Terapia, Diagnóstico e Cura: o Problema do Tempo em Sêneca

André Alonso

In this paper I argue that Seneca's philosophy is a form of therapy and that one of its main concerns is the transformation of one's life through time control. Aristotelian tradition lies in the idea that philosophy is, in its highest aspect, an abstract form of knowledge. Seneca, on the other hand, is an inheritor of a long tradition that takes philosophy as mind or soul therapy and bases its structure in a practical approach. Epicurus, for instance, goes as far as to declare that "empty is the word of the philosopher by whom no human suffering is treated". Even if Seneca doesn't despise the theoretical principles that support the construction of a philosophical system, he builds, in his *Letters to Lucilius*, a strong therapeutic *praxis* whose purpose is to heal one's mind and life. The upmost and fundamental step is providing the pupil with different ways of earning back time deprivation. Time seems to be, in a certain sense, the essential matter of Seneca's philosophy. Time control, for him, is a kind of self-control that would make it possible to match a simple existence and a meaningful life. Therefore, Seneca's opening letter to Lucile aims exclusively to identify how one loses time and why it's essential to take control of it.

A utilidade e a dimensão prática da filosofia: a terapia da alma

Em *Metafísica*, A2, Aristóteles apresenta uma série de concepções dos termos sabedoria e sábio, dentre as quais a de que (982a 14-16), de todas as ciências, a que é escolhida (αἰρετὴν οὖσαν) por si mesma e por conta do saber é mais sabedoria do que aquela escolhida por causa de seus resultados. Essa ciência é, portanto, desinteressada e não tem um caráter produtivo (982b 11: οὐ ποιητική) e isso é evidente pelo modo como se dedicaram à filosofia os primeiros que se puseram a filosofar. De fato, os homens começaram a filosofar por causa da admiração (982b 12: διὰ τὸ θαυμάζειν) diante das mais simples¹ das coisas extraordinárias e, progredindo paulatinamente, enfrentaram os problemas mais complexos, como a gênese do Universo. Aquele que está perplexo e admirado reconhece que ignora (982b 17-18: ὁ δ' ἀπορῶν καὶ θαυμάζων οἶεται ἀγνοεῖν). Se aqueles que se dedicaram à filosofia o fizeram para fugir da ignorância, é evidente que

¹ 982b13: τὰ πρόχειρα, literalmente, que estão ao alcance das mãos e que, portanto, são acessíveis. Todas as traduções citadas no artigo são de minha autoria.

buscavam o conhecimento por causa do saber e não por conta de alguma utilidade (982b 19-21). A verdadeira sabedoria é um fim em si mesma. Ela não é buscada por produzir algo externo a ela própria — não tem caráter produtivo, οὐ ποιητική —, mas sua aquisição permite ao homem fugir da ignorância e aquietar sua perplexidade diante do insólito do mundo.

Sobre esse trecho da *Metafísica*, podemos observar duas coisas. Primeiro, a mudança que se dá em 982b 11-12: até então, Aristóteles utiliza os termos σοφία e σοφός para indicar a sabedoria e o sábio. Agora, ele introduz o uso do radical φιλοσοφ-. Ao comentar a passagem, Santo Tomás de Aquino, após ter lembrado a tradicional anedota da criação do termo filósofo por Pitágoras, conclui:

E a partir daí o nome de sábio foi mudado para o nome de filósofo e o nome de sabedoria para o nome de filosofia. Também esse nome tem uma implicação em nosso argumento. Pois parece um amante da sabedoria aquele que busca a sabedoria não por causa de outra coisa, mas por si mesma. Com efeito, quem busca algo em razão de outra coisa, ama aquilo em razão de que busca mais do que aquilo que busca.²

Aristóteles, ao introduzir o uso do radical φιλοσοφ- na referida passagem, estaria reforçando a ideia de que a verdadeira sabedoria é aquela que é buscada por amor de si mesma, e não como meio (*hoc propter quod*) para algo.

A segunda coisa a ser observada é que Aristóteles em 982b 19-21, ao falar do objetivo do filosofar, diz especificamente διὰ τὸ φεύγειν τὴν ἄγνοιαν, por causa da fuga da ignorância, para fugir da ignorância. A ideia é, portanto, que a ignorância é um mal, algo que, de certo modo, ameaça o bem-estar do homem, e que a filosofia permite escapar dela. Alexandre de Afrodísias (séc II-III d.C.), ao comentar a passagem, diz o seguinte: “Com efeito, se eles se lançaram na investigação delas (as coisas extraordinárias), é evidente que isso foi pelo desejo do conhecimento, pois não é a atividade produtiva (ἡ ποίησις), mas o conhecimento que é a cura da ignorância”.³ Alexandre interpreta a fuga da ignorância como a fuga de uma doença. O conhecimento é buscado pelos homens como a cura da ignorância (τῆς ἀγνοίας ἴασις). A ideia do conhecimento como cura da

² Tomás de Aquino, *In Metaph.*, I, l. 3, n. 5: Et exinde nomen sapientis immutatum est in nomen philosophi, et nomen sapientiae in nomen philosophiae. Quod etiam nomen ad propositum aliquid facit. Nam ille videtur sapientiae amator, qui sapientiam non propter aliud, sed propter seipsam quaerit. Qui enim aliquid propter alterum quaerit, magis hoc amat propter quod quaerit, quam quod quaerit.

³ Alexandre de Afrodísias, *In Metaph.*, 15, 30-32: εἰ γὰρ δι' ἄγνοιαν ἦλθον ἐπὶ τὴν ζήτησιν αὐτῶν, δῆλον ὡς γνώσεως ἐφέσει· τῆς γὰρ ἀγνοίας οὐχ ἡ ποίησις ἀλλ' ἡ γνῶσις ἴασις.

ignorância não é estranha a Aristóteles. De fato, ela surge em outra passagem da *Metafísica*, mais especificamente em Γ5 (1009a 18 e ss.). Ao tratar da refutação do relativismo, Aristóteles apresenta dois modos de se adotar tal posição. No primeiro caso, “aqueles que assim pensam por estar em aporia, sua ignorância é facilmente curável”.⁴ Aristóteles serve-se, aqui, do adjetivo εὐίατος, cujo radical é o mesmo de ἴασις, a cura. No segundo caso, há os que discursam por discursar e sua cura (ἴασις) consiste na refutação (ἔλεγχος) de seu discurso. O conceito de conhecimento como cura da ignorância é, portanto, totalmente adequado à teoria que Aristóteles desenvolve sobre a sabedoria ou filosofia.

