**Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Faculdade de Ciências Humanas
Curso de Graduação em Filosofia**

Talita Gonzalez de Farias

**VIRTUDE E FELICIDADE EM SÊNECA: UMA INTERPRETAÇÃO DA OBRA
*SOBRE A VIDA FELIZ***

**Campo Grande – MS
2025**

Talita Gonzalez de Farias

**VIRTUDE E FELICIDADE EM SÊNECA: UMA INTERPRETAÇÃO DA OBRA
*SOBRE A VIDA FELIZ***

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC),
apresentado como requisito parcial para obtenção
do título de licenciada pelo Curso de Filosofia da
Faculdade de Ciências Humanas da Universidade
Federal de Mato Grosso do Sul.

Orientador: Prof. Dr. Andre Koutchin de Almeida

**Campo Grande – MS
2025**

O Trabalho de Conclusão de Curso intitulado “VIRTUDE E FELICIDADE EM SÊNECA: UMA INTERPRETAÇÃO DA OBRA SOBRE A VIDA FELIZ” apresentado por TALITA GONZALEZ DE FARIAS, como exigência parcial para a obtenção do Título de Licenciatura em Filosofia à Banca Examinadora da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul – Campo Grande, obteve conceito _____ para aprovação.

BANCA EXAMINADORA

Prof. André Koutchin de Almeida (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul)

Orientador

Prof. Ronaldo Amaral (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul)

Membro

Prof. Danilo Camara Caretta (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul)

Membro

AGRADECIMENTOS

Ao professor e orientador Andre Koutchin de Almeida pela acolhida e dedicação na orientação deste trabalho.

Aos colegas e professores do curso de filosofia, que tive o prazer de conhecer e que de algum modo contribuíram nesta jornada.

Portanto, antes de tudo não devemos seguir, como ovelhas o rebanho que nos procede, avançando não na direção que se deve, mas naquela em que se é levado.
(Sobre a vida Feliz, de Lúcio Aneu Sêneca).

RESUMO

Pretende-se com este trabalho de conclusão de curso uma interpretação da noção de virtude e felicidade em Sêneca, a partir da obra *Sobre a vida feliz* (2021) - originalmente intitulada *De vita beata* - considerando as práticas de viver bem denotada pelo mencionado filósofo da escola estoica. Preceitos como a harmonia com a natureza, o uso da racionalidade e a busca pelo viver com virtude para viver bem e assim alcançar a felicidade, são elementos presentes no estoicismo de Sêneca e entendidos aqui como essenciais para aqueles que desejam seguir a filosofia estoica. Em razão da atemporalidade do tema felicidade, procura-se demonstrar, com base na interpretação da obra supracitada, como alcançar uma vida feliz considerando o que é a virtude na visão do filósofo Sêneca que apresentou orientações sugestivas de como assegurar a condução da humanidade pelo caminho da virtude e, por conseguinte, para a felicidade. Almeja-se com este trabalho demonstrar a importância da transformação de si para o alcance da verdadeira felicidade e serenidade do espírito por meio de um dos escritos mais relevantes do principal pensador estoico romano.

Palavras-chave: *Sobre a vida feliz*; Sêneca; Virtude; Vida feliz.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 O ESTOICISMO E SÊNECA	9
3 SOBRE A VIDA FELIZ.....	14
3.1 Vida feliz e a harmonia com a natureza	17
3.2 Racionalidade e virtude para uma vida feliz	23
4 CONCLUSÃO	36
REFERÊNCIAS	38

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como proposta realizar uma interpretação acerca da virtude e felicidade, considerando a filosofia estoica e, mais especificamente, a obra *Sobre a vida feliz* do filósofo Lúcio Aneu Sêneca (utilizando, para tanto, a tradução de José Eduardo S. Lohner, editada pela Companhia das Letras em 2021). Iniciamos o trabalho com uma breve abordagem da visão geral do estoicismo e posteriormente, como plano central, apresentando noções de virtude e felicidade presente na obra supracitada do filósofo, originalmente intitulada *De vita beata*.

Buscar-se-á interpretar as práticas de viver bem denotada pelo filósofo da escola estoica, considerando preceitos como a harmonia com a natureza, o uso da racionalidade e a busca pelo viver com virtude para viver bem e, assim, alcançar a felicidade presente na filosofia senequiana. Este trabalho é marcado pela atemporalidade do tema, visando uma interpretação do que é a felicidade e como ela é alcançada, demonstrando pensamentos acerca da virtude, vícios e prazeres, temas que foram abordados e tornam os escritos do pensador estoico romano mais relevantes para transformação de si e o alcance da verdadeira vida feliz.

Inicialmente, busca-se enfatizar os momentos cruciais que marcaram o estoicismo, como suas fases, os filósofos de destaque e principalmente o que torna o estoicismo uma filosofia proeminente. Nesse sentido, parte-se da seguinte indagação: O que é o estoicismo? A resposta permite refletir sobre a filosofia fundada por Zenão de Cítio na Grécia Antiga que perpetuou-se até os dias atuais, tendo entre os mais célebres filósofos estoicos, Lúcio Aneu Sêneca (em latim, Lucius Annaeus Seneca), considerado um grande filósofo, advogado, escritor, orador e pensador do Império Romano.

Com grandes feitos, Sêneca sobressaiu-se em diversas áreas, chegando ao título de conselheiro principal do imperador Nero. O filósofo era tido como um abastado, dono de muitas posses, todavia ao longo de sua vida enfrentou muitos desafios, desde uma saúde frágil até o exílio, chegando a ser condenado à morte. Sêneca, porém, deixou um grande legado escrito, que perdura por gerações. A obra *Sobre a vida feliz* a ser aqui interpretada é parte de suas grandes realizações.

2. O ESTOICISMO E SÊNECA

Como parte da trajetória de estudo e compreensão da filosofia estoica, implica saber sobre os escritos antigos e pouco foram os registros a perdurar até atualidade, as poucas citações relacionadas aos antigos Estoicos fundadores do estoicismo são a base para o estudo dessa doutrina, todavia obras de autores como Epicteto, Sêneca e Marco Aurélio, são mais amplas, tornando-se referências importantes no ensinamento do estoicismo.

Diante do cenário, árduo é o caminho daqueles que buscam conhecer as reflexões estoicas. No entanto, é possível encontrar obras que contribuem para o entendimento como fonte de pesquisa. Nesse sentido, como base para introdução ao estudo sobre a Escola Estoica empregar-se-á a obra do autor Jean Brun denominada O Estoicismo, que em suma demonstra em épocas distintas o pensamento de vários filósofos dessa doutrina responsáveis por formularem um conhecimento de ordem prática.

Jean Brun (1986, p.15), inicia sua obra destacando o desenvolvimento do estoicismo de acordo com os períodos:

[...] Distinguem-se tradicionalmente três grandes períodos na história da escola: o estoicismo antigo que tem o seu centro de actividade em Atenas no século III a.C. e de que retemos três grandes nomes: Zenão de Cício, Cleanto e Crisipo. O estoicismo médio no século II a. C., onde o sistema perde o seu primeiro rigor e começa a latinizar-se; Diógenes, o Babilónico, Antiprato de Tarso, Panécio de Rodes e Possidónio de Apameia são os seus principais nomes. O estoicismo da época imperial nos I e II séculos d. C. é essencialmente romano e abandona quase completamente a lógica e a física para se interessar apenas pela moral. Podemos reter como nomes principais: Sêneca [...], Musónio Rufo e, sobretudo, Epicteto e Marco Aurélio. (BRUN, 1986, p.15).

Entre escolas filosóficas ao longo da história, evidencia-se o estoicismo que permanece presente na atualidade como uma filosofia prática para uma vida feliz. Fragmentos dessa história são contados pelos estudiosos através de três momentos estabelecidos no decorrer do tempo como as fases da escola estoica.

Dentre os principais nomes da Escola Estoica destaca-se Zenão de Cítio, mestre fundador do Estoicismo, responsável por estabelecer os princípios fundamentais dessa doutrina. Quanto a ele, Jean Brun (1986, p.16) estabelece: “Zenão (336-264), nasceu em Cítio na ilha de Chipre, praça forte grega que

pertenceu a colonos fenícios”. Ademais, descreve como aconteceu a iniciação de Zenão de Cítio na filosofia, relacionando o fato a um naufrágio ocorrido que mudou a história de um até então mercador para um filósofo de renome:

[...] Filho de um mercador, Mnaseo, Zenão comprara púrpura na Fenícia, mas o navio que transportava naufragou diante do Pire; Zenão dirigiu-se então para Atenas e folheou em casa de um livreiro as *Memoráveis* de Xenófanés; Apaixonado pela obra perguntou onde se poderiam encontrar homens tão notáveis como aquele de que se tratava no livro. Crates, o Cínico, passava justamente no momento e o apontou-o a Zenão dizendo-lhe: <<Não tens senão que segui-lo>>; daí em diante Zenão terá seguido as lições de Crates. (BRUN, 1986, p. 16).

Zenão, tendo provável origem fenícia, foi introduzido à filosofia como discípulo de Crates, um dos filósofos cínicos da doutrina fundada por Antístene. Quanto aos filósofos cínicos, o autor Jean Brun, (1986, p.16), estabelece concernente a doutrina, “apresenta-se antes de mais como uma recusa das convenções sociais: o sábio vive segundo a natureza e em sociedade consigo mesmo”, isto é, o cinismo era marcado pelo desprezo às normas sociais.

