



JONATHAN WILLIAM DE PAULA

A VISÃO DE SÊNECA SOBRE A MORTE

LAVRAS – MG

2022



JONATHAN WILLIAM DE PAULA

A VISÃO DE SÊNECA SOBRE A MORTE

Monografia apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Curso de Filosofia, para a obtenção do título de Licenciado.

Prof.: Dr. Arthur Klik de Lima

LAVRAS – MG

2022

DEDICATORIA

*Aos meus pais, em especial a minha mãe Adreisa Salete Lima de Paula, meu exemplo de força. À
minha esposa Paula Nogueira Rodrigues, que me apoiou durante todo percurso acadêmico.*

Dedico.

AGRADECIMENTO

A Deus, por que sem ele nada seria possível. Que desde meu ingresso, e ao longo de todo o percurso acadêmico, até aqui, esteve presente. Me deu forças onde quis parar, me deu discernimento onde me encontrei perdido, me deu alívio, quando já não tinha forças para prosseguir.

A Universidade Federal de Lavras, pela rica oportunidade. Em nenhum outro lugar eu poderia ter tido tantas experiências, ter conhecido tantas pessoas, que com certeza levarei comigo. Principalmente os amigos, aqueles que compartilharam comigo da paixão pela filosofia, com quem ri e compartilhei uma vasta gama de emoções que só os estudantes de graduação sabem. Sou grato a todos os momentos que vivi ao longo do curso, pois fazem parte de uma fase importante da minha vida.

Ao meu orientador, pela paciência e dedicação, pelos conselhos e aprendizados. Por toda a contribuição na minha formação acadêmica. Um exemplo de professor que carregarei comigo na minha caminhada profissional.

A minha família e esposa que foram meus maiores incentivadores e apoiadores, em todos os momentos difíceis da graduação, e eles não foram poucos, agradeço por estarem lá por mim.

Quer nos determine a lei inexorável do destino, quer algum deus moderador do universo ordene todos os acontecimentos, quer seja o acaso que, desordenadamente, empurre aos baldões o curso da vida humana, a filosofia deverá proteger-nos. (Sêneca)

RESUMO

Buscou-se investigar a visão de Sêneca, representante do estoicismo tardio em Roma, sobre o tema da morte, a partir de um levantamento bibliográfico, perpassando obras e comentadores da escola e do autor. Os exercícios e práticas espirituais legados pela tradição foram fundamentais para essa investigação e para fundamentar a posição de Sêneca sobre o tema. O problema do homem como objeto central de investigação na antiguidade foi de extrema importância para a reflexão sobre a morte no estoicismo, as máximas mobilizadas pela antiguidade, como cuidado de si, divisão alma e corpo, é o regime da interioridade como caminho para vida virtuosa, tida como boa, permitiram aos estoicos avançarem com alguma segurança ao tratarem dos problemas do homem, dentre eles o da morte. A escolha de Sêneca se deve justamente pela forte presença do tema em suas obras e o tratamento singular que ele dá ao mesmo. O horizonte da morte funciona no estoicismo, principalmente em Sêneca, como fundamento para a necessidade de buscar viver uma vida boa, ou seja, virtuosa.

Palavras-chave: estoicismo, exercícios espirituais, morte, tempo, vida.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	8
1. Capítulo 1- Sêneca, o sábio e os exercícios espirituais	12
1.1 Sêneca	12
1.2 O sábio	13
1.3 Exercícios espirituais	17
2. Capítulo 2- Tempo, morte e sabedoria em Sêneca	26
2.1 Sêneca - os conselhos do sábio estoico	26
2.2 - Epistolas Morales	31
2.3 Tempo e morte para Sêneca	36
2.4 Considerações finais	44
Referências	45

INTRODUÇÃO

Albert Camus em sua obra “O mito de Sísifo” disse que existiria apenas um problema filosófico sério: o suicídio. Para ele, “Julgar se a vida merece ou não ser vivida, é responder a uma questão fundamental da filosofia” (Camus, 1979, p.15). Camus (1979) propõem reflexões sobre a vida a partir da questão do suicídio voluntário. Assumindo a premissa que sim, a vida vale a pena ser vivida, um mesmo movimento pode ser notado dentro do estoicismo senequiano, a partir do horizonte da morte ele recupera um tema caro a filosofia antiga, o de como viver, e viver bem.

E não faltaram aqueles dedicados a responder esta questão, grandes representantes das mais diversas escolas e linhas de pensamento, apresentaram soluções em certa medida plausíveis e eficientes sobre o assunto em suas respectivas épocas. Em especial abordaremos o estoicismo, singular desde sua fundação até a sua filosofia de cunho prático, e que em especial se destacou na reflexão e investigação dessas temáticas, sendo inclusive referência para a história da filosofia. A temática da morte em Sêneca ganha leituras muito particulares típicas do estoicismo.

Para os estoicos, sendo a vida um breve momento entre o nascer e o morrer, a morte se tornará necessariamente o horizonte de reflexão sobre a própria vida. O hábito de meditar sobre a morte é o que traria sentido à vida, pois a ideia da morte é o que desperta o desejo de aproveitar cada dia e de viver bem, para quando alcançar a morte, angustia de quem vive permanecerem firmes e serenos, sem arrependimentos.

Pois na medida que a certeza da morte esteve sempre presente, como uma sombra que se projeta inevitavelmente à luz da razão, ao refletirmos sobre a vida somos inevitavelmente atormentados pela angustiante ideia de que morreremos algum dia, permanecendo como uma sentença irrevogável decretada desde o nosso nascimento. A urgência pela vida e as reflexões que a certeza da morte suscita dentro do estoicismo sofrem um movimento muito mais útil, por que esperar até o momento derradeiro se a morte esta para todos a todo momento? Por isso é muito profícuo a meditação sobre a morte, viver cada dia como se fosse o último, levanta questões sobre o como viver, e viver bem. Em especial na visão de Lúcio Aneu Sêneca (1 a.C.-65 d.C.), filósofo e político do século I da era cristã preceptor de Nero e representante da corrente filosófica do estoicismo romano do período

imperial, o tema foi amplamente abordado, sendo possível encontra-lo em muitas de suas obras.

A Stoa (em grego: Στοά, Stoá, "pórtico" ou "colunata") era uma construção muito comum na Grécia Antiga geralmente consistia em um corredor coberto cercado por colunas o que evidenciava seu caráter de circulação e uso público. Eram utilizadas por mercadores, artistas que expunham suas obras, geralmente esta construção ficava ao redor das ágoras, que eram praças centrais que funcionavam como mercado nas grandes cidades, por onde circulavam mercadorias e informações.

Fundada na Grécia por Zenão de Cítio (no século IV a.C.), o estoicismo, (doutrina do Pórtico ou Stoa) atravessou séculos, com suas reflexões acerca da existência, da liberdade, até chegar em Roma onde obteve maior prestígio e adesão depois de um período de alguma, mas, pouca presença histórica. Em Roma devido ao ambiente fértil carente de uma doutrina moral, sua doutrina foi bem recebida (ou pelo menos algumas de suas teses), e alcançou adeptos de grande prestígio como por exemplo o imperador Marco Aurélio.

Segundo Giovanni Reale (2014, p.64) foi justamente o desaparecimento da República e a consequente perda de liberdade dos cidadãos que se seguiu dessa transição, que se somando ao distanciamento dos compromissos públicos, contribuiu para o surgimento de uma necessidade que surge naquele momento histórico específico, ao menos em alguns, de buscar nos estudos, em particular na filosofia estoica, respostas. Uma demanda por soluções práticas, em detrimento das teóricas, característica da doutrina do pórtico deste período, para os anseios romanos daquele período de instabilidade.

Nesse ambiente sedento de uma filosofia moral, o estoicismo aflora e ganha ainda mais prestígio através de Lucio Aneu Sêneca (1d.C a 63 d.C.), grande expoente de seu tempo. Sêneca nasceu em Córdoba, foi levado a Roma pelo pai junto dos irmãos. Pois seu pai pertencia à elite municipal de Córdoba, e aspirava uma importante carreira pública. Em Roma, durante 15 anos, segundo Veyne (2016, p.12), ele assimilou os arcanos do estoicismo pela leitura dos textos gregos, a leitura dos bons autores era um dos exercícios espirituais do estoicismo, que Sêneca praticará até seus derradeiros dias.

Como filósofo guiou-se pela doutrina estoica se mantendo fiel a seus ensinamentos embora se permitisse fugir um pouco da sua ortodoxia, muito provavelmente, pelo fato de ter dialogado com outras escolas filosóficas, em particular, como a do Epicurismo.

Interessante fato que o aproxima muito da figura de Zenão, que a princípio antes de fundar sua escola leu seus contemporâneos e os antigos, e foi por sua vez também, ao menos no início, atraído pelas pretensões, semelhantes as suas, presentes nos primórdios do jardim epicurista, de enfatizar a busca pela felicidade do homem como real máxima da filosofia.

Felicidade geralmente associada, na filosofia, a uma vida virtuosa, autárquica e livre, liberdade essa relacionada a liberdade das paixões, dos vícios. A filosofia então se apresenta como um caminho, e diversos métodos e práticas surgiram ao longo da sua história, os ditos exercícios espirituais, que prometiam ajudar o homem a ter uma via feliz, ou boa, virtuosa. Surgiam então práticas de reflexão e meditação, que buscavam o desenvolvimento do exercício de autoconhecimento, autocontrole, de autarquia (autogoverno), e que resultaria na liberdade, liberdade das coisas exteriores, os bens materiais, os vícios, etc. Do grande número de exercícios, das mais diversas escolas, poucos resistiram a passagem do tempo, mas, os poucos proporcionaram um vislumbre claro da ideia geral por trás das práticas dos exercícios espirituais, e isso desrespeito também aos tipicamente estoicos, já que uma das listas é justamente de um estoico, Musônio de Rufo.

A figura do sábio também e repetidamente usada na antiguidade como modelo de virtude e vida boa, para o homem. Da mesma forma cada escola cunhou seu ideal e modelo de sábio. Mas qual o melhor ou o certo? Quanto a isso Hadot (2014) fornece muitas contribuições ao conseguir extrair algumas características comuns aos sábios. A figura do sábio estoico se destaca pelo caráter epistolar das obras de Sêneca, em forma de conselhos, e muitos exemplos de situações cotidianas, palpáveis. Em Sêneca a filosofia volta a tratar dos problemas do homem como tempo, morte, vida boa, sabedoria, virtude, temas caros a filosofia antiga e que voltam de uma forma clara em forma de conselhos.

No capítulo um, buscaremos traçar a figura do sábio, essa estranha figura recorrente na filosofia, referência de excelência para o homem, desde a antiguidade, um status ideal, buscado por muitos alcançados por poucos. Trataremos também dos exercícios espirituais, técnicas que antiguidade elaborou como um caminho para se alcançar a sabedoria. Com eles eventualmente surgiram o tema da morte, da vida boa ou feliz.

No capítulo buscaremos entender a visão de Sêneca, e suas concepções sobre sabedoria, tempo e morte. Como ele apresenta cada um desses temas, em forma de conselhos práticos, a partir de problemas cotidianos típicos, e sempre com exemplos de figuras

históricas importantes que validam seus argumentos e convencem o interlocutor. O formato epistolar de seus textos favorece seu uso como manuais de iniciação da escola estoica, pois o tom é amigável, os exemplos palpáveis, e a clareza e objetividade dos aforismas, típicos do estoicismo, alcançam um número maior de pessoas de forma indiscriminada.

1. Capítulo 1- Sêneca, o sábio e os exercícios espirituais

1.1 Sêneca

Das grandes escolas do período helenístico, o Pórtico, segundo Reale (2014, p.63), na era imperial posterior, foi a que demonstrou maior vitalidade e maior capacidade de atração espiritual sobre os ânimos. Diversos grandes filósofos surgiram neste período, Epicteto, Marco Aurélio, Musônio de Rufo. A perda do espaço para participação política durante o período imperial segundo Reale, criou uma demanda por uma filosofia voltada para a interioridade.

Nesse ambiente sedento de uma filosofia moral, o estoicismo aflora e ganha ainda mais prestígio através de Lucio Aneu Sêneca (1d.C a 63 d.C.), grande expoente de seu tempo. Sêneca nasceu em Córdoba, foi levado a Roma pelo pai junto dos irmãos. Pois seu pai pertencia à elite municipal de Córdoba, e aspirava uma importante carreira pública. Em Roma, durante 15 anos, segundo Veyne (2016, p.12), ele assimilou os arcanos do estoicismo pela leitura dos textos gregos, a leitura dos bons autores era um dos exercícios espirituais do estoicismo, que Sêneca praticará até seus derradeiros dias. Segundo Reali (2014, p.68), o Pórtico, que já com Panécio e Possidônio tinha aberto as portas à verdade e a dogmas de outras escolas, foi ainda mais sensível, com Sêneca às instancias ecléticas. Algo semelhante ao feito por Zenão, fundador da escola, principalmente a proximidade com o epicurismo. Quanto a isso, explica Sêneca, “Talvez me queiras perguntar por que razão te cito eu tantas belas máximas de Epicuro, em vez de as extrair dos nossos autores. Por que motivo, porém, devemos considera-las de Epicuro, e não propriedade de todos?”. (Sêneca, 2004, pág.20)

Essa forma de pensar cosmopolita de Sêneca talvez se deva muito a visão estoica da *physis*, já que para os estoicos o homem, os animais, as plantas e a matéria de modo geral estão integradas como um mesmo cosmos, compartilhando da perfeição e a da razão primordial na matéria inserida. Então não faria sentido para Sêneca reduzir um saber a uma escola ou uma pessoa, o conhecimento e de domínio de todos.

De Sêneca sabe-se que ingressou na carreira política tardiamente aos quarenta anos, mais sem abandonar a filosofia, foi exilado na Córsega pelo imperador Cláudio. Anos depois

foi trazido a pedido da imperatriz Agripina para ser o mentor do jovem Nero, a quem serviu como professor e conselheiro até que alcançasse idade suficiente, tendo por algum tempo tomado a frente das decisões do império, até ser anos mais tarde coagido ao suicídio por seu antigo pupilo.