A ideia da filosofia como cura será retomada e expandida por filósofos posteriores. Para além da cura da ignorância, que atinge a atividade teórica do ser humano, é preciso que o filósofo ofereça tratamento para outros males e doenças da alma que atacam o âmbito do agir humano, de sua vida prática. Esse alargamento de horizonte terapêutico da filosofia encontra-se muito claramente expresso em um fragmento que Usener (1887, p. 169, fr. 221) atribui a Epicuro (séc. IV-III a.C.) e que Estobeu (séc. V d.C.), em seu *Florilegium* (ΠΒ (82), 6; Meineke, 1856, p. 117) cita como sendo de Pitágoras (séc. VI-V a.C.). O trecho, que de resto se encontra na carta de Porfírio (séc. III d.C.) à esposa (*Ad Marcellam*, 31, 4-6), corrobora o caráter prático da filosofia, comparando-a à medicina:

Vazio é o discurso daquele filósofo pelo qual nenhum sofrimento (πάθος) humano é tratado. Com efeito, como não há nenhuma utilidade na arte médica, se ela não trata as doenças dos corpos, assim nem na filosofia, se ela não expulsa o sofrimento (πάθος) da alma.⁵

O fragmento emprega o termo νόσος, doença, conectado à medicina, enquanto apresenta πάθος, sofrimento, ligado à filosofia. No entanto, πάθος pode também ser empregado no sentido médico de doença, estando, aliás, na origem do moderno termo técnico “patologia”, sinônimo de enfermidade. Outro paralelo é entre o θεραπεύει da medicina (ela trata) e o ἐκβάλλει da filosofia (ela expulsa), que poderíamos eventualmente traduzir como “ela expele”, já que expelir tem também uma conotação médica. No entanto, o termo que desperta especial interesse é ὄφελος, utilidade. A

⁴ Aristóteles, *Metaph.*, Γ, 1009a 19: ὅσοι μὲν γὰρ ἐκ τοῦ ἀπορῆσαι ὑπέλαβον οὕτως, τούτων εὐίατος ἢ ἄγνοια.

⁵ Usener, Hermann. *Epicurea*, p. 169, fr. 221: κενὸς ἐκείνου φιλοσόφου λόγος, ὃν οὐ μὴδὲν πάθος ἀνθρώπου θεραπεύεται· ὥσπερ γὰρ ἰατρικῆς οὐδὲν ὄφελος, εἰ μὴ τὰς νόσους τῶν σωμάτων θεραπεύει, οὕτως οὐδὲ φιλοσοφίας, εἰ μὴ τὸ τῆς ψυχῆς ἐκβάλλει πάθος.

aquisição da sabedoria, em Aristóteles, é o seu próprio fim e com ela se cura a ignorância. A filosofia é buscada pela sua “inutilidade”, ela é um fim em si mesma e não um meio para obter-se algo mais. Em sua forma mais elevada, é teórica, não produtiva (οὐ ποιητική). Na perspectiva do fragmento acima, isso já não bastaria. Curar a ignorância seria um primeiro passo, mas é preciso ir além. É necessário curar os sofrimentos, as afecções, as doenças da alma. A filosofia tem uma função terapêutica (θεραπεύει, como a medicina) e, portanto, não tem um caráter precipuamente teórico. Ela é também prática (πρακτική) e poderia definir-se como “medicina da alma”. Ora, a medicina não é uma ciência (ἐπιστήμη), mas uma arte (τέχνη), o que fica bastante claro pela definição e o exemplo de τέχνη que Aristóteles dá no início da *Metafísica* (981a 5-12). Em Platão, também, a medicina é uma arte (veja-se, por exemplo, *Cármides*, 174e-175a, *Íon*, 537c-e) e Sêneca, como outros romanos, chama-a *ars medendi*, a arte de curar (cf. *Epistulae*, 87, 15: *in arte medendi*).

Se a utilidade (ὄφελος) é um elemento essencial da verdadeira filosofia, essa sofre um deslocamento de seu escopo, que já não é mais fundamentalmente teórico, mas comporta também uma importante dimensão prática. A sabedoria perderia, igualmente, sua natureza desinteressada: já não é buscada por si mesma, mas como um conjunto de normas teóricas que podem ser aplicadas à concretude da vida humana na pluralidade de indivíduos, para que eles se tornem bons. Essas normas teóricas são aqueles princípios que Marco Aurélio chama de θεωρήματα: “Que arte te é própria? A de ser bom. Mas como isso acontece senão com base nos princípios teóricos (ἐκ θεωρημάτων), uns sobre a natureza do Todo, outros sobre a constituição própria do ser humano?”⁶ Enganar-se-ia quem cresse, por outro lado, que a filosofia é apenas ou precipuamente prática. Se ela, como arte de viver (Sêneca, *Epistulae*, 95: *ars vivendi*), tem uma natureza prática, deve, antes, dispor de um arcabouço teórico, de princípios seus (*decreta*); ela não se estrutura apenas com preceitos (*praecepta*).

Sêneca, na carta 95 (1, 5, 9-10), desenvolve de modo mais aprofundado a questão das dimensões teórica e prática da filosofia:

Pedes-me que trate de imediato daquilo que eu dissera que devia ser adiado a um dia apropriado e que te escreva se aquela parte da filosofia que os gregos chamam de ‘parenética’ e nós intitulamos ‘preceptiva’ é suficiente para alcançar a perfeita sabedoria. [...] Nem sempre os preceitos levam a ações boas, mas <somente> quando a índole é obediente; por vezes, eles

⁶ Marco Aurélio, *Meditationes*, XI, 5: Τίς σου ἡ τέχνη; ἀγαθὸν εἶναι. τοῦτο δὲ πῶς ἄλλως γίνεται ἢ ἐκ θεωρημάτων, τῶν μὲν περὶ τῆς τοῦ ὅλου φύσεως, τῶν δὲ περὶ τῆς ἰδίας τοῦ ἀνθρώπου κατασκευῆς.

aplicam-se em vão, se falsas opiniões dominam a mente.⁷ Ademais, mesmo se agem corretamente, ignoram que agem corretamente. Com efeito, não pode alguém, exceto se formado desde o início e preparado pela razão em sua totalidade, procurar conhecer todas as suas obrigações, de modo a saber quando, em que medida, com quem, de que modo e por que deva (fazer algo). Ele não pode empenhar-se, com toda a mente, nas coisas honestas, nem sequer com regularidade ou de bom grado, mas olhará para trás, mas hesitará. [...] Queres saber quão diversa seja a condição das outras artes e dessa (a sabedoria)? Naquelas, é mais escusável pecar voluntariamente do que acidentalmente; nesta, a maior culpa está em errar por iniciativa própria. O que estou dizendo é o seguinte: um gramático não se envergonha de um solecismo, se o cometeu de modo consciente, envergonha-se se o fez de modo inadvertido; um médico, se não percebe que o doente está morrendo, peca mais, no que diz respeito a sua arte, do que se esconde que o percebe. Mas, nessa arte de viver (*ars vivendi*) é mais ignóbil a culpa voluntária (*literalmente*: dos que querem). Acrescenta, ainda, que também muitíssimas artes — ou melhor, dentre todas, as mais liberais — como é o caso da medicina, têm seus princípios (*decreta*), e não apenas preceitos (*praecepta*). Por isso, uma é a escola de Hipócrates, outra a de Asclepiades, outra a de Temisão. Ademais, não há nenhuma arte teórica (*contemplativa*) sem princípios próprios (*sine decretis suis*), que os gregos chamam de dogmas (*dogmata*) e nós podemos chamá-los de princípios (*decreta*) ou máximas (*scita*) ou sentenças (*placita*), o que encontrarás também na geometria e na astronomia. A filosofia, porém, é tanto teórica (*contemplativa*) quanto prática (*activa*): ela ao mesmo tempo contempla e age. De fato, cometes um erro se julgas que ela te oferece apenas ações terrenas: ela tem um objetivo mais elevado.⁸