Segundo o autor Jean Brum (1986, p. 17-18), por volta de seus 42 anos, Zenão de Cítio fundou uma escola:

Os seus alunos foram primeiramente designados por Zenoianos, depois, segundo o costume de dar a uma escola o nome do lugar onde estava estabelecida, chamou-se-lhes Estóicos. Estoicismo deriva, com efeito, da palavra grega *stoa* que significa *pórtico*, porque Zenão ensinava perto do Pórtico Poecilo, assim designado – *poecilo* significa *revestido de pinturas* – porque Polignote o decorara de pinturas para purificar este lugar onde, sob a tirania dos Trinta, mais de mil e quatrocentos cidadãos haviam sido massacrados; a expressão sinónima <<filosofia do pórtico>> é utilizada muitas vezes para designar o estoicismo. (BRUN, 1986, p. 17-18).

Zenão de Cítio tornou-se mestre e seus alunos ficaram conhecidos inicialmente como zenonianos, posteriormente foram denominados estoicos. O surgimento do nome deu-se pelo fato de os encontros filosóficos ocorrerem em um pórtico, em grego chamado de Stoá, dando origem a derivação que nomeia a escola, o Estoicismo.

Segundo Jean Brun (1986, p.18), Zenão foi o filósofo mais proeminente do estoicismo antigo, a forma como Zenão ensinou sua doutrina, seu modo de viver e ensinar fez dele estimado pelos cidadãos Atenienses:

Aí, Zenão fez rapidamente amigos e foi respeitado por todos; viveu

modestamente com a parcimónia de um bárbaro, homem sóbrio e discreto, conversava rodeado de alguns discípulos a quem não fazia pagar suas lições, o que fez de seu ensino um ensino aberto a todos e não apenas reservado a uma aristocracia endinheirada, como tinha sido os Sofistas. <<Estava cercado, diz-nos Diógenes Laércio, de amigos meios nus e andrajosos. E Timon ridicularizava-o por isso: ele arrastava consigo uma multidão de miseráveis, os mais indigentes de todos os homens>>. Zenão ponderava cada uma das suas palavras e exprimia-se numa língua cheia de neologismo e até de barbarismos; a sua personagem levava mais a pensar num profeta do que num retórico ou num dialéctico. Fugia da convivência dos grandes e preferiu enviar um dos seus discípulos ao rei. Antígona que lhe pediu que fosse até junto dele. Os atenienses tiveram-no em tal conta que lhe ofereceram as chaves da sua cidade, deram uma coroa de ouro e ergueram uma estátua de bronze. (BRUN, 1986, p.18).

Considerando tal fragmento, o fundador do estoicismo foi um mestre célebre, seus ensinamentos eram oferecidos a todos que desejassem, sem nenhuma distinção, sua modéstia e seus ensinamentos motivaram a admiração dos Atenienses.

Continuamente em sua obra, Jean Brun (1986, p. 20-21) destaca como um dos principais nomes do Estoicismo Médio, estabelecido como período pós estoicismo antigo, o filósofo Panécio, veja-se:

Com Panécio, um discípulo de Antipater, chegamos verdadeiramente ao que está convencionado chamar de estoicismo médio. A doutrina de Zenão estende-se no Oriente até à Babilónia, é bem conhecida em Alexandria, vai ganhar Roma que tenta por todos os meios helenizar-se, sendo o grego a língua das pessoas cultas. Panécio nasceu em Rodes e aprendeu filosofia em Atenas com Antipater; partiu depois para Roma onde se tornou amigo de Cipião Emiliano que acompanhou a Alexandria e na viagem que este empreendeu ao longo das costas ocidentais de África. Os dois homens possuíam mútua estima, e é preciso ver nesta amizade um sintoma significativo: Roma impunha-se por todo o lado graças às suas legiões e aos seus juristas que faziam reinar a Pax Romana; as consciências que tinham necessidade de uma moral pessoal, encontraram no humanismo universalista dos estóicos uma doutrina capaz de responder às suas aspirações. É isso, talvez, que explica que romanos célebres: o sobrinho de Cipião, Quintus Tuberon, um jurista, Mucius Scaevola, um procônsul, Rutilius Rufus, um gramático, Aelius Stilon, Tiberius Grachus, Caius Fanius, etc. Panécio voltou a Atenas aquando da morte de Antipater e tomou a direção da escola. Com ele o estoicismo inflectiu para um humanismo da razão, ótimo para seduzir os Romanos, homens de acção; a doutrina estóica perde seu rigor e Panécio faz prova de um eclectismo que o leva a utilizar ao mesmo tempo obras de discípulos de Aristóteles e da Nova Academia. A virtude não é mais concebida como implicando uma unidade indivisível e a igualdade de todas as faltas; matizando e moderando as teses dos antigos estóicos, Panécio fez muito mais apelo à probabilidade do que à certeza. << Tornar o universo familiar aos homens>>, tal foi a tarefa que, segundo Bevan, parece ter imposto a si mesmo. (BRUN, 1986, p. 20-21).

Panécio foi um dos nomes que marcaram o Estoicismo Médio, responsável por adaptar o estoicismo para outra cultura sendo fundamental na introdução do

estoicismo em Roma, com ele o estoicismo inclinou-se para um humanismo da razão.

A fase seguinte do Estoicismo foi a denominada época imperial, Brun (1986, p.22) ressalta: “Três séculos se passaram desde que Zenão ensinou no pórtico Poecilo; Roma desde há muito suplantou Atenas. Mas começa a decomposição do mundo romano”. Dando continuidade ao relato sobre o estoicismo dessa época, Brun (1986, p.22) menciona:

Os imperadores declaram-se contra a aristocracia, recorrem aos delatores, confiscam bens para amontoar fortunas e atrair a plebe com jogos de circo ou com distribuição de mantimentos. Os escritores, os historiadores e os filósofos que não são adutores do imperador, são perseguidos ou exilados: Nero proíbe Lucano de ler as suas obras em público; O estóico Musônio Rufo é exilado; em 93, Domiciano expulsará os filósofos por um senado-consulta. Por outro lado, faz-se sentir a influência do Oriente: numerosos cultos mais ou menos estranhos são importados por Roma. Finalmente não esqueçamos que no meio dos paganismos de toda a espécie e das diferentes escolas filosóficas, o cristianismo nascente vem trazer a sua nova. (BRUN, 1986, p. 22).

Ainda sobre o estoicismo da época imperial Brun (1986, p. 22), estabelece:

[...]. No início do século II, o clima intelectual parece mais favorável ao desenvolvimento da filosofia, uma vez que o estoicismo encontrará uma das suas últimas encarnações na pessoa de um imperador romano: Marco Aurélio. Mas, um pouco por todo o lado, os bárbaros acometem Roma nas suas fronteiras e o estoicismo que permitirá a um escravo, Epicteto, encontrar justificações para uma vida miserável, vai agora permitir a Marco Aurélio a meditação interior durante todas as suas expedições militares. (BRUN, 1986, p. 22).

A fase do estoicismo da época Imperial, caracterizou-se pelo interesse na moral. Sêneca foi o filósofo expoente do estoicismo no Império Romano, prezava principalmente pelo uso da razão e entendia a virtude como caminho para uma vida feliz.

Como brevemente visto a filosofia estoica constituiu-se de grandes contribuições recebidas ao longo do tempo de filósofos como Zenão, Panécio e Sêneca, sendo esse último o filósofo responsável por fortalecer determinados conceitos na fase denominada estoicismo imperial. Sêneca colaborou para uma filosofia estoica voltada para prática moral, cuja aplicação perdura até os dias atuais. Considerando a relevância de seus ensinamentos, por conseguinte, fazendo uso da obra Sobre a vida feliz, analisar-se-á um pouco da vida e obra do filósofo a quem se

atribui o pensamento acerca da virtude como um caminho para felicidade.

Conforme apontamentos introdutórios da obra *Sobre a vida feliz* (2021), Lúcio Aneu Sêneca era natural de Córdoba, nascido por volta de 4 a.C. e 1 d.C. conhecedor de elementos dos estoicismos, bem como, do pitagorismo, por volta de 20 d.C. estabeleceu-se em Alexandria, no Egito, retornando aproximadamente em 31 d.C. Com cerca de 40 anos de idade deu início a sua carreira de orador e político, alcançando o cargo de senador:

Frequentou a corte de Calígula, onde estabeleceu vínculos com as irmãs do imperador: Livila, Drusila e Agripina Menor, mãe do futuro imperador Nero. Sendo figura destacada no senado e no ambiente palaciano, devido a intrigas políticas foi envolvido numa conjuração contra Calígula. Teria se livrado da condenação à morte provavelmente por intercessão de aliados, que alegaram já estar ele condenado a uma morte naturalmente iminente, devido a uma doença pulmonar crônica. Pouco depois, morto Calígula em 41, Sêneca tornou-se alvo de Messalina, esposa do imperador Cláudio, num confronto entre esta e as irmãs de Calígula. Acusado de manter relações adúlteras com Livila, Sêneca teve sua morte decretada pelo senado. Por intervenção do próprio imperador, a pena foi comutada em exílio, que durou oito anos, na ilha de Córsega, período em que o filósofo se dedicou aos estudos e à composição de obras em prosa e em verso. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 1).

