



## Prover-se para a morte: reflexões senequianas<sup>1</sup>

*Cláudia Valéria Fortes de Oliveira dos Santos\**

**Resumo:** O presente artigo aspira promover reflexões sobre o entendimento estoico de Lúcio Aneu Sêneca, escritor, filósofo e político romano do século I da era cristã, no que diz respeito à morte, seja esta ocasionada de forma natural ou disposta por suicídio, exibida pelo pensador supracitado como parte constituinte de extrema relevância para a concepção de Sêneca do homem ideal. Para tanto serão utilizadas algumas Epistulae Morales ad Lucilium e De Breitate Vitae. A compreensão senequiana denota a preocupação com a formação do homem que careceria ser preparado tanto para a vida como para a morte. Sêneca expõe que a morte é um dos pilares da existência, ou seja, um feito natural e previsto, cabendo ao homem ideal ser consciente dessa condição e, por conseguinte, desprender-se do medo da morte suscitado e, quando preciso, valer-se do suicídio a fim de resguardar a dignidade do ser humano. Assim, compete ao homem confrontar o temor e a angústia diante da morte, edificando-se, valorosamente, para essa realidade inevitável.

**Palavras-chave:** Estoicismo; Morte; Sêneca.

### Providing yourself for death: senequian reflections

**Abstract:** This article aspires to promote reflections on Lucius Anneus Seneca's stoic understanding, writer, philosopher and roman politician of the 1st century of the christian era, with regard to death, whether caused naturally or willingly by

---

<sup>1</sup> Erick France Meira de Souza, professor doutor em Letras pela Universidade Federal da Paraíba. Agradeço-lhe por todos os conselhos e ajuda para a elaboração deste artigo.

\* Graduanda em Letras Clássicas pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Professora em AD Palavra Viva (ADPV). E-mail: [claudiaclassicas@gmail.com](mailto:claudiaclassicas@gmail.com). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4839497303305901>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4015-6512>.

suicide, being exhibited by the aforementioned philosopher as a constituent part of extreme relevance for the conception of the ideal man. In order to do so some, *Epistulae Morales ad Lucilium* and *De Brevitate Vitae*, will be consulted. Seneca's understanding presents a concern with the formation of the man who would need to be prepared for life and death. Seneca asserts that death is one of the necessities of existence, that is, a natural and foreseen condition, it being up to the ideal man to be aware of this condition and, therefore, to let go of the fear it arouses and, when necessary, to embrace suicide in order to protect the dignity of the human being. Then, it is up to man to face fear and anguish in the face of death, growing valiantly for this inevitable reality.

**Keywords:** Stoicism; Death; Seneca.

## Introdução

*Não é da morte que temos medo, mas de pensarmos nela.*  
(Sêneca)

Este artigo tem o objetivo de promover reflexões acerca do entendimento de Lúcio Aneu Sêneca sobre a morte, seja natural ou por suicídio que foi exibida como parte constituinte de extrema relevância para a concepção do homem ideal, ou seja, o agente social que desempenharia o seu papel em sociedade.

Baseando-se em sua acepção sobre o fim da vida, poderíamos afirmar que Sêneca perpetrhou a maior parte de sua reflexão intentando revelar o aspecto libertador da morte, diante das circunstâncias inevitáveis da existência humana. Faz-se necessário, a fim de entender a visão senequiana sobre as questões da existência, tratar o conceito da morte como parte constituinte de extrema relevância para a concepção do homem ideal. Para tanto, é preciso compreender o contexto histórico em que desenvolveu as suas reflexões caracterizado, expressivamente, pelo estoicismo e helenismo.

## Contexto histórico

Alexandre Magno ou Alexandre, o Grande, como também ficou conhecido, conquistou um extenso território em poucos anos. Todavia, seus objetivos não eram estritamente belicosos. Existia, sobretudo, o desígnio de agregar diferentes culturas num único império. Suas conquistas expandiram a permuta cultural e econômica entre múltiplos povos da Antiguidade e, especialmente, incitaram a relação entre as culturas grega, egípcia e persa. A partir dessa integração, cognominada Helenismo (MELO, 2003, p. 37-65, *passim*), desenvolveram-se novas expressões culturais, econômicas e políticas nas regiões conquistadas, marcando a passagem da época clássica para a helenística.