A filosofia, portanto, tem, para além de uma parte prática, também uma teórica, que é essencial justamente para torná-la uma *arte de viver*. Esse arcabouço teórico, como diz Aristóteles no princípio da *Metafísica* (981a 7-12), é o que caracteriza a τέχνη. A experiência versa sobre o individual, mas a arte extrai do conjunto de

⁷ O termo grego ψυχή tem um sentido bastante amplo, podendo indicar tanto o mero princípio vital, presente em todos os seres vivos, quanto o que rege as atividades superiores do homem. No latim, Sêneca, como Cícero, usam termos diversos para designar tais realidades: *anima*, para o primeiro caso, e *animus*, para o segundo. Traduz-se aquela, de modo geral, por *alma* e este, por *mente*. Cf. Smith, 2014, p. 346-9.

⁸ Sêneca, *Epistulae*, 95, 1, 5, 9-10: Petis a me ut id quod in diem suum dixeram debere differri repraesentem et scribam tibi an haec pars philosophiae quam Graeci paraeneticen vocant, nos praeceptivam dicimus, satis sit ad consummandam sapientiam. [...] Non semper ad actiones rectas praecepta perducunt, sed cum obsequens ingenium est; aliquando frustra admoventur, si animum opiniones obsident pravae. Deinde etiam si recte faciunt, nesciunt facere se recte. Non potest enim quisquam nisi ab initio formatus et tota ratione compositus omnis exsequi numeros ut sciat quando oporteat et in quantum et cum quo et quemadmodum et quare. Non potest toto animo ad honesta conari, ne constanter quidem aut libenter, sed respiciet, sed haesitabit. [...] Vis scire quam dissimilis sit aliarum artium condicio et huius? in illis excusatius est voluntate peccare quam casu, in hac maxima culpa est sponte delinquere. Quod dico tale est. Grammaticus non erubescet soloecismo si sciens fecit, erubescet si nesciens; medicus si deficere aegrum non intellegit, quantum ad artem magis peccat quam si se intellegere dissimulat: at in hac arte vivendi turpior volentium culpa est. Adice nunc quod artes quoque pleraeque — immo ex omnibus liberalissimae — habent decreta sua, non tantum praecepta, sicut medicina; itaque alia est Hippocratis secta, alia Asclepiadis, alia Themisonis. Praeterea nulla ars contemplativa sine decretis suis est, quae Graeci vocant dogmata, nobis vel decreta licet appellare vel scita vel placita; quae et in geometria et in astronomia invenies. Philosophia autem et contemplativa est et activa: spectat simul agitque. Erras enim si tibi illam putas tantum terrestres operas promittere: altius spirat.

experiências princípios universais. O artífice opera, assim, sobre o indivíduo, mas guiado por princípios gerais. Na argumentação de Sêneca, não é possível alcançar a perfeita sabedoria apenas com preceitos (*praecepta*). É preciso adquirir os princípios universais que os gregos intitulavam *dogmata* e os romanos, *decreta*. Isso vale para qualquer arte, mas em especial para a filosofia. São esses princípios que permitem ao indivíduo conhecer suas obrigações e agir em consonância com a razão. Há, no entanto, uma diferença essencial entre as demais artes e a filosofia como arte de viver: nas outras artes, um erro voluntário pode ser justificável (como no caso de um literato que cometesse uma impropriedade gramatical no uso da língua por alguma razão estilística), na filosofia, o erro voluntário é algo mais torpe (*turpior*).

A ideia da filosofia como terapia encontra-se desde os primórdios como um elemento essencial do estoicismo. Crisipo (séc. III a.C.), que foi o terceiro dirigente da escola do Pórtico, traça uma forte analogia entre a medicina e a filosofia. Aquela é a arte dedicada ao tratamento do corpo doente (τὸ νοσοῦν σῶμα); esta é dedicada à cura da alma doente (τὴν νοσοῦσαν ψυχήν). A filosofia, como medicina da alma não é em nada inferior à medicina do corpo. Elas são, na verdade, realidades bastante próximas. Há todo um forte paralelismo entre a *ars medendi* e a *ars vivendi*. Vejamos o fragmento de Crisipo:

Com efeito, nem é verdade que há uma arte (τέχνη) dedicada ao corpo doente (τὸ νοσοῦν σῶμα), que nós chamamos de medicina, e não há também uma arte (τέχνη) dedicada à alma doente (τὴν νοσοῦσαν ψυχήν), nem é verdade que na teoria e no tratamento individuais é necessário que esta seja inferior àquela. Por isso também, como cabe ao médico dos corpos estar “dentro” das doenças (παθῶν) que lhes advêm, como costumam dizê-lo, e do tratamento conveniente a cada uma delas, assim também compete ao médico da alma (τῷ τῆς ψυχῆς ἱατρῷ) estar “dentro” de ambas essas coisas, da melhor maneira possível. E alguém poderia compreender que a realidade é assim, visto que a analogia com essas coisas foi posta desde o início. Com efeito, o parentesco próximo em relação a essas coisas mostrará, como penso, tanto a semelhança dos tratamentos quanto, ainda, a analogia que ambas as curas têm entre si.⁹

Além do que já mencionamos, há o fato de que Crisipo utiliza especificamente a expressão médico da alma (ὁ τῆς ψυχῆς ἱατρός) e, ao traçar o paralelo

⁹ Von Armin, *Stoicorum Veterum Fragmenta*, vol. III, p. 120, fr. 471: Οὐτε γὰρ περὶ τὸ νοσοῦν σῶμά ἐστὶ τις τέχνη, ἢν προσαγορεύομεν ἱατρικὴν, οὐχὶ δὲ καὶ περὶ τὴν νοσοῦσαν ψυχήν ἐστὶ τις τέχνη, οὐτ’ ἐν τῇ κατὰ μέρος θεωρία τε καὶ θεραπεία δεῖ λείπεσθαι ταύτην ἐκείνης. διὸ καὶ, καθάπερ τῷ περὶ τὰ σώματα ἱατρῷ καθήκει τῶν τε συμβαινόντων αὐτοῖς παθῶν ἐντὸς εἶναι, ὡς εἰώθασιν τοῦτο λέγειν, καὶ τῆς ἐκάστῳ οἰκείας θεραπείας, οὕτω καὶ τῷ τῆς ψυχῆς ἱατρῷ ἐπιβάλλει, ἀμφοτέρων τούτων ἐντὸς εἶναι, ὡς ἐνὶ ἄριστα. καὶ ὅτι οὕτως ἔχει, μάθοι ἂν τις τῆς πρὸς ταῦτα ἀναλογίας παρατεθείσης ἀπ’ ἀρχῆς. ἡ γὰρ πρὸς ταῦτα ἀντιπαρατείνουσα οἰκειότης παραστήσει, ὡς οἶομαι, καὶ τὴν τῶν θεραπειῶν ὁμοιότητα, καὶ ἔτι τὴν ἀμφοτέρων τῶν ἱατρειῶν πρὸς ἀλλήλας ἀναλογίαν.