Posterior ao exílio, Sêneca tornou-se tutor e conselheiro do imperador Nero, todavia, retirou-se da vida pública após conflitos de interesses políticos. Afastou-se das atividades governamentais, sobre alegação de idade avançada e problemas de saúde. Sêneca priorizou Otium, isto é, passou a dedicar-se à leitura e à escrita. Sêneca (2021, p.1), em 65 d.C. o filósofo “foi apontado entre os participantes de uma conjuração para derrubar o príncipe”, o que levou Nero a condena-lo à pena capital, Sêneca suicidou-se cortando os pulsos, vindo a morrer em 19 de abril.

3. SOBRE A VIDA FELIZ

Em princípio, a obra *Sobre a vida feliz* (2021, p. 8) traz informações quanto ao método do filósofo Lúcio Aneu Sêneca, referente à escrita, onde a “composição dos diálogos utiliza-se variantes formais preexistentes no gênero” e que “não há enquadramento de tempo, lugar e ocasião, nem imitação realista de conversações”. No diálogo pode ser observado elementos como “endereçamento inicial a um personagem destinatário, feito em primeira pessoa pela voz do protagonista e condutor da discussão”, e outras características conforme a seguir:

[...] ao longo dos diálogos intervêm múltiplos interlocutores genéricos, bem como são atribuídas falas de maior ou menor extensão a personagens históricas, mitológicas e outras, expediente denominado na retórica antiga como prosopopeia. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 8).

Continuamente sobre a escrita do filósofo é possível observar nas obras de sua autoria que:

O desenvolvimento das discussões não segue rigidamente uma estruturação esquemática, embora em alguns diálogos estejam presentes, de modo parcial ou integral, as articulações canônicas previstas na retórica para o discurso oratório: exórdio, proposição, divisão, confirmação e peroração. Sêneca, como afirma Ivano Dionigi (1983, p. 45), “procedia mais por associação que por distinção de ideias, mesmo quando traçava linhas claras de divisão e de programação”. Quanto a isso, importa ressaltar que o diálogo é uma forma discursiva empregada por Sêneca com finalidade exclusivamente admonitória. Assim, todos os expedientes de estruturação e de expressão estão subordinados ao objetivo de despertar no leitor uma determinada percepção da realidade, tida como mais eficaz no contexto da educação filosófica proposta pelos estoicos. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 8).

Como visto Sêneca objetivava envolver o leitor com uma linguagem simples e clara, fazendo uso de conselhos buscava orientar sobre a realidade, de modo que a teoria fosse posta em prática, característica da escola estoica que é uma filosofia voltada para prática.

Em *Sobre a vida feliz*, consta, em sua apresentação, que a obra faz parte de uma coletânea de dez diálogos, inicialmente publicados de modo separado e posteriormente reunidos. As datas dos diálogos foram pressupostas e no caso específico do diálogo denominado *Sobre a vida feliz* acredita-se que sua composição seja datada do período por volta de 58 d.C.

Conforme edições publicadas, *Sobre a vida feliz* é um diálogo dividido em duas partes, sendo a primeira fixada do capítulo 1 ao 16, a qual trata da noção de vida feliz e como alcançá-la. Enquanto a segunda parte é iniciada no capítulo 17 e findando no 28, nesses Sêneca defende o modo de vida filosófico estoico, refutando a acusação de contradições entre o discurso e a conduta filosófica. Para realização deste trabalho de interpretação, será considerada a edição Penguin & Companhia das Letras da Editora Schwarcz S.A. com direitos autorais da tradução e das notas por José Eduardo S. Lohner.

Ao dar início a interpretação da obra *Sobre a vida feliz* é possível compreender que o pensamento do filósofo de vida feliz é baseado num “estado de serenidade plena e permanente”. Cumpre salientar que Sêneca logo em suas primeiras linhas destina a obra ao seu irmão Galião. Dentre os fragmentos emblemáticos está o citado na abertura da obra (2021, p. 33), “Todos querem viver felizes, meu irmão Galião, mas não podem perceber com clareza o que torna a vida feliz”.

Sêneca prossegue demonstrando a dificuldade em se alcançar a vida feliz:

E a tal ponto não é fácil alcançar a vida feliz, que dela tanto mais alguém se afasta quanto mais impetuosamente se move em sua busca se errou de caminho; este, quando conduz em sentido contrário, a própria velocidade faz aumentar o distanciamento. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 33).

O filósofo demonstra para aqueles que intensamente procuram pela felicidade, a pressa só aumenta a distância fazendo com que errem o caminho para uma vida feliz. Sobre a felicidade, é desejada e tida como o maior objetivo de todo ser humano, no entanto não sabem no que ela consiste, ressalta assim a dificuldade de ver com nitidez o que é a felicidade. A busca por uma vida feliz é uma necessidade inerente ao homem, embora não é sabido por eles de fato em que consiste a felicidade, podendo ser facilmente confundida com momentos de alegrias, o que torna prudente a reflexão acerca da vida feliz como um objetivo, é fundamental para humanidade primeiramente compreender o que é a vida feliz para que então consigam alcançá-la.

Em um de seus ensinamentos para busca pela vida feliz, Sêneca destaca a necessidade de não apenas saber para onde ir, mas também ir acompanhado de alguém experiente, ressaltando que nem sempre o caminho mais conhecido é o

certo, veja:

É preciso, portanto, decidir não só para onde, mas por onde nos encaminhar, e não sem alguém experiente, que tenha explorado as trilhas em que avançamos, posto que aqui a condição não é realmente a mesma que em outras viagens: naquelas, depois de entender o trajeto e de perguntar aos habitantes locais, não é possível errar, mas aqui o caminho mais trilhado e mais frequentado é o que mais engana. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 33).

Aponta nesse sentido a necessidade de fazer boa escolha, buscando desenvolver a si mesmo, demonstrando que seguir a maioria não é sinal de acerto, é preciso saber distinguir e seguir o mais sábio. Logo nas primeiras páginas da obra *Sobre a vida feliz*, pode ser observada passagens que ressaltam a importância da razão para Sêneca, observe:

Portanto, antes de tudo não devemos seguir, como ovelhas, o rebanho que nos procede, avançando não na direção que se deve, mas naquela em que se é levado. Ora, nada nos enreda em pior situação do que o fato de nos pautar pela opinião comum, julgando excelente o que foi acolhido por grande consenso, e, sendo muitos os modelos que tomamos por bons, de vivermos não em função da razão, mas da semelhança. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 33-34).

O filósofo demonstra que o erro está associado ao fato de o indivíduo não refletir por si, mas seguir cegamente o exemplo de uma grande massa. Ademais, Sêneca estabelece que o erro de um indivíduo pode arrastar consigo outros indivíduos que o seguiam, observe:

Ninguém erra somente em prejuízo próprio, mas é a causa e o instigador do erro alheio. É, pois, prejudicial juntar-se aos que vão à frente e, enquanto os indivíduos preferem confiar em vez de refletir, nunca se reflete sobre a vida, sempre confia, e um erro passado de mão em mão nos faz rolar e nos precipitar. Arruinamo-nos pelos exemplos dos outros (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 34).

Deste modo o filósofo determina a importância da reflexão, do uso da razão na tomada de decisão, estabelecendo que o erro pode prejudicar não apenas aquele que cometeu, porém também aquele que por não refletir acabou por seguir o mal exemplo incorrendo em outro erro. Corroborando esse ensinamento, Sêneca sugere que tratando de uma vida feliz, as escolhas não devem ser as mesmas da maioria, veja:

“Parece ser esta a posição da maioria”. Seria por isso mesmo a posição pior. No trato dos interesses humanos, as coisas não se passam tão bem a ponto de as melhores escolhas agradarem à maioria. A opinião comum é a prova

do pior. Busquemos, portanto, qual conduta é a melhor, não qual é a mais usual, e o que nos confere a posse da felicidade eterna, não o que tem a aprovação do vulgo, péssimo intérprete da verdade. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 34).

Nesse aspecto Sêneca determina que a opinião comum, a conduta mais usual não leva a felicidade, é preciso refletir sobre qual a melhor conduta, o uso da razão é a característica que nos diferencia dos demais seres. É necessário o uso da razão para alcançar a felicidade.

3.1 Vida feliz e a harmonia com a natureza

O filósofo estabelece que para uma vida feliz além da razão, é preciso um bem, bem esse que não é aparente como os usados para exibição, trata-se de um bem que seja útil, um bem substancial. O filósofo estabelece que estar em harmonia com sua natureza faz parte desse bem:

A sabedoria está em não se afastar dela e em amoldar-se à sua lei e ao seu modelo. É feliz, portanto, uma vida concorde com sua natureza, a qual só pode ocorrer se, antes de tudo, a mente está equilibrada e em perpétua posse do seu equilíbrio, depois, se está forte e vigorosa, e então, dotada de perfeita resistência, se é adaptável às circunstâncias, atenta ao seu corpo e ao que é atinente a ele, mas sem ansiedade, e de resto, afeiçoada às outras coisas que provisionam nossa existência, sem apego a nada, pronta a fazer uso dos dons da fortuna, não a escravizar-se a eles. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 36).

Sêneca sugere não se afastar e não viver em conflito, mas em conformidade com a natureza, pressupõe seguir um caminho já estabelecido ao nascermos na condição dos seres racionais, é preciso harmonia com a natureza seguindo a razão para atingir o objetivo maior do ser humano.

Para viver em harmonia com a natureza é preciso que a mente seja sã, estar em posse de suas faculdades, ter consciência para vivenciar e compreender, pois é a razão que conduz o homem à virtude e conseqüentemente à vida feliz, do contrário acabará por confundir momentos de alegria passageira geralmente proporcionados pelo prazer.

