MANUALES DEL DRAGÓN

Manual 77 · Bloque 16

2 COLUMNAS
la dicotomía del control

4 VIRTUDES
hacia dónde va la energía



DOS MIL AÑOS DE PRÁCTICA

Estoicismo del Dragón

QUÉ DEPENDE DE TI
Y QUÉ NO

MIGUEL AGUADO · TATIANA SANDOVAL



BLOQUE 16 · MANUAL 77

Estoicismo del Dragón

El Manual 76 te dio una imagen —el lápiz— y una promesa: que tu felicidad es tuya, y que nadie tiene derecho a quitártela.

Este manual te da, ahora, **la FILOSOFÍA que hace que esa promesa sea sostenible**, día tras día, durante toda una vida.

No solo una idea bonita para un buen momento, sino una forma de pensar con más de dos mil años de historia, puesta a prueba por personas que la vivieron en circunstancias mucho más duras que un semáforo: esclavitud, exilio, enfermedad, guerra.

El Manual 76 te dio una imagen —el lápiz— y una promesa: que tu felicidad es tuya, y que nadie tiene derecho a quitártela. Este manual te da, ahora, la FILOSOFÍA que hace que esa promesa sea sostenible, día tras día, durante toda una vida: no solo una idea bonita para un buen momento, sino una forma de pensar con más de dos mil años de historia, puesta a prueba por personas que la vivieron en circunstancias mucho más duras que un semáforo: esclavitud, exilio, enfermedad, guerra.

Esa forma de pensar se llama **ESTOICISMO**, y es, para quien escribió el primer borrador de este proyecto, la regla a seguir.



SECCIÓN UNO

01

Qué es el estoicismo, y quiénes lo empezaron

El estoicismo nació en Atenas, alrededor del año 300 antes de Cristo, de la mano de un filósofo llamado ZENÓN DE CITIO. La escuela tomó su nombre del lugar donde Zenón enseñaba —una stoa, un pórtico con columnas en la plaza pública— y de ahí, «estoicos»: los del pórtico.

Pero el estoicismo, más que una escuela con un solo fundador, es una corriente que se desarrolló durante siglos, y que tuvo, en tres figuras principales, sus voces más conocidas, cada una desde un lugar completamente distinto en la vida.

FIGURA	QUIÉN ERA, Y QUÉ APORTÓ
Epicteto **c. 50-135 d.C.**	Nació esclavo. Fue liberado más adelante en su vida, y se convirtió en uno de los maestros estoicos más influyentes de la historia. Sus enseñanzas —recogidas por un alumno en un texto llamado el «Manual» (Enquiridion)— abren, literalmente, con la idea central de todo este manual: «algunas cosas dependen de nosotros, y otras no». Que alguien que nació sin ningún control sobre su propia vida —ni siquiera sobre su propio cuerpo, en términos legales de su época— haya sido quien articuló con más claridad esta idea, no es casualidad: es, quizás, la prueba más contundente de que funciona.
Séneca **c. 4 a.C.-65 d.C.**	Político, escritor y consejero del emperador romano Nerón, que terminó siendo forzado al suicidio por el mismo emperador al que sirvió. Sus cartas y ensayos —escritos, muchos de ellos, mientras enfrentaba el exilio, la pérdida, y finalmente su propia muerte— están llenos de reflexiones sobre el tiempo, la muerte, la riqueza y la adversidad, siempre con un tono práctico: filosofía para VIVIR, no solo para pensar.