com o médico do corpo, diz que ambos devem, segundo uma expressão corrente da época, estar “dentro” (ἐντός) de seus pacientes (o corpo, no caso de um, a alma, no caso de outro) e de suas doenças. O fragmento deixa-nos entrever que Crisipo não está apenas fazendo uma comparação, tecendo uma metáfora. Há, para ele, um paralelismo real entre essas duas artes. São duas terapias, com o mesmo valor, com a mesma capacidade, apenas dedicadas a curar sujeitos diversos. E quais seriam os remédios de que se serve o médico da alma? Ele, que conhece os princípios da arte de bem viver, pode aplicar argumentos para corrigir os desvios de crenças, opiniões e julgamentos errôneos. No dizer de Epicteto: “O que perturba os homens não são as coisas, mas os julgamentos (δόγματα) sobre as coisas”.¹⁰

A analogia médica de Crisipo chegará, entre os romanos, até Cícero (séc. I a.C.). Nas *Tusculanas*, após apresentar ele mesmo uma comparação com base na medicina¹¹, comenta como é excessivo o esforço que os estoicos, e sobretudo Crisipo, fazem para estabelecer o paralelo entre as doenças do corpo e as da mente:

Neste ponto, uma atenção excessiva é dada pelos estoicos, em especial por Crisipo, quando se estabelece uma similitude das doenças da mente com as doenças do corpo. Deixado de lado esse discurso como absolutamente não necessário, examinemos as coisas que contêm o essencial.¹²

Cícero não rejeita a analogia entre o tratamento do corpo e a cura da alma. Ele apenas crê que os estoicos focam demais nela e que, embora seja verdadeira, é preciso consagrar-se mais ao essencial — que seria a análise das doenças e a busca de sua cura — e menos a esse paralelismo, que, no entanto, não deixa de ser importante: “E para que façamos uma comparação com a saúde <física> e usemos por vezes esse paralelo, mas de modo mais moderado do que costumam os estoicos <fazer>...”¹³

¹⁰ Epicteto, *Enchiridion*, 5, 1: Ταράσσει τοὺς ἀνθρώπους οὐ τὰ πράγματα, ἀλλὰ τὰ περὶ τῶν πραγμάτων δόγματα.

¹¹ Cícero, *Tusculanae Disputationes*, IV, 23: “Como no corpo, quando o sangue está deteriorado ou há catarro ou bile em grande abundância, nascem as doenças e enfermidades, assim a confusão de opiniões errôneas e a contradição delas entre si priva a mente de sua saúde e a estorva com doenças” (*quem ad modum, cum sanguis corruptus est aut pituita redundat aut bilis, in corpore morbi aegrotationesque nascuntur, sic pravarum opinionum conturbatio et ipsarum inter se repugnantia sanitate spoliatur animum morbisque perturbatur*).

¹² Cícero, *Tusculanae Disputationes*, IV, 23: hoc loco nimium operae consumitur a Stoicis, maxime a Chrysippo, dum morbis corporum comparatur morborum animi similitudo; qua oratione praetermissa minime necessaria ea, quae rem continent, pertractemus.

¹³ Cícero, *Tusculanae Disputationes*, IV, 27: Atque ut ad valetudinis similitudinem veniamus eaque conlatione utamur aliquando, sed parcius quam solent Stoici...

Ele também antecipa, de certo modo, a ideia que, como vimos, Sêneca exprimirá em sua carta 95: nas artes, em geral, a culpa consciente é menos grave; na arte de viver, é gravíssima. Cícero, em outra passagem das *Tusculanas* mostra que há uma diferença entre as doenças do corpo e as da alma. Aquelas podem ocorrer sem culpa do paciente; estas são, ao contrário, devidas a um desprezo culpável e grave das diretrizes da razão:

A diferença entre as mentes e os corpos consiste no fato de que as mentes fortes não podem ser atacadas pela doença, os corpos podem. Mas as desventuras dos corpos podem ocorrer sem culpa, não são<, porém,> assim as das mentes, cujas doenças todas e paixões derivam do desprezo da razão. Por isso, elas só existem nos seres humanos, pois os animais agem como que de modo semelhante <aos humanos>, mas não incorrem em paixões.¹⁴

Em uma passagem anterior das *Tusculanas*, mais precisamente em princípios do livro III, Cícero já afirmara a existência de uma arte específica para curar a alma, de uma verdadeira medicina da mente (*animi medicina*). Tendo descrito certas misérias humanas, ele pergunta se não se deve prestar nenhum tratamento aos que delas padecem. As doenças da alma são seguramente mais danosas que as do corpo e elas podem ser tratadas pela medicina apropriada, que é a filosofia, com a diferença de que os meios de cura das doenças físicas estão em remédios que vêm de fora do corpo, enquanto os remédios da alma estão nela própria, em seu interior. Eis o trecho:

Seria <isso> pelo fato de que as enfermidades da mente fazem menos mal do que as do corpo ou pelo fato de que os corpos podem ser curados, e não há nenhuma medicina para as mentes? Mas também as doenças da mente são mais graves e mais numerosas do que as do corpo. Com efeito, essas mesmas são odiosas porque pertencem à mente e a atormentam. [...] Mas como se pode aceitar que a mente não possa curar-se a si mesma, visto que foi a mente que inventou a própria medicina do corpo, e que, para a cura dos corpos, têm muita influência os próprios corpos e sua constituição, e que nem todos os que se deixarem cuidar se recuperam obrigatoriamente, e que, ao contrário, as mentes que querem curar-se e que obedecem aos preceitos dos sábios sem nenhuma dúvida se curam? Existe certamente uma medicina da mente (*animi medicina*): a filosofia, cujo auxílio não deve ser buscado fora, como nas doenças do corpo, e deve ser obtido com todos os meios e forças, para que possamos nos curar a nós mesmos.¹⁵

¹⁴ Cícero, *Tusculanae Disputationes*, IV, 31: Illud animorum corporumque dissimile, quod animi valentes morbo temptari non possunt, corpora possunt; sed corporum offensiones sine culpa accidere possunt, animorum non item, quorum omnes morbi et perturbationes ex aspernatione rationis eveniunt. itaque in hominibus solum existunt; nam bestiae simile quiddam faciunt, sed in perturbationes non incidunt.