Sêneca estabelece ser fundamental viver segundo a natureza. O homem deve fazer uso de sua sabedoria e isso requer uma mente em equilíbrio, conhecedora da condição humana, da essência racional. Portanto, é preciso que o homem se guie pela razão, realizando escolhas morais e ética passíveis apenas de seres racionais.

Estar em harmonia com sua natureza possibilita fazer boas escolhas, buscando sempre rejeitar aquilo que é ruim.

Nesse sentido, segundo os ensinamentos de Sêneca, fica evidente que para uma vida feliz é preciso estar em conformidade com sua natureza, sendo fundamental o uso da razão em todas situações, rejeitando deleitar-se em prazeres nocivos, buscando satisfação com a virtude, isto é, o bem. Sêneca, também estabelece que há outros meios de definir esse bem, alguns meios podem ser mais extensos e outros mais resumidos:

“O bem supremo é uma mente que despreza os eventos fortuitos, satisfeita com a virtude”, ou então, “é uma força de ânimo invencível, fundada na experiência, de ação serena e muita benevolência e zelo pelos circunstantes”. É possível também defini-lo dizendo que é feliz o homem para o qual não há nada bom ou mau, exceto o ânimo bom ou maligno, o homem que pratica o bem, contenta-se com a virtude, a quem fatos fortuitos não podem exaltar nem abater, que não conhece maior bem do que o que ele próprio para si poder dar, para quem o verdadeiro prazer será o desprezo dos prazeres. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 36-37).

Demonstra que esse bem é a virtude, portanto, é sábio desejar alcançar a virtude, rejeitando os vícios, desprezando os prazeres, buscando viver em conformidade com a natureza para obter o bem supremo, alcançar um espírito com estado de serenidade plena e duradoura. Outrossim no tocante ao bem, Sêneca ainda define o que chama de bem supremo:

O que de fato nos impede de dizer que a vida feliz é o estado de um espírito livre e elevado, intrépido e imutável, isento de medo, isento de desejo, para quem o único bem é a excelência moral, o único mal, a deformidade moral, sendo todo o resto um reles amontoado de coisas que não subtraem nem acrescentam nada à vida feliz, coisas que vêm e se vão sem aumentar nem diminuir o bem supremo? (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 37).

Observa-se que o bem supremo está relacionado a uma mente que não se modifica com fatos fortuitos, mas contenta-se com a virtude, uma liberdade de espírito. Observa-se que o bem supremo, só é alcançado devido a capacidade racional, Sêneca demonstra que a qualidade racional do ser humano é o que possibilita a percepção da vida feliz:

Pode-se chamar feliz aquele que, por auxílio da razão, não tem desejo nem temor. Visto também as pedras estão isentas de medo e de tristeza e não menos os animais, no entanto, nem por isso alguém poderia chamar felizes seres que não possuem a consciência da felicidade. De fato, ninguém que esteja excluído da percepção da verdade pode ser chamado de feliz. Portanto, a vida feliz está estabelecida no juízo reto e preciso, e é inalterável.

(LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 38).

Como visto o que diferencia os seres humanos dos outros animais é a capacidade de raciocínio, no homem a razão é faculdade de juízo, isto é, ajuda a medir valores e fazer escolhas entre certo e errado, entre o que se deve alcançar e o que se deve evitar. É por meio desse raciocínio que se tem a consciência da felicidade e a razão que guia o homem para virtude. Nesse sentido, o filósofo estabelece uma conexão entre uma conduta racional, harmonia com a natureza e a virtude como essencial para alcançar a almejada vida feliz.

Na obra Sobre a vida feliz ao estabelecer a relação entre a conformidade com a natureza e o uso da razão como guia necessário para uma vida virtuosa, conclui que a virtude é a única coisa boa e que somente por meio dela é possível alcançar a felicidade, Sêneca esclarece detalhadamente como prazeres e vícios podem distorcer a verdade sobre uma vida feliz:

De fato, no que concerne ao prazer, mesmo que ele se espalhe pelos arredores e penetre por todas as vias e nos afague o ânimo com suas carícias, aplicando-as uma após a outra, para com elas nos aliciar por completo ou por partes, quem dentre os mortais, para o qual resta algum vestígio da natureza humana, iria querer deixar-se excitar dia e noite e abandonar a alma para dedicar-se ao corpo? (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 38).

Para Sêneca somente a virtude é o bem supremo, os prazeres e vícios são maus, impeditivos da vida virtuosa e capazes de causar a infelicidade do homem. Como visto existe uma relação entre virtude e felicidade, somente sendo virtuoso se é feliz. A felicidade está na harmonia com a própria natureza racional do ser humano, mas não apenas, é preciso também estar conformidade com a natureza do todo, da ordem universal, somente assim o homem se tornará virtuoso e alcançará a vida feliz.

Sêneca enfatiza que prazeres não são a causa da felicidade pelo contrário em excesso podem causar vícios que por sua vez afastam o homem do caminho virtuoso, tornando-os viciosos e infelizes. Considera insano os que anseiam por prazeres futuros, para o filósofo a razão deve ser usada em toda e qualquer situação, por meio dela é possível alcançar a virtude e assim o equilíbrio dos prazeres. Nesse sentido, reforça que uma conduta racional é necessária para uma vida feliz:

Ninguém pode ser feliz se está insano, nem está são quem anseia por prazeres futuros em lugar do que é melhor. É feliz, portanto, quem é capaz de um juízo reto; é feliz quem está contente com as circunstâncias presentes, quaisquer que sejam, e ama a sua condição; é feliz aquele em que a razão marca toda a condução de suas ações. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 39).

Esclarece que uma vida feliz não deve ser baseada no vício, visto que esse é mau e causa a infelicidade, bem como, no prazer que sem a virtude para moderá-lo, torna-se prejudicial. A vida feliz deve ser baseada unicamente na virtude que é boa e sua posse iguala-se a felicidade completa. Nesse sentido, Sêneca estabelece que o prazer e a virtude são distintos e que não devem ser unidos como um par, o filósofo evidencia a diferença entre ambos:

O prazer ocorre mesmo na vida mais torpe, mas a virtude não admite uma vida má, e alguns são infelizes não sem prazer, antes por causa do próprio prazer. Isso não aconteceria se o prazer estivesse mesclado com a virtude, do qual ela muitas vezes carece, mas nunca tem falta. Por que juntar coisas dessemelhantes, até mesmo opostas? A virtude é algo elevado, sublime, majestoso, invencível e infatigável; o prazer é baixo, servil, débil, efêmero, seu abrigo e domicílio são prostíbulos e as tabernas. A virtude será encontrada no templo, no foro, na cúria, postada diante das muralhas, encardida de poeira, trazendo as mãos calejadas (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 39).

Deste modo, o prazer e a virtude não devem ser confundidos, é preciso estar claro que ambos são distintos. A Virtude não precisa do prazer, ela por si só basta para felicidade, pois ela é algo sublime é o bem supremo. O prazer é considerado inferior seu excesso é prejudicial. Como requisito para felicidade, o uso da razão somente é possível quando a mente está sã, e o homem que escolher algo prejudicial não tem uma mente sadia, apenas o virtuoso encontra a felicidade, o homem que age pelo prazer torna-se escravo deste e conseqüentemente infeliz.

Isto posto, prazer e virtude são totalmente distintos, o filósofo Sêneca ressalta a distinção entre prazer e virtude evidenciando o fato do prazer sem uma vida virtuosa causar a infelicidade, e destaca a necessidade de a virtude guiar as decisões, vivendo em conformidade com a natureza. Segundo o filósofo não se deve ter o prazer como guia, mas como um simples aliado numa vida virtuosa, veja:

Que dizer do fato de que tanto entre os bons quanto entre os maus existe o prazer, e que os homens torpes se deleitam com a própria desonra, não menos do que os homens virtuosos com a excelência? E por isso os antigos nos ensinaram a seguir a vida melhor, não a mais prazerosa, de modo que o prazer não seja um guia, mas um companheiro da vontade reta e boa. É preciso, de fato, servir-se da natureza como guia; a razão a observa e

consulta. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 40).

Sêneca entende o prazer como um aliado e não um guia. O filósofo não é contra o prazer, mas este precisa ser comedido, isto é, ser moderado pelo uso da razão, objetivando sempre o bem e renunciando aos excessos dos sentidos caminhando pela virtude, encontrará a felicidade.

Ao contrário, o homem que optar seguir o prazer estará sujeito ao sofrimento e a infelicidade, pois o prazer pelo prazer, isto é, sem a moderação da virtude pela razão é apenas prejudicial, acaba por levar o homem a tentar justificar a própria imoralidade resultante dos erros. Enquanto a virtude por si é o bem supremo é a felicidade.

O filósofo, em sua obra, estabelece que a virtude é o único caminho para uma vida feliz, argumentando que os prazeres e os vícios são impedimentos, pois distorcem o verdadeiro sentido da felicidade e levam a infelicidade humana. A virtude é algo elevado enquanto o prazer é algo inferior e servil. Sendo assim, o objetivo não deve ser a vida mais prazerosa, mas sim a melhor vida, conduzida pela virtude, pois a felicidade reside no homem que conduz suas ações pela razão, enquanto o prazer, esse deve ser um aliado, um companheiro da vontade reta e boa. A virtude é intrinsecamente boa, somente sua posse equivale à verdadeira felicidade.