1.2 O sábio

Será Hadot (2017), quem melhor nos fornecera os elementos necessários para definir o sábio, uma vez que muitas obras estoicas se perderam, ele ajudará a traçar o perfil desse personagem recorrente nas obras da antiguidade clássica.

Segundo Pierre Hadot (2017, p.313), “a sabedoria é considerada em toda a Antiguidade um modo de ser, um estado no qual o homem é de maneira radicalmente diferente dos outros homens”, com visto em Platão e Aristóteles, continuará Hadot (2017), o saber não é simples acumulo de informações, mas, um modo de vida. A que afirmará Sêneca (2004, p.214) “O sábio autêntico vive em plena alegria, contente, tranquilo, imperturbável; vive em pé de igualdade com os deuses”. É perceptível na história da filosofia que o fazer filosófico com Sócrates ganha, à medida que o homem se torna objeto central de reflexão, um olhar mais íntimo de si com si mesmo. E disso nasce questões essenciais das ciências empíricas, já que o objeto e o próprio homem, tais como: Como o homem deve ser? Como deve agir? Qual a sua natureza? O que ele deve buscar?

Compreende-se melhor agora a atopia, a estranheza do filósofo no mundo humano. Não se sabe onde classifica-lo, pois não é nem um sábio, nem um homem como os outros. Ele sabe que o estado normal, o estado natural dos homens deveria ser a sabedoria, pois ela não é nada mais que a visão das coisas tais quais elas são, a visão do cosmos tal qual ele é à luz da razão, e ela nada mais é que o modo de ser tal qual é à luz da razão, e ela nada mais é que o modo de ser e de vida que deveria corresponder a essa visão.(Hadot, 2012, p.22)

Hadot, utiliza a palavra atopia, que vem do grego *atopoz*, que significa lugar atípico, estranho, paradoxal, fora do lugar, o filósofo seria esse indivíduo sem lugar entre os homens comuns, o próprio Sócrates no diálogo Teeteto dirá algo nesse sentido a certa altura do texto, “Não é isso que dizem de mim, pois não sabem, mas afirmam que sou muito esquisito e causo perplexidade aos homens”(Platão, 2010, p.200). Ele tem ciência que sua forma de

pensar, agir e falar, são tomados como estranhos, ele é um estranho naquele lugar, ele não se encaixa, ele é incomum. O filósofo tem essa característica de se destacar em meio aos homens comuns, por se propor a pensar muitas das vezes na via contrária do senso comum.

O filósofo, esse homem que ambiciona ser mais que um simples homem, pois enxerga suas faltas quando vislumbra o perfeito no divino, perfeito traduzido aqui como completo, acabado, não encontra lugar entre os demais homens, ele é um estranho, alguém que ambiciona saber e alcançar coisas muito complexas para a maioria, ou impossíveis. Como Sócrates ao declarar saber que nada sabe, ele está distante de ambos, homem e deuses, mas mais próximo desse último e do seu objetivo, de conhecer a verdade das coisas no horizonte da sua mortalidade. Esses raros indivíduos a história da filosofia chamaram de sábios, e muitos foram os que quiseram esse título para si, se autoproclamando conhecedores de tudo, mas, contudo, sendo apenas comerciantes de meias verdades. Se não os sofistas, em seu domínio da retórica e se autoproclamando capazes de ensinar qualquer assunto, poderiam erroneamente serem chamados sábios.

Cada escola elaborará então sua representação racional desse estado de perfeição que deveria ser o sábio e se dedicará a traçar-lhe o retrato. É verdade que esse ideal transcendente será considerado inacessível.: segundo certas escolas, jamais houve sábio; segundo outras, houve talvez um ou dois, como Epicuro, esse Deus entre os homens; segundo outras, enfim, o homem só pode atingir esse estado em instantes raros e fulgurantes. Nessa norma transcendente posta pela razão, cada escola exprimirá sua visão particular do mundo, seu estilo de vida próprio, sua ideia de homem perfeito. (Hadot, 2014, p.243)

Visando alcançar esse ideal de homem, o sábio, cada escola buscou traçar um perfil ideal, com base nas máximas de suas correntes filosóficas. Como ele agiria diante de situações comuns? Como pensaria os problemas da vida? Como se portaria? O sábio deveria ser alguém admirável, um deus entre homens. Mas, se para cada escola, se para cada um de nós o ideal de sábio parece ser de uma maneira, como saber se realmente são sábios? Haveria características essenciais que qualquer candidato a sábio deveria necessariamente ter? Ao que parece sim, embora cada escola da antiguidade tenha projetado o seu ideal de sábio, Hadot (2017) dirá que é sim possível rastrear pontos comuns entre aqueles que foram chamados sábios na antiguidade.

Primeiramente, o sábio possui um estado de espírito e mental constantes, sempre satisfeito, feliz, diante de qualquer circunstância. Movido pela razão ele não teria necessidade de excessos e o suficiente bastaria. Hadot (2017), a exemplo, cita Sócrates, no

Banquete de Platão, seja na privação ou na abundância, sua disposição de espírito era sempre a mesma. Ele sabia suportar o frio e a fome, sabia usufruir dos bens que se apresentassem diante dele, e não sofria nas suas ausências. Essa coerência de ser, constante, também é encontrada no sábio estoico, a capacidade de analisar as situações com tranquilidade e tomar a melhor postura.

“A religião grega culminou com seu verdadeiro deus: o sábio”. Pode-se interpretar essa fórmula, que Michelet não desenvolve, dizendo que a Grécia ultrapassa a representação mítica que tinha de seus deuses no momento em que os filósofos concebem Deus de maneira racional sobre o modelo do sábio. Sem dúvida, nessas descrições clássicas do sábio, certas circunstâncias da vida humana serão evocadas, ter-se-á prazer em dizer o que o sábio faria em tal ou tal situação, mas, precisamente, a beatitude que ele conservará inabalavelmente em tal ou tal dificuldade será a do próprio Deus.(Hadot, 2012, p.21)

O sábio, embora não sendo um Deus, partilharia da tranquilidade e da felicidade divina, e da satisfação que ela traz. Para Sêneca (2004, p.188) “Apenas o sábio sabe o que é viver para si mesmo, pela simples razão de que apenas o sábio sabe o que é viver!”. À medida que ele se harmoniza com sua natureza racional ele se aproxima do divino e da harmonia e ordem do cosmos, bastando a si mesmo. Ele se encerra em si mesmo cada vez mais, ampliando o conhecimento e domínio de si. A sabedoria parece ser uma busca solitária, contemplativa, relativa a aquele momento na alegoria da caverna de Platão, em que , o indivíduo volta a caverna e olha os demais presos as suas falsas noções de verdade, ele está só, pois ninguém o entende e quanto mais os observa mais se faz diferente deles ao comparar com a “verdade” que viu fora da caverna.

Qual será a vida do sábio na solidão, pergunta Sêneca, se está na prisão ou no exílio ou lançado numa praia deserta? E ele responde: será a de Zeus (isto é, para os estoicos, a da Razão universal), quando no fim de cada período cósmico, tendo cessado a atividade da natureza, ele se devota livremente a seus pensamentos; o sábio desfrutará, como ele, da felicidade de estar consigo mesmo. É que para os estoicos o pensamento e a vontade do sábio coincidem totalmente com o pensamento, a vontade e o devir da Razão que é imanente ao devir do cosmos. (Hadot, 2012, p. 22)

Essa disposição do sábio, de encontrar em si mesmo os meios para ser feliz, de forma independente, se resumiria no conceito grego de *autarkês*, traduzido por contentamento, diante das situações e circunstâncias exteriores. E esse seria motivo, segundo Hadot (2017), que para Aristóteles, o sábio levaria uma vida contemplativa, por que ele não teria necessidade de coisas exteriores, encontraria em si mesmo a felicidade e a independência, bastando a si mesmo.

Essa espécie de meditação, sobre si e sobre os acontecimentos, a forma como eles afetam o homem, é muito profícuo. E segundo muitas escolas podem conferir uma certa paz de espírito, um contentamento que nasce da tranquilidade, da ausência de conflitos, anseios e medos. Essa capacidade do sábio descrito por Hadot (2017), estaria ligada a uma visão muito semelhante à do sábio estoico, de que as coisas externas não o poderiam perturbar, por que ele considera essas coisas indiferentes. Essa instância na qual são alocadas todas as coisas fora do seu controle, e que é amplamente demonstrada por Epicteto em seu Manual, é denominada regime dos indiferentes.

No âmbito do controle do sábio estoico está apenas o bem moral. Segundo Gazolla (1999, pág. 95), “é no campo das ações morais que se pode ver, com clareza, o exercício astucioso do estoico para transcender o senso comum...”. E necessário um agir para se alcançar a sabedoria, uma postura ativa, gradativa e contínua. Uma vez que o status de sábio é algo divino, longe dos mortais e por algumas escolas tido como impossível de ser alcançado, e necessário nunca cessar a busca, o sábio não e uma divindade mais se elevou acima dos homens comuns, e essa distância pode ser ampliada e deve ser, por que a sociedade tentara constranger o filósofo a cessar sua busca pela verdade.

Outros, enfim, como os platônicos e os estoicos, esforçar-se-ão, à custa das maiores dificuldades, para viver “filosoficamente” a vida cotidiana e até a vida pública. Para todos, em todo caso, a vida filosófica será uma tentativa de viver e pensar segundo a norma da sabedoria, será exatamente uma marcha, um progresso, de algum modo assintótico, na direção desse estado transcendente. (Hadot, 2012, p.23)

Haverá, conforme afirmara Hadot (2012, p.23), um contínuo esforço e um contínuo conflito, entre, a vida que o filósofo precisa viver e os costumes e convenções culturais do cotidiano. Ele seria constantemente coagido pelas circunstâncias sociais, e por isso, seria penoso manter-se no caminho da sabedoria e tomar decisões sábias. A história da filosofia antiga está cheia desses exemplos, Diógenes provocado pelo imperador Alexandre, Sócrates coagido, perseguido e condenado pelos atenienses, entre tantos perseguidos por terem assumido uma postura filosófica distante da postura dos demais. Por isso a necessidade de uma postura austera, rigorosa, o caminho do filósofo e da sabedoria eram ambos penosos, e demandariam muito esforço, para contrariar o meio vivente, e os próprios impulsos.

Contudo, o filósofo sabe também que essa sabedoria é um estado ideal e quase inacessível. Para um tal homem, a vida cotidiana, tal qual está organizada e é vivida pelos outros homens, deve necessariamente apresentar-se como anormal, como um estado de loucura, de inconsciência

e ignorância da realidade. E, todavia, é preciso que ele viva essa vida todos os dias, na qual se sente estranho e na qual os outros o percebem como um estranho. (Hadot, 2012, p.22)

O homem, o filósofo, aquele que busca a sabedoria, se vê deslocado, as atitudes, e a forma de pensamento dos à sua volta não fazem sentido, enquanto que para ele as coisas fariam mais sentido sobre a sua ótica. Algumas condutas e ideias dos homens comuns serão estranhas para o filósofo, por que ele também está de fora, ele se aparta diariamente do meio.

Mas qual o meio, o caminho ou a técnica, para que o filósofo possa participar dessa sabedoria divina, que apenas os deuses possuem? A que Hadot (2012) dirá que são muitas as técnicas de acordo com cada escola, e cada ideal de sábio, mas todas voltadas para um exercício interior de si consigo mesmo. A um consenso entre as escolas da antiguidade quanto a essa necessidade de prática, de exercício, de repetição diária, para caminhar em direção a sabedoria. Das mais diversas escolas, temos inúmeros exercícios que se acreditava ajudar a alcançar esse status divino, ou ao menos, compartilhar da felicidade e da tranquilidade dos deuses. Cada escola refletira seu perfil nesses exercícios, nos estoicos a exemplo, a pratica era rigorosa e a vigília constante. Da mesma forma que um remédio que deve ser administrado precisamente e diariamente, os estoicos sempre foram muito rigorosos nesse aspecto, como um atleta, dedicado e comprometido com seus objetivos jamais abandona seus exercícios.

Cada escola representará então uma forma de vida, especificada por um ideal de sabedoria. A cada escola corresponderá assim uma atitude interior fundamental: por exemplo, a tensão entre os estoicos, a descontração entre os epicuristas; certa maneira de falar: por exemplo, uma dialética impactante entre os estoicos, uma retórica abundante entre os acadêmicos. Todavia, em todas as escolas serão praticados exercícios destinados a assegurar o progresso espiritual na direção do estado ideal da sabedoria, exercícios da razão que serão para a alma análogos ao treinamento de um atleta ou às de um tratamento médico. De maneira geral, eles consistem, sobretudo, no controle de si e na meditação. O controle de si é fundamentalmente atenção a si mesmo: vigilância intensa no estoicismo; renuncia aos desejos supérfluos no epicurismo. (Hadot, 2012, p. 24)

1.3 Exercícios espirituais

Grande parte das escolas na antiguidade propõem algum modelo de exercício espiritual como forma de buscar a vida feliz e a sabedoria. Algo indicado também por Sêneca

(2004, p.57) “Se és sábio, melhor, se quiseres ser sábio, deixa-te de fantasias e aplica as tuas forças a fim de atingires quanto antes a perfeição espiritual.”. Esses exercícios de ascese, (*áskesis*-que quer dizer literalmente exercício), comum em alguma medida a todas, partem do princípio de que devemos nos afastar dos objetos do desejo ruim. Epicteto segundo Duhot (2006, p.44), “não defendia nenhuma abstinência particular, nenhuma proibição ritual. Para ele, a ascese é pessoal e deve conduzir ao despendimento do desejo e, portanto, ser diferente segundo cada pessoa”. Quanto mais pessoal e particular, mais difícil e radical seria a privação. Deve haver assim como nos exercícios físicos praticados por atletas e soldados na antiguidade, uma disciplina, uma rotina, um compromisso. É um fazer-se diário, progressivo e lento, Hadot (2014), trata dessa questão fazendo um paralelo com a ideia por trás da técnica de esculpir estatuas. Há um processo de visualização do objetivo, da imagem, e depois inicia-se o processo de retirado do excesso de material, ou seja, como se a peça, a obra, o artefato visualizado já estivesse lá, pronto pra ser encontrado, e para isso é necessário retirar os excessos, assim como na pratica do exercício espiritual se busca um ideal previamente visualizado, o sábio, e se retira os excessos, os vícios e tudo o que não pertence aquela forma que se busca.