¹⁵ Cícero, *Tusculanae Disputationes*, III, 4-6: utrum quod minus noceant animi aegrotationes quam corporis, an quod corpora curari possint, animorum medicina nulla sit? at et morbi perniciosiores pluresque sunt animi quam corporis; hi enim ipsi odiosi sunt, quod ad animum pertinent eumque sollicitant [...] Qui vero probari potest ut sibi mederi animus non possit, cum ipsam medicinam corporis animus invenerit, cumque ad corporum sanationem multum ipsa

Sêneca é herdeiro dessa longa tradição que compreende a filosofia como uma arte terapêutica, uma técnica do bem viver, como uma verdadeira medicina da alma, detentora de remédios que podem curar as doenças “psíquicas” (isto é, da ψυχή) ou anímicas ou, ao menos, aliviar-lhes os sintomas. A alusão à analogia médica ocorre algumas centenas de vezes em sua obra (Setaioli, 2014, p. 240) e ele tem a consciência de que é devedor de uma visão e um modo de viver a filosofia que está longe de ser novo. Há, no entanto, espaço para que as novas gerações de filósofos avancem nessa antiga senda: “Os remédios da mente foram descobertos pelos antigos. Porém, é tarefa nossa investigar como e quando devam ser usados. Os que nos precederam fizeram muito, mas não fizeram tudo. Entretanto, devem ser admirados e cultuados como deuses”.¹⁶

Se é verdade que o filósofo é médico da alma, nem por isso ele deixa de ser suscetível a doenças e males “psíquicos”. Como o moderno psicólogo, que, além de tratar seus pacientes, deve ele próprio submeter-se a terapia, o filósofo, se ele trata de outras almas, precisa, de modo imperioso e constante, tratar seus vícios e misérias pessoais. Sêneca reconhece essa realidade. Ele sabe que é, ao mesmo tempo, médico e paciente. E, por isso mesmo, coloca-se na condição de um companheiro de hospital, de enfermaria, daquele a quem quer ajudar. Não tanto como médico, mas como paciente. No início da carta 27, ele usa essa imagem, reforçada pelo verbo *iaceam*, estar deitado, jazer doente em uma cama. E, sem nenhum pudor, confessa-se doente, *aeger*:

Dizes: ‘Tu me dás conselho? Certamente tu mesmo já te deste conselho, já te corrigiste? Por isso tens tempo livre para emendar os outros?’ Não sou tão desonesto a ponto de, estando doente, encarregar-me dos cuidados <de outrem>, mas, como se eu estivesse acamado no mesmo hospital <que tu>, converso contigo sobre o mal comum <que nos aflige> e divido os remédios.¹⁷

Sêneca tem consciência de sua condição de paciente e continua seu tratamento com suas leituras, estudo e exercícios. Mas sua tarefa “médica” implica

corpora et natura valeat nec omnes, qui curari se passi sint, continuo etiam convalescant, animi autem, qui se sanari voluerint praeceptisque sapientium paruerint, sine ulla dubitatione sanentur? est profecto animi medicina, philosophia; cuius auxilium non ut in corporis morbis petendum est foris, omnibusque opibus viribus, ut nosmet ipsi nobis mederi possimus, elaborandum est.

¹⁶ Sêneca, *Epistulae*, 64, 8-9: Animi remedia inventa sunt ab antiquis; quomodo autem admoveantur aut quando nostri operis est quaerere. Multum egerunt qui ante nos fuerunt, sed non peregerunt. Suspiciendi tamen sunt et ritu deorum colendi.

¹⁷ Sêneca, *Epistulae*, 27, 1: ‘Tu me’ inquis ‘mones? iam enim te ipse monuisti, iam correxisti? ideo aliorum emendationi vacas?’ Non sum tam inprobus ut curationes aeger obeam, sed, tamquam in eodem valetudinario iaceam, de communi tecum malo conloquor et remedia communico.

também em grandes sacrifícios e renúncias, no abandono de interesses e pretensões pessoais, no descuro de seus negócios. Tudo isso ele suporta para poder tratar dos outros, inclusive das gerações vindouras, que se beneficiarão de seus escritos. E uma vez mais surge a analogia com a arte médica, sua farmacopeia, feridas e curas. A filosofia está a serviço da utilidade — “para que eu pudesse ser útil a muitos”, diz ele, em uma conexão bem sólida com a vida e sobretudo com o outro, em uma dimensão comunitária que se manifesta primeiramente na própria dimensão mestre-pupilo, mas que vai além, que atravessa gerações e cria, por assim dizer, uma comunidade “transtemporânea”:

Retirei-me e fechei as portas, para que eu pudesse ser útil a muitos. Nenhum dia para mim se esvai em meio ao ócio. Dedico parte de minhas noites aos estudos; não me entrego ao sono, mas a ele sucumbo, e os olhos cansados pela vigília e que se fecham, mantenho-os ocupados no trabalho. Afastei-me não só das pessoas, mas dos negócios e principalmente dos meus negócios: é do negócio das gerações vindouras que estou cuidando. Componho algumas coisas que lhes possam ser úteis; ponho por escrito observações salutares, como que preparações de remédios úteis, sabedor por experiência de que elas são eficazes em minhas feridas, as quais, ainda que não estejam completamente curadas, deixaram de espalhar-se. O caminho correto, que aprendi tarde e esgotado pela errância, aos outros indico.¹⁸

Diagnóstico e cura do tempo

A natureza bipartida da filosofia — teórica e prática — gera uma dupla abordagem do problema do tempo. Em Aristóteles, por exemplo, o tratamento do tema é eminentemente teórico. Sua noção está conectada ao conceito de movimento.¹⁹ Partindo

¹⁸ Sêneca, *Epistulae*, 8, 1: In hoc me recondidi et fores clusi, ut prodesse pluribus possem. Nullus mihi per otium dies exit; partem noctium studiis vindico; non vaco somno sed succumbo, et oculos vigilia fatigatos cadentesque in opere detineo. Secessi non tantum ab hominibus sed a rebus, et in primis a meis rebus: posterorum negotium ago. Illis aliqua quae possint prodesse conscribo; salutares admonitiones, velut medicamentorum utilium compositiones, litteris mando, esse illas efficaces in meis ulceribus expertus, quae etiam si persanata non sunt, serpere desierunt. Rectum iter, quod sero cognovi et lassus errando, aliis monstro.

