía.* (Vela, F. Trad, Vol. 2.). Editorial Revista de Occidente.

Jonas, H. (1995). *El principio de la responsabilidad.* Editorial Herder.

Kant, I. (1995). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres.* Crítica de la razón práctica. Editorial Porrúa.

Kranz, W. (1964). *La filosofía griega.* (A. Castaño, Trad., III tomo). Editorial UTEHA. (Trabajo original publicado en 1964).

Lévinas, E. (1987). *De otro modo que ser, o más allá de la esencia.* Ediciones Sígueme.

Long, A. (1975). *La filosofía helenística.* (J. de Urries, Trad.). Alianza Editorial. (Trabajo original publicado en 1975).

Malishev, M. (2014). *Kant: ética del imperativo categórico.* Editorial La Colmena.

Marías, J. (1954). *Biografía de la Filosofía.* Editorial Revista de Occidente.

Mas, S. (2003). *Historia de la filosofía antigua. Grecia y el helenismo.* Universidad Nacional de educación a distancia.

Merlier, P. (2019). *"La empatía según Edith Stein", Acta fenomenológica latinoamericana- Volumen VI.* Círculo latinoamericano de Fenomenología, Pontificia Universidad Católica del Perú.

Nietzsche, F. (2011). *La gaya ciencia.* (J. Lara, Trad.). Editorial Libertador.

Pinedo, I. (2014). *Apropiación del sufrimiento y búsqueda de sentido.* Tesis psicológica, vol. 9, núm. 1, pp. 36-49.

Préaux, C. (1984). *El mundo helenístico.* (J. Lacasta, Trad., 2.ª ed.). Editorial Labor, S.A. (Trabajo original publicado en 1978).

Quesada, J. (2008). *Otra historia de la filosofía.* Editorial Ariel.

Reale, G., y Antíseri, R. (2007). *Historia de la filosofía 1.* Filosofía pagana antigua. (J. Gómez, Trad., 1.ª ed.). Sociedad de San Pablo. (Trabajo original publicado en 2007).

Restrepo, J. (2006). El estoicismo como una propuesta alternativa para la contemporaneidad. *Revista Lasallista de Investigación*, vol. 3, núm. 2, pp. 53-61.

Schopenhauer, A. (1983). *El mundo como voluntad y representación.* Editorial México.

Sellés, J. (1998). *La persona humana* - Parte I – Introducción e historia. Ágora Editores Ltda.

Séneca, L. (2000). *Carta LXXXV, epístolas morales.* Editorial Juventud.

Spinoza, B. (2002). *Ética.* Editorial Alianza.