Uma expressão plotiniana simboliza bem essa finalidade dos exercícios espirituais, essa busca da realização de si: “esculpir sua própria estátua”. Ela é, alias, frequentemente mal compreendida, pois imagina-se facilmente que essa expressão corresponda a um tipo de esteticismo moral; ela significaria: fazer uma pose, escolher uma atitude, compor um personagem. De fato, não é nada disso. Para os Antigos, com efeito, a escultura é uma arte que “retira”, em oposição à pintura que é uma arte que “acrescenta”: a estátua preexiste no bloco de mármore e basta retirar o supérfluo para fazê-la aparecer. (Hadot, 2014, p.56)

E como o artesão ao termino da obra, o homem estaria realizado com o que esculpiu, estaria pleno, feliz, estaria perfeito, (no sentido da expressão grega *teleios*, pleno, finalizado, perfeito, completo).

E essa felicidade reside para os estoicos e para Hadot (2014), na liberdade, na autonomia, na independência, e que seria alcançada pelo homem quando esse se afasta-se das paixões, dos vícios, nesse movimento arquitetônico de erigir a partir do que o homem é, o ideal de homem que se almeja, e que estaria já em algum lugar em seu interior. Como adverte Duhot (2006), os antigos tinham um proposito distinto do nosso com a filosofia, mais que uma área teorética do conhecimento ela era um meio em visto de algo, sendo esse

algo uma vida feliz, boa. E que deveria conferir ao homem meios para alcançar essa autonomia, essa liberdade.

A filosofia é, para nós, um sistema teórico, uma grade interpretativa. Os antigos esperavam dela outra coisa, totalmente diferente. Não se tratava, para eles, de fornecer ferramentas de análise para o simples prazer de compreender, mas, antes de tudo, de, por meio dela, chegar a construir um modelo de vida e, portanto, de propor um caminho para a felicidade. (Duhot, 2006, p. 55)

Segundo Hadot (2017), como grande parte dos escritos do início da escola estoica se perderam, existe muito pouco material sobre o tema. O que Hadot (2017) propõem é que, a partir dos filósofos do período tardio da escola como Cícero, Fílon de Alexandria, Sêneca, Epiteto e Marco Aurélio, consiga-se extrair os conselhos que foram legados pela tradição anterior. E isso é profícuo já que o estoicismo não faz parte apenas das filosofias de discurso teórico, mas também trata de exercícios que precisam ser praticados concretamente.

Segundo Barcelos (2017, p.51), Pierre Hadot demonstra, com rigor e clareza, a filosofia antiga como maneira de viver e os exercícios espirituais, como "atividade interior do pensamento e da vontade" visando à transformação interior de modo a abranger as dimensões moral e existencial constitutivas da vida filosófica. Podemos encontrar nos diálogos platônicos diversas referências de Sócrates a necessidade de um movimento, movimento esse constante de aprendizado, de reflexão, como forma do homem melhorar a si mesmo, como um artesão que dá polimento a um artefato, para aprimorá-lo. A que aconselhara Sêneca na carta 17, “Se és sábio, melhor, se quiseres ser sábio, deixa-te de fantasias e aplica as tuas forças a fim de atingires quanto antes a perfeição espiritual. Se algo te impede de avançar, liberta-te, corta o mal pela raiz.” (Sêneca, 2004, p.57)

No diálogo Teeteto de Platão podemos extrair um exemplo dessa posição socrática sobre o assunto, “E a condição da alma não é pela aprendizagem e pela aplicação, que são movimentos, que adquire os conhecimentos, é preservada e se torna melhor, e que através do repouso, que é negligência e ignorância, não aprende nada e esquece o que aprende?” (Platão, 2010, p. 208). Portanto é necessário a prática diária, constante, como se o estado do sábio fosse paradoxal, ele seria menos sábio à medida que parasse de aprender e exercitar o espírito, o sábio está constantemente aprendendo, refletindo, se movimentando intelectivamente. Talvez por isso o oráculo de Delfos tenha concedido a Sócrates o título de mais sábio dos homens, uma vez que ele tinha ciência que desconhecia muitas coisas e precisava buscar aprendê-las.

Mais quais os exercícios próprios para alcançar a sabedoria? Felizmente alguns grandes nomes da antiguidade produziram algumas listas de práticas espirituais que podem vir a ajudar a responder essa questão. Um deles foi Filo de Alexandria (10 a.c. – 50 d.C.) conhecido como “Fílon, o judeu”, e que faz uma primeira aproximação entre a filosofia grega e o judaísmo.

No entanto, graças a Filo de Alexandria, possuímos duas listas de exercícios. Elas não coincidem totalmente, mas têm mérito de nos dar um panorama bastante completo de uma terapêutica de inspiração estoico-platônica. Uma das listas enumera: a pesquisa (*zetesis*), o exame aprofundado (*skepsis*), a leitura, a audição (*akroasis*), a atenção (*prosochè*), o domínio de si (*enkrateia*), a indiferença às coisas indiferentes. A outra nomeia sucessivamente: as leituras, as meditações (*meletai*), as terapias das paixões, as lembranças do que é bom, o domínio de si (*enkrateia*), a realização dos deveres. (Hadot, 2014, p.24).

Filo enumera algumas práticas como necessárias ao exercício espiritual, um bom exemplo de disciplina, no exercício dessas práticas se encontram na figura do imperador Marco Aurélio, que registrava em um diário suas reflexões, como forma de exercício, como uma rotina diária. Outros filósofos também elencaram listas de práticas profícuas ao exercício espiritual. Mas segundo Giovanni Reali (2014), Musônio de Rufo Gaius, estoico do século I, mestre de Sêneca e Epiteto, irá além quanto aos exercícios, e proporá uma divisão. Assim como desde a antiguidade alguns filósofos se ocuparam do problema alma e corpo, Musônio proporá uma divisão nos exercícios que respeite essa divisão, uma vez que o corpo e instrumento da alma, ele necessitaria de alguns cuidados também.

Como as práticas herdadas do período de guerras quando outros valores eram enaltecidos, coragem, vigor, força, etc., algumas práticas ainda sobreviveram na polis grega, como a prática do pancrácio, entre outras, a que os jovens frequentemente eram vistos praticando. O corpo enquanto instrumento também deveria ser exercitado, mais uma vez podemos citar Sócrates, que por vezes era descrito caminhando descalço no frio, entre outros tantos exemplos de seu condicionamento.

Esses exercícios, próprio do filósofo e que conduz à virtude, é o mais complexo e mais difícil de todos. Contudo, dado que o homem é constituído de corpo e alma, e o corpo serve de instrumento, haverá uma dupla ordem de exercícios: uma que diz respeito ao corpo e à alma juntos e uma que se refere só a alma. Habituar-se o corpo à fome, à sede, à renúncia aos prazeres, a suportar as fadigas é exercício que robustece o corpo e a alma ao mesmo tempo. O exercício próprio da alma consiste em *demonstrar* quais são os verdadeiros bens e os verdadeiros males e em *saber seguir* os primeiros e *evitar* os segundos. (Reali, 2014, p.86)

Musônio, segundo Reali, considerava a prática mais eficaz que a teoria, o filósofo não seria apenas aquele que raciocinasse bem, mas que soube-se viver. Essas visões parecem ter sido transmitidas a seus discípulos. E preciso aqui, citarmos Musônio, por que como afirmara Hadot (2017, p.271), embora muitos textos façam alusão aos exercícios, não existe exatamente um tratado propriamente dito, que sistematizasse uma teoria e uma técnica do exercício (*àskesis*) filosófico, como proposto por quase todas as escolas.

Uma vez que a gênese da escola estoica transmitia muitos de seus ensinamentos de forma oral através de aforismas, sentenças e conselhos, se existiram a muito se perderam assim como boa parte do conteúdo dos primórdios da escola. Um dos poucos tratados que existem pertence justamente a Musônio de Rufo, portanto, e necessário citá-lo.

Os primeiros exercícios elencados por Musônio, recupera Hadot (2017), consistirá em sempre manter uma disposição, ou seja, meditar. Esses exercícios espirituais geralmente estão ligados a um movimento em que o eu, se concentra em si mesmo. Como adverte Barcelos (2017, p.54), apesar da expressão exercícios espirituais não estar livre de críticas e reservas, Pierre Hadot a mantém para se referir ao "trabalho sobre si mesmo, o que se pode chamar uma ascese de si".

O que Foucault chama de “práticas de si” nos estoicos , e também nos platônicos, corresponde bem, isso é verdadeiro, ao movimento de conversão em direção a si: é se libertando da exterioridade, do apego passional aos objetos exteriores e aos prazeres que eles podem fornecer, observa-se a si mesmo para ver se progrediu nesse exercício, busca-se ser mestre de si , possuir a si mesmo, encontrar a felicidade na liberdade e independência interior.(Hadot, 2014, p.297)

Nesse contexto, a filosofia é exercício espiritual que se efetiva na realização de atividades intelectuais e espirituais, quer dizer, na prática dos exercícios espirituais propriamente ditos, centro e horizonte fundamental dessa compreensão da filosofia. O eu, se concentra totalmente no presente, se distanciando do passado e se abstendo de olhar fixo o futuro, isso ajudaria a fugir das paixões, não criando falsas esperanças nem remoendo arrependimentos. Aqui se faz presente a noção estoica de separar o que depende de nós e o que não depende, essas questões “fundamentais” podem ser encontradas no manual de Epicteto, onde ele discorre amplamente sobre elas.

“Esse exercício de consciência de si remete, assim, a um exercício de atenção a si mesmo (*prosokhé*) e de vigilância, que supõe que se renova, a cada instante, a escolha de vida, isto é, a pureza da intenção, a conformidade da vontade o indivíduo com a vontade da Natureza

universal, e que se tenham presentes ao espírito os princípios e as regras de vida que o exprimem. E necessário que o filósofo seja, a cada instante, perfeitamente consciente do que é e do que faz. Essa concentração no momento presente supõe também, como a consciência de si platônica, um “exercício para morte”. O pensamento da possibilidade da morte confere seu valor e sua gravidade em todo momento e em toda ação da vida.” (Hadot. 2017, p.277)

Hadot (2017), adverte que não se trata de um exercício simples, embora pareça. A proposta desse exercício vai além de apenas reduzir o choque da realidade, mas preservar e recuperar a paz e tranquilidade da alma. Não se pode ter medo de simular esses eventos, já que ainda não ocorreram, mas a experiência de educar nossa razão para lidar com eles, suscitara maior chance de sucesso quando e se esses males sobrevierem. A exemplo da morte preparar-se para ela, o quanto antes, contribui para aceitá-la como de fato o que ela é, algo natural. Assim o que temos, dentro do estoicismo, é uma espécie de lógica aplicada aos problemas da vida e do dia a dia. A lógica aparecerá segundo Hadot (2017), como um domínio do discurso interior. Seria o mau uso desse discurso interior que daria origem as paixões, erros de juízo ou raciocínio.

Por isso, segundo Sêneca(2004), para saber se o desejo é de origem natural, ou se provém de falsa opinião, deve-se observar se ele pode encontrar algum limite: se, por mais que obtenhas falte muito ainda a obter, então pode-se ter certeza que se trata de um desejo "não natural", ou seja, um vício, algo adquirido, já que as coisas para os estoicos que são naturais, são tomadas conseqüentemente como boas, perfeitas e lógicas(racionais). Os erros, os vícios, essas coisas estariam ligados a uma má conduta do homem, a um mal julgamento, mediante as coisas que se apresentam a ele.

O vício não está nas coisas, está na própria alma. O mesmo defeito que nos faz achar insuportável a pobreza faz com que achemos a riqueza insuportável! Podes deitar um enfermo num leito de madeira ou num leito de ouro, não há alteração, pois para onde quer que o leves ele levará consigo a sua enfermidade; do mesmo modo nada se altera se uma alma doente viver na riqueza ou na pobreza: o seu vício segui-la-á sempre. (Sêneca, carta 17, p.60).

Com efeito, para Hadot (2017), esses exercícios consistiriam em considerar a realidade tal como ela é, racionalmente, sem acrescentar-lhe juízos de valor inspirados pelas convenções, ou preconceitos, ou as paixões. Estar na condição de pobre, a exemplo, implica apenas que eu constate, estou na condição de pobre, nada mais, sem que isso seja um demérito ou incomodo, é um fato a ser constatado, e só. Assim como, Epicteto, tomado como

divino e modelo de sabedoria por alguns estoicos, constatou sua condição de escravo, à aceitou é buscou ser o seu melhor mesmo na condição de escravo.

Esse exercício lógico, dirá Hadot (2017), se ligou a física, dentro da escola, que deixou de ser abstrata e se ligou ao exercício espiritual. Isso se deve segundo Gourinat e Barnes (2013, p.77), por que “a lógica, a física e a ética eram consideradas virtudes indissociavelmente ligadas: não se podia ter uma sem ter as outras.”. Para tanto, o estoico precisa se reconhecer como parte da natureza, parte do todo, do cosmos. Respeitar a sua natureza, e buscar se alinhar, entender, se harmonizar, com a lógica da natureza.

E necessário um esforço, portanto quando se medita a partir da física estoica, pois todas as coisas devem ser vistas da perspectiva da Razão universal, criadora e regente do universo estoico. Como afirma Gazolla (1999, p. 26), “no estoicismo antigo esse binômio conceitual lei-natureza parece harmonizar-se à força de uma reflexão sobre a natureza, de cunho dogmático”, e necessário aceitar ideia de natureza instituída pelos estoicos, para se debruçar sobre alguns aspectos fundamentais do estoicismo. É necessário sempre ter em vista a visão cosmopolita estoica, ver tudo enquanto ordenado como a natureza.

Por isso para Hadot (2017, p.200) “...se praticará o exercício da imaginação, que consiste em ver todas as coisas por um olhar de longo alcance por sobre as coisas humanas. Na mesma perspectiva, exercitar-se-á para ver em cada instante as coisas enquanto se metamorfoseiam.”. Para o estoico tudo tem uma “razão de ser”, uma lógica por trás, cabe a ele se harmonizar, e buscar entender que o que acontece, acontece por um motivo que ele pode ou não vislumbrar, mais que há um motivo. O mundo, a natureza, tudo tem um fundamento lógico, racional, perfeito. Mas esse modo de raciocinar tem que ser adquirido com a prática, uma forma de reeducar o pensamento.