¹⁹ Aristóteles, *Phys.*, IV, 218b 17-23; 218b 33-219a 2: “Mas o tempo não é definido pelo tempo, nem na medida em que é uma certa quantidade nem na medida em que é uma qualidade. É evidente, portanto, que não é um movimento (que não haja para nós, no momento, nenhuma diferença entre dizer ‘movimento’ ou ‘mudança’). Mas na realidade, também não <há tempo> sem mudança. Com efeito, quando nós mesmos em nada mudamos em nosso pensamento ou não nos damos conta de que mudamos, não nos parece ter havido tempo...É evidente que não há tempo sem movimento e mudança. Portanto, é evidente que o tempo não é movimento nem existe sem movimento” (ὁ δὲ χρόνος οὐχ ὥρισται χρόνῳ, οὔτε τῷ ποσός τις εἶναι οὔτε τῷ ποιός. ὅτι μὲν τοίνυν οὐκ ἔστιν κίνησις, φανερόν· μηδὲν δὲ διαφερέτω λέγειν ἡμῖν ἐν τῷ παρόντι κίνησιν ἢ μεταβολήν. Ἀλλὰ μὴν οὐδ’ ἄνευ γε μεταβολῆς· ὅταν γὰρ μηδὲν αὐτοὶ μεταβάλλωμεν τὴν διάνοιαν ἢ λάθωμεν μεταβάλλοντες, οὐ δοκεῖ ἡμῖν γεγονέναι χρόνος...φανερόν ὅτι οὐκ ἔστιν ἄνευ κινήσεως καὶ μεταβολῆς χρόνος. ὅτι μὲν οὖν οὔτε κίνησις οὔτ’ ἄνευ κινήσεως ὁ χρόνος

da realidade do movimento, ele vai investigar o que é o tempo²⁰ E estabelecerá a definição que se tornou clássica: “Com efeito, o tempo é isto: número do movimento segundo o antes e o depois”.²¹ A abordagem de Aristóteles é, portanto, teórica e conceitual.

Coisa semelhante passa-se com a famosa investigação sobre o tempo no livro XI das *Confissões* de Santo Agostinho. É verdade que as *Confissões* se constroem como um exame do tempo passado, mas enquanto *vivido* e não como algo teórico. No entanto, no livro XI, o autor tem o interesse de compreender a natureza mesma do tempo, de teorizar sobre tal realidade. Ele parte, como Aristóteles, do conceito de movimento. E, ao indagar sobre a questão, tece considerações sobre o tempo que são bastante abstratas e complexas, como na passagem seguinte:

O que, porém, agora é evidente e claro é que não há nem futuro nem passado, e nem se diz de modo apropriado que são três os tempos, passado, presente e futuro, mas talvez se pudesse dizer de modo apropriado que são três os tempos, presente do passado, presente do presente, presente do futuro. Com efeito, esses três existem, por assim dizer, na alma e não os vejo alhures: o presente do passado é a memória, o presente do presente é a observação, o presente do futuro é a espera.²²

Sêneca, em seu estudo sobre o tempo, tem, ao contrário, uma abordagem totalmente prática. Seu interesse é, primeiramente, diagnosticar como nós perdemos tempo e qual o impacto isso teria em nossa vida. Não que ele desconheça a clássica teoria estoica do tempo. Tradicionalmente, o estoicismo enumera o tempo entre os quatro incorporais:

De modo que estes fazem do tempo um corpo, enquanto os filósofos do Pórtico pensaram que ele era incorporeal. Com efeito, dizem que dos ‘algos’, uns são corpos, outros incorporais, e eles enumeram quatro espécies de incorporais, a saber, enunciável, vazio, lugar e tempo. Pelo que está evidente que para além de supor que o tempo é incorporeal, eles também são da opinião de que ele é uma coisa concebida como *per se*.²³

ἔστί, φανερόν).

²⁰ Aristóteles, *Phys.*, IV, 219a 2: visto que estamos investigando o que é o tempo (ἐπεὶ ζητοῦμεν τί ἐστὶν ὁ χρόνος).

²¹ Aristóteles, *Phys.*, IV, 219b 1-2: τοῦτο γὰρ ἐστὶν ὁ χρόνος, ἀριθμὸς κινήσεως κατὰ τὸ πρότερον καὶ ὕστερον.

²² Agostinho, *Confessiones*, XI, 20, 26: Quod autem nunc liquet et claret, nec futura sunt nec praeterita, nec proprie dicitur: tempora sunt tria, praeteritum, praesens et futurum, sed fortasse proprie diceretur: tempora sunt tria, praesens de praeteritis, praesens de praesentibus, praesens de futuris. Sunt enim haec in anima tria quaedam et alibi ea non video, praesens de praeteritis memoria, praesens de praesentibus contuitus, praesens de futuris exspectatio.

²³ Von Armin, *Stoicorum Veterum Fragmenta*, vol. II, p. 117, fr. 331: ὥσθ' οὗτοι μὲν σῶμα ποιοῦσι τὸν χρόνον, οἱ δὲ ἀπὸ τῆς Στοᾶς φιλόσοφοι ἀσώματον αὐτὸν ᾗθησαν ὑπάρχειν· τῶν γὰρ τινῶν φασὶ τὰ μὲν εἶναι σώματα, τὰ δὲ ἀσώματα, τῶν δὲ ἀσωμάτων τέσσαρα εἶδη

Sêneca conhece e adota a teoria do tempo como um incorporeal. Ele faz menção explicitamente a essa característica do tempo em uma passagem do *De brevitae vitae*: “Brinca-se com a coisa mais preciosa de todas. Enganam-se, porém, porque é uma coisa incorporeal, porque não aparece aos olhos, e por isso é avaliada com o preço mais baixo, ou antes seu valor é quase nenhum.”²⁴ Ele compreende quão intrincado pode ser, no âmbito da filosofia, o problema do tempo. Na carta 88, afirma que seriam muitas as perguntas possíveis sobre o tema e mostra, a título de exemplo, como poderiam ser complexas algumas delas, que, de resto, mostram uma certa semelhança com os questionamentos que fará, um pouco posteriormente, Santo Agostinho nas *Confissões*. Diz Sêneca:

Apenas sobre este (o tempo), vê quão numerosas questões se põem: primeiro, se ele é, por si mesmo, alguma coisa; em seguida, se algo existe antes do tempo e sem o tempo; <se> ele começou com o mundo ou se, porque havia algo mesmo antes do mundo, existiu também o tempo.²⁵

Ele não ignora, portanto, os problemas teóricos do tempo como tema pertencente à física. Em sua obra, no entanto, a abordagem sobre esse tópico irá em uma direção totalmente outra. Não lhe interessa tanto o estatuto ontológico do tempo. O essencial, para ele, é a conexão umbilical que este tem com a vida humana, de tal modo que poderíamos dizer que o tempo já não é a simples medida ou número do movimento presente no mundo, mas a medida da vivência humana. No dizer de Edwards (2014, p. 325): “Mais do que com o tempo cósmico, a principal preocupação de Sêneca é com o tempo humano, o tempo vivido”.²⁶ O tempo, como medida da vida, terá uma escala bastante diversa — e mais complexa — do que seu uso para a medição do simples movimento. Não que o tempo, sob essa perspectiva, esteja desconectado do movimento. A ligação entre os dois conceitos, presente já em Aristóteles, continua vigente. Para medir a vivência humana, o tempo precisa do conceito de movimento e dos referenciais de antes

καταριθμοῦνται ὡς λεκτὸν καὶ κενὸν καὶ τόπον καὶ χρόνον. ἐξ οὗ δῆλον γίνεται, ὅτι πρὸς τῷ ἀσώματον ὑπολαμβάνειν τὸν χρόνον, ἔτι καὶ καθ’ αὐτό τι νοούμενον πρᾶγμα δοξάζουσι τοῦτον.