Nesse novo panorama, avultam-se o arrasamento sociopolítico da *pólis* e o rompimento com a filosofia especulativa, característica fundamental da cultura grega. Essa dissolução da *pólis* impossibilitou o homem livre de obrar na vida pública e, nesse momento, ele abandona a condição de animal político participante dos intuitos da cidade, e volta-se para si mesmo, num processo intimista. Destarte, ocorre a passagem das ansiedades coletivas para as individuais. Para acatar às novas necessidades que se assentam, a filosofia, por sua vez, eclode com o seu estilo teórico e se acolchoa de praticidade, buscando preencher a lacuna deixada pela ordem remota. As normas de conduta pelas quais os indivíduos possam viver bem, em qualquer tempo e conjuntura, passam ser almejadas com relevância. Compreende-se assim que o pensamento helenístico tenha se concentrado sobretudo nos problemas morais, que se impunham a todos os homens. E, propondo os grandes problemas da vida e algumas soluções para eles, os filósofos dessa época propuseram modelos de vida nos quais os homens, tornaram-se paradigmas espirituais, de verdadeiras “conquistas para todo o sempre” (REALE; ANTISERI, 1990, p. 230).

Nesta nova concepção, destaca-se o estoicismo<sup>2</sup>, fundado por Zenão (336-263 a.C.), que propunha a austeridade física e moral, baseada na resistência ante o sofrimento, bem como a participação do homem na vida pública. Com a sua preocupação com a autodisciplina e a sujeição à ordem natural, essa corrente atendia às antigas virtudes romanas, aos seus costumes conservadores e à sua obstinação nas obrigações cívicas, indo ao encontro da mentalidade política romana e da soberba de ser uma potência global.

O momento histórico de mudanças, decorrentes da instabilidade política e social vivida por Sêneca colaborou para que ele se colocasse como defensor do cidadão romano, tendo como um de seus principais objetivos apartar o homem da angústia e do medo, fazendo com que entendesse e justificasse a presença inexorável da morte na vida humana, preparando para esse encontro inevitável. Portanto, o pensamento senequiano alarga-se com valores, sentimentos e emoções que se relacionam à existência humana.

## Sêneca e o estoicismo

O estoicismo colocou em discussão a concepção de *humanitas*, transformando-se na mais elevada meta educativa da cultura e da formação do homem romano, tendo a presença marcante na reflexão filosófica de Sêneca, o qual se tornou uma das personalidades romanas mais expressivas e relevantes da doutrina, propondo um modelo de autoeducação.

A importância desse processo educativo é evidenciada por Sêneca ao seu discípulo Lucílio ao longo de todo um conjunto expresso nas Cartas, em que considera que o alicerce desse aprimoramento esteja, notadamente, alicerçada na razão (*ratio*), pois convém não sermos somente capazes de agir e reagir diante dos acontecimentos do destino, mas termos consciência dos fundamentos das nossas ações: *Non potest enim quisquam nisi ab initio*

---

<sup>2</sup> Corrente fundada pelo filósofo grego Zenon de Cítion (333 a.C.-263 a.C.), que se caracteriza por uma ética em que a imperturbabilidade (*αταραχία*), a extirpação das paixões e a aceitação resignada do destino são as marcas fundamentais do homem sábio, o único apto a experimentar a verdadeira felicidade.

*formatus et tota ratione compositus omnes exequi numeros, ut sciatur, quando oporteat et in quantum et cum quo et quemadmodum et quare.* Não é possível, de fato – exceto se houver alguém instruído, desde o início, e aperfeiçoado totalmente pela razão –, seguir todos os deveres, de modo que se saiba deles, quando for mister, em que medida, com quem, de que modo e por quê<sup>3</sup>.

A finalidade do filósofo romano é, principalmente, alcançar um aprimoramento conduzido pela obstinada procura diária de aperfeiçoar-se moralmente. Mas esse ideal não é tão-só uma prerrogativa de Sêneca, mas merece ser ressaltado pelos demais homens, como adverte ao seu discípulo: *Quod pertinaciter studies et omnibus omissis hoc unum agis, ut te meliorem cotidie facias, et probo et gaudeo, nec tantum hortor, ut perseveres, sed etiam rogo.* Isto, obstinadamente, estudes e, após deixar tudo de lado, persigas uma única, para que, a cada dia, te tornes melhor, e tanto te aprovo quanto te felicito e não te exorto tanto, mas rogo-lhe assim, para que perseveres<sup>4</sup>.

Assim, Sêneca destaca a aptidão do homem para se autodirigir e, amparado pela moral (*mos*) e pela razão (*ratio*), identificar-se como parte integrante de um todo (MELO, 2003, p. 67). No entendimento em que a formação apenas é possível por meio do esforço pessoal de cada indivíduo, a vontade de querer tinha um papel expressivo, pois era vista por ele como um dos pilares da caminhada autoformativa.