Posto ser fundamental a harmonia com a natureza, a condução pautada na razão como motivação por trás de todas ações para uma vida feliz. Para o filósofo a virtude encontra-se na simplicidade da natureza. Sêneca define sobre a vida feliz:

Portanto viver feliz é a mesma coisa que viver segundo a natureza. O que significa isso vou já esclarecer: se conservarmos com zelo e sem temor os dotes físicos e as inclinações naturais como dons de um só dia e fugazes, se não nos submetermos a ser escravos deles, nem formos possuídos pelo que é alheio a nós, se as sensações prazerosas que se deparam ao nosso corpo estiverem para nós na posição em que estão as tropas auxiliares e ligeiras – estas nos servem, não nos comandam –, só então tais coisas são úteis ao nosso espírito. O homem deve ser incorruptível, invencível e admirador somente de si próprio. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 40).

Como visto anteriormente uma mente sã é necessária para se viver em harmonia com a natureza¹, pois é por meio do raciocínio que o homem é conduzido a virtude e, posteriormente, à felicidade, ou seja, o homem que tem consciência é capaz de perceber e aceitar os acontecimentos como eles são, utilizando-se de toda

sua capacidade racional para assim encontrar a felicidade.

Um caminho distinto desse o levará apenas a momentos de alegria baseados no prazer. Sêneca deixa claro que vivendo na simplicidade da natureza, o homem não se torna escravo do prazer, mas que este será útil ao espírito, o prazer deve servi-lo e não o controlar, reforçando sempre a importância do uso da razão na tomada de decisão.

¹ O filósofo considera a natureza como guia, pois acredita que a natureza humana é entendida como a natureza racional dos seres humanos e ao exercita-la é possível alcançar a virtude que por sua vez é a causa da felicidade. "Viver em conformidade com a virtude, portanto, é viver em conformidade com a natureza humana, e viver em conformidade com as exigências da razão correta. As exigências da razão correta são expressas em uma lei: uma vez que os fatos a respeito da natureza humana fixam as exigências da razão correta, essas exigências pertencem a lei natural. Portanto, de acordo com a doutrina estoíca da lei natural, as pessoas virtuosas, ao satisfazer as exigências da razão correta quanto a natureza humana, satisfazem a lei natural que se aplica a todos os agentes racionais". (Segundo IRWIN apud BRAD, 2006, p.383-384).

3.2 Racionalidade e virtude para uma vida feliz

Considerando que a conduta racional foi estabelecida como requisito fundamental na busca por uma vida feliz, o filósofo esclarece como deve ser a manifestação da razão, o surgimento e sua aplicação, veja:

A razão, estimulada pelos sentidos, e tomando-os como impulso inicial – pois não tem outra base onde fundar seu esforço ou de onde tomar impulso e direção da verdade –, recolha-se depois em si mesma. De fato, também o cosmo, que abarca todas as coisas, e deus, que rege o universo, expandem-se para o exterior, mas retornam para sua interioridade. O mesmo faça a nossa mente: quando, ao seguir seus sentidos, tiver se dirigido para os bens externos, mantenha seu poder tanto sobre eles quanto sobre si. Desse modo, irá se produzir uma força única e um poder harmônico consigo mesmo, e nascerá aquela razão segura, que não se contradiz nem mostra incerteza em suas opiniões, conhecimento e convicções; e esta, depois de organizar-se, de conciliar suas partes e, por assim dizer, de harmonizar-se terá atingido o bem supremo. Não lhe resta nenhum defeito, nenhuma incerteza, nada que a faça tropeçar ou cair, fará tudo sob o próprio comando e nada lhe ocorrerá de inesperado, mas tudo que empreender resultará no bom êxito de quem age de modo fácil, hábil e sem tergiversar. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 41).

Estabelece Sêneca que os sentidos impulsionam a razão diferente do que ocorre em seres irracionais que agem seguindo os sentidos, o homem por meio do raciocínio pode fazer escolhas certas e ter uma boa conduta, através do uso de sua própria natureza racional como um guia capaz de aperfeiçoar os impulsos dos sentidos. Essa capacidade racional é a responsável por escolhas com implicações morais aos homens, por isso seu uso permite realizar escolhas mais perfeitas. Portanto, embora os sentidos precedam a razão como os estimuladores que a impulsionam, ela por sua vez os segue apenas para o bem, mantendo sempre o controle sobre eles e sobre si, de modo que resulte sempre em uma razão segura, responsável por um bom desfecho, alcançar o bem.

Como anteriormente visto a virtude e felicidade estão ligadas de modo que não é possível haver felicidade sem virtude. O filósofo (2021, p. 41) define que “por essa razão é possível declarar que o bem supremo é o estado de concórdia do espírito. As virtudes deverão estar ali onde houver consenso e unidade; os vícios conflitam”. Nesse sentido, determina que diante da natureza como guia, do uso da razão segura é possível uma vida virtuosa, pois a harmonia desses elementos resulta no bem supremo.

Os vícios são maus e a virtude é boa, a virtude permite um espírito sereno e duradouro, elementos como a harmonia com a natureza e uma vida virtuosa resultam na felicidade.

Concernente a virtude Sêneca esclarece que não deve ser cultivada objetivando o prazer, posto que o resultado da virtude não é o prazer, bem como, ele também não é causa da virtude, mas sim um acessório, a virtude basta por si só:

[...]Primeiro se a virtude há de regalar prazer, não é por esse motivo que é buscada. Não é isso que de fato ela regala, mas inclusive isso, e não se esforça com esse fim, mas seu esforço, embora busque outra coisa, conseguira também isso. [...] Assim também o prazer não é recompensa nem causa da virtude, mas um elemento acessório, e não porque dá prazer agrada, mas se agrada, também dá prazer. O bem supremo está exatamente no discernimento e no estado de uma mente perfeita: quando esta completou seu aperfeiçoamento e se estabeleceu em suas delimitações próprias, está consumado o bem supremo e não tem falta de nada além; nada existe fora da totalidade, nada para além do limite supremo. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 41-42).

A escolha pelo prazer parte do homem, quem buscar apenas o prazer encontrará a infelicidade, já o homem que buscar alcançar a felicidade com base na virtude alcançara conseqüentemente também uma serenidade duradoura e será um homem livre, pois estará liberto da escravidão do prazer.

Aquele que procura uma compensação para a busca da virtude além dela mesma comete um erro segundo Sêneca, pois a virtude já é o bem supremo:

Por isso, erras quando perguntas qual é o motivo porque busco a virtude, pois estás indagando sobre algo acima do ponto supremo. Perguntas o que eu busco obter da virtude? Ela própria. Nada ela tem de melhor; é ela o prêmio de si mesma. E seria isso pouca coisa? Quando eu te disser “o bem supremo é a solidez de um ânimo inquebrantável e a prudência, a sublimidade, o equilíbrio, a liberdade, a harmonia e a beleza”, algo maior ainda exiges ao qual esses atributos façam referência? Por que me falar de prazer? Eu busco o bem do homem, não do ventre, cuja capacidade é maior nas reses e nos animais selvagens. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 42).

O Homem não deve submeter-se ao prazer pelo prazer, pois este o escravizará, os prazeres que escravizam podem encantar e passarem por verdadeiras virtudes, porém são de fatos prazeres prejudiciais e incompatíveis com uma vida virtuosa. É preciso basear o prazer na virtude, isto é, associa o prazer a uma vida virtuosa e terão prazeres moderados, a virtude permite uma vida prazerosa e livre. A virtude é o prêmio em si mesma, possibilita um espírito sereno e duradouro,

libertando o homem da escravidão dos prazeres, dos vícios, livre dos desejos e dos temores, tornando senhor de si, verdadeiramente feliz.

Sêneca ressalta que a virtude basta por si só, já o prazer sem virtude é prejudicial e apenas os tolos fazem uso deles sem a temperança encontrada na virtude, ela ajuda a avaliar e fazer bom uso dos prazeres:

Digo e repito clara e abertamente que esta vida que eu chamo prazerosa não acontece se ela não se uniu a virtude. Mas quem ignora que são as pessoas mais tolas as que estão repletas dos vossos prazeres, que a perversidade é farta em deleites e que a própria alma sugere tipos numerosos e pervertidos de prazer? Antes de tudo a arrogância e a excessiva autoestima, a soberba, que se exalta acima dos demais, e o amor cego e imprevidente pelos próprios haveres, a euforia por motivos insignificantes e pueris, depois a mordacidade e a insolência que se compraz com insultos, a indolência e a lassidão de uma alma fraca, amolecida nos prazeres e que se adormenta sobre si mesma. A virtude puxa nossa orelha, avalia os prazeres antes de os acolher, nem dá valor aos que aprovou; em todo caso, acolhe-os não para fazer uso deles, mas se alegra com a temperança. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 42-43).

A temperança é uma manifestação da virtude, não se tratando apenas de moderação dos excessos, mas permite a harmonia com a própria natureza racional do homem. Essa moderação é essencial para que o ser humano não se torne escravo dos prazeres, possibilita viver em equilíbrio, auxiliando a tornar-se senhor de si mesmo, alcançando uma serenidade e liberdade duradoura.

Sêneca ainda diferencia a postura dos tolos e dos sábios em relação ao prazer, considera que o tolo vê a temperança como um empecilho ao prazer, logo uma afronta ao bem supremo, enquanto o sábio nem se quer considera o prazer um bem. Vejamos:

[...] A temperança, porém, por diminuir os prazeres, seria para ti uma injúria ao bem supremo. Tu abraças o prazer, eu o restrinjo; Tu usufruis do prazer, eu me sirvo dele; Tu o consideras o bem supremo, eu, nem sequer um bem; tu fazes tudo em função do prazer; eu, nada.[...] Ao contrário, os prazeres do sábio são atenuados, comedidos, quase languescientes, contidos e pouco perceptíveis, de modo que, vindo sem ter sido provocado, e mesmo tendo chegado por si, não são acolhidos com honras nem com alegria pelos que os experimentam; estes os misturam e os intercalam em sua vida, tal como o jogo e o divertimento entre as atividades sérias. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 43).

