

*INCONTRO CON L'OPERA*

**DE TRANQUILLITATE**

**ANIMI**

**LUCIO ANNEO SENECA**

*GUIDA ALLA LETTURA  
E ALL'ANALISI*

## DE TRANQUILLITATE ANIMI

di LUCIO ANNEO SENECA

### ■ Introduzione

*De tranquillitate animi* fa parte dei cosiddetti “dialoghi morali” di Seneca. Affronta il tema della *euthymia*, o “imperturbabilità”, un argomento già trattato – alcuni secoli prima – da Democrito e poi dai filosofi dell’età ellenistica.

La serenità di spirito deriva dall’“essere in pace con se stessi”, cioè da uno stato di equilibrio psichico e di armonia interiore che è effetto di una conquistata saggezza.

Interlocutore di Seneca, nel dialogo, è l’amico Anneo Sereno, capo della guardia imperiale, a cui il filosofo ha dedicato altri due dialoghi morali (*De constantia sapientiae* e *De otio*) e che morirà intorno al 61-62 d.C., intossicato da funghi velenosi.

Sereno è insoddisfatto, avverte una condizione di precarietà e instabilità psichica, come un “ondeggiamento”, una “incostanza di senno” che lo “accompagna in ogni circostanza” e che considera una vera e propria “malattia dell’animo”. Egli si sente come sospeso fra spinte contrastanti: è attratto sia dal lusso che dalla semplicità dei costumi; desidera il successo negli affari pubblici, ma vorrebbe anche rifugiarsi nel proprio “privato”; negli studi è alla ricerca di ciò che vi è di essenziale ed autentico, ma si lascia fuorviare dalla ricercatezza nello stile e dall’amore per le apparenze.

Seneca risponde muovendosi nell’orizzonte etico dello Stoicismo, ma, nel delineare il modello di saggezza, ne attenua non poco la rigidità e l’assolutezza. Egli critica la tendenza a inseguire il successo a tutti i costi e suggerisce uno stile di vita improntato alla sobrietà, privo di ostentazione, equilibrato e flessibile: cioè un tipo di esistenza nel quale a momenti di attività si alternino opportune pause di riposo, soprattutto quando “la vita pubblica sia impedita da incidenti fortuiti o dalla situazione politica”; difatti, “le strade non sono mai tutte chiuse al punto che non ci sia spazio per un’azione virtuosa”.

Seneca critica coloro i quali ritengono che, per ridurre le difficoltà e i pericoli dell’esistenza, occorra “ritirarsi dal foro e dalla vita pubblica”. Egli esprime, a questo riguardo, concetti rilevanti: anche quando si sia costretti a ritirarsi, lo si faccia “a poco a poco e con le insegne intatte”, non volgendo le spalle alle situazioni, ma affrontandole apertamente. E, se non si possono compiere i “doveri del cittadino”, almeno si adempiano i doveri “dell’uomo”. Egli scrive, infatti: “abbiamo proclamato il mondo nostra patria, per poter offrire alla virtù un campo più vasto”. Dovunque siamo costretti a operare, possiamo svolgere il nostro compito.

Il filosofo suggerisce di esaminare anzitutto noi stessi, quindi di valutare i compiti che intendiamo affrontare, infine di scegliere delle persone “degne” delle nostre attenzioni e, soprattutto, della nostra amicizia.

Nella seconda parte del dialogo Seneca insiste soprattutto su un ideale superiore di saggezza, di consapevolezza e controllo di sé: doti che consentono di fronteggiare ogni evenienza e prepararsi al peggio anche quando sembra che tutto vada bene, perché nell’esistenza è sempre possibile un capovolgimento della sorte.

Il saggio, pertanto, deve vivere “come se il suo stesso essere gli fosse stato prestato, sempre pronto a restituirlo senza lamentarsene se qualcuno lo reclamasse”. Egli, inoltre, non deve affaticarsi intorno a “oggetti vani”, cioè non deve desiderare cose che non può ottenere, deve saper accortamente dosare i fini in rapporto alle sue concrete possibilità. Non deve né programmare tutto rigidamente, né farsi condizionare dalla volubilità. Saggio, soprattutto, è colui che sa “richiamare l’animo da tutte le sollecitazioni esterne a se stesso”, che sa badare alle proprie cose e concentrarsi su se stesso, nutrendo una piena fiducia in sé.

Seneca conclude proponendo un modello concreto di saggezza, quello di Giulio Cano che, come Socrate alcuni secoli prima, si muove con assoluta serenità incontro al patibolo a cui l’ha condannato l’imperatore Caligola. Egli vede, anzi, nella morte, l’occasione per poter verificare se effettivamente l’anima esca fuori dal corpo: “ecco la tranquillità in mezzo alla tempesta, ecco un animo degno dell’eternità, che si serve del suo destino per indagare sulla verità, che, giunto a quel passo estremo interroga la sua anima mentre questa esce dal corpo e non solo impara fino alla morte ma dalla morte stessa: nessuno ha filosofato più a lungo”.

È un modello altissimo di saggezza che, a differenza di ciò che avevano asserito i primi Stoici, non si contrappone a quello proposto all’uomo comune, ma costituisce per esso un valore ideale di riferimento, l’idea-limite a cui ciascuno può e deve guardare nel fare i conti con il mondo e, soprattutto, con se stesso, con i limiti della propria natura, del proprio carattere.

La filosofia morale assume così, in Seneca, una centralità nuova “sotto l’urgenza della crisi spirituale della Roma contemporanea”: il problema morale non è più solo “in funzione della vita politica romana”, come era stato per Cicerone; esso diventa ora “problema squisitamente umano, la cui meditazione e le cui conclusioni servono se mai da antidoto e conforto alle delusioni della vita civile” (Ettore Paratore).