

## Lucio Anneo Séneca (4-65)

URL:<http://www.mundocitas.com/autor/Lucio+AnneoSéneca>

Filósofo hispanorromano. Perteneció a una familia acomodada de la provincia Bética del Imperio Romano. Su padre fue un retórico de prestigio, cuya habilidad dialéctica fue muy apreciada luego por los escolásticos, y cuidó de que la educación de su hijo en Roma incluyera una sólida formación en las artes retóricas, pero Séneca se sintió igualmente atraído por la filosofía, recibiendo enseñanzas de varios maestros que lo iniciaron en las diversas modalidades de la doctrina estoica por entonces popular en Roma. Empezó una carrera política, se distinguió como abogado y fue nombrado cuestor. Su fama, sin embargo, disgustó a Calígula, quien estuvo a punto de condenarlo en el 39. Al subir Claudio al trono, en el 41, fue desterrado a Córcega, acusado de adulterio con una sobrina del emperador. Ocho años más tarde fue llamado de nuevo a Roma como preceptor del joven Nerón y, cuando éste sucedió a Claudio en el 54, se convirtió en uno de sus principales consejeros, cargo que conservó hasta que, en el 62, viendo que su poder disminuía, se retiró de la vida pública. En el 65 fue acusado de participar en la conspiración de Pisón, con la perspectiva, según algunas fuentes, de suceder en el trono al propio Nerón; éste le ordenó suicidarse, decisión que Séneca adoptó como liberación final de los sufrimientos de este mundo, de acuerdo con su propia filosofía. En general, su doctrina era la de los antiguos estoicos, aunque, en numerosos aspectos, incorporó a ella su propia visión personal y hasta la de pensadores de escuelas antagónicas, como Epicuro, al que cita a menudo en términos aprobatorios; con ello no hizo sino ejemplificar el espíritu ecléctico y sintético característico del «estoicismo nuevo» propio de su época, del cual fue el máximo exponente. La filosofía era, para él, un asunto fundamentalmente práctico, cuyo principal objetivo era el de encaminar a los hombres hacia la virtud, comunicándoles el conocimiento de la naturaleza del mundo y de su propio lugar en él para que ello los hiciera capaces de guiar sus vidas de acuerdo con la voluntad divina. En este sentido, la lógica y la física proporcionan un fundamento a la ética pero no ocupan su lugar, sino que están subordinadas a ella como lo estaban ya en el antiguo estoicismo; a este último, Séneca aporta esfuerzo, que aplica a persuadir del deber de obrar y pensar rectamente, más que a demostrar la verdad de un conjunto de enunciados éticos normativos. Se vale, para ello, de la descripción vívida de los beneficios de la virtud y las desventajas del vicio; en la comprensión de que todos los bienes y males de este mundo son transitorios radica la autosuficiencia del verdadero sabio, quien, para conseguirla, debe liberarse de sus emociones, juicios equivocados acerca del valor de las cosas. El tono moral de Séneca está cargado de acentos religiosos que lo aproximan al teísmo y llevaron a pensar en la posibilidad de que fuera cristiano, circunstancia que trató de probarse a través de una supuesta correspondencia con san Pablo, que resultó ser apócrifa. En sus escritos sobre ciencias naturales trató, en particular, de los terremotos y su relación con los volcanes; aunque, en general, recogió las opiniones de los antiguos sobre diversos temas, añadió algunas reflexiones personales interesantes, como el vaticinio de una futura explicación de los cometas como verdaderos cuerpos celestes. Fue también autor de nueve piezas dramáticas, inspiradas en modelos griegos clásicos y que son, de hecho, estudios de las tensiones emocionales a que se ven sometidos los personajes, destinadas a ser leídas más que representadas; escribió así mismo una magistral y mordaz sátira de la deificación del emperador Claudio. (Córdoba, h. 4-Roma, 65).

### 233 citas:

1. "No es pobre quien poco tiene sino desea más.."
2. "Los hombres dan mayor crédito a lo que ven que a lo que oyen.."
3. "Los hombres aprenden mientras enseñan.."
4. "No es feliz quien no piensa que lo es.."
5. "Hase de menospreciar la facundina, que antes envuelve la sentencia que la declara.."
6. "Mi patria es todo este mundo.."
7. "Lo que opinas de ti mismo es mucho más pertinente que lo que los demás opinan de ti.."

