

<https://info.nodo50.org/Estoicismo-para-gilipollas.html>



# Estoicismo para gilipollas

- Noticias - Noticias Destacadas -



Fecha de publicación en línea: SÁbado 3 de mayo de 2025

---

Copyright © Nodo50 - Todos derechos reservados

---

**Hace años leí a Séneca. Más en concreto, Sobre la felicidad, una obrita bastante curiosa que el autor escribió para justificar que un sabio estoico como él tuviera riquezas y posición social. En esto ocupaban su tiempo los filósofos de la Roma imperial, supongo. En aquel tiempo estaban de moda las filosofías helenísticas (estoicismo, escepticismo y epicureísmo), que se habían desarrollado siglos antes en tiempos de crisis, cuando Alejandro Magno había conquistado Grecia. Es decir, tanto su surgimiento como su popularización fue en épocas donde los regímenes republicanos y democráticos eran sustituidos por autoritarismo.**

Yo estaba leyendo ese libro en torno a 2010, cuando en España no se hablaba más que de crisis, prima de riesgo, rescate y ausencia de futuro. Me pareció un paralelismo curioso. Al fin y al cabo, España no había sufrido una conquista militar, pero sí estábamos en una crisis económica del carajo. Se decían cosas como que éramos la primera generación en mucho tiempo que viviría peor que sus padres. Y todo el asunto del rescate, la troika, la UE y la Biblia en verso nos hacía pensar que las elecciones y las votaciones parlamentarias no valían nada frente a las decisiones de un equipo de hombres de negro. Sospecha que se demostró cierta en el caso de Grecia.

En ese momento se me ocurrió escribir un libro denominado Estoicismo para tiempos de crisis, en el que actualizara los textos de los viejos pensadores de esta escuela y los adaptara a una época caracterizada por la misma sensación de pérdida y de falta de solidez. Pero no perseveré. Por un lado, pensé en qué narices hacía yo dando clases de estoicismo, si siempre he sido más del epicureísmo. Encontrar la felicidad en el placer cuadra más a mi carácter que convertirme en una planta inmune a venturas y desventuras. Y por otro lado, Estoicismo para tiempos de crisis era, en mi cabeza, un proyecto serio, un análisis filosófico hecho por alguien que supiera del tema. Alguien que no era yo, puesto que me faltaba mucho bagaje filosófico: aunque pudiera leer los textos originales, no tenía la profundidad de análisis que te da la carrera universitaria de Filosofía. Así que aparqué el proyecto en un cajón.

Viendo lo de moda que se ha puesto el estoicismo en los últimos tiempos, me temo que no vi venir la oportunidad de negocio. Desdeñé el siempre lucrativo negocio de estafar a gilipollas. Debería haber mandado a la mierda la seriedad del proyecto y haber abierto el primer canal de YouTube / pódcast / tienda de camisetas sobre estoicismo pop en español. Ahora estaría montado en el dólar y tendría una legión de secuaces preadolescentes con pelo cortado a lo brócoli que repetirían mis palabras más banales.

¿Por qué se ha puesto de moda el estoicismo? Es más, ¿por qué se ha puesto de moda entre cierta comunidad? Hablo de todo ese espectro de aspirantes a influencer que hablan de salud (pero enfocado para tíos, es decir: de cómo mazarse), de inversiones, de lo bueno que es el capitalismo y de lo malas que son las tías. Que lo mismo se marcan un discurso en torno al concepto body count como flipan con el cochazo que se van a comprar con el dinero que tienen invertido como publicitan un retiro solo para hombres en el que aprender habilidades para la «mejora personal». Y ahí, en medio de esa ensalada de conceptos, el estoicismo. ¿Por qué?

Hay un tema de fondo. Lo he mencionado antes: las tres filosofías helenísticas son filosofías de huida. Nacen cuando Grecia deja de ser un montón de ciudades autónomas y se vuelven a popularizar cuando Roma queda bajo el mando de los emperadores y el pueblo deja de tener la más mínima influencia en el gobierno. Estas tres corrientes filosóficas lo reflejan. ¿Cómo voy a ser aristotélico y a definirme como un «animal político» si estoy viendo que no es así, si la polis (en el caso griego) o la república (en el romano) ya no existe? ¿Si he dejado de tener derechos, si el tirano es mi dueño y puede hacerme lo que quiera?

Estas corrientes filosóficas se repliegan hacia lo privado. El hombre (1) ya no se define por su relación política con

su ciudad, sino por su relación social con la humanidad en su conjunto y con la naturaleza. El centro de estas filosofías deja de ser lo colectivo y pasa a ser lo individual, y la preocupación fundamental ya no es la política, sino la ética. Las preguntas son: ¿cómo puedo YO alcanzar la virtud / la felicidad / la seguridad / lo que sea?

En consonancia con estas ideas, son filosofías prácticas, con poca abstracción y especulación teórica. Hay poca metafísica y ontología y mucha ética. La filosofía ya no se concibe como algo propio de sabios, sino como una guía práctica, una forma de enseñar al hombre a vivir. Por eso, tiene que expresarse en lenguaje llano y difundirse con libertad. Si no se la puedes explicar al más animal de los patricios romanos, no cuenta.