O filósofo diferencia o sábio do tolo, afirmando que o sábio é tido como um indivíduo virtuoso, enquanto a personificação do vício, dos prazeres e da infelicidade pode ser chamada de indivíduo tolo, indivíduo não sábio. As ações do sábio são

permeadas pela virtude e a temperança permite comedir os prazeres. Enquanto que para os tolos os prazeres são tidos como o bem supremo, os sábios nem sequer os considera um bem.

Sêneca aconselhou não unir o prazer à virtude pois são incompatíveis. Ressaltou que o excesso do prazer é prejudicial, enquanto a virtude possui em si mesma a moderação, demonstrando que o prazer não deve ser considerado um bem, veja:

Quem se aproxima da virtude dá prova de ter uma índole nobre: quem segue o prazer parece frouxo, frágil, degenerado, propenso a incidir em vícios caso ninguém lhe faça distinguir os prazeres para que saiba quais deles não ultrapassam o desejo natural, quais se precipitam desenfreados e sem limites e tanto mais insaciáveis quanto mais são satisfeitos. Pois bem, se a virtude vai à frente, cada passo será seguro. Além do mais, o prazer excessivo faz mal; na virtude não se deve temer nenhum excesso, pois ela contém em si mesma a moderação; não é um bem aquilo que padece em razão da própria magnitude. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 44).

O filósofo ressalta que são sábios os que seguem a virtude diferenciando-os daqueles que seguem o prazer de modo desenfreado, alerta que o resultado dos que se entregam a prazer sem moderação são os vícios. As consequências para aqueles que não seguem a virtude e sim o prazer, fazendo deste o guia para felicidade, contrariando a necessidade do uso da razão segura que estabelece a virtude sempre a frente, enquanto o prazer um mero acompanhante, são explanadas ainda mais por Sêneca:

Vá na frente a virtude; deve ela portar as insígnias: teremos, todavia, prazer, mas iremos dominá-lo e moderá-lo. Irá obter de nós alguma coisa; a nada nos obrigará. Mas aqueles que concederam o primeiro posto ao prazer ficam privados dos dois: por um lado, perdem a virtude, por outro, não possuem o prazer, mas o prazer os possui; sentem-se ou torturados por sua falta, ou asfixiados por sua abundância, infelizes se ele os abandona, mais infelizes se os oprime. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 46).

Observa-se na citação acima que aquele que não é virtuoso, não faz uso da temperança, segue os prazeres de forma desmedida acaba não apenas sem a virtude, mas também sem o prazer, pois deixa de possuí-lo e acaba por ser possuído por ele, tornando-se infeliz ou por sua falta ou devido ao seu excesso.

Ainda sobre a virtude e prazer Sêneca estabelece:

[...] Mas isso acontece por excessiva intemperança e devido a um amor cego por um objeto de desejo. De fato, para quem busca o mal em vez do bem é

um risco alcançar seu intento.
 [...] quem persegue um prazer posterga tudo mais e despreza primeiramente sua liberdade, dando-a como pagamento pelo ventre; nem compra os seus prazeres, mas se vende aos prazeres. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 46).

Nesse aspecto, Sêneca demonstra que é preciso que o homem se esforce para jamais se submeter ao prazer desenfreado, que faça uso da temperança para moderá-lo, pois uma vida prazerosa baseada na virtude não incorre em excessos nocivos pois a virtude já tem a moderação em si.

Sêneca enfatiza a impossibilidade da virtude e o prazer serem mesclados em prol de um bem supremo virtuoso e agradável do mesmo modo, veja:

“O que impede”, pergunta alguém, “que se mesclem a virtude e o prazer e que o bem supremo se constitua de modo tal que venha a ser igualmente virtuoso e agradável” É porque uma parte do que é virtuoso não pode ser outra coisa senão algo virtuoso, nem o bem supremo manterá sua genuinidade se dividir em si algo distinto daquilo que é o melhor. Nem mesmo o contentamento que deriva da virtude, embora seja um bem, não é parte do bem absoluto, tanto quanto não é a alegria e a tranquilidade, apesar de nascerem de causas as mais elevadas. Essas coisas são de fato bens, mas acompanham o bem supremo, não o consomem. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 47).

Deste modo, observa-se o que impede mesclar virtude e prazer é o fato de que algo virtuoso só pode ser formado de virtuosidade, assim como o bem supremo não pode ter em si algo que não seja o melhor. Enquanto o prazer sem moderação torna-se prejudicial. Nesse sentido, o bem supremo basta por si só, os demais bens apenas o acompanham.

Considerando ainda o bem supremo, o filósofo Sêneca ressalta que trata de algo tão elevado que somente a virtude é capaz de alcançá-lo, pois esta carrega em si um antigo ensinamento denominado “seguir a divindade”:

Portanto, o bem supremo deve erguer-se a um ponto de onde nenhuma força pode fazê-lo descer, onde não haja acesso para dor, para esperança ou para o temor, nem para coisa alguma que restrinja o direito do supremo bem. Erguer-se a esse lugar só a virtude pode. Deve superar com seus passos essa ladeira. Ela resistirá com bravura e suportará tudo que lhe ocorrer não apenas com resignação, mas também de bom grado, e estará ciente de que toda dificuldade de cada momento decorre de uma lei da natureza, e tal, como um bom soldado, irá suportar os ferimentos, enumerar as cicatrizes e, ao ser atravessado pelas armas, morrendo, saberá amar o comandante pelo qual irá tombar. Terá em mente aquele antigo ensinamento: “Segue a divindade”. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 48).

A virtude é o bem supremo, somente ela é capaz de ajudar o homem a resistir e suportar todos os acontecimentos sem se abalar. Sêneca estabeleceu prazeres e vícios como maus, não levam a felicidade, apenas a virtude é boa, nesse sentido, apenas ela é capaz de aproximar o homem da vida feliz pois é perfeita e divina, isto posto, a verdadeira felicidade encontra-se em uma vida virtuosa, ou seja, apenas praticando a virtude pode-se ser feliz.

Todavia, a virtude não é apenas a verdadeira felicidade, é o algo mais próximo de Deus, pois permite suportar os acontecimentos sem deixar-se abalar, entendendo que tudo decorre da ordem universal, mantendo assim um espírito sereno, uma paz duradoura, buscando sempre manter-se no caminho da virtude sem desviar, estando em harmonia com a natureza por meio da razão segura.

Deste modo, na filosofia estoica senequiana a felicidade é alcançada pelo homem que obtém a sabedoria, a razão segura que conduz a uma vida virtuosa em conformidade com a natureza, conseqüentemente uma vida feliz. A relação entre harmonia com natureza, conduta racional leva a virtude, que por sua vez permite alcançar a vida feliz.

Como visto a virtude é o bem supremo, o resultado da virtude é comparado a bens divinos pelo filósofo Sêneca:

O que promete a virtude por essa campanha militar? Despojos enormes e comparáveis a bens divinos: não serás forçado a nada, não carecerás de nada, serás livre, seguro, indene; nada tentara em vão, nada te será proibido; tudo irá decorrer conforme o teu desejo, nada te acontecerá de adverso, nada contra tua opinião e tua vontade. (LOHNER apud SÊNeca, 2021, p. 49).

Por ser perfeita e divina a virtude somente poderia ter resultados comparáveis a bens divinos. Uma vida serena e livre pode ser alcançada mediante a prática das virtudes.

Como visto a virtude é considerada a verdadeira felicidade por Sêneca, aqueles que dela se cercam estão mais próximos da liberdade:

“Como então? A virtude é suficiente para uma vida feliz?”. Sendo ela perfeita e divina, como não seria suficiente ou até mais que suficiente? O que de fato pode faltar para quem se posicionou acima de qualquer desejo? De que bem exterior teria necessidade quem reúne em si tudo que é seu? Mas para quem vai na direção da virtude, mesmo se avançou bastante, é necessária certa

benevolência da fortuna enquanto estiver lutando em meio às limitações humanas, até que tenha desfeito esse nó e todo liame mortal. Então que diferença há? A de que uns estão atados com força, outros, amarrados e até estirados em direções opostas. Já este que avançou para um estado de elevação interior e conduziu-se para bem alto arrasta uma corrente, mas frouxa; ainda não está livre, porém, já é como alguém livre. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 49).

A virtude requer esforço e constância em sua prática, exige reflexão para o desenvolvimento moral e ético do homem, pensar em ser virtuoso, isto é, desejar de modo genuíno, já é um passo em direção ao caminho da vida virtuosa, isso não significa que já estará livre, mas estará buscando o bem, isso o deixa mais próximo de ser senhor de si.