8. "Sólo hay un bien causa y fundamento de la vida feliz: creer en uno mismo.."
9. "Gran parte de la bondad consiste en querer ser bueno.."
10. "La amistad siempre aprovecha, el amor hiere a veces.."
11. "Gobernarás a muchos si te riges por la razón.."
12. "¡Cuánto se parece a la amistad la adulación!."
13. "Es preciso que vivas para otro si quieres vivir para ti.."
14. "¿Quieres saber que es libertad? No ser esclavo de ninguna cosa, de ninguna necesidad, de ningún azar, reducir la fortuna a términos de equidad.."
15. "Toda arte es imitación de la naturaleza.."
16. "Nadie muere sino en su propio día.."
17. "Nadie es desgraciado sino por su culpa.."
18. "Nadie llegó a sabio por casualidad.."
19. "Cada uno es tan desgraciado como cree serlo.."
20. "La lectura alimenta el espíritu y le da reposo cuando está fatigado por el esfuerzo.."
21. "Ni hay una Filosofía sin virtud ni virtud sin Filosofía.."
22. "La naturaleza no da la virtud: es el arte de hacerse bueno.."
23. "A todos iguala la ceniza. Nacimos desiguales, pero morimos iguales.."
24. "Nadie que sea esclavo de su cuerpo es libre.."
25. "Dar consejos al sabio es superfluo y al necio inútil.."
26. "La vida es milicia.."
27. "El espíritu angustiado por el futuro es calamitoso.."
28. "Aprendemos para la escuela no para la vida.."
29. "El destino ayuda a quien lo acepta y arrastra a quienes se resisten.."
30. "El gobierno de sí mismo es el más difícil.."
31. "Ningún día es largo para el ocupado.."
32. "Las apariencias de las cosas engañan.."

33. "La ciencia es larga y la vida breve.."
34. "La buena salud viene de la cabeza.."
35. "La verdad se descubre al tiempo.."
36. "Siempre tenemos ante los ojos los vicios ajenos, y los nuestros a la espalda.."
37. "La adversidad no puede con el hombre valiente.."
38. "Ningún gran genio se dio sin una mezcla de locura.."
39. "Ni la prosperidad envanece al sabio ni la adversidad lo abate.."
40. "Nada es perpetuo y pocas son las cosas duraderas.."
41. "La vida entera del hombre no es otra cosa que un camino hacia la muerte.."
42. "El camino de la tierra al cielo no es blando.."
43. "Parte de la curación está en la voluntad de sanar.."
44. "El hombre es un animal racional.."
45. "Un hombre sin pasiones está tan cerca de la estupidez que sólo le falta abrir la boca para caer en ella.."
46. "Todo poder excesivo dura poco.."
47. "Muchas veces es valor el conservar la vida.."
48. "Estar en ocio muy prolongado, no es reposo, es pereza.."
49. "El lenguaje de la verdad es sencillo.."
50. "Sabe que cuando uno es amigo de sí mismo, lo es también de todo el mundo.."
51. "El fuego prueba el oro."
52. "El lenguaje de la verdad debe ser simple y sin artificios.."
53. "Muy pocos aciertan antes de errar.."
54. "Los deseos de nuestra vida forman una cadena cuyos eslabones son las esperanzas.."
55. "No hay nadie menos afortunado que el hombre a quien la adversidad olvida, pues no tiene oportunidad de ponerse a prueba.."
56. "Existe el destino, la fatalidad y el azar."
57. "La recompensa de una buena acción es haberla hecho.."

