

SERENIDAD ESTOICA

Meditaciones

A todas horas, preocúpate resueltamente, como romano y varón, de hacer lo que tienes entre manos con puntual y no fingida gravedad, con amor, libertad y justicia, y procúrate tiempo libre para liberarte de todas las demás distracciones. Y conseguirás tu propósito, si ejecutas cada acción como si se tratara de la última de tu vida, desprovista de toda irreflexión, de toda aversión apasionada que te alejara del dominio de la razón, de toda hipocresía, egoísmo y despecho en lo relacionado con el destino. Estás viendo cómo son pocos los principios que hay que dominar para vivir una vida de curso favorable y de respeto a los dioses. Porque los dioses nada más reclamarán a quien observa estos preceptos. (Meditaciones II.5)

El alma del hombre se afrenta, sobre todo, cuando, en lo que de ella depende, se convierte en pústula y en algo parecido a una excrecencia del mundo. Porque enojarse con algún suceso de los que se presentan es una separación de la naturaleza, en cuya parcela se albergan las naturalezas de cada uno de los restantes seres. En segundo lugar, se afrenta también, cuando siente aversión a cualquier persona o se comporta hostilmente con intención de dañarla, como es el caso de las naturalezas de los que montan en cólera. En tercer lugar, se afrenta, cuando sucumbe al placer o al pesar. En cuarto lugar, cuando es hipócrita y hace o dice algo con ficción o contra la verdad. En quinto lugar cuando se desentiende de una actividad o impulso que le es propio, sin perseguir ningún objetivo, sino que al azar e inconsecuentemente se aplica a cualquier tarea siendo así que, incluso las más insignificantes actividades deberían llevarse a cabo referidas a un fin. Y el fin de los seres racionales es obedecer la razón y la ley de la ciudad y constitución más venerable. (Meditaciones II.16)

El tiempo de la vida humana, un punto; su sustancia, fluyente; su sensación, turbia; la composición del conjunto del cuerpo, fácilmente corruptible; su alma, una peonza; su fortuna, algo difícil de conjeturar; su fama, indescifrable. En pocas palabras: todo lo que pertenece al cuerpo, un río; sueño y vapor, lo que es propio del alma; la vida, guerra y estancia en tierra extraña; la fama póstuma, olvido. ¿Qué, pues, puede darnos compañía? Única y exclusivamente la filosofía. Y ésta consiste en preservar el guía interior, exento de ultrajes y de daño, dueño de placeres y penas, si hacer nada al azar, sin valerse de la mentira ni de la hipocresía, al margen de lo que otro haga o deje de hacer; más aún, aceptando lo que acontece y se le asigna como procediendo de aquel lugar de donde él mismo ha venido. Y sobre todo, aguardando la muerte con pensamiento favorable, en la convicción de que ésta no es otra cosa que disolución de elementos de que está compuesto cada ser vivo. Y si para los mismos elementos nada temible hay en el hecho de que cada uno se transforme de continuo en otro, ¿por qué recelar de la transformación y disolución de todas las cosas? Pues esto es conforme a la naturaleza, y nada es malo si es conforme a la naturaleza. En Carnunto. (Meditaciones II.17)