O pensador estoico defende que, no percurso a ser trilhado para se alcançar a perfeita humanidade, é indispensável o exercício do querer, sendo um agente primordial para que o indivíduo seja caracterizado como bom. Para Sêneca, o querer, conduzido pela razão, leva o homem a entrar em concordância com a natureza universal. Todavia, esta por si só não seria suficiente se o homem estivesse privado de liberdade (*libertas*).

---

<sup>3</sup> Carta XCV,5.

<sup>4</sup> Carta V,1.

No pensamento senequiano, o indivíduo, por meio da liberdade, deve buscar o caminho da perfeição e da superação de qualquer forma de temor que possa enfrentar em relação ao seu corpo, às paixões sensuais, aos bens materiais e até mesmo à morte. A liberdade, segundo Sêneca, não advinha pela libertação da escravidão, algo comum em seu tempo, mas pela libertação do espírito para içar voo rumo à perfeição, que, para o pensador, era um cativo do corpo. Posto isto, a racionalidade permite o agir de acordo com as leis do universo e com a vontade do *λόγος*.

Em Sêneca, esse pensamento não se atinha a um saber teórico, mas definia-se no exercício da virtude manifestada na própria vida, motivo pelo qual era considerado um assunto prático, um exercício ativo<sup>5</sup>. O ideal senequiano é viver a doutrina estoica ao invés de somente conhecê-la.

## A arte de morrer

O tema da morte está presente em toda a obra senequiana, estabelecendo uma grande preocupação. Assim sendo, a maior parte de suas reflexões abordam o assunto da morte, seja em si mesma, como fim da existência, seja das “pequenas mortes”, perdas, mazelas e sofrimentos com que o ser humano se depara no decorrer de sua vida. Assim, Sêneca descreve: *Memini te illum locum aliquando tractasse, non repente nos in mortem incidere sed minutatim procedere. Cotidie morimur; cotidie enim demitur aliqua pars vitae, et tunc quoque cum crescimus vita decrescit.* Eu me recordo de quando você governou aquele lugar, nós não encontramos a morte de repente, mas avançamos gradualmente. A cada dia morremos! A

---

<sup>5</sup> Influência do pensamento de Aristóteles: “[...] O bem para o homem vem a ser o exercício ativo das faculdades da alma de conformidade com a exceléncia, e se há mais de uma exceléncia, de conformidade com a melhor e mais completa entre elas [...]” (ARISTÓTELES, 1999, p. 24-25).

cada dia, então, uma parte da vida é vertida, e por isso também, enquanto medramos, a vida decresce [...]<sup>6</sup>.

O homem deve ser compreendido por duas realidades: como um ser para a vida e como um ser para a morte, pois a mortalidade se mostra como uma consignação da natureza humana. Por ser a morte infalível, cabe ao homem munir-se para enfrentar sua implacável realidade, pois todos irão passar por ela.

Todavia, para o pensador, a reflexão sobre a morte era algo que lhe conferia consolo e paz (ULLMANN, 1996, p. 54), porque a sua presença era compreendida como um alívio e um fim para todos os sofrimentos, tristezas e angústias que assolam os homens em vida.

Sêneca assegura que a arte de viver também deve ser a arte de morrer, isto é, o saber morrer é parte integrante da arte de viver: *Vivere tota vita discendum est et, quod magis fortasse miraberis, tota vita discendum est mori*. Deve-se aprender a viver durante toda a vida e, por mais que talvez venhas a te espantar com isso, deve-se aprender a morrer durante toda a vida<sup>7</sup>. Portanto, o grande ensino a ser aprendido na formação do homem está em torno do saber morrer, o que está intrinsecamente ligado ao saber viver com sentido.

O pensamento de Sêneca, que tem a sua expressão máxima na morte, não flui para uma moral da morte, mas para uma moral relacionada às leis elementares da vida. Por isso não há angústia, desespero e medo em suas reflexões, especialmente porque a vida é entendida como um exame, uma avaliação permanente e própria da sabedoria. Nela ancora a questão da vida, do bem e do mal, dos valores morais e éticos, do supremo bem, do que é imanente e possivelmente transcendente no homem. Seu ponto de partida é o saber viver (MELO, 2004, p. 57).

---

<sup>6</sup> Cartas XXIV, 19-20.