58. "Lo que las leyes no prohíben, puede prohibirlo la honestidad.."
59. "Para saber algo, no basta con haberlo aprendido.."
60. "Cabalgar, viajar y cambiar de lugar recrean el ánimo.."
61. "Lo que has de decir, antes de decirlo a otro, dítelo a ti mismo.."
62. "No es porque las cosas sean difíciles por lo que no nos atrevemos."
63. "Quien dá pronto, dá dos veces.."
64. "Es rey quien nada teme, es rey quien nada desea."
65. "El tiempo descubre la verdad.."
66. "Sin estudiar enferma el alma.."
67. "Las obras se tienen medio terminadas cuando se han comenzado bien.."
68. "Largo es el camino de la enseñanza por medio de teorías."
69. "Los hombres aman sus vicios y al mismo tiempo los odian.."
70. "Los vicios que se manifiestan son los más ligeros: los peligrosos son aquellos que se esconden bajo la virtud.."
71. "Prefiero molestar con la verdad que complacer con adulaciones.."
72. "El poder y el despotismo duran poco.."
73. "Si os sujetáis a la naturaleza, nunca seréis pobres."
74. "La voluntad es la que da valor a las cosas pequeñas.."
75. "Ninguno ama a su patria porque es grande, sino porque es suya.."
76. "La armonía total de este mundo está formada por una natural aglomeración de discordancias.."
77. "El pobre carece de muchas cosas."
78. "Roguemos fuerza a nuestra misma desesperación.."
79. "Una era construye ciudades. Una hora las destruye.."
80. "Toda la armonía total de este mundo está formada de discordancias.."
81. "El azar tiene mucho poder sobre nosotros, ya que si vivimos es por el azar.."
82. "No nos hace falta valor para emprender ciertas cosas porque sean difíciles, sino que son difíciles porque nos falta valor para emprenderlas.."

83. "Desdichado el que por tal se tiene.."
84. "Nada es tan bajo y vil como el ser altivo con el humilde.."
85. "Nada hay imposible a la naturaleza, sobre todo cuando se propone destruirse a sí misma.."
86. "Menos camino hay de la virtud a los vicios que de los vicios a la virtud.."
87. "Lo necesario, aunque cueste sólo un céntimo, es caro.."
88. "Merece salir engañado el que al hacer un beneficio cuenta con la recompensa.."
89. "Aunque avergüence decirlo, sólo pensamos en la virtud cuando no tenemos otra cosa que hacer.."
90. "El camino más breve para enriquecerse es menospreciar las riquezas.."
91. "Igual virtud es moderarse en el gozo que moderarse en el dolor.."
92. "Todas las cosas nos son ajenas."
93. "Pobre no es el que tiene poco sino el que mucho desea.."
94. "Desgraciado todo aquel que se angustia por el porvenir.."
95. "Enseñando se aprende.."
96. "Por muy elevado que la fortuna haya puesto a un hombre, siempre ha necesitado un amigo.."
97. "Si estás libre de enemigos porque a nadie hiciste injuria, no faltarán otros que lo sean por envidia.."
98. "La vida no es el bien ni el mal, sino simplemente el escenario del bien y del mal.."
99. "En lugar más bajo estarás más seguro.."
100. "Tenemos los vicios ajenos delante de los ojos y los propios a la espalda.."
101. "La felicidad es no necesitarla.."
102. "El valor languidece cuando no tiene rivales.."
103. "No se debe imitar a uno solo, aunque sea el más sabio.."
104. "Peor que la guerra es el temor de la guerra.."
105. "La juventud debe acumular."
106. "Estudia no para saber algo más sino para saber algo mejor.."
107. "El hombre es un animal social.."

108. "Muy sentida es la muerte cuando el padre queda vivo.."
109. "No hay viento favorable para el que no sabe dónde va.."
110. "La virtud está en hacer beneficios que sin duda no van a ser correspondidos.."
111. "La lealtad constituye el más sagrado bien del corazón humano.."
112. "Vive con los hombres como si Dios te mirase."
113. "No tengamos envidia de los que están encaramados, porque lo que nos parece altura es despeñadero.."
114. "Lo que la razón no consigue, lo alcanza a menudo el tiempo.."
115. "La avaricia es como la llama, la violencia de la cual aumenta en proporción al incendio que produce.."
116. "El hombre, ese ser tan débil, ha recibido de la naturaleza dos cosas que deberían hacer de él el más fuerte de los animales: la razón y la sociabilidad.."
117. "El mayor vicio es cambiar de vicios.."
118. "No podemos evitar las pasiones, pero sí vencerlas.."
119. "La naturaleza nos da el germen de la ciencia, pero no la ciencia. Ésta debemos procurárnosla con el estudio.."
120. "El que puede soportar con firmeza las grandes ofensas puede también vengarlas.."
121. "La palabra es el índice del pensamiento.."
122. "A la opinión y fama démosles su lugar debido."
123. "El Sol luce incluso para los malvados.."
124. "Mi nacimiento no me vincula a un único rincón. El mundo entero es mi patria.."
125. "El que pide con timidez invita a negar.."
126. "Nuestro defecto es aprender más por la escuela que por la vida.."
127. "Una cosa es amar la sabiduría y otra haberla conseguido.."
128. "Al que tiene el poder le impide hacer muchas cosas el amor a los suyos."
129. "Siempre es peor al día siguiente.."
130. "El vino lava nuestras inquietudes, enjuaga el alma hasta el fondo y asegura la curación de la tristeza.."
131. "Lo que de raíz se aprende nunca del todo se olvida.."
132. "Nunca será feliz aquel a quien atormente el que es más feliz que él.."