²⁴ Sêneca, *De brevitae vitae*, 8, 1: Re omnium pretiosissima luditur; fallit autem illos quia res incorporalis est, quia sub oculos non venit, ideoque vilissime aestimatur, immo paene nullum eius pretium est.

²⁵ Sêneca, *Epistulae*, 88, 33-34: De quo uno vide quam multa quaerantur: primum an per se sit aliquid; deinde an aliquid ante tempus sit sine tempore; cum mundo coeperit an etiam ante mundum quia fuerit aliquid, fuerit et tempus.

²⁶ “Seneca’s prime concern is with human time, lived time, rather than cosmic time.”

e depois. O movimento continua a ser a mudança de algo para algo. Mas, aqui, essa mudança tem uma valoração. Implica em passar de uma vida ruim a uma vida boa. E o antes e o depois têm como ponto de referência a “conversão” do indivíduo à filosofia. O tempo não se reduz mais à simples quantificação do movimento, mas à sua qualificação. De um tempo aristotélico meramente quantitativo, passamos a um tempo qualitativo. E o que nos dá a reta escala de qualidade é o estudo da filosofia.

Se o tempo, em Sêneca, tem essa dimensão humana, se ele está intimamente ligado à vida, estará também unido, de modo indissolúvel, à morte. Assim, o tema do opúsculo *De brevitae vitae* é o quão, efetivamente, seria curta a existência humana. Segundo a maior parte dos homens (*magna pars mortalium*), fomos gerados para uma vida curta (*in exiguum aevi gignimur*). Com poucas exceções, a vida nos abandona quando ainda estamos a fazer os preparativos para vivê-la. Se a vida nos abandona, é porque, na verdade, ela nos entrega ao domínio da morte. Sêneca, entretanto, rejeitará tal premissa, que, em sua raiz, implicaria em culpar a vida pela sua exiguidade, em transferir a responsabilidade do homem para um agente externo e alheio a sua vontade e determinação. Não, o problema não está fora de nós, ele reside precisamente em nós. Não temos pouco tempo, mas perdemos muito dele.²⁷ O verbo latino *perdo*, que está na origem de nosso *perder*, tem um outro significado, que passou também para a forma portuguesa. Tanto o *perdo* latino quando nosso *perder* podem significar *arruinar*, *pôr a perder*. Assim, não é apenas um desleixo que nos faz perder tempo; nossa ação consciente é, frequentemente, a causa de *ruína* do tempo. “Não recebemos uma vida breve, mas a tornamos assim, nem somos pobres dela, mas perdulários”.²⁸ Longe de ser curta, “nossa vida é bastante extensa para aquele que a ordena bem”.²⁹

A extensão da vida não depende, portanto, do número de anos que alguém vive, mas de *como* vive os anos que lhe couberam pelos desígnios da natureza. Sêneca faz a distinção entre vida e tempo: “‘Exígua é a parte da vida na qual vivemos.’ Em verdade, todo o período restante não é vida, mas tempo”.³⁰ Vida seria, então, o período de tempo que vivemos de modo apropriado, conforme as regras da razão, que nos são

²⁷Cf. *De brevitae vitae*, 1, 3: non exiguum temporis habemus, sed multum perdimus.

²⁸ Sêneca, *De brevitae vitae*, 1, 4: non accipimus brevem vitam sed facimus nec inopes eius sed prodigi sumus.

²⁹ Sêneca, *De brevitae vitae*, 1, 4: aetas nostra bene disponenti multum patet.

³⁰ Sêneca, *De brevitae vitae*, 2, 2-3: ‘exigua pars est vitae qua vivimus.’ Ceterum quidem omne spatium non vita sed tempus est.

ensinadas pela filosofia. Todos os momentos em que ignoramos ou contrariamos tais normas não são vida no sentido próprio, constituem apenas *tempo*. De modo que um longo tempo de vida não é sinônimo de uma vida longa. Tal ideia vem claramente desenvolvida na carta 93, na qual ele, com expressões bastante impactantes, insiste no fato de que vida é somente o período em que se vive *bem*. “Não devemos preocupar-nos em viver longamente, mas em viver bem, pois cabe ao destino que se viva longamente; que se viva bem, à mente”.³¹ A vida longa é aquela que é plenamente vivida, o que ocorre quando a alma toma posse do bem que lhe cabe e se torna senhora de si mesma. Uma vida avançada em anos não é necessariamente longa, porque não é necessariamente plena. Ela não é nem sequer vida no sentido próprio, mas apenas um simulacro: “De que lhe servem os oitenta anos passados na inatividade? Ele não viveu, mas demorou na vida, e nem morreu tarde, mas durante um longo tempo”.³² As palavras de Sêneca são bastante contundentes. Uma vida entregue à preguiça, à inércia, à inação não é digna desse nome. Quem assim vive apenas “se demora” na vida, arrasta-se por ela. Sua vida é, na verdade, um longo morrer. Ao contrário, aquele que morre na flor da idade pode ter vivido uma vida de verdade, de tal modo que se possa dizer que, “embora seu tempo de vida (*aetas*) seja imperfeito, sua vida é perfeita”.³³ Ele compara uma vida de inatividade, sem a busca da sabedoria, a um estado vegetativo: “‘Viveu oitenta anos!’ Antes, existiu oitenta anos, a não ser talvez que estejas dizendo que ele viveu do modo como se diz que vivem as árvores”.³⁴

Tempo e vida distinguem-se em Sêneca. E mais: para ele, vida e existência são também coisas diversas.³⁵ A vida humana, no sentido pleno do termo (isto é, a vida plena, perfeita), implica na posse do bem devido e no autodomínio, em que o indivíduo seja senhor de si mesmo. Ao filósofo cabe fazer coincidir, na prática, essas três realidades, de modo que todo o tempo que ele tem de existência seja vida no sentido próprio. Mas

³¹ Sêneca, *Epistulae*, 93, 2: Non ut diu vivamus curandum est, sed ut satis; nam ut diu vivas fato opus est, ut satis, animo.

³² Sêneca, *Epistulae*, 93, 3: Quid illum octoginta anni iuvant per inertiam exacti? non vixit iste sed in vita moratus est, nec sero mortuus est, sed diu.

³³ Sêneca, *Epistulae*, 93, 4: licet aetas eius imperfecta sit, vita perfecta est.

³⁴ Sêneca, *Epistulae*, 93, 4: ‘Octoginta annis vixit.’ Immo octoginta annis fuit, nisi forte sic vixisse eum dicis quomodo dicuntur arbores vivere.