O paralelismo entre exercício físico e exercício espiritual está subjacente aqui: do mesmo modo que, pela repetição de exercícios corporais, o atleta dá a seu corpo uma forma e uma força novas, por meio de exercícios espirituais o filósofo desenvolve sua força da alma, modifica seu clima interior, transforma sua visão do mundo e, finalmente, todo o seu ser. A analogia podia parecer tanto mais evidente porque é no *gymnasion*, isto é, no local em que se praticam os exercícios físicos, que também se dão as lições de filosofia, isto é, que se praticava o treinamento na ginástica espiritual. (Hadot, 2014, p.56)

Segundo Giovanni Reali(2015, p.74) para os estoicos todo ser vivo tende a conservar a si mesmo e a apropriar-se do seu próprio ser, essa característica nos estoicos e a *oikeíoses*, - aprovação, atração ou conciliação-, a máxima estoica do, *viver segundo a natureza*, parte

da ideia de que o homem deve buscar as coisas que ajudem-no a conservar a si mesmo segundo a sua natureza, racional. Uma espécie de consciência de si, ao se harmonizar com a sua natureza, que é parte cosmopolita da natureza (*physis*), o homem é mais feliz, por que faz e age de acordo como deveria, realiza seu propósito, assim como na natureza tudo é mais perfeito (completo) quando realiza o seu ideal natural, como a ave quando voa, o peixe quando nada e o homem racional quando age racionalmente.

Aqueles, e só eles, são os bens morais, isto é, os bens que concernem ao homem enquanto tal e, por consequência, levam-no a realizar tudo o que é e deve ser, tornando-o “bom” no sentido ontológico que conhecemos, isto é, “virtuoso” e, portanto, feliz. E vice versa, só o que é contrário a estes bens, consequentemente, é mal, verdadeiramente mal, porque faz do homem o que ele não deve ser, isto é, “mau” e “vicioso”. Tudo isso resume-se no célebre princípio estoico: bem é só virtude e mal é só vício. (Reali, 2015, p.77)

A partir disso são tomadas, no campo moral, como boas, as coisas que conservam e incrementam o ser o tornando bom, ou seja, as virtudes, e as coisas contrárias a essa harmonização como más, os vícios. O homem para ser feliz, deve segundo os estoicos, buscar ter uma vida virtuosa que se harmoniza com sua natureza racional, já que a virtude é a exata medida das coisas.

Essa visão da metamorfose universal, para Hadot (2017, p.200), conduzirá a meditação sobre a morte, sempre eminente, mas que se aceitará como uma lei fundamental da ordem universal. Mas, como adiante no texto adverte Hadot (2017), pode-se aceitar os acontecimentos, mas não permitir que ele te afete, será necessário preparar-se para eles.

Entre os estoicos, essa prática ficou conhecida como *praemeditatio*, um “pré-exercício” dos males, como forma de preparação para as experiências. O estoico faria um exercício mental de representar o avanço ou antever as dificuldades, as oscilações da fortuna(destino), os sofrimentos e entre eles a morte. Isso permitiria ao estoico guarnecer seu espírito para o confronto com essas possíveis ou factuais realidades futuras.

Tanto o exercício da previsão dos males quanto da morte para Hadot (2017, p.202) seriam imprescindíveis para a transição da física praticada à ética praticada. Por isso para Sêneca (2004, carta 55, p.187) “o sábio nunca faz nada contra vontade: ele escapa à lei da necessidade precisamente por querer aquilo a que a necessidade o constrangerá.”

Essa espécie de aceitação, que não paralisa o homem, talvez seja a chave da perpetuação da escola. Segundo Giovanni Reali o regime estoico dos indiferentes ajudou a

convencer os homens daquele período “... de que a felicidade podia ser perfeitamente alcançada de maneira absolutamente independente dos acontecimentos externos”. O que segundo ele poderia proteger o homem dos males da época em que viviam, pois “todos os males derivados da ruína da antiga polis e todos os perigos, inseguranças e adversidades provenientes das confusões políticas e sociais que se seguiram àquela ruína, eram simplesmente negados como males e confinados entre os indiferentes ” (Reali, p. 79).

Esse viver virtuoso atrelado ao movimento consciência interior não surge com os estoicos, mais irá ser amplamente explorado pela escola. Na antiguidade já havia uma noção parecida presente na ideia de *epiméleia heautou*, muito provavelmente recuperada por Zenão fundador da escola estoica, e que é muito bem traduzida na obra *Hermenêutica do Sujeito* de Foucault por *cuidado de si mesmo, ou o fato de ocupar-se consigo, de preocupar-se consigo*.

Segundo Foucault (2006, p.317) o estoicismo afirmava essa necessidade de voltar o olhar para si mesmo, como prática diária. A própria etimologia da palavra segundo Foucault (2006, p.104) “remete a uma série de palavras como *meletân, meléte, melétai*, etc. *Meletân*, frequentemente empregada e associada ao verbo *gymnázein*, que exercitar-se e treinar.” E necessário esse exercício, essa prática constante como preparação e como forma de aprendizado diário, de autoconhecimento.

“Esta meditação, este exercício do pensamento sobre a verdade - de que voltarei a tratar em outro momento - não se faz através de um percurso cultural pelo saber em geral. Faz-se, segundo a velha técnica grega, a partir de sentenças, de proposições que são, ao mesmo tempo, enunciado de verdade e pronunciamento de uma prescrição, afirmação e prescrição. É isto que constitui o âmbito da reflexão filosófica, não um campo cultural a ser percorrido através de todo um saber.” (Foucault, 2006, p.317).

A própria noção de *epiméleia* seria, segundo explora Foucault (2006, p.14), “...uma série de práticas que são, na sua maioria, exercícios, cujo destino (na história da cultura, da filosofia, da moral, da espiritualidade ocidentais) será bem longo. Esses exercícios são, por exemplo, as técnicas de meditação, as de memorização do passado; as de exame de consciência as de verificação das representações na medida em que elas se apresentam ao espírito.”.

Esses exercícios diários produziram o que os estoicos entendiam por *aphateia*, justamente aquele estado de ausência de sofrimento. Em *Da constância*, Sêneca usa a figura

de Catão, ao tratar das injurias perpetradas contra ele, como exemplo de que o sábio não está a salvo delas, mas, elas não o alcançam, não o atingem.

Ainda que sejas acossado e cercado sob um ataque violento, ceder, mesmo assim, é torpe: defende o papel designado pela natureza. Queres saber que papel é este? O de um verdadeiro homem. Não sejas contrários ao vosso bem e, enquanto estais prosseguindo em direção à verdade, alimentai esta esperança em vossas almas, acolhei de bom grado o que for melhor e ajuda com vossa convicção e vossas preces: ser invencível, ser um homem contra quem o destino nada possa, é zelar pelo interesse da raça humana. (Sêneca, 2000, p.127)

2. Capítulo 2- Tempo, morte e sabedoria em Sêneca

2.1 Sêneca - os conselhos do sábio estoico

Segundo Gourinat e Barnes (2013, p.221), seria em Roma, e não no estoicismo ateniense, que se destacaram as figuras que encarnaram o sábio estoico. A descrição da figura do sábio, segundo os autores, e de suas virtudes, faziam parte da ética estoica tradicional, mas entre os estoicos não havia um modelo a propor, pois não se consideravam sábios, e concordavam entre eles que teriam existido apenas um ou dois sábios. Por outro lado, Gourinat e Barnes, dirão que em Roma, alguns estoicos encarnaram de forma exemplar, a exemplo de Catão de Útica, a quem Sêneca tomou como exemplo de sábio.

Em Sêneca a filosofia parece ter se aproximado de seu propósito original tal qual na antiguidade clássica. É o que afirma também, quanto ao período vivido por Sêneca, o historiador da filosofia, Giovanni Reale (2014, p.65), “o indivíduo, enfraquecidos notavelmente os laços com o Estado e com a sociedade, buscou a própria perfeição na interioridade da sua consciência, criando assim uma atmosfera intimista anteriormente nunca encontrada na filosofia, pelo menos nessa medida”.

O estoico enfatiza o caráter transformador da filosofia, uma provocação à segunda sofística que tinha a filosofia muito pautada pelos jogos da aristocracia e em grande parte voltada para a oratória e a vida política. Para ele, a filosofia possui um objetivo mais nobre, dando sentido à vida, propiciando segurança, permitindo aos homens conhecer a alma e afastar os medos irracionais. Não se trata de apenas mais um recurso do discurso, nem é mais

um brinquedo nas mãos dos aristocratas, com finalidade mesquinhas ou como uma espécie de
passa tempo.

A filosofia não é uma habilidade para exibir em público, não se destina a servir de espectáculo; a filosofia não consiste em palavras, mas em acções. O seu fim não consiste em fazer-nos passar o tempo com alguma distração, nem em libertar o ócio do tédio. O objectivo da filosofia consiste em dar forma e estrutura à nossa alma, em ensinar-nos um rumo na vida, em orientar os nossos actos, em apontar-nos o que devemos fazer ou pôr de lado, em sentar-se ao leme e fixar a rota de quem flutua à deriva entre escolhas. Sem ela ninguém pode viver sem temor, ninguém pode viver em segurança. A toda a hora nos vemos em inúmeras situações em que carecemos de um conselho: pois é a filosofia que no-lo pode dar. (Sêneca, 2004, p.55).

Nesse sentido as Epístolas Morales, obra de Sêneca, se torna um manual de iniciação ao estoicismo muito profícuo. Onde ele discorrera largamente, assim como Epicteto, sobre a conduta estoica diante das circunstâncias que nos afastariam da *aphateia*., e nos impediriam de viver uma vida boa. Na carta 16, presente na obra, Sêneca orienta Lucílio a perseverar diariamente, de maneira a tornar permanente na alma a vigília.

A atenção (*prosochè*) é a atitude espiritual fundamental do estoico. É uma vigilância e uma presença de espírito contínuas, uma consciência de si sempre desperta, uma tensão constante de espírito. Graças a ela, o filósofo sabe e quer plenamente o que faz a cada instante. Graças a essa vigilância do espírito, a regra de vida fundamental, isto é, a distinção entre o que depende de nós e o que não depende de nós, está sempre a “mão” (*procheiron*). (Hadot, 2014, p.25)

Esse conselho parece ser primordial para a prática da filosofia estoica, o de sempre avaliar a maneira com que os homens lidam com as situações, o parâmetro para se efetuar essa avaliação parece residir na máxima estoica do “viver segundo a natureza”, pois as exigências da natureza, segundo Sêneca, são simples em relação as concepções populares. Por isso, segundo ele, para saber se o desejo é de origem natural, ou se provém de falsa opinião, deve-se observar se ele pode encontrar algum limite: se, por mais que obtenhas falte muito ainda a obter, então pode-se ter certeza que se trata de um desejo "não natural".

O vício não está nas coisas, está na própria alma. O mesmo defeito que nos faz achar insuportável a pobreza faz com que achemos a riqueza insuportável! Podes deitar um enfermo num leito de madeira ou num leito de ouro, não há alteração, pois para onde quer que o leves ele levará consigo a sua enfermidade; do mesmo modo nada se altera se uma alma

doente viver na riqueza ou na pobreza: o seu vício seguiu-la-á sempre. (Sêneca, 2004, p.60).

Por isso a filosofia como indica Sêneca se ocupa da alma, pois, embora como ele afirma, na carta 14, que seja inata em nós a estima pelo próprio corpo, e que temos o dever de cuidar dele e lhe dar atenção, ele nega que devamos ser seus escravos. O que ele nos aconselha é que, não devemos viver a partir dos desejos do corpo, mas, simplesmente viver como quem não pode viver sem ele, discernindo entre o que é necessário e o que é excesso. Ele dedicara uma passagem a respeito disso na carta 14, a fim de explicar a Lucilio quanto ao trato com o corpo.

Embora nos seja inato, instintivo, o desejo de autopreservação e os impulsos ligados as necessidades do corpo, sendo seres racionais é necessário um cuidado, pois, segundo ele, "Um excessivo interesse pelo corpo inquieta-nos com temores, carrega-nos de apreensões, expõe-nos aos insultos; o bem moral torna-se desprezível para aqueles que amam em excesso. Tenhamos com ele o maior cuidado, mas na disposição de o atirar às chamas quando a razão, a dignidade, a lealdade assim o exigirem". (Sêneca, 2004, p.44).

Há sempre um cuidado ao se tratar da filosofia estoica, quanto a interpretações, por ser uma filosofia que originalmente se manifestava em forma de aforismas, máximas ou sentenças, facilmente seus leitores e críticos, principalmente com o distanciamento histórico, o anacronismo de suas interpretações muitas vezes levam a leituras incorretas. Portanto, o formato epistolar das cartas de Sêneca, permitem ao estoico aconselhar seu interlocutor de forma mais clara, pois, embora ele defenda essa posição, no trato do corpo na carta 14, Sêneca aconselha também quanto a necessidade de se evitar não somente os perigos, mas, até mesmo os incômodos.

Mesmo estando em lugar seguro, sempre é necessário refletir em como afastar o que pode causar temor. Isso fortalece a ideia da meditação diária, sempre preparar o espírito e a mente para possíveis situações indesejadas, de forma a não sofrermos ou sofrermos menos quando ocorrerem, e conseguir de certa forma suprimir, através da razão os impulsos do corpo. Neste sentido Sêneca segue a carta elencando três razões, que possam ser causa de temor aos homens. Para ele, os homens temem, a indigência, as doenças, a violência perpetrada pelos poderosos, este último, como ele aponta, o pior, por que sempre é acompanhado de grande alarde. As calamidades e doenças, surgem silenciosamente, sendo menos perturbadoras, por não serem vistas ou ouvidas.

Não é, portanto, de admirar se o perigo que mais receio inspira é este, que se apresenta sob tanta variedade de formas e rodeado de aparato terrível. Tal qual como a tortura é tanto mais eficaz quanto mais instrumentos dolorosos exhibir (e assim vence pela vista homens que resistiriam ao sofrimento), também daqueles receios que nos afligem e abatem o ânimo, os mais eficazes são aqueles que se fazem ver. (Sêneca, 2004, p.45).