133. "Cuanto mayor es la prosperidad, tanto menos se debe confiar en ella.."
134. "La llaga del amor, quien la sana, la hace.."
135. "La más grande infelicidad es ser presa del temor cuando ya nada queda que esperar.."
136. "No existe ningún gran genio sin un toque de demencia.."
137. "Al comienzo fueron vicios, hoy son costumbres.."
138. "El que tenga mucho poder, úselo suavemente.."
139. "Los espíritus fuertes disfrutan de las adversidades como los soldados intrépidos triunfan en las guerras.."
140. "Quien pretende llegar a un sitio determinado, emprenda un solo camino y déjese de tantear muchos a un tiempo. Pues esto último no es caminar, sino vagar.."
141. "Procuremos olvidar lo que traído a la memoria nos entristece.."
142. "El que teme es un esclavo.."
143. "Quien se aflige antes de tiempo, se aflige más de lo necesario.."
144. "¡Cuán mezquina inocencia la del que se contenta con ser bueno según la ley!.."
145. "Con el fuego se prueba el oro. Con las desgracias, los grandes corazones.."
146. "Nadie disfruta de un bien adquirido con ansia: mientras piensa en acrecentarlo, olvida su uso.."
147. "Decir lo que sentimos, sentir lo que decimos, concordar las palabras con la mente.."
148. "Echarás de menos los males a los que hoy buscas remedio.."
149. "La naturaleza nos ha dado las semillas del conocimiento, no el conocimiento mismo.."
150. "El mejor límite para el dinero es el que no permite caer en la pobreza ni alejarse mucho de ella.."
151. "El favor consiste no en lo que se hace o se da, sino en el ánimo con que se da o se hace.."
152. "Vencer sin peligro es ganar sin gloria.."
153. "Los hombres cuando enseñan, aprenden.."
154. "Para el hombre ocupado no hay día largo.."
155. "Fiarse de todo el mundo y no fiarse de nadie son dos vicios: pero en el uno se encuentra más virtud, y en el otro más seguridad.."
156. "Dondequiera que se encuentre un hombre se puede hacer un beneficio.."

157. "Las costumbres de los filósofos no están conformes con sus preceptos."
158. "Tuyo haces el vicio que a tu amigo disimulas.."
159. "El constante peligro se torna en placer.."
160. "Mayor soy y para mayores cosas he nacido que para ser esclavo de mi cuerpo.."
161. "Pequeña es el alma de aquel a quien cosas terrenas debilitan.."
162. "El que se vanagloria de su linaje, alaba lo ajeno.."
163. "Natural es que nos causen mayor admiración las cosas nuevas que las grandes.."
164. "Cuando una parte del todo cae, lo demás no está seguro.."
165. "La buena suerte libra a muchos de su castigo, pero a nadie del miedo.."
166. "El que decide un caso sin oír a la otra parte, aunque decida justamente no puede ser considerado justo.."
167. "En las discusiones prolongadas se pierde la verdad.."
168. "El estúpido es un necio que calla."
169. "Amad para ser amados.."
170. "Pesa las opiniones, no las cuentas.."
171. "Cuando no se puede corregir algo, lo mejor es saberlo sufrir.."
172. "El galardón de las buenas obras es haberlas hecho. No hay otro premio digno.."
173. "Nada es más contrario a la curación que el cambiar frecuentemente de remedios.."
174. "Nadie puede ganar sin que otro pierda.."
175. "Tiénesse por virtud la maldad que sale bien.."
176. "Si la cólera no se contiene nos hará más daño que la injuria que la provocó.."
177. "Jamás se inventaría nada si todos no sintiéramos satisfechos con las cosas descubiertas.."
178. "En obligación nos pone de dar el haber ya dado.."
179. "No hay más calma que la engendada por la razón.."
180. "Es tan grande el placer que se experimenta al encontrar un hombre agradecido que vale la pena de arriesgarse a hacer un ingrato.."
181. "Procura en tus estudios no saber más que los otros, sino saberlo mejor.."