Ao tratar da virtude como caminho para uma vida feliz na obra *Sobre a vida feliz*, Sêneca oportunamente faz uso desses ensinamentos para refutar acusações sob o modo de vida estoico, alvo de muitas críticas em relação a contradição entre o discurso e a conduta do filósofo:

Alguém me diz: “Falas de um modo e vives de outro”. Essa crítica – caterva tão maligna e hostil aos homens melhores – foi lançada a Platão, lançada a Epicuro, lançada a Zenão. Todos eles de fato diziam não como viviam eles próprios, mas como deveriam viver também eles. Eu falo sobre virtude, não sobre mim, e eu faço censura aos vícios, primeiramente aos meus. Quando puder, viverei como se deve. Essa vossa malignidade, impregnada de muito veneno, não me afastará das escolhas melhores. Nem mesmo esse vírus com que a outros contagias e com que vos destruíis não me impedirá de continuar a enaltecer não a vida que levo, mas a que sei que deveria levar, de adorar a virtude e segui-la mesmo que rastejando a enorme distância. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 49-50).

Nesse trecho da obra, Sêneca refuta as acusações de contradição entre o discurso e a conduta prática dos filósofos, alegando que os acusadores desconsideram o fato de que embora os filósofos “falam de um modo e vivem de outro”, apenas pelo fato de saberem que devem seguir a virtude já estão à frente dos demais, pois mesmo que ainda não a praticam integralmente estão no caminho, em busca da virtude e conseqüentemente de uma vida feliz.

Como visto Sêneca defende os filósofos pois estes se empenham em tentar, mesmo que por vezes suas falas e ações sejam distintas, e, assim, já seriam eles admiráveis por pensarem de modo virtuoso, veja:

“Os filósofos não fazem aquilo que falam”. Porém, fazem muito por falar o que falam, por concebê-lo em sua mente virtuosa. Quem dera também sua conduta fosse similar a suas palavras: Nada poderia ser mais feliz do que

eles.

Por agora, não há motivo para desprezares as suas palavras sábias e o seu ânimo pleno de sábias reflexões. A efetuação de estudos salutares para alma é louvável mesmo a despeito do resultado. Por que se admirar se não subiram até o alto os que tentaram uma via íngreme? Mas se és um homem, admira os que se empenham num grande projeto, mesmo se fracassam. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 52).

Nesse sentido, Sêneca reconhece o valor dos filósofos, embora estes ainda não vivam como se deve, estão caminhando para isso, buscando ter uma conduta a altura de suas falas. Seus ensinamentos não devem ser desprezados por serem justamente aquilo que lhe faltam para viver com se deve. Devem ser considerados pela honestidade em reconhecer o que ainda precisam mudar em si.

Entre as críticas refutadas por Sêneca sobre a conduta prática dos filósofos está especialmente a relação deles com a riqueza material. Considerada como um bem externo a riqueza não é causa da felicidade, não é parte da virtude, esta por si só já é completa, porém a riqueza material é vista pelo filósofo como uma oportunidade de desenvolver ainda mais a virtude:

Ele fala que se deve desprezar essas coisas; não fala de não possui-las, mas de não possuí-las com ansiedade; não as afasta de si, mas se elas se afastam, prossegue tranquilo.

[...] De fato, o sábio não se julga indigno do que lhe regala a fortuna: Não ama a riqueza, mas a prefere. Não a colhe em sua alma, mas em sua casa, não rejeita a que possui, mas a conserva e quer que por ela se ofereça maior ocasião para exercer sua virtude. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 54).

Nesse aspecto o filósofo estabelece não haver problema em possuir bens, porém, é um problema deixar-se controlar por estes. É preciso ser sábio, usar a razão, reconhece que bens materiais, como a riqueza tem valor relativo. A riqueza em si não é um risco a virtude, para um homem sábio a riqueza proporciona formas mais amplas de praticar virtude. Segundo Sêneca a riqueza possibilita a prática da temperança e outras virtudes:

Mas que dúvida poderia haver de que, para o homem sábio, há maior ocasião de desenvolver-se interiormente na riqueza do que na pobreza, uma vez que, nesta, a única modalidade de virtude consiste em não se curvar nem se abater; já na riqueza, a temperança, a liberalidade, a diligência, a disciplina e a magnificência têm um campo aberto. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 55).

Sêneca não nega que há vantagens em certas coisas e que uma delas é a riqueza. Embora, tenha alguma importância, a riqueza não é fundamental, pois o

único bem supremo é a virtude:

Enfim, quem dentre os sábios – falo dos nossos, para os quais o único bem é a virtude – nega que mesmo essas coisas que chamamos de indiferentes têm algum valor em si próprias, e que umas são preferíveis a outras? De algumas delas obtemos algum proveito, de outras, muito. Assim, não te enganes: entre os preferíveis está a riqueza.

“Então, por que ris de mim”, indagas, “se ela tem para ti a mesma importância que para mim?” Queres saber o quanto não tem a mesma importância? Se me escapar a riqueza, ela nada me levará além dela própria; tu ficarás perturbado e te sentirás despojado de ti mesmo se ela te houver abandonado. Para mim, a riqueza tem alguma importância; para ti, a máxima. Por último, a riqueza me pertence; tu pertences a ela. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 55).

Como visto, para o filósofo aquilo que é material é relativamente valioso, mas não essencial, a riqueza não é garantia para alcançar a felicidade, a virtude é a verdadeira felicidade e é possível ser virtuoso até mesmo na pobreza. Ocorre que a riqueza pode ajudar a desenvolver a virtude, como por exemplo a generosidade, quando se tem recursos é possível ser generoso de modo mais fácil do que na pobreza.

Ressalta-se que a pobreza não impossibilita a virtude, nela é possível ser virtuosos ao não se abater, aceitando aquilo que não se pode mudar, encontrando satisfação em si mesmo. Sêneca adverte ainda, quanto à riqueza, o sábio deve possuí-la e não o contrário, e se esta deixá-lo não levará nada de si a não ser ela mesma, isto é: embora preferível a riqueza, o filósofo demonstra que ela não é fundamental, apenas a virtude é o bem supremo.

Segundo Sêneca a riqueza não é um problema para o homem sábio, desde que obtida de forma honesta, frutos de sua virtude (2021, p. 55-56):

Deixa então de proibir os filósofos de ter dinheiro: ninguém condenou a sabedoria à pobreza. O filósofo terá amplo recursos, mas não arrancados a ninguém nem manchados do sangue alheio, gerados sem injustiça contra ninguém, sem vantagens ilícitas, dos quais seja tão honesta a entrada quanto a destinação, e deles ninguém se lamenta, exceto os perversos. Acumula-os tanto quanto quiseres: são recursos honestos, nos quais, a despeito de serem volumosos a ponto de qualquer um desejar que sejam proclamados seus, nada neles existe que alguém possa reivindicar como seu. Ele realmente não desviará de si a benevolência da fortuna, nem se vangloriará ou terá vergonha de um patrimônio adquirido por meios honestos.

Assim, afirmo: se ele, sem receio e tranquilo, puder se oferecer à inspeção da população, se alguém nada encontrar em sua casa de que possa se

reapropriar, será rico com brio e transparência. O sábio não admitirá em sua casa nenhum valor que entre de modo desonesto, todavia, não repudiará nem excluirá recursos vultosos, desde que dom da fortuna e fruto de sua virtude. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 55-56).

Conforme Sêneca, a riqueza por si só não é algo bom ou mau, isso será definido pelo uso que lhe é atribuído. É preciso manter o controle de modo a não se tornar um escravo dela. Nesse sentido, cabe ao homem sábio dar um valor moral a riqueza, desfrutar dela sem perder a virtude.

Sêneca ressalta que é de conhecimento do sábio que seus recursos podem mudar e até mesmo sua riqueza pode findar-se e que não são os recursos que o define bom ou mau. Nesse aspecto, o filósofo aconselha a fazer bom uso do recurso, ressaltando que é da natureza do homem ser útil e estar em conformidade com a natureza permite ceder sua riqueza para ajudar, porém é preciso que seja feito com o uso da razão, não por acaso ou por impulso. Para o filósofo, a doação é um bom investimento, veja:

[...] fará doações por uma razão justa e louvável, pois entre os piores desperdícios está o mau donativo. Seu bolso será acessível, não furado, de modo que dele possa sair muito e não cair nada.

[...] Nunca faço melhor investimento do que quando doo. “Como?”, indagas, “tu doas para receber?” Certamente não para perder: a condição ideal da doação é aquela em que não deva ser reclamada, mas possa ser restituída

[...] A natureza ordena-me a ser útil aos homens. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 56-57).

Considerando o exposto observa-se que a doação é eleita como um bom investimento pelo filósofo, através desta é possível desenvolver a virtude fazendo uso de uma razão segura o sábio pratica a generosidade que é de sua natureza. Sêneca ressalta que homens sábios buscam viver de modo virtuoso:

Não há, portanto, motivo para interpretar mal o que é dito de modo honesto, resoluto e vigoroso pelos que buscam a sabedoria. E deve-se, antes de tudo, prestar atenção a isto: uma coisa é alguém buscar a sabedoria, outra é já tê-la.

“Falo muito bem, mas ainda me debato em meio a inúmeros males. Não há motivo para que exijas de mim conformidade com minha doutrina: ao máximo eu me exército e me moldo e tento erguer-me conforme um modelo superior. Se eu tiver progredido tanto quanto me propus, exige que minhas ações correspondam às minhas palavras”. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 57).

Ainda concernente a virtude e a contradição entre a fala e a conduta do

filósofo, Sêneca relata que embora os sábios busquem a virtude em sua conduta, adverte que ela requer esforço, e que, em alguns casos, é necessário ser estimulada enquanto em outros é preciso freá-las:

Tudo que me vier será convertido em um bem, mas prefiro que me venham situações mais fáceis e agradáveis e que me maltratem menos quando eu lidar com elas. Não há de fato motivo para pensares que exista virtude sem esforço, mas algumas virtudes precisam de incitamento, outras de freios.