¿Nos suena todo esto? Claro que nos suena. Vivimos en un mundo donde todas las certezas se han derrumbado. Los grandes discursos políticos que vertebraban la vida de la gente en el siglo XX ya no están. No hay proyectos transformadores de la sociedad, y cuando los hay no suscitan más que cinismo. Está más que demostrado que el «fin de la historia» del que habló Fukuyama era una estafa como una catedral, pero no podemos concebir una alternativa al capitalismo. Y el capitalismo, sin un contrapeso, lo fagocita todo. Todo es una mercancía, tanto lo que siempre lo ha sido como lo que antes tenía algún valor distinto al de cambio. Las relaciones, la verdad, la nostalgia... Todo te lo puede vender una empresa.

No hay nada fijo. Vivimos de alquiler, largándonos cada 5 años o antes. Cada vez se ensancha más la grieta entre los súper ricos y los demás. Votar no sirve para nada: los Estados, o bien no hacen nada para prevenir los abusos de la empresa privada, o bien los amparan directamente. Todas las predicciones del comunismo, el anarquismo y demás corrientes se están cumpliendo una por una, pero tenemos la cabeza tan comida que no somos capaces de organizarnos para parar el desplome. Así las cosas ¿tan extraño es que aparezcan de nuevo las filosofías helenísticas? Corrientes de pensamiento sencillas, prácticas, fácilmente administrables en pildoritas a cambio de una suscripción mensual. Corrientes que te hablan a ti como persona, que te dicen que dejes de preocuparte por los demás, que te enseñan a navegar en este mundo y que te prometen alguna certeza si sigues sus preceptos (2). Normal que triunfen.

Pero ¿por qué el estoicismo? Antes he mencionado que había tres grandes escuelas helenísticas:

El estoicismo entiende que la búsqueda de la felicidad exige cierto desapego hacia los bienes materiales y serenidad contra las emociones fuertes. Ni las grandes ganancias ni las grandes pérdidas, ni el deseo de placer ni el miedo al dolor, deben perturbar al estoico.

El epicureísmo cree que la felicidad está en el placer, aunque sus formulaciones clásicas hablan de un placer moderado y con componente intelectual. El mayor placer es la ausencia del dolor y de las preocupaciones.

El escepticismo busca aplicar la duda ante las verdades que no sean evidentes. Eso llevará a un estado de paz mental.

Por supuesto, he simplificado muchísimo, pero me basta para apuntar una respuesta. Creo que el estoicismo se ha puesto de moda por incomparecencia de sus rivales. El epicureísmo, en su formulación clásica y más intelectual, no interesa a nadie y es inaplicable (¿cómo voy a buscar el placer leyendo, charlando con los amigos y llevando una vida simple si me paso 10 horas al día en el trabajo?); y en su formulación más banal, más puramente hedonista, ya es lo que nos ofrece el sistema: compra, consume, toma videojuegos, toma plataformas de series, toma fast fashion. Y el escepticismo resulta poco revolucionario en un mundo que se basa en el método científico y donde hay libertad de expresión para no tener que acatar la opinión de la mayoría.

Además, el estoicismo tiene algunas características que lo hacen fácilmente adaptable. La primera es que es muy fácil de convertir en autoayuda: centra todo el problema en ti y te ofrece un camino de mejora que depende exclusivamente de tus propias capacidades mentales. Para conseguir la felicidad no necesitas llevar esa vida buena que te pedía el epicureísmo, sino que te basta con conseguir serenidad y paz mental para sobreponerte al infortunio.

¿Cómo? Con este cursito que te voy a vender.

También es una filosofía que se adapta muy bien a cualquier circunstancia de vida. Puedes ser estoico y rico: mira a Séneca o a Marco Aurelio. Como lo que pide es una disposición mental, ¿por qué no va a ser compatible con tener cochazos, casoplones y dinero invertido en criptomonedas? Visto así, otra ventaja es que se puede leer muy fácilmente desde un contexto anglosajón y protestante: se da un aire a estas corrientes cristianas que dicen que todo está predestinado, que lo único que vale es la fe y que puedes acumular muchísimo dinero y aun así ser salvo. Es lo más cerca que puede estar uno de ser cristiano si no cree en Cristo. Y como siempre, lo que triunfa en EE.UU. acaba aquí.

En este mismo sentido, está su peculiar relación con el sexo. Hay en este universo mental una cierta fijación con la idea de que el sexo es malo, te distrae de tus objetivos, etc. Vivimos en una época cada vez más puritana, al fin y al cabo. Y ahí tienes a esos neoestoicos, captando perfectamente el espíritu del momento y vendiéndote cosas como retiros para hombres o filosofías masculinistas.

Por eso triunfa el estoicismo. E irá a más, ¿eh? Según se vaya expandiendo el autoritarismo en el mundo y la crisis climática vaya siendo más grave, la versión ultrasimplificada de esta filosofía se hará cada vez más popular. Replégate hacia ti, hacia tu persona, hacia tu serenidad, y que le den a un mundo que se hunde. Si es que tendría que haberme subido al carro cuando aún estaba a tiempo...

*Posdata:*

**Notas:**

(1) Como en todas las referencias que haga a la filosofía griega, «hombre» es masculino no genérico.

(2) He visitado varias webs de estoicismo pop para escribir este artículo. Me ha llamado la atención una frase de una de ellas, en la que promete «serenidad mental ante las imprevisibles adversidades que la vida te irá arrojando». Vaya: apúntate a mi podcast y, ya que no puedo hacer que tu vida sea una mierda, te enseñaré a que no te afecte.