<sup>7</sup> Sobre a Brevidade da Vida XVII,3.

## Prover-se para a morte

Sêneca exibe direcionamentos para o homem ao deparar-se com a realidade da morte. O filósofo, ao avaliar a morte como um legado comum à humanidade, consequência natural da existência, assinala reflexões a todos que se sintam temerosos por sua presença. Assim, apresenta-se como um pedagogo consolador, buscando oferecer contribuições àqueles que se angustiam diante dessa fatal realidade.

A partir dessa concepção, ele abdica a possibilidade de se terem motivos para temer a morte, advertindo, até mesmo, o seu discípulo Lucílio sobre essa questão, dirigindo-lhe uma carta em que esclarece ser preferível morrer com coragem a morrer com temores. Para Sêneca, o sábio é aquele que caminha firme e sem medo para a morte. Para não se temer a morte, nos diz Sêneca, é preciso pensar sempre nela: *Tu tamen mortem ut numquam timeas, semper cogita*. Pensa tu sempre na morte, para que não a temas<sup>8</sup>. Assim age o sábio que, mesmo diante da morte, conserva o seu espírito sereno e encontra uma oportunidade, um meio para buscar a verdade.

Entre os direcionamentos senequianos encontra-se a reflexão sobre a sua universalidade. Considerando a morte como presença certa na vida do homem, Sêneca o convoca a trilhar na perspectiva dela, a fim de que aproveite bem o tempo e esteja pronto a enfrentar, decididamente, essa realidade humana suprema, que transforma todos os homens em iguais. Expõe que não foram apenas homens ilustres que enfrentaram a morte com ousadia e os cadeados da servidão, mas, também, indivíduos de baixa condição buscaram na morte um porto seguro: *Non est quod existimes magnis tantum viris hoc robur fuisse, quo servitutis humanae claustra perrumperent; non est quod iudices hoc fieri nisi a Catone non posse, qui quam ferro non emiserat animam manu extraxit*. Não há razão para pensar que apenas os grandes homens tiveram a força necessária para irromper os cadeados da servidão humana; não há motivo para pensar que um ato

---

<sup>8</sup> Carta XXX,18.

somente está ao alcance de um Catão, que para exalar a alma abriu com as mãos a ferida que o punhal deixara estreita<sup>9</sup>.

Sêneca também alerta quanto à imprescindibilidade da correção do nosso pensamento. Sua inquietude está associada às consequências que as más intenções possam causar ao se radicarem no nosso íntimo, como ressalta: [...] *ut dixi, ante animum nostrum formare incipimus et recorrigere, quam indurescat pravitas eius.* Como disse, começamos a formar e a corrigir o nosso pensamento antes que o desatino endureça<sup>10</sup>. Entretanto, mesmo o pensamento já estando corrompido, o importante é não se desesperar, atentando de forma intensa e resignada e, assim, dissolver as más disposições que o afigem.

Sêneca também atenta para o desapego pela vida. É o que esclarece a Lucílio ao advertir que ele ainda evidencia certo apego ao tipo de vida que levava e, portanto, conclui que ainda falta nitidez para a vida a que há de ascender, ou seja, alcançar a vida do sábio: *Magna esse haec existimas, quae relicturus es, et cum proposuisti tibi illam securitatem, ad quam transiturus es, retinet te huius vitae, a qua recessurus es, fulgor tamquam in sordida et obscura casurum.* Tu estimas grandes essas coisas, de que se afastará, e, quando prometestes a ti mesmo aquela tranquilidade, em direção a qual haverás de se dirigir, o esplendor de tua vida, da qual se distanciará, te impede de cair na sordidez e nas trevas.<sup>11</sup>

Sobre esse ponto de vista ainda pouco esclarecido do discípulo, Sêneca elucida que a vida a qual ele deve ascender é a que radia luz própria comparável à do sábio:

*Erras, Lucili; ex hac vita ad illam adscenditur. Quod interest inter splendorem et lucem, cum haec certam originem habeat ac suam ille niteat alieno, hoc inter hanc vitam et illam; haec fulgore extrinsecus veniente percussa est, crassam illi statim umbram faciet*

---

<sup>9</sup> Carta LXX 19.

<sup>10</sup> Carta L,5.

<sup>11</sup> Carta 21,1.

