“Vivir para servir, o servir viviendo”

Por: Lisandro Prieto Femenía. 22/09/2022

“Es mejor morir de hambre habiendo vivido sin dolor y miedo,

que vivir con un espíritu atribulado, en medio de la abundancia”

Epicteto

En la presente oportunidad nos interesaría invitarlos a reflexionar desde la óptica de los estoicos sobre un asunto que se ha impuesto en cotidiano cuando no debería serlo necesariamente: el estrés y la hiperactividad como forma de vida recomendada por el paradigma de la vacua e intrascendente notoriedad que produce la ficticia utilidad mediática que representamos mediante la difusión de nuestro accionar.

Sin pretender invadir campos del saber que nos resultan ajenos, podemos sintetizar que el stress, el concepto de estar inmersos en una cotidianidad que nos cansa mediante una permanente ocupación, se torna en problema cuando el quehacer que succiona casi la totalidad de nuestro tiempo responde a satisfacer una necesidad externa y no a una pasión que nos envuelve en un tipo de vocación que nos arrastra placenteramente a una actividad creativa y productiva. Dicha problemática surge cuando la hiperactividad se impone como producto de moda y de modo de vida que ha logrado sustituir el esclavismo clásico por la auto-explotación del sujeto como aparente método de realización personal.

Al respecto, Séneca (4 a.C- 65 d.C) nos dirá que estar constantemente ocupados no tiene que ser necesariamente bueno, en el sentido estricto en que dicha forma de vida nos estaría distrayendo de aquellos aspectos de la existencia que son realmente relevantes. Para lograr comprender este razonamiento, es crucial, en p rimer lugar, detener la marcha automática y pensar que no todo es importante: que hagamos cosas no implica necesariamente que sean trascendentes, significativas necesarias, interesantes o útiles. O, en palabras simples, casi nunca cantidad se traduce en calidad.

La recomendación estoica interpela permanentemente a centrarse prestando atención a lo que hacemos, por qué cómo lo hacemos, para qué lo hacemos y para

quién lo hacemos. Estar “ocupado” por inercia o para brindar a una sociedad virtual una imagen de utilidad ficticia es básicamente una estupidez: tranquilamente todos pueden estar realizando simultáneamente actividades totalmente intrascendentes, por más llamativas que sean o por más likes que reciban.

Ante ello, podríamos realizar un pequeño ejercicio: en calma, silencio y soledad, nos realizamos la hipotética pregunta: “si hoy fuera mi último día de vida ¿querría estar haciendo esto?”. Estimados lectores, hagan el intento de registrar sus actividades diarias ya sea en un listado material o mental al caer la noche durante al menos una semana y procedan a concluir honestamente si aquello que más tiempo les lleva cotidianamente está o no mejorando vuestras vidas o, de ser posible, con coraje pregúntense a ustedes mismos si querrían hacer lo que suelen hacer hasta el último día de sus vidas.

Un pequeño ejemplo de ello sería poder analizar cuántas horas diarias dedicamos al consumo visual de los contenidos de redes sociales. Imaginen por un instante que un hado del destino les comunica que fallecerán mañana a esta hora e interpélense inmediatamente: ¿querría pasar así mi último día en este mundo? Es muy probable que la mayoría de la gente diga que no. Pues bien, si la respuesta es no, estamos en condiciones de empezar a quitarle tiempo a esa actividad.

Los estoicos dirían que lo único que está bajo nuestro control son nuestras opiniones, juicios y decisiones, y no la de los demás. Las opiniones de otros tal vez puedan resultarnos interesantes e incluso podemos aprender algo de ellas, pero no son más que eso, son perspectivas y juicios sobre las cuales no tenemos el más mínimo control o poder. Ahora bien, si nos pasamos la vida buscando la aceptación y aprobación de la percepción que tienen otros de nosotros (ser notables, famosos, vistos, considerados por los demás), lo que estamos haciendo, básicamente, es tirar a la basura una cantidad considerable de nuestro precioso tiempo ya que es bien sabido que la fama es extraordinariamente volátil e ingrata: un día te van a vitorear en un contexto determinado y otro día, por cualquier razón circunstancial, puedes tener un ejército de críticos que se vuelven en tu contra. La pérdida constante de tiempo en este tipo de banalidades que nos venden como necesarias nos obliga a centrarnos y preguntarnos: ¿por qué me importa esto?, ¿qué estoy haciendo y por qué lo estoy haciendo?

Ahora bien, no es necesario que caigamos en malas interpretaciones: las redes sociales no son más que herramientas, y es el uso que le damos lo que propicia las

consecuencias que retornan. El tiempo que hemos decidido otorgar al uso de dicha herramienta depende exclusivamente de la utilidad que tomamos de las mismas o del placer que nos proporcionan. En este sentido, podremos apreciar que la excusa por excelencia de muchísimos adultos del uso de las redes sociales es como medio de contacto con familiares que viven en otros continentes. Incluso en aquellos casos, su uso puede y debe ser regulado racionalmente: así vivieran a pocas calles de nuestra casa, no estaríamos permanentemente en contacto o enviándonos fotos y videos.