O que Sêneca parece enfatizar é que são mais nocivos os males interiorizados, piores que a fome, a sede, a doença, são os males que incutem medo através da visão e que antecedem os acontecimentos. Por isso é que se deve evitar tais situações, ao ponto de evitar o próprio povo se necessário. Seu conselho vai na direção de nos afastarmos de ambientes e situações perigosas.

Essa postura é muito importante dentro da proposta de Sêneca, nas cartas para se evitar situações inoportunas, mas, é necessário um cuidado para que ao buscar evitar situações indesejadas não se seja ofensivo, dado que as vezes e necessário se afastar não apenas de um ou outro indivíduo, mais de um grupo inteiro, de um povo, é isso inevitavelmente, pela natureza virtuosa da filosofia que muitas vezes é difícil de ser conciliada com poder e riqueza, inclui pessoas poderosas na cidade.

Não que o sábio tenha que ser amigo dos poderosos, mas, faz parte da sua sabedoria cuidar para não os tornar inimigos, pois esses na maioria das vezes usam o próprio poder dado pelo povo contra o povo. Segundo ele, "Tê-los a todos como amigos seria ingente tarefa; basta que os não tenhamos por inimigos. O sábio, conseqüentemente, não provocará as iras dos poderosos, antes as esquivará, tal como no mar procuramos esquivar as tempestades."(Sêneca, 2004, p.46)

Sêneca segue enumerando cuidados para se precaver de alguns incômodos que, possam perturbar o indivíduo. O primeiro é evitar se ter ambições, esse tipo de competição facilmente poderia levar ao conflito, mas é necessário especificar a qual ele se refere, pois ele faz uma distinção, o que ele parece indicar é um tipo específico de ambição que deve ser evitada. Ela seria fruto de um desejo que seja amplamente compartilhado por muitos ou particulares, daquela natureza, como poderosos e influentes, como citados, e que poderiam constituir uma natureza de inimigos indesejados. Em segundo ele nos adverte a não possuir nada que chame a atenção de ladrões, para evitar situações indesejadas.

"não ostentes quanto possível sobre ti o que possa ser tomado como espólio! Ninguém chega a matar o seu semelhante por puro prazer de matar, ou, pelo menos, muito poucos; mais numerosos são os que

o fazem por cálculo do que por ódio. Qualquer ladrão deixa em paz quem nada tem; mesmo numa estrada infestada o pobre nada tem a temer" (Sêneca, 2004, p.46).

Embora parece aqui que Sêneca esteja discursando contra a riqueza, isso não é totalmente verdade, já que ele próprio ocupou cargos importantes e teve uma vida relativamente boa, o que ele faz, nos parece é uma advertência ao exagero, a extravagância. O sábio saberá aproveitar as oscilações da Fortuna. Em *Da vitae beata* (ou *Da felicidade*) obra dedicada a seu irmão, encontramos uma noção mais clara sobre o assunto. “As riquezas servem ao sábio, enquanto comandam o louco. O sábio não permite nada às riquezas; elas, a ti, tudo permitem. Tu, como se a ti tivesse sido garantida posse eterna, ficas preso a elas como se fosse um vínculo habitual. O sábio pensa na pobreza justamente quando está instalado na riqueza.” (Sêneca, 2012, p.30). Mesmo na riqueza o sábio estoico pensa na pobreza, essa meditação é parte do processo de preparação da mente e do espírito para as surpresas indesejadas que possam atormentar o estoico. Pois o sábio não é constrangido por nada, pois aceita o que a necessidade obriga.

“Como exercício de previsão dos males e da morte passa-se impassivelmente da física praticada à ética praticada. Essa previsão está intimamente ligada à ação assim como o filósofo estoico a pratica. Quando age, ele prevê os obstáculos e nada acontece contra sua expectativa. Sua intenção moral permanece intacta, mesmo que surjam obstáculos.” (Hadot,2017, p.202)

Esse aceitar de bom grado, não equivale a estática, uma vez que os exercícios espirituais partem da premissa da prática diária. Mais sim uma forma de conformação, poderia acontecer é aconteceu, e eu não posso mudar o fato, mas posso mudar a forma como eu o vejo. Ao experimentar previamente o acontecimento, repetidas vezes, o estoico adquiri uma espécie de tranquilidade, quando e se vier a ocorrer, ele já o simulou tantas vezes em seu espírito que já anteviu a melhor forma de lhe dar com aquela situação.

Não se pode, contudo, apenas aceitar os acontecimentos quando eles acontecem, mas é necessário preparar-se para eles. Uma das práticas espirituais estoicas mais famosas consistia no “pré-exercício” (*praemeditatio*) dos males, digamos, no exercício preparatório para as experiências. Trata-se de representar-se o avanço das dificuldades, os reverses da fortuna, os sofrimentos e a morte. (Hadot, 2017, p.201)

Há, elenca Sêneca, segundo um velho provérbio, embora ele não nos diga qual, três coisas que devemos evitar: o ódio, a inveja e o desespero. E os meios para conseguirmos

evita-los, para ele, só a sabedoria poderia apontar, indicando os cuidados para conseguir encontrar o equilíbrio. Como as virtudes, o são em suas medidas exatas, assim parece que deveria se configurar, na concepção de Sêneca, nossas atitudes, "não vá o medo da inveja fazer-nos incorrer no desprezo ou o receio de pisar os outros parecer significar que os outros nos possam pisar.

O poder de inspirar temor tem sido para muitos causa de temor! Retiremo-nos com precaução de todas as frentes: tão perigoso é ser desprezado como inspirar suspeitas." (Sêneca, carta 14, p.47). E a solução para encontrar esse equilíbrio estaria em refugiar-se na filosofia, mas até na filosofia a vigília seria constante, para não incorrer no desprezo, por que para ele, só com tranquilidade e modéstia se pode praticar a filosofia.

2.2 - Epistolas Morales

Sêneca produziu um número significativo de obras, tratados filosóficos, obras científicas, tragédias e uma sátira. Ele era um escritor muito versátil, portanto a escolha do formato epistolar das cartas que formam as Epistolas Morales possui um método de transmissão, de ensino, específico, com um objetivo claro. Braren (1999), argumenta que a escolha por uma modelo em epistolas se dará pela facilidade de oferecer uma doutrina filosófica sem estar preso a um rigor típico de tratado filosófico. Essa característica das epistolas permitiram Sêneca tratar de uma gama de temas muito ampla, sem necessariamente seguir uma ordem específica, durante as 124 cartas que compõem a obra ele muda de temas ou mescla alguns temas com mais liberdade se valendo do formato epistolar das cartas.

O objetivo de Sêneca era transmitir os aspectos importantes para a filosofia estoica a um interlocutor, uma espécie de manual de introdução ao estoicismo. Epistolas ou cartas segundo demonstra Braren (1999), são um recurso textual muito rico e ao mesmo tempo simples, ela estabelece um discurso com um interlocutor ou um grupo de pessoas. Fica claro que as "cartas" escritas por Sêneca se tratam de epistolas pela natureza de seu objetivo, enquanto cartas visam um leitor ou leitores específicos as epistolas buscam um objetivo literário, ou seja, há uma simulação do formato da obra que tenta aproximá-la de uma carta, mas, que no fundo continha ambições maiores. Segundo Braren (1999) esse recurso já era utilizado na antiguidade clássica com Demétrio em, sobre o estilo, por exemplo. De modo geral os temas nas epistolas tratam do preço do tempo, do sentido da morte, do medo da morte, pobreza, riqueza, e dos sofrimentos do homem. Esses temas estão presentes ora como

tópico central, ora como periférico. Outro marco importante típico das epístolas é o hábito de sempre encerrar as cartas com uma reflexão ou aforismas, como forma de meditação.

Carta 1

Na carta 1, Sêneca recupera o tema que guiara a sua reflexão sobre a filosofia que ele está buscando transmitir ao seu interlocutor e seus leitores, a saber o tempo. O tema do tempo cumpre um papel importante na filosofia senequiana. Ele busca criar em seu leitor uma urgência ao dizer que a primeira coisa que ele deve fazer e tomar consciência do valor o tempo. Há um movimento de confinar o tempo como bem natural, do qual a natureza nos deu posse. Ou seja, o homem pode apropriar-se do tempo, administra-lo, e deve o fazer o mais breve possível, por que como dirá Sêneca na carta 1 pior que aqueles que desperdiçam são aqueles que o perdem por negligência, por ignorância. Sêneca dirá que assim como ele faz, é preciso dar conta do tempo que se gasta, e é preciso fazê-lo antes que já não se possa fazer muito com o tempo que resta. “É tardia a parcimônia no final”. De fato, o que fica no fundo não é apenas o restinho, mas a borra” (Sêneca, 2016, p.17). Sêneca chama a atenção e enfatiza a natureza fluida, fugaz do tempo, por isso é importante saber viver, não sabem viver bem aqueles que ou não fazem muito ou fazem coisas sem importância. E o que seria importante? Seria viver bem, e viver bem é realizar nossa natureza racional que é boa (virtuosa).

Ao tratar da fluidez do tempo Sêneca faz uma ponte com o tema da morte, uma vez que o tempo escorre e escapa do homem desde o nascimento, e não possuímos ciência de quanto dele dispomos, a morte é uma figura permanente como uma sombra, seguindo o homem em toda parte, jovens e velhos. Portanto a consciência do tempo é o primeiro passo para se viver bem, sabendo que o tempo que o homem dispõe é fixo, limitado, e necessário, nas palavras de Sêneca na carta 1, se apropriar das horas, como se fossem as derradeiras. Esse pensamento é importante por que ele norteia os pensamentos de Sêneca sobre a vida.

Carta 4

Na carta 4 Sêneca transcorrerá sobre os benefícios da consciência do tempo e racionalização do medo da morte. A filosofia somada aos exercícios espirituais ajudaria o homem a se harmonizar com sua natureza, movimento que a antiguidade chamou de *oikeiôsis* (apropriar-se de si). Ele está exaltando o valor de uma vida guiada pela filosofia e pelas doutrinas do estoicismo. Sêneca não faz promessas com resultados longos, ele adverte

que o homem desfrutaria durante o processo de transformação. A advertência na carta 4 visa repreender o medo da morte, que segundo ele atormenta muitos homens, mas não passa de um medo infantil, irracional.

O argumento de Sêneca é o de que só se deveria temer a morte se fosse possível conviver com ela, mas ou ela nos ultrapassa ou ainda não nos alcançou. Ele irá admitir que fazer pouco caso da morte não é fácil, mas que se muitos homens por pouco o fazem, pelos vícios e paixões, por que o homem não poderia fazê-lo pelas virtudes que são bens maiores. “Não julgas que a virtude venha a conseguir o que o medo exagerado consegue?” (Sêneca, 2016, p.19). Se por medo o homem encara a morte, pela virtude ele também poderia fazê-lo. Sêneca condena esse pensamento que ele chama de infantil da morte, por que os meninos temeriam banalidades e as criancinhas fantasias, quem teme a morte faz os dois. Seria a filosofia a trazer o amadurecimento do pensamento a respeito da morte.

Adiante na carta ele segue reforçando a ideia de que quem tenta fugir em vão da morte se agarrando a vida, acaba não sabendo morrer e não sabendo morrer não sabe viver. Ao abandonar o medo da morte o homem se torna mais livre, como ele mesmo afirma na carta 4 “bem algum e útil a eu dono se seu espirito não estiver preparado para perde-lo.” (Sêneca, 2016, p.20). E a vida (enquanto expressão do tempo) é um bem transitório, se esvai das mãos do homem desde que este nasceu.

Carta 26

Sêneca trata do conceito de liberdade, “A liberdade conquistada com a meditação da morte fortalece o espirito, autônomo em relação ao corpo, que é um fardo na velhice” (Sêneca, 2016, p.42). A ideia de liberdade que a que ele se refere a aquela que se vincula a questão antiga clássica da dualidade alma e corpo, para ele um homem que libertou das vontades do corpo é um homem livre. A alma de quem escolheu a filosofia e os exercícios espirituais mantém-se vigorosa, o corpo por outro lado se degrada. E é nesse momento derradeiro em que a velhice denuncia a proximidade da morte que a coragem se torna evidente, o momento mais importante para um estoico é o derradeiro, “o que tiveres realizado só ficará aparente quando exalares o anima”(Sêneca, 2016,p.44), só se pode avaliar a vida de um homem se boa ou má após sua morte.

Um homem que aprendeu a morrer esquece o que seja a servidão: está acima, melhor dizendo, está fora do alcance de todo e qualquer poder! Que lhe importam o cárcere, os guardas, as cadeias, se tem diante de si uma

porta sempre aberta? Uma única cadeia nos tem manietados: o amor pela vida. Não o abafemos de todo, mas diminuamo-lo de modo a que, se as circunstâncias o exigirem, nada nos detenha ou impeça de estarmos preparados para fazer imediatamente o que, mais tarde ou mais cedo, teremos mesmo de fazer. (Sêneca,2007, p.100)

Carta 59

Na carta 59 Sêneca busca delimitar a noção de prazer, isso por que o prazer como ele mesmo indica no início da carta para os estoicos está geralmente vinculado aos vícios. Mas como a palavra “prazer” é, segundo ele, utilizada para definir a sensação da alegria interior e necessário esclarecer a que tipo de prazer ele se refere. O “prazer” esclarece ele, dentro dos dogmas da escola estoica, é uma coisa indigna, apenas o sábio conheceria a verdadeira alegria, espécie de exaltação da alma quando alcança a posse do que ele chama na carta 59 de “bens autênticos”, a que provavelmente ele se refere, as virtudes.

O que Sêneca parece denunciar é o mal uso que se faz do termo “prazer”, quando ficamos felizes com algum fato que aconteceu a alguém próximo dizemos que ficamos alegres, e que temos prazer em saber do ocorrido ou prazer em dar a notícia, mas para a filosofia estoica as coisas externas não estão sobre nossa controle, portanto, não podemos dizer se algo é bom ou não, para alguém se como uma mudança da fortuna o que era um bem se torna um mal, e para Sêneca a alegria não pode ser perversa. Sêneca precisa estabelecer aqui na carta 59 a noção de prazer por que ela será utilizada constantemente nas cartas para definir o estado de espírito do sábio estoico.