182. "Nadie puede considerarse libre si es esclavo de su propia carne.."
183. "No hay su día sin su pena.."
184. "Sufrimos más por nuestras opiniones que por los acontecimientos mismos.."
185. "Al hombre sabio no se le puede injuriar.."
186. "La embriaguez no es más que locura voluntaria.."
187. "No hay nada tan amargo como estar largo tiempo pendiente de una promesa.."
188. "Ningún árbol es fuerte sin continuos vientos.."
189. "La pobreza debe ser amada porque te hace demostración de los que te aman.."
190. "Aquel a quien el crimen es beneficioso es el que lo ha cometido.."
191. "Es a menudo más conveniente disimular una injuria que vengarla.."
192. "La vida es como una leyenda: no importa que sea larga, sino que esté bien narrada.."
193. "Grandes riquezas, gran esclavitud.."
194. "La avaricia arrebató a los demás lo que se niega a sí misma.."
195. "No es preciso tener muchos libros, sino tenerlos buenos.."
196. "Todo lo debemos consultar con el amigo, mas primero hay que consultar si lo es.."
197. "Forzosamente debe temer a muchos quien es temido por muchos.."
198. "En otros tiempos se limitaban a alimentar al cuerpo como a un servidor.."
199. "La embriaguez no crea los vicios, se limita a ponerlos en evidencia.."
200. "Si me ofreciesen la sabiduría con la condición de guardarla para mí sin comunicarla a nadie, no la querría.."
201. "El mundo, oh Dios del cielo, me ha visto llorar y gemir.."
202. "Ningún bien se disfruta sin compañía.."
203. "En la adversidad conviene muchas veces tomar un camino atrevido.."
204. "Si quieres vivir feliz, no te importe que te crean tonto.."
205. "El primer arte que deben aprender los que aspiran al poder es el de ser capaces de soportar el odio.."
206. "Ningún descubrimiento se haría ya si nos contentásemos con lo que sabemos.."

207. "Nadie escribe en su diario los favores recibidos.."
208. "Es mucho más importante que te conozcas a ti mismo que darte a conocer a los demás.."
209. "Escucha aun a los pequeños, porque nada es despreciable en ellos.."
210. "No nos atrevemos a muchas cosas porque son difíciles, pero son difíciles porque no nos atrevemos a hacerlas.."
211. "A los que corren en un laberinto, su misma velocidad los confunde.."
212. "En tres tiempos se divide la vida: en presente, pasado y futuro. de éstos, el presente es brevísimo."
213. "Hay cosas que para saberlas no basta con haberlas aprendido.."
214. "No hay mayor causa para llorar que no poder llorar.."
215. "Incierto es el lugar en donde la muerte te espera."
216. "Incontenida, la cólera es frecuentemente más dañina que la injuria que la provoca.."
217. "El que no quiera vivir sino entre justos, viva en el desierto.."
218. "Una esperanza reaviva otra esperanza."
219. "Lo mismo es nuestra vida que una comedia."
220. "No recibimos una vida corta, sino que nosotros la acortamos. no somos de ella indigentes, sino manirroto.."
221. "La mayor rémora de la vida es la espera del mañana y la pérdida del día de hoy.."
222. "Los que saben mucho se admiran de pocas cosas, y los que no saben nada se admiran de todo.."
223. "El trabajo y la lucha llaman siempre a los mejores.."
224. "Languidece la virtud sin adversarios.."
225. "No os espante la muerte."
226. "El hombre más poderoso es el que es dueño de sí mismo.."
227. "No hay cosa más fuerte que el verdadero amor.."
228. "Viven más contentos aquellos en quienes jamás puso los ojos la fortuna, que los otros de quienes los apartó.."
229. "Considera las contrariedades como un ejercicio.."
230. "Importa mucho más lo que tú piensas de ti mismo que lo que los otros opinen de ti.."
231. "No os espante el dolor."

232. "No os espante la pobreza."

233. "No hay ninguna cosa buena que no tenga su base en la razón.."