*quisquis obstiterit; illa suo lumine inlustris est. Studia te tua clarum et nobilem efficient.*<sup>12</sup>

Erras, Lucílio: desta vida à outra ascende-se. O que há entre o esplendor, quando ele tiver uma origem certa e própria, e a luz, quando ela brilhar por outra causa, é a diferença entre esta e aquela vida. Esta vida é afligida por um fulgor que vem de fora, qualquer um que se interpor, produzirá uma sombra espessa sobre ela; aquela outra vida, por sua própria luz, é iluminada. Teus estudos te tornarão brilhante e nobre.

Em conformidade com os preceitos estoicos, Sêneca observa que a morte não necessitava ser apenas natural, haja vista sua inferência por meio do suicídio ser autêntica em algumas situações e se converter num exercício de virtude (*virtus*) libertadora. No estoicismo a morte voluntária não era vista como uma fuga e um ato irracional, mas sim, como uma decisão racional adequada ao sábio em circunstâncias nas quais não se é possível viver uma vida feliz. Portanto, é conveniente ao sábio, num ato de liberdade, afastar-se da vida. Essa orientação pode ser compreendida no escasso valor que os estoicos conferiram ao corpo, pois, para eles, o corpo é um mal necessário. Todavia, é sensato ter um certo cuidado para com ele, tratando-o com moderação (*μεσότης*) pois não se pode viver sem ele; adverte que o que não se pode é viver para o corpo, tornando-se assim seu escravo (ULLMANN, 1996, p. 72). Tendo o corpo um valor pouco considerável, nada mais natural do que desfazer-se dele de maneira voluntária quando ele causa mal ou para se manter a própria dignidade.

Ter uma vida honesta, valorizar a qualidade da vida e não a sua duração seriam formas de minimizar o temor perante a morte. O admirável é que o homem aplique bem os seus dias e tenha uma vida plena. Como conforto àqueles que padecem com o receio da morte, ele se apresenta como um médico que dá medicamentos àqueles que estão enfermos. O remédio contra toda insegurança diante da morte é não temê-la. Dessa feita, a anuência diante da morte pode transformá-la, de pavor, em realidade serena, libertando o indivíduo daquilo que o escraviza. E assim arrazoa: [...] *Ego tibi*

---

<sup>12</sup> Carta 21,1.

*illud praecipio, quod non tantum huius morbi, sed totius vitae remedium est: contemne mortem.* O remédio que eu te receito não é apenas para doença, mas para toda a vida: desafia a morte<sup>13</sup>.

Seguramente, os assuntos abordados por Sêneca e esclarecidos ao discípulo Lucílio nas Cartas demonstram a preocupação do filósofo em alcançar o aprimoramento do homem, seu crescimento moral e espiritual. Em exatidão, o que Sêneca almeja é devolver ao homem sua própria consciência de efêmero, ante seu próprio destino, sua própria vida e sua própria morte.

## Considerações finais

As considerações aqui apresentadas conduzem ao entendimento das reflexões de Sêneca sobre a formação de um homem ideal capaz de romper com os limites da condição humana e responder às necessidades de adequar-se às circunstâncias da vida.

A compreensão do pensamento senequiano sobre a morte está associada ao fato de que o caminho contra toda a incerteza diante dela é não temer. Sêneca corrobora a necessidade da aceitação da fatídica realidade: o homem é um ser mortal, portanto, seu fim está destinado. Por isso, a educação para a morte instrui o homem a fenercer dignamente, a usufruir bem a vida e não se desesperar diante dessa realidade.

## Referências

ARISTÓTELES. *Ética a Nicômaco*. Trad. Mário da Gama Kury. 3 ed. Brasília: Universidade de Brasília, 1999.

MELLO, José Joaquim Pererira O conceito de educação em Sêneca. *Revista Cesumar*, Maringá, v. 8, n. 1, p. 7-19, 2003.

---

<sup>13</sup> Cartas LVIII,5.

MELO, José Joaquim Pereira. O sábio e o processo educativo senequiano. *Rev. Cesumar*, Maringá, v. 9, n. 2, p. 50-60, 2004.

REALE, Giovanni; ANTISERI, Dario. *Filosofia: antiguidade e idade média*. 5 ed. São Paulo: Paulus Editora, 1990.

SÊNECA. *Cartas a Lucílio*. 2 ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2004

SÊNECA. *Sobre a brevidade da vida*. 7 ed. São Paulo: Nova Alexandria, 1995.

ULLMANN, Reinholdo Aloysio. *O estoicismo romano: Sêneca, Epicteto, Marco Aurélio*. Porto Alegre: Edipucrs, 1996.

Data de registro: 21/04/2021

Data de aceite: 25/11/2021