Vou ensinar-te agora o modo de entenderes que não és ainda um sábio. O sábio autêntico vive em plena alegria, contente, tranquilo, imperturbável; vive em pé de igualdade com os deuses. Analisa-te então a ti próprio: se nunca te sentes triste, se nenhuma esperança te aflige o ânimo na expectativa do futuro, se dia e noite a tua alma se mantém igual a si mesma, isto é, plena de elevação e contente de si própria, então conseguiste atingir o máximo bem possível ao homem! Mas se, em toda a parte e sob todas as formas, não buscas senão o prazer, fica sabendo que tão longe estás da sabedoria como da alegria verdadeira. (Sêneca,2004, p.214)

A alegria, o “prazer”, que o sábio encontra é diferente daqueles partilhados pelos homens comuns. Seu prazer vem do seu estado de espírito. “O sábio autêntico vive em plena alegria, contente, tranquilo, imperturbável; vive em pé de igualdade com os deuses.”. (Sêneca,2004, p.214). A felicidade do sábio reside na alegria de seu espírito imperturbável.

Carta 61

Na carta 61 Sêneca retoma o conceito de *meditatio mortis*, meditação sobre a morte. Ele inicia a carta falando da velhice e de como os desejos da juventude foram deixados para trás. Toda a sua vida até ali teve o objetivo de dar fim aos antigos defeitos. Cada dia é vivido como o derradeiro e essa disposição em acolher a morte o permite viver melhor. Até a chegada da velhice Sêneca afirma ter buscado viver bem, agora que a idade o alcançou e a morte está mais presente do que nunca a meditação sobre a morte se tornou mais intensa, sua preocupação está focada em morrer bem, e morrer bem é aceitar a morte, a ideia de *oikeiose*, de harmonizar se faz presente aqui também, aceitar a natureza finita e mortal do homem é o mesmo que harmonizar-se com ela, a vida do homem tem um início e um fim, como o universo estoico e tudo nele. A ideia de liberdade estoica reside nisso, em aceitar de bom grado o que a necessidade o constranger, e mais livre o homem que não é forçado a nada, tudo é escolha sua.

É o que te digo: quem a propósito cumpre de boa vontade uma ordem evita o mais amargo aspecto da servidão, que é fazer alguma coisa contra vontade. Ninguém é infeliz quando faz algo porque o mandam, mas sim quando o faz de má vontade. Preparemos, portanto, a nossa alma para fazer voluntariamente o que as circunstâncias de nós exigirem, e, para começar, pensemos sem amargura no nosso próprio fim. (Sêneca, 2004, p.218)

Por isso a importância da meditação sobre a morte, se o homem for capaz de entender que será livre se não puder ser constrangido, terá o espírito tranquilo, sofre e é infeliz quem é forçado a fazer o que não quer, o sábio nunca poderá ser constrangido, pois escolhe tudo o que faz. E o mesmo ocorre com a morte, o sábio escolhe morrer por que aceita a morte. E aceitando a morte o que resta até que ela venha e viver e viver da melhor forma possível.

Carta 70

Na carta 70 Sêneca tratara da importância de saber morrer e aceitar a morte para se viver bem.

Como sabes, por vezes, a falta de vento atormenta o navegador e não lhe permite avançar, a extrema calma rouba-lhe a paciência, enquanto outras vezes o ímpeto das correntes o impele com toda a 4 velocidade. Considera que conosco se passa o mesmo: há homens a quem a vida conduziu rapidamente ao termo a que, mesmo relutantemente, haviam um dia de chegar; para outros, contudo, a vida não passa de uma interminável maceração. Ora, como tu bem sabes, a vida não é um bem que se deve conservar a todo o custo: o que importa não é estar vivo, mas sim viver uma vida digna! (Sêneca, 2004, p.264)

O sábio é aquele que sabe disso, que a vida é um bem transitório é, portanto, não se esforçara para prolonga-la mais do que ele acha que deva. Ele irá pensar na qualidade da vida e não sendo possível ser “livre” no sentido estoico, ele se retirará da vida, não como último recurso, pois empreender tentativas fúteis de sustentar uma vida indigna, má, e ser conivente com esse tipo de vida. Ao menor sinal de que a fortuna se mostrar hostil se retirará prontamente pois apenas sobreviver não é o bastante, e necessário viver e viver bem.

Mas, o saber morrer também é importante. E Sêneca dirá isso para não aprovar mortes por medo a exemplo. “É insânia morrer por ter medo da morte: o carrasco há de aparecer, esperemos por ele!” (Sêneca,2004, p.265). Ele se apoiara no exemplo de Sócrates que esperou 30 dias até o dia da execução podendo ter lançado mão de outros meios, obedecendo o que a lei determinou. Mais caso as circunstâncias se mostrem diferentes, como a morte em meio a tortura, como que escolhe onde é melhor viver, o homem pode escolher a melhor forma de morrer, por que suportar a tortura se ele pode adiantar o inevitável. Os argumentos de Sêneca buscam evitar que uma leitura apressada das máximas estoicas resulte em contradição com as virtudes. “A condição humana assenta numa base excelente: ninguém é desgraçado senão por sua própria culpa. A vida agrada-te? Então, vive! Não te agrada? És livre de regressar ao lugar donde vieste!...”. (Sêneca,2004, p.267).

2.3 Tempo e morte para Sêneca

Ao pensarmos nos males que atormentam o homem, e o impedem de viver uma vida feliz, nos deparamos dentre eles com os mais angustiantes, a saber o tempo e a morte. E nisso a sabedoria estoica pode ser útil, e tem muito a dizer sobre.

Temas recorrentes nas obras de Sêneca como as Epistolas Morales, Da brevidade da vida, Edificar-se para morte, entre outras, o tema do tempo e da morte ganha um tratamento peculiar, típico estoico. Segundo Sêneca (2004, p.268) “Nenhuma meditação é tão imprescindível como a meditação da morte...”. Como visto dos exercícios espirituais, a consciência da morte e do tempo limitado que possuímos, em vez de nos paralisar deve ser usado para motivar nossas atitudes e nossa conduta.

A consciência do tempo é muito importante na filosofia senequiana, e configura a primeira advertência a Lucílio nas Epistolas Morales na carta 1. A seu interlocutor orienta

Sêneca, “Procede deste modo, caro Lucílio: reclama o direito de dispor de ti, concentra e aproveita todo o tempo que até agora te era roubado, te era subtraído, que te fugia das mãos.” (Sêneca, 2004, p.1). O que ele parece advertir aqui é que a consciência do tempo não altera o seu transcorrer, mas confere ao homem mais sabedoria para aproveitar melhor o seu tempo, lhe conferindo mais qualidade. Isso fica claro quando ele adverte Lucílio adiante na carta 1, “Podes indicar-me alguém que dê o justo valor ao tempo aproveite bem o seu dia e pense que diariamente morre um pouco?” (Sêneca, 2004, p.1). Tempo e morte são temas caros a filosofia senequiana, o horizonte da morte e da porção limitada de tempo que o homem possui devem na concepção de Sêneca despertar no homem a urgência de buscar viver bem, evitando o arrependimento de não ter tido uma vida boa.

“Donde muitas destas interpretações se dedicarem a apontar, rigorosamente, não o porquê, enquanto causa, mas, sim, o para quê ou, em outras palavras, a finalidade de Sêneca inserir em suas reflexões éticas e existenciais tamanhos apontamentos relativos à temática do tempo. Não sem razão, parte da crítica parece ter compreendido que Sêneca não teria se interessado pela pergunta relativa à natureza do tempo, mas, tão somente, pela de seu uso e administração na vida cotidiana. Segundo tal perspectiva, a recorrência da temática do tempo no interior dos escritos filosóficos de Sêneca visaria, antes de tudo, a uma finalidade essencialmente ética, que é a de sua apreensão.” (Condé, 2020, p.129)

E de consenso de parte das críticas, segundo Condé (2020), direcionadas a Sêneca, de que a inserção do tema do tempo, muito presente em suas obras, se deve a forma com a qual ele tratou dele em seus textos, como um elemento de reflexão sobre a vida, e não um objeto particular. O tempo cumpre um papel de pedra angular sobre a questão do viver bem, ele é usado apenas para enfatizar a urgência e a necessidade de se pensar o modo como o homem vive e escolhe viver.

O que interessa de fato, o pano de fundo que a questão do tempo visa suscitar e de caráter ético, moral. Assim como muitos temas em Sêneca, a questão é pensar o objeto, no caso o tempo, em vista de um pra que. Pensar o tempo para que se pense a qualidade da vida que o homem leva, para que pense na importância de suas decisões e na futilidade de algumas demandas, que em vista da mortalidade se esvaziam da importância que o homem a imbuíu.

E essa reflexão está fortemente ligada a meditação da morte, a consciência de que somos seres finitos, mortais, cria uma urgência na vida, o que em muitos resulta na busca por prazer. Por isso o jardim epicurista cumpra dois papéis para os estoicos, eles entenderam a urgência da vida, do agora, mas a resposta deles a essa urgência destoa com a estoica. O

que Sêneca e o estoicismo estariam propondo são questões profundas, se a vida vai acabar, como ela deve acabar? Qual a melhor forma de viver e encerrar a vida? Na antiguidade clássica havia o conceito de bela morte. Para eles havia o como morrer era muito importante, a filosofia estoica parece recuperar esse pensamento, qual a forma ideal de morrer? Sendo a morte o fim da vida, a resposta dos estoicos seria essa, viver uma vida que ao ser encerrada possa ser admirada. Algo que estava na antiguidade com Heráclito, esteve nos estoicos e posteriormente em Nietzsche a ideia do eterno retorno, a importância de uma vida bem vivida.

É tão grande a insensatez dos homens que aceitam prestar contas de tudo quanto - mau grado o seu valor mínimo, ou nulo, e pelo menos certamente recuperável - lhes é emprestado, mas ninguém se julga na obrigação de justificar o tempo que recebeu, apesar de este ser o único bem que, por maior que seja a nossa gratidão, nunca podemos restituir.(Sêneca,2004, p.1)

Sêneca tenta enfatizar a frivolidade de alguns homens, que não atribuem ao tempo seu real valor, para ele, se eles soubessem seu real valor, pesariam melhor suas decisões. E é esse seu intento com Lucílio, mostra-lhe como o tempo é algo precioso e como a vida é transitória e fugaz. “A natureza concedeu-nos a posse desta coisa transitória e evanescente da qual quem quer que seja nos pode expulsar.” (Sêneca, 2004, p.1). Qualquer um pode nos roubar tempo ou toma-lo, o que o torna ainda mais importante. Seu valor está justamente na sua fugacidade. A proposta de Sêneca e de que cientes disso possamos triunfar sobre a mortalidade, vivendo da melhor forma possível, e a filosofia seria ideal para mostrar o caminho. A carta 1 trata exclusivamente do tema do tempo, e de evidenciar a forma negligente com que muitas pessoas o tratam. A relação entre tempo e morte é indissociável, pois de acordo com Sêneca na carta 1 a morte não está adiante, estamos morrendo, morrer e viver estão alinhados, como o tripé da filosofia estoica, lógica, física e moral, a uma relação tripla entre tempo, morte e vida.

Para os autores, Sêneca teria percebido que todos os homens, no concurso com o tempo, serão deixados para trás – o que não os impede, ainda assim, de triunfar sobre sua condição por meio do autocontrole: “o filósofo e qualquer um em busca de sabedoria, Sêneca frequentemente repete, deve considerar o fim (*respice finem*); sua consciência da iminência da morte torna-o mais consciente da vida.” De modo que, uma vez tendo desperto a consciência, “viverá cada dia como se fosse o último, atento ao fim, inclusive moldando conscientemente sua vida e cada um de seus dias como um todo arredondado”. (Condé, 2020, p.133).

Isso fica claro nas Epistolas Morales já no início da primeira carta Sêneca traz o tema do tempo, orientando Lucílio, seu interlocutor, amigo e aprendiz, a tomar consciência do tempo que ele possui. Essa consciência é importante pois o valor do tempo não está na quantidade que nos é dada, mas, na consciência de que ele está constantemente se esvaindo.

Pois a consciência da nossa finitude, nos permite viver mais conscientes, mais responsáveis pelo modo como vivemos. Segundo Sêneca (2004, p.2) “Não te posso dizer que nunca perco tempo, mas sei dizer-te quanto, porquê e de que modo o perco”. Uma pessoa se afogando que se debate em desespero tende a afundar mais rápido, ao contrário da que se acalma e avalia a situação. O mesmo se dá com o homem, uma vez ciente de sua mortalidade ele deve pensar em como esse período entre a constatação da mortalidade e a sua efetivação pode ser proveitoso, pode ser bom. E bom no sentido filosófico clássico é virtude. Uma vez consciente seus dias serão mais proveitosos pois se viverá cada dia como se fosse o derradeiro. Sêneca discorre longamente sobre a morte nas Epistolas Morales, e isso se dá desde o primeiro capítulo, a fim de aconselhar Lucílio seu amigo de que já estamos em um processo de morte, o que está em jogo é o como escolhemos morrer.

“Convence-te de que as coisas são tal como as descrevo: uma parte de tempo é-nos tomada, outra parte vai-se sem darmos por isso, outra deixamo-la escapar. Mas o pior de tudo é o tempo desperdiçado por negligência. Se bem reparares, durante grande parte da vida agimos mal, durante a maior parte não agimos nada, durante toda a vida agimos inutilmente. Podes indicar-me alguém que dê o justo valor ao tempo aproveite bem o seu dia e pense que diariamente morre um pouco? É um erro imaginar que a morte está à nossa frente: grande parte dela já pertence ao passado, toda a nossa vida é já do domínio da morte!”. (Sêneca, 2004, p.1)

E necessário pensar a morte como um fato fixo, imutável. Ela nos acompanha desde sempre, ela está para todos, jovens e velhos, então é necessário usufruirmos do nosso tempo com sabedoria, sem esbanja-lo nem desperdiça-lo. Dentro da perspectiva estoica de natureza perfeita, o tempo que possuímos não pode ser tomado como pouco, mas a quantidade que deveria ser, ele é abundante quando temos consciência de seu valor, e quando o empregamos sabiamente. Mas como proceder então? A que Sêneca (2004) dirá, que vive bem, embora ele não possa evitar perder algum tempo, ele pode nos dizer onde e com o que, foi despendido. Essa é a importância da consciência sobre o tempo e sobre a morte, evitar o amargor do fim de lamentar que não houve tempo, que se queria fazer muitas coisas, e etc. Pois o próprio Sêneca (2016,p.17) dirá que, “De fato, o que fica no fundo não é apenas o restinho, mas a

borra”, ou seja, quem espera muito para aproveitar a vida, não aproveita bem ela, e o que sobra é só a amargura.