Assim como se deve refrear nosso corpo numa decida e impulsioná-lo numa subida, igualmente algumas virtudes estão em um declive, outras sobem uma ladeira. Há qualquer dúvida de que a paciência, a coragem, a perseverança e qualquer outra virtude que se contrapõe a dificuldade vão em subida, esforçam-se, lutam e subjagam a fortuna? E então? Não é igualmente manifesto que por um declive vão a liberalidade, a temperança, a mansidão? Nestas retemos o ânimo para que não resvale, naquelas empregamos exortações e estímulos intensos. Portanto, aplicaremos à pobreza aquelas virtudes que sabem combater com mais força, à riqueza aquelas que atuam com mais cautela, avançam com passo contido e sustentam o próprio equilíbrio. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 59).

Como visto anteriormente o indivíduo é um ser racional e diferente dos animais, sua conduta deve ser pautada pela racionalidade, isto é, usar a razão segura para buscar o necessário e desenvolver-se, também através dela determinar o que é prejudicial a si, rejeitando-o. Agir em conformidade com a natureza, com a ordenação do universo, aceitando o que não é capaz de mudar, estará em um caminho virtuoso com coisas boas como sabedoria, temperança, coragem e sempre resultará em bom êxito.

Todavia, o oposto das coisas boas que acompanham a virtude está inclinado aos vícios. Nesse sentido, há coisas boas e coisas más para escolha do indivíduo, bem como, há também coisas que são consideradas nem boas e nem más, isto é, são tidas como indiferentes, onde sua definição está sujeita ao uso que lhe é dado, como é o caso da riqueza.

Ademais, entre as virtudes, há aquelas que precisam ser estimuladas e outras que precisam ser contidas; as virtudes que se contrapõem à dificuldade, como a pobreza, precisam ser impulsionadas. Por exemplo, é necessário fortalecer a coragem para superar privações. Enquanto virtudes como as que se contrapõem à riqueza devem ser conduzidas com cautela para que se mantenha o equilíbrio necessário. Nesse sentido, o filósofo estabelece ser preferível a escolha amena e a riqueza pois proporcionam comodidade, é mais vantajoso conter a virtude e manter

o equilíbrio do que enfrentar situações desagradáveis que exigem força para superar.

O filósofo foi duramente criticado pela incompatibilidade de suas falas e ações, valendo-se dos ensinamentos sobre virtude. Sêneca estabelece que a contradição envolvendo filósofos e suas condutas, principalmente no que tange a bens materiais provém da falta de conhecimento por parte dos acusadores, veja:

Portanto, eu” – conclui o sábio – “não vivo de modo diferente daquele que falo, mas vós é que entendeis de modo diferente. Somente o som das palavras chega aos vossos ouvidos: qual o seu significado, não se procura saber”. “Que diferença então existe entre o estúpido que sou e o sábio que és, se o que ambos queremos é ter?”. “Enorme: pois, junto ao homem sábio, as riquezas estão na servidão; junto ao estúpido, estão no comando. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 60).

Sêneca estabelece que ao sábio os bens externos como a riqueza são usados, estando sempre em seu controle. O sábio por usar a riqueza guiado pela razão, não perderá a virtude. Diferente do estúpido que se entrega à riqueza e torna-se escravo dela, rendendo-se aos vícios e desvirtuando-se do caminho para uma vida feliz.

É possível observar que a falta de conhecimento da natureza humana incide em problema. A sabedoria é fundamental, é preciso conhecer para fazer as escolhas certas. O uso da razão é responsável pela tomada de decisão, pelas ações e também por evitar o que é prejudicial, atuando na moralidade do homem. O sábio, por meio de sua razão segura, é capaz de viver seguindo o caminho virtuoso, já o estúpido será tomado pelos vícios e conseqüentemente pela infelicidade por não estar em harmonia com sua própria natureza.

Sêneca demonstra que a falta de conhecimento dos acusadores afronta a virtude e abala a esperança de uma vida feliz: “A vossa avaliação me afeta não por mim, mas por vós, pois odiar e atacar a virtude é renunciar à boa esperança” (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 61).

No desenvolvimento dos seres, a razão é o que o diferencia o homem dos demais animais que seguem os impulsos do sentido. A razão deve ser o guia do ser humano, permitindo fazer escolhas com aspectos morais. A conduta racional em harmonia com a própria natureza é capaz de alcançar o bem supremo, a virtude que atribui um espírito sereno e por consequência uma vida feliz.

O filósofo aconselha pela necessidade de seguir a virtude, estabelecendo: “[...] olhai para a virtude com admiração, acreditai naqueles que, tendo-a seguido longo tempo, proclamam seguir algo grandioso e que cada dia parece maior” (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 61-62).

A virtude é boa por si só, ela é o bem supremo, é pelo caminho virtuoso que se conquista um espírito sereno, uma plenitude duradoura, a virtude é a verdadeira felicidade.

E apesar das acusações sofridas deve-se resistir e continuar buscando ser virtuoso:

Lançai-vos sobre ela, atacai-a: eu vos vencerei resistindo. Tudo que investe contra um alvo firme e impenetrável aplica a sua força para seu próprio dano. Por isso, buscai matéria maleável e irresistente em que posso cravar vossos dados. (LOHNER apud SÊNECA, 2021, p. 63).

É preciso manter-se no caminho virtuoso, a virtude deve ser seguida, pois por meio dela é possível alcançar a tão almejada felicidade, desejo natural do ser humano. Atendo-se sempre ao uso da razão para escolher o bem e rejeitar os prazeres e vícios que afastam do caminho para uma vida feliz. A filosofia é fonte de sabedoria que por sua vez é guia para uma vida virtuosa, o bem supremo, portanto, a virtude em conformidade com a própria natureza do ser humano é a vida feliz por ele desejada.

4. CONCLUSÃO

Ao longo deste estudo, viu-se que a filosofia estoica se expressa particularmente enfatizando a aplicação prática de seus ensinamentos voltados a preceitos simples exercidos no cotidiano do homem. Um dos aspectos mais relevantes do estoicismo compreende uma filosofia para uma vida feliz através da virtude.

Entre os nomes de destaque da escola estoica está Sêneca, filósofo cujos ensinamentos foram marcados por pensamentos da virtude como bem supremo, do uso da razão no enfrentamento das situações, viver de acordo com a natureza, aceitando o que é imposto pela ordenação do universo com ânimo forte, buscando a satisfação em si mesmo e não em bens externos, para então atingir um espírito sereno e viver uma vida feliz duradoura.

Para este estudo realizou-se uma interpretação especificamente da obra Sobre a vida feliz (2021) do filósofo Lúcio Aneu Sêneca, escrita em forma de diálogo e dedicada ao seu irmão Gálio. Ao interpretar os ensinamentos de Sêneca é possível observar que o filósofo aborda a natureza da verdadeira vida feliz, demonstrando que a felicidade não é encontrada na riqueza, em prazeres, ou em outros bens externos. A verdadeira felicidade é uma vida virtuosa.

Conforme visto em Sêneca, a virtude é o bem supremo e possibilita ao indivíduo um espírito sereno e duradouro. A virtude é alcançada por meio de uma conduta racional baseada na harmonia com sua natureza, e com a prática da virtude o indivíduo será capaz de moderar prazeres, evitando os vícios que causam a infelicidade.

Bens considerados como externos não são a causa da felicidade, pelo contrário, o indivíduo deve buscar através da sabedoria satisfação em qualquer situação em que se encontre, baseando seu contentamento apenas em si mesmo e no próprio desenvolvimento de suas virtudes como aperfeiçoamento para uma vida feliz.

Todavia cabe ressaltar que embora os bens externos não são a causa da felicidade, eles foram considerados por Sêneca como bens que acompanham o bem supremo, isto é, a prática da virtude, como por exemplo é o caso da riqueza que pode

proporcionar uma maior chance de desenvolver a virtude. O filósofo deixa claro, porém, que é possível uma vida virtuosa até mesmo na pobreza.

A filosofia é importante fonte de conhecimento, a sabedoria é fundamental para guiar as escolhas em relação aos bens externos visando sempre o seu uso para o bem, buscando manter o domínio de si e evitando tornar-se escravo dos prazeres. Para ajudar na prática da virtude o filósofo deixou ensinamentos claros e simples de como viver por meio de uma conduta racional em harmonia com sua natureza e em busca do bem supremo.

Por fim, conclui-se que, segundo o estoicismo de Sêneca, é fundamental ocorrer a mudança de si para uma vida virtuosa: quem somos e como nos colocamos diante dos acontecimentos é o que de fato importa, deixando claro que bens externos possuem apenas valor relativo, podendo até possibilitar experiências mais agradáveis, todavia, o essencial, a felicidade, objetivo do ser humano, só pode ser alcançada pela virtude.

REFERÊNCIAS

BRUN, Jean. **O estoicismo**. Lisboa: Edições 70, 1986.

IRWIN, T. H., **O naturalismo estóico e seus críticos**. In: INWOOD, Brad (Org.). **Os estóicos** / tradução Raul Fiker, preparação e revisão técnica Paulo Fernando Tadeu Ferreira - São Paulo: Odysseus Editora, 2006, pp. 381 - 402.

SÊNECA. **Sobre a providência. Sobre a vida feliz. Sobre o ócio**: diálogos / Sêneca; Traduzido por José Eduardo S. Lohner. São Paulo: Peguin-Companhia das Letras, 2021.