En todo caso, siempre es fundamental colocar una limitación temporal, incluso si el uso es laboral, promocional o académico, puesto que la idea es no perder innecesariamente la unidad de medida primordial de la vida en estado de existencia: el tiempo. En ese sentido, los estoicos nos enseñaron que una herramienta es eso y nada más, un “útil-para”, y cada cual decidirá si las utilizará correcta o incorrectamente. Evidentemente el dispositivo no nos dirá jamás como debemos usarla, aunque en el caso de las redes sociales nos hace permanentemente sugerencias (a las cuales les recomiendo enérgicamente ignorar intencionalmente).

Epicteto (55 d.C- 135 d.C) nos brindará un claro panorama sobre lo precedentemente señalado, indicando en sus “Discursos” una reflexión que tal vez pueda resultarnos relevante: si tienes dinero, ¿qué vas a hacer con él? La moneda por sí sola no te lo dirá, porque es una simple herramienta que acumulamos ya sea por el placer mismo de acopiar o por la necesidad de hacer cosas con él: comprar bienes y servicios. Por sí mismo, es un objeto que carece de valor propio, motivo por el cual desde la óptica estoica no tendría sentido alguno dedicarle completamente la vida al acopio de algo cuya utilidad carece de sentido una vez que hayamos partido de este mundo. No, amigo lector, yo sé lo que tal vez está pensando: no es una doctrina comunista o hippie, sino una forma de vida que le presta atención a lo estrictamente necesario y no le rinde culto a lo esencialmente accesorio en cuanto que el dinero no es el oxígeno que llena nuestros pulmones o da sentido a nuestra corta existencia sino simplemente un medio para un fin concreto (al igual que lo son tantas otras cosas que reciben reverencias cual deidades de antaño). Agustín de Hipona (parafraseando a Séneca) supo traducir e incorporar al cristianismo lo precedentemente señalado al decirnos que no es más rico quien más cosas posee, sino el que menos cosas necesita.

Frente a la cultura de la exposición mediática, prudencia, frente al estilo de vida alienado completamente de un sentido trascendente, razón y ante la esclavitud

propia de sistemas económicos y culturales, sencillez y sensatez. Como habrán podido apreciar, el desapego a lo innecesario es el motor del pensamiento estoico y no es casual su relectura en nuestros tiempos. Por un breve instante tratemos de recordar que el mismísimo Marco Aurelio, emperador el imperio romano (equivalente a ser presidente de los Estados Unidos o de alguna potencia militar y económica de Europa u Oriente), era sin duda alguna una persona con un poder considerable y, sin embargo, le preocupaba el hecho de la adulación constante que recibía en lugar de gozarla y sacar provecho de ella. Las fuentes históricas y sus escritos nos dan bastantes pruebas de que, a pesar de su fama, intentó ser lo más justo posible en el trato cotidiano con la gente. En sus Meditaciones nos interpela drásticamente: "Alejandro el Macedón y su mulero, una vez muertos, vinieron a parar en una misma cosa; pues, o fueron reasumidos en las razones generatrices del mundo o fueron igualmente disgregados en átomos". En otras palabras, "r*ecuerda que Alejandro Magno, que era mucho más importante de lo que eres tú, aun así, murió"*. Abocar una tan corta existencia a la búsqueda desesperada de fama y prestigio a cualquier costo no haría otra cosa que renunciar al principio de individuación propio que nos lleva inevitablemente a olvidarnos a nosotros mismos y a quienes decimos amar.

Prueba clave de ello es cuando tenemos la posibilidad de conversar con alguien a quien se sabe tiene sus días contados. La pregunta que retumbará en su cabeza no será ¿cuántos seguidores de Twitter tengo al día de hoy? sino más bien ¿de qué cosas puedo estar orgulloso, ahora que tengo que partir? ¿qué dejo atrás? Creedme amigos, quien está en los portales de la muerte sólo puede pensar en aquello que hizo y su relevancia, cómo han sido sus relaciones sociales reales, con su familia y amigos y no la opinión de una horda de seguidores que, si bien tienen nombre y apellido, en el plano de la vida, son meras ilusiones virtuales intrascendentes.

Ante la incesante oferta y demanda de soluciones mágicas ofrecidas por corrientes editoriales que acercan brebajes de autoayuda masiva, el estoicismo ha sobrevivido con sus ideas a más de dos siglos y medio justamente porque su invitación a vivir mediante un pensamiento coherente que busca un sentido de la existencia en la tácita y definitiva realidad contundente de una finitud que, lejos de asustarnos, debe ser un permanente recordatorio que nos cachetee fuerte e insistentemente en la posibilidad de convertir el efímero destello de vida que nos toca en algo significativo.

Fotografía: Ethic

Fecha de creación

2022/09/22