“Pois, com efeito, se a ascese constituída pelo *meditare tempum* se mostra capaz de nos levar à constatação da natureza existência e, por conseguinte, à compreensão da condição humana; de modo a lograr despertar nossa consciência filosófica e moral; caberia ainda tentar compreender, a este respeito, quais estritos aspectos do tempo se mostrariam aptos a desvelar traços fundamentais da existência e, por conseguinte, da condição humana; e, por fim, de que preciso modo a compreensão da condição humana se revelaria capaz de despertar não apenas a consciência filosófica mas, ainda, incitar, predispor e mobilizar o indivíduo quanto à premência da iniciativa moral.” (Condé,2020, p.139)

Como a morte está para todos, a todo momento, e o homem está morrendo constantemente, muitos não sabendo morrer, por medo, não saberão viver. Para Sêneca, “Muitos há que, andam miseravelmente à deriva entre o medo da morte e os tormentos da vida, sem querer viver nem saber morrer. Se queres ter uma vida agradável deixa de preocupar-te com ela.”. (Sêneca, 2004, p.8). A urgência da vida que Sêneca destaca na carta 4, sufoca o homem inscrito na mortalidade, e para ele, só a sabedoria pode leva-lo a pensar e a viver bem.

Pois segundo Sêneca (2004) a morte só deveria ser temida se pudéssemos conviver com ela, mas na realidade, a lei natural diz que, ou ela ainda não sobreveio ou já o ultrapassou. Embora o autor ressalve na carta 4 das Epistolas, que embora seja difícil desdenhar do anima, da vida, é muito corriqueiro ver aqueles que por muito pouco o fazem, ao buscar tirar a própria vida por motivos fúteis. Ou seja, abraçar a ideia de que morreremos quer queiramos ou não, aceitar isso, parece um movimento de desistência, se morreremos então por que o esforço? O que Sêneca mostra e que se por muito pouco alguns buscam a morte então a morte não é uma sentença, ela é um recurso, e sendo o recurso pode ser usada, mas deve ser usada adequadamente, se vamos morrer, tratemos de morrer bem e morrer bem, implica viver bem. Sêneca na carta 4 questionará, se o medo pode levar um homem a buscar a morte, a virtude que é um bem maior não pode fazer o mesmo em melhores condições. Para o estoico o tipo de morte reflete o tipo de vida que a pessoa viveu, a morte de Sócrates reflete seu caráter, firme até o fim.

Sêneca nesse sentido não repudia o suicídio, mas a sua natureza, pois ele irá defende-lo quando justificável, não por medo ou por fraqueza, mas quando for necessário. Segundo Segurado e Campos (2004), dirá na introdução as epistolas que fundamentalmente Sêneca defende a morte voluntária quando as condições exteriores, geralmente as condições de

ordem política, tornarem impossível a vida com dignidade, isto é, conduzida em estrita obediência aos valores morais. Ele o defenderá também quando a velhice apresentar-se como empecilho de um vida segundo o rigor da sua filosofia, “..não porei termo à velhice se ela me deixar o uso das minhas faculdade, daquelas que formam a melhor parte de mim”(Sêneca, 2004,p.208). Caso contrário a morte será um recurso aceitável.

“Ainda te lembras, certamente, da alegria que sentiste quando, despidido a toga pretexta, vestiste a toga viril e fizeste a tua entrada no foro. Prepara-te para uma alegria ainda maior quando despojares do espirito pueril e, graças à filosofia, entrares no círculo dos homens. Até esse momento perdura em nós, não naturalmente a infância, mas sim a mentalidade infantil, o que é muito pior. E pior ainda é que já temos a autoridade da velhice, mas mantemos vícios de crianças; não só de crianças, mas mesmo de recém-nascidos, pois as crianças temem coisas sem importância e os recém nascidos coisas inexistentes; nós tememos umas e outras.” (Sêneca, 2004, p.7)

Essa passagem denota a crítica de Sêneca a aqueles que antevendo os males futuros, não aproveitam a vida, a exemplo o medo da morte, que como dito não pode coexistir conosco. A meditação sobre a morte deve levar a valorização do tempo que dispomos e à reflexão de como devemos viver esse tempo, para Sêneca uma vida bem vivida deve ser uma vida virtuosa, alcançada através da filosofia. Segundo Porto (2018, p.64), “Encarar a morte corajosamente é uma das qualidades que elevam o homem mais próximo do patamar de sábio. Pois, mais importante que o tempo de vida que possamos vir a ter é a qualidade da vida que teremos.”. Sêneca critica quando faz a analogia da troca da toga pretexta pela toga viril, dos medos infantis, irracionais, que assombram muitos homens, como o medo da morte. A consciência de que a morte vira pra todos e a qualquer momento, jovens e velhos deve ser pensada de uma perspectiva racional, se ela pode vir a qualquer momento, todo momento pode ser o último, e deve ser bem vivido, não em desespero mais em tranquilidade.

“Só assim, o homem será capaz de ter serenidade se compreender e aceitar que a vida nada mais é que um bem temporário. Até mesmo a velhice não é obstáculo para uma vida feliz - desde que não se esteja em estado de decrepitude, pois aí o suicídio pode ser justificado - tendo em vista que aqueles que pensam que ao estarem nestas condições estariam mais próximos da morte, cometem erro grosseiro. Frente a isto, Sêneca nos oferece palavras consolatórias, todavia nos chama a atenção para lembrarmos sempre que a morte pode acometer a qualquer um em qualquer momento. Juventude e velhice não seriam, a priori, respectivamente atestados de vida futura longa ou breve.” (Porto,2018, p.65)

Ela, a morte, pode vir ao rico ao pobre, ao escarvo ao homem livre, ao jovem ou ao velho. Sendo um ente natural, faz parte da natureza perfeita concebida pelos estoicos, e,

portanto, devemos nos alinhar a ela também. Sêneca (2004) nos dá alguns exemplos de exercícios espirituais na carta 49 e que podem ser usados durante o *meditation mortem* (meditação sobre a morte). Quando fores dormir diga que podes não acordar, quando acordar, diga que podes não voltar a dormir. Ao sair de casa diga, poderei não retornar, e se retornar, poderei não mais sair. Esses exercícios de meditação preparam o espírito para as adversidades e nos instigam a viver o momento. Segundo Pirateli e Melo (2006, p.70), para Sêneca, o importante não era estar vivo, mas viver com dignidade; portanto, o sábio não prolongará a sua vida enquanto puder, mas a prolongará enquanto dever. Pois Segundo Sêneca (2004), na carta 70 dirá que, a razão ensina que existem muitos caminhos que o homem pode seguir, mas que o fim é apenas um e não interessa o ponto de partida daquilo que é inevitável. Sêneca rejeita a ideia de que devemos preservar a vida a todo custo, a momentos em que é preferível acabar com ela, para fugir de uma existência que não vale a pena.

“A mesma razão te aconselhará a morrer, se possível, do modo que te agradar, se não, do modo que for viável, isto é, a aproveitar a forma de suicídio que as circunstâncias te depararem. Se é imoral viver impetuosamente, morrer num ímpeto, pelo contrário, é admirável.” (Sêneca,2004, p.27)

O que Sêneca tenta mostrar ao que parece, é a necessidade de provar que o mito por trás da morte, e que traz a angústia ao homem, deve ser substituído pelo seu pensamento racional. Para Tasca(2015,p.60), sua repreensão é no sentido de desmistificar crenças já na época enraizadas. Muitos escritores se dedicaram a reforçar essa imagem tenebrosa da morte, o que segundo Sêneca é condenável. Temer o inevitável é irracional, dessa perspectiva, e infantil crer nos mitos tecidos sobre esse evento natural que se segue a tudo que é mortal. O que importa nos dá a entender Sêneca, é o agora, aproveita-lo da melhor forma dentro do que for moralmente correto. Sêneca trará muitas figuras históricas para apoiar seus pontos de vista sobre a morte, uma delas e a de Catão, a quem ele exalta em *Da Constância do Sábio* e nas *Epistolas Morales*, como homem sábio. Na carta 70, das *Epistolas Morales*, Sêneca recupera o fato de sua morte, quando ele livremente escolhe o suicídio, abrindo com as próprias mãos uma ferida por ele mesmo perpetrada. Sêneca nesta carta discorre sobre a coragem, tanto de homens famosos quanto anônimos que, “ impedidos pelas circunstâncias de morrer tranquilamente, sem possibilidade de elegerem livremente o instrumento do suicídio, lançaram mão do que encontraram e, pela sua coragem, transformaram em armas objectos por natureza inofensivos”(Sêneca, 2004, p.268). O homem sábio e livre, inclusive

para escolher sabiamente quando dar fim a própria vida, coragem diante da morte que encontramos na figura proeminente de Sócrates e tantos outros como o próprio Sêneca.

Como é tolo programar a existência não sendo dono nem mesmo do amanhã! Como é grande a loucura dos que alimentam longas esperanças: vou adquirir, vou construir, vou emprestar, vou cobrar, vou seguir uma carreira, então, em seguida, vou dedicar minha velhice cansada ao ócio. Crê em mim: tudo é duvidoso mesmo para os afortunados. Ninguém deve prometer nada a si mesmo acerca do futuro. O que temos também nos escapa das mãos, e o acaso incide sobre a hora mesma à qual nos agarramos. Uma lei efetivamente conhecida regula o tempo, mas no escuro. (Sêneca, 2016, p.135)

Nessa passagem, “uma lei efetivamente conhecida regula o tempo, mas no escuro”, Sêneca parece reforçar que o tempo é gerido por alguma coisa maior, mas que não conseguimos enxergar, e estando nesse “escuro”, não sabemos de quanto tempo ainda dispomos. Então para ele, é tolice pensarmos excessivamente no futuro, fazer planos sobre uma incerteza eminente, destinada a frustração. O agora é muito mais urgente e confiável, é necessário viver cada dia como se fosse o último, a partir do horizonte da morte. O tempo para o estoico é um bem escasso e precioso, não devemos esbanja-lo, mais aproveitá-lo sabiamente.

A morte chega de muitas formas e maneiras, é umas muitas vezes umas preferíveis em detrimento de outras. Segundo Sêneca (2004, p.113) “Mas aquela morte, inevitável sim, mas que ainda se vem aproximando, exige uma firmeza de ânimo constante, mais rara, e apenas ao alcance do sábio.”. O sábio não cede ao desespero, nem se acovarda diante da possibilidade da morte, ele segue firme constante e mesmo ciente de que seu tempo está acabando não se abala.

Do mesmo modo que um corpo de feição menor comporta um homem perfeito, um intervalo de tempo menor comporta uma vida perfeita. A duração da existência é um fator externo. O quanto deve durar a minha vida não depende de mim; o quanto ela vai durar verdadeiramente depende de mim. Exige isso de mim, que eu não atravesse uma existência inútil, com se em meio as trevas. Que eu dirija a minha vida, não me deixe levar por ela. (Sêneca,2016, p. 131)

O tamanho de uma vida não deve desanimar o homem de buscar viver bem, Para Sêneca(2004, p.264) “o sábio prolongará a sua vida enquanto dever, e não enquanto puder.”, a exemplos de muitos na história da filosofia, como, Sócrates, Sêneca e tantos outros acolheram a morte de bom grado. Dessa forma, a consciência da morte não paralisa o estoico,

mas, lhe fortalece a determinação para guiar virtuosamente sua vida. Há vida é breve, mas participando da razão universal e da harmonia do mundo, ele deve sempre buscar realizar sua natureza que é boa, ordenada, racional, viver de acordo com a máxima estoica do “ser conforme a natureza”.

2.4 Considerações finais

Do percurso deste trabalho conclui-se que o trato de Sêneca sobre o tema embora não inovador é feliz em seu objetivo de comunicar sua visão e os argumentos que a sustentam. Sendo escritor soube escolher o formato que melhor servisse ao seu propósito, a saber o epistolar, já que ele agrega muito ao estilo exortativo típico da filosofia estoica e seu caráter doutrinário. O ambiente político-social de Roma em que Sêneca cresceu permitiu o estoicismo tardio, ou imperial, florir novamente depois de um longo período de “silêncio” durante o estoicismo médio, com pouca contribuição e presença, isso agregado a escolha da linguagem fácil típica de cartas entre amigos, tornou seus conselhos de fácil assimilação.

A natureza pouco ortodoxa de Sêneca e um tanto eclética, o aproxima estranhamente de Zenão, fundador da escola. Não por outro motivo a forte presença da morte tanto em suas obras quanto em sua vida torna sua visão sobre a morte relevante. Se não outro, o tema da morte é atemporal na história do homem, é dos males talvez o mais cruel e difícil de combater. Uma vez cientes da mortalidade os homens muitas vezes se entregam aos vícios, ao desespero, ao medo, a angústia, e a vida que levam nunca é satisfatória, é sempre insuficiente, sempre falta. Nesse sentido a visão estoica da vida a partir do horizonte da morte pode oferecer algum refúgio e direção.

A visão indiferente sobre a morte, lembrando o homem de onde os seus esforços e seu foco devem estar, ou seja, no presente, em cada decisão e escolha, produz uma tranquilidade e alegria singulares. A liberdade estoica que vem do desprendimento do corpo e dos vícios que podem fazer mal a alma, produzem uma tranquilidade considerada por eles divina, nada pode abalar ou obrigar o estoico, ele está constantemente se afastando dos homens comuns e se aproximando dos Deuses.

A morte nas obras de Sêneca é uma questão de grande riqueza moral. Uma vez finito, como o homem deve viver a vida? Quem poderá ensiná-lo o caminho para se viver a vida da melhor forma possível? Qual o caminho? Sua obra se torna um guia prático e um manual

para os princípios e ideias da escola estoica. As Epístolas Morales é talvez a obra mais completa remanescente do estoicismo, perpassando muito temas transversais aos três que formam o eixo principal, a saber, a morte, o tempo, e a vida boa ou virtuosa. A obra, seu estilo e conteúdo, permite diversos recortes e abordagens, cada carta embora gire entorno de um tema central, tange mais de um, podendo serem recortadas de diversas formas, a exemplo a obra Edificar-se para morte, que são uma seleção de algumas cartas que tratam do tema da morte, dentre as 124 que compõem a obra. Em oportunidade mais profícua talvez se possa explorar mais dessa obra tão rica.

Referências

BARCELOS, Simone de Magalhães Vieira, **Filosofia, Exercícios espirituais e formação do homem na Antiguidade**, Texto para Defesa de tese de doutorado, Goiânia-GO, 2017.

BRAREN, Ingeborg, **Por que Sêneca escreveu Epístolas?** LETRAS CLÁSSICAS, n. 3, p. 39-44, 1999. Disponível em < <https://www.revistas.usp.br/letrasclassicas/article/view/73755> > Acesso em 06/04/2022.

CONDÉ, Mariana Monteiro, **Crisipo e Sêneca face à questão do tempo ou o tempo concebido como reflexo dos acontecimentos**. Tese de Doutorado: UFMG/ Minas Gerais, Belo Horizonte, 2020.

DUHOT, Jean-Joël, **Epicteto e a sabedoria estoica**, São Paulo, editora Loyola, 2006. Tradução Marcelo Perine

FOUCAULT, Michel, **A hermenêutica do sujeito** -2 ed., São Paulo: Martins Fontes, 2006. tradução Márcio Alves da Fonseca e Tannus Muchail Salma.

HADOT, Pierre, **O que é a Filosofia Antiga?**.6ª ed., 2014, 2ª reimp. São Paulo: Loyola, 2017. Tradução de Dion Davi Macedo.

HADOT, Pierre, **Exercícios Espirituais e Filosofia Antiga**, 1ed., 2 imp., editora É Realizações, 2014. Tradução Flavio Fontenelle Loquer e Loraine Oliveira

HADOT, Pierre, **Elogio da filosofia antiga**: aula inaugural de cadeira de história do pensamento. São Paulo: Edições Loyola, 2012. Tradução de Flávio Fontenelle Loque.

GOURINAT, J-B., J. Barnes, **Ler os estoicos**, 1º ed., São Paulo, edições Loyola, 2013, tradução de Paula S.R.C. Silva.

PIRATELE, Marcelo Augusto e José Joaquim Pereira Melo, **A morte no pensamento de Lúcio Aneu Sêneca**, Acta Sci. Human Soc. Sci. Maringá, v. 28, n. 1, p. 63-71, 2006.

PLATÃO, **Teeteto**, 3 ed. Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa, 2010. Tradução de Adriana Manuela Nogueira e Marcelo Boeri, Prefácio de José Trindade Santos.

PORTO, Marcus Vinicius Continentino, **O Estoicismo de Sêneca e suas considerações sobre Deus e morte**. Dissertação de mestrado em Filosofia da Universidade Federal Fluminense, Niterói-RJ, 2018.

REALE, Giovanni, **Renascimento do platonismo e do pitagorismo**, 2 ed., São Paulo, Edição Loyola, 2014, -(História da filosofia grega e romana; vol.7), tradução Henrique Cláudio de Lima Vaz, Marcelo Perine.

REALE, Giovanni, **Estoicismo, ceticismo e ecletismo**, 2 ed., São Paulo, Edição Loyola, 2015, -(História da filosofia grega e romana; vol.6), tradução Marcelo Perine.

SÊNECA, Lúcio Aneu, **Cartas a Lucílio**. 2 ed., Lisboa; Fundação Calouste Gulbenkian, 2004. Tradução de J. A. Segurado e Campos.

SÊNECA, Lúcio Aneu, **Da felicidade, seguido de, Da vida retirada**, Porto Alegre, RS: L&PM, 2012. Traduzido do latim por Lúcia Sá Rebello e Ellen Itanajara Neves Vrana.

SÊNECA, **Edificar-se para a morte**, editora Vozes, 2016, Petrópolis-RJ, Seleção, introdução, tradução e notas de Renata Cazarini de Freitas

SÊNECA, Lucio Aneu, **Sobre a Divina Providência e Sobre a Firmeza do Homem Sábio**, São Paulo, editora Nova Alexandria, 2000. Tradução, introdução e notas de Ricardo da Cunha Lima.

TASCA, Mariana Goron, **A boa morte nas Cartas a Luílio de Sêneca**, dissertação de mestrado e Filosofia na PUC, São Paulo, 2016.

VEYNE, Paul, **Sêneca e o estoicismo**, 1º reimpr. da 1º ed. de 2015, editora Três estrelas, São Paulo, 2016. Tradução André Telles.

Plano de Curso

O presente plano de curso foi estruturado de acordo com Base Nacional Curricular Comum (BNCC). Disciplinas como Filosofia, Geografia, História e Sociologia integram dentro da BNCC a área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas. Com a proposta de estabelecer diálogos, hipóteses e argumentos, estimular a dúvida sistemática e o protagonismo juvenil, a partir de 3 blocos de competências específicas a serem desenvolvidas. As habilidades estão classificadas de acordo com a etapa a que se refere, área ou componente curricular e a competência específica que se relaciona com a habilidade a ser desenvolvida.

Exemplo:

EM13CHS101

EM- O primeiro par de letras indica a etapa de Ensino Médio.

13- O primeiro par de números (13) indica que as habilidades descritas podem ser desenvolvidas em qualquer série do Ensino Médio, conforme definição dos currículos.

CHS- A segunda sequência de letras indica a área (três letras) ou o componente curricular (duas letras) - CHS = Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

101- Os números finais indicam a competência específica à qual se relaciona a habilidade (1º número) e a sua numeração no conjunto de habilidades relativas a cada competência (dois últimos números).

A estrutura do plano de curso foi dividida em unidade, conteúdos principais, objetos de conhecimento e habilidades. O plano é destinado ao 1º ano do ensino médio e prevê uma abordagem da história da filosofia por se tratar de um primeiro contato dos estudantes com a disciplina de Filosofia. Portanto busca traçar um ordenamento da evolução do pensamento

filosófico, iniciando pela questão, o que é Filosofia? Do que se trata a atividade filosófica?
De forma a fazê-los entender a importância da filosofia e seus objetos de estudo.

Componente curricular: Filosofia			
Turma: 1º ano			
PLANEJAMENTO DE FILOSOFIA			
1º BIMESTRE			
Unidade temáticas	Conteúdos principais	Objetos do conhecimento	Habilidades

UNIDAD E 1	O que é Filosofia?	Compreender a importância da Filosofia.	<p>EM13CHS101 - Identificar, analisar e comparar diferentes fontes e narrativas expressas em diversas linguagens, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de processos e eventos históricos, geográficos, políticos, econômicos, sociais, ambientais e culturais.</p> <p>EM13CHS102 - Identificar, analisar e discutir as circunstâncias históricas, geográficas, políticas, econômicas, sociais, ambientais e culturais de matrizes conceituais (etnocentrismo, racismo, evolução, modernidade, cooperativismo/desenvolvimento etc.), avaliando criticamente seu significado histórico e comparando-as a narrativas que contemplem outros agentes e discursos.</p> <p>EM13CHS103 - Elaborar hipóteses, selecionar evidências e compor argumentos relativos a processos políticos, econômicos, sociais, ambientais, culturais e epistemológicos, com base na sistematização de dados e informações de diversas naturezas (expressões artísticas, textos filosóficos e sociológicos, documentos históricos e geográficos, gráficos, mapas, tabelas, tradições orais, entre outros).</p> <p>EM13CHS104 - Analisar objetos e vestígios da cultura material e imaterial de modo a identificar conhecimentos, valores, crenças e práticas que caracterizam a identidade e a diversidade cultural de diferentes sociedades inseridas no tempo e no espaço.</p>
	A atividade filosófica	Descobrir a importância reflexiva dos conceitos, na nomenclatura	
	O nascimento da Filosofia	adequada, para a compreensão da realidade.	
	A consciência mítica	Reconhecer a filosofia no cotidiano.	
	A physis	Compreender a importância da Filosofia para	
	A arque	entender criticamente a	
	O cosmo e o Logos	realidade.	

2º BIMESTRE

Unidade 2	Conteúdos principais	Objetos do conhecimento	Habilidades
------------------	-----------------------------	--------------------------------	--------------------

	<p>Os primeiros filósofos: os pré-socráticos</p> <p>Heráclito X Parmênides</p> <p>Os sofistas</p> <p>Sócrates e o método socrático</p> <p>Democracia e o cidadão ateniense</p> <p>Cidadania, Política e Poder</p>	<p>Fazer aproximações com autores da história da Filosofia e seus contextos históricos e sociais.</p> <p>A importância da retórica na sociedade ateniense</p> <p>Compreender a ideia de ironia socrática e o conceito de maiêutica</p> <p>Compreender a necessidade da participação política do cidadão ateniense</p> <p>Analisar o conceito de cidadania.</p>	<p>EM13CHS101 - Identificar, analisar e comparar diferentes fontes e narrativas expressas em diversas linguagens, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de processos e eventos históricos, geográficos, políticos, econômicos, sociais, ambientais e culturais.</p> <p>EM13CHS103 - Elaborar hipóteses, selecionar evidências e compor argumentos relativos a processos políticos, econômicos, sociais, ambientais, culturais e epistemológicos, com base na sistematização de dados e informações de diversas naturezas (expressões artísticas, textos filosóficos e sociológicos, documentos históricos e geográficos, gráficos, mapas, tabelas, tradições orais, entre outros).</p> <p>(EM13CHS201) Analisar e caracterizar as dinâmicas das populações, das mercadorias e do capital nos diversos continentes, com destaque para a mobilidade e a fixação de pessoas, grupos humanos e povos, em função de eventos naturais, políticos, econômicos, sociais, religiosos e culturais, de modo a compreender e posicionar-se criticamente em relação a esses processos e às possíveis relações entre eles.</p> <p>EM13CHS504 - Analisar e avaliar os impasses ético-políticos decorrentes das transformações culturais, sociais, históricas, científicas e tecnológicas no mundo contemporâneo e seus desdobramentos nas atitudes e nos valores de indivíduos, grupos sociais, sociedades e culturas.</p> <p>EM13CHS603 - Analisar a formação de diferentes países, povos e nações e de suas experiências políticas e de exercício da cidadania, aplicando conceitos políticos básicos (Estado, poder, formas, sistemas e regimes de governo, soberania etc.).</p>
--	---	--	--

3º BIMESTRE

Unidade 3	Conteúdos principais	Objetos do conhecimento	Habilidades
	<p>Platão e a teoria das ideias</p> <p>Análise do texto da República: Alegoria da Caverna</p> <p>O sistema aristotélico</p> <p>Aristóteles: a teoria das quatro causas</p>	<p>Descobrir a relação da filosofia com a verdade</p> <p>Compreender a importância da filosofia para conhecimento verdadeiro</p> <p>Por que as coisas são como são?</p>	<p>EM13CHS101 - Identificar, analisar e comparar diferentes fontes e narrativas expressas em diversas linguagens, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de processos e eventos históricos, geográficos, políticos, econômicos, sociais, ambientais e culturais.</p> <p>cooperativismo/desenvolvimento etc.), avaliando criticamente seu significado histórico e comparando-as a narrativas que contemplem outros agentes e discursos.</p> <p>EM13CHS103 - Elaborar hipóteses, selecionar evidências e compor argumentos relativos a processos políticos, econômicos, sociais, ambientais, culturais e epistemológicos, com base na sistematização de dados e informações de diversas naturezas (expressões artísticas, textos filosóficos e sociológicos, documentos históricos e geográficos, gráficos, mapas, tabelas, tradições orais, entre outros).</p> <p>EM13CHS104 - Analisar objetos e vestígios da cultura material e imaterial de modo a identificar conhecimentos, valores, crenças e práticas que caracterizam a identidade e a diversidade cultural de diferentes sociedades inseridas no tempo e no espaço.</p>

4º BIMESTRE

Unidade 4	Conteúdos principais	Objetos do conhecimento	Habilidades
	<p>A teoria do conhecimento</p> <p>Revisão da teoria do conhecimento de Platão e Aristóteles</p> <p>O helenismo e suas principais correntes: estoicismo, epicurismo e ceticismo</p> <p>Transição do período clássico para a Idade Média</p>	<p>Compreender como o homem conhece</p> <p>Da stoa aos jardins a diversificação das escolas clássicas e suas contribuições.</p> <p>Compreender a importância dos textos gregos para a idade média e para o cristianismo</p>	<p>EM13CHS101 - Identificar, analisar e comparar diferentes fontes e narrativas expressas em diversas linguagens, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de processos e eventos históricos, geográficos, políticos, econômicos, sociais, ambientais e culturais.</p> <p>EM13CHS102 - Identificar, analisar e discutir as circunstâncias históricas, geográficas, políticas, econômicas, sociais, ambientais e culturais de matrizes conceituais (etnocentrismo, racismo, evolução, modernidade, cooperativismo/desenvolvimento etc.), avaliando criticamente seu significado histórico e comparando-as a narrativas que contemplem outros agentes e discursos.</p> <p>EM13CHS103 - Elaborar hipóteses, selecionar evidências e compor argumentos relativos a processos políticos, econômicos, sociais, ambientais, culturais e epistemológicos, com base na sistematização de dados e informações de diversas naturezas (expressões artísticas, textos filosóficos e sociológicos, documentos históricos e geográficos, gráficos, mapas, tabelas, tradições orais, entre outros).</p> <p>EM13CHS104 - Analisar objetos e vestígios da cultura material e imaterial de modo a identificar conhecimentos, valores, crenças e práticas que caracterizam a identidade e a diversidade cultural de diferentes sociedades inseridas no tempo e no espaço</p>

Bibliografia

BNCC. Disponível em < <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>> acesso em 06/04/2022.

COTRIM, Gilberto; Mirna Fernandes. **Fundamentos de Filosofia**, 4ed. São Paulo, Saraiva, 2016.