³⁵ Também no *De brevitae vitae* (7, 10) tem-se a mesma ideia: “Não há, portanto, motivo para que creias que, por causa de suas rugas ou de seus cabelos brancos, alguém tenha vivido longamente: ele não viveu longamente, mas existiu longamente.” (*Non est itaque quod quemquam propter canos aut rugas putes diu vixisse: non ille diu vixit sed diu fuit.*)

essa tarefa do filósofo é, ironicamente, da vida inteira. Ele a persegue em meio a falhas, frequentemente consciente de que tropeça, sabendo onde está a fissura pela qual o tempo se esvai da vida. É necessário o exercício constante para tornar tempo, existência e vida uma só coisa. A vida vale pelos atos do indivíduo, não pelos anos de sua existência. Por isso, há uma diferença fundamental entre aquele que vive de modo pleno e o que se arrasta pelos anos de sua existência: “um existe também após a morte, o outro morre antes da morte”.³⁶ Seguir, rumo à sabedoria, os passos dos filósofos que nos precederam “é o único modo de prolongar a mortalidade, ou melhor, de transformá-la em imortalidade”.³⁷ É, portanto, a sabedoria que dá a chave para a intrincada e angustiosa condição humana. Para o homem, sem a sabedoria, todo o tempo de que ele possa dispor é curto. Ele perde demasiado tempo e, por mais que seus anos se prolonguem, eles não constituem a verdadeira vida, mas um simulacro de vida que Sêneca exprime sob a noção do verbo ser (*esse*): ele não vive, somente existe, apenas é. E à espreita do homem, de todo e qualquer homem, está a morte (*Epistulae*, 49, 9): “a morte me persegue, a vida escapa” (*mors me sequitur, fugit vita*).

O ofício do filósofo, dissemos, é equacionar tempo, existência e vida. A esse trinômio é preciso acrescentar a morte. Esta, de fato, limita o nosso tempo e, por conseguinte, os outros dois elementos. Mas, para Sêneca, a situação é um tanto mais complexa, dependendo das relações entre esses fatores. Se a morte limita o tempo (e, portanto, a existência), ela não tem um domínio necessário sobre a vida, pois esta se define pelo modo como se vive o tempo. A depender de como vivemos a vida, podemos, inclusive, vencer a morte, transformando, nas palavras do filósofo, a mortalidade em imortalidade. Se, nos passos da sabedoria, conseguimos fazer com que o tempo seja nosso e seja vivido segundo os ditames da razão, ele já não se deixa mais devorar pela morte (o que ocorreria com aqueles que o prodigalizam: *prodigi sumus*), mas, com o auxílio das gerações de filósofos que vieram antes de nós e pelos quais nos deixamos instruir, torna-se o devorador da morte, de tal modo que o tempo bem vivido, deixando de ser mera existência e tornando-se vida no sentido pleno, já não é mais limitado pela morte, antes a limita e torna-nos partícipes da eternidade.³⁸ e da divindade: “logo, a vida do sábio é

³⁶ Sêneca, *Epistulae*, 93, 5: alter post mortem quoque est, alter ante mortem perit.

³⁷ Sêneca, *De brevitae vitae*, 15, 4: Haec una ratio est extendendae mortalitatis, immo in immortalitatem vertendae.

³⁸ Sêneca, *De brevitae vitae*, 15, 4: “Estes te darão o caminho para a eternidade e te elevarão àquele lugar do qual ninguém é precipitado” (*Hi tibi dabunt ad aeternitatem iter et te in illum*

muito extensa, o limite que o confina não é o mesmo dos demais: ele é o único que está livre das leis do gênero humano, todos os séculos lhe servem como a um deus”.³⁹

O tempo poderia, de certo modo, ser visto como o tópico central da filosofia de Sêneca. Se ele quer que, pelas sendas da sabedoria, cheguemos a uma vida perfeita, isso não se pode fazer sem um certo período de tempo, que não deve ser necessariamente longo, mas que, ainda sim, precisa existir. Não basta, porém, haver um certo período de tempo, é preciso que este seja nosso, que nós nos apropriemos dele. Esse espaço de tempo é-nos dado pela natureza⁴⁰, mas deixamos que outros dele se apoderem e desperdiçamo-lo nós mesmos. Uma vez que nos tenhamos assenhorado novamente dele, podemos, então, esforçar-nos para vivê-lo bem, para torná-lo uma vida perfeita. Aqui, há todo um processo terapêutico que se inicia com o diagnóstico do tempo, fase em que se deve identificar por quais fendas ele se perde, para, em seguida, encontrar a cura para a enfermidade diagnosticada. Como dissipamos nosso tempo? Como podemos poupá-lo? O que fazer com ele, uma vez que esteja preservado?

Sêneca procura desenvolver uma verdadeira terapia do tempo. Ele o considera tão essencial, tão central para a vida em filosofia, que este será o tema não só de diversas de suas cartas a Lucílio, mas o tema único da primeira carta. Se ele abre a correspondência com seu pupilo tratando exclusivamente do tempo, é porque é um tópico determinante, eventualmente o mais importante de sua filosofia. Para que seu protegido possa dedicar-se à filosofia, é preciso, antes de tudo, que tenha tempo, que se torne senhor do tempo que lhe foi dado pela natureza. A importância da temática do tempo é porque “há uma certa equivalência entre controle do tempo e controle de si mesmo estabelecida inclusive na passagem de abertura da primeira carta” (Edwards, 2014, p. 327).

Como médico da alma, Sêneca dará uma série de prescrições, como as que se encontram em receitas médicas. E, por isso mesmo, temos uma série de imperativos desde o início da carta: *fac, vindica, collige, serva, persuade*. A frase de abertura da carta 1 é particularmente impactante: “Faze assim, meu caro Lucílio: reivindica-te para ti, e o tempo que até agora era arrancado ou subtraído ou escapava, recolhe-o e conserva-o”.⁴¹

locum ex quo nemo deicitur sublevabunt).

³⁹ Sêneca, *De brevitae vitae*, 15, 5: Sapiientis ergo multum patet vita, non idem illum qui ceteros terminus cludit: solus generis humani legibus solvitur, omnia illi saecula ut deo serviunt.

⁴⁰ Sêneca, *De brevitae vitae*, 1, 1: “...tão veloz, tão rapidamente se escoia o intervalo do tempo que nos foi dado...” (...*tam velociter, tam rapide dati nobis temporis spatia decurrunt...*).

⁴¹ Sêneca, *Epistulae*, 1, 1: Ita fac, mi Lucili: vindica te tibi, et tempus quod adhuc aut auferebatur

O primeiro imperativo — *fac* — indica que, mais do que uma investigação teórica, é preciso ação. E a primeira ação a ser realizada — a primeira prescrição — é: *vindica te tibi*, reivindica-te para ti. O verbo *vindico* tem um sentido jurídico, podendo significar reclamar a propriedade de um objeto em uma ação legal. É o que nos mostra o seguinte trecho de Aulo Gélíio (séc II d.C.): “De fato, pegar com a mão, juntamente com o adversário, na coisa presente sobre a qual se disputa em juízo, seja um campo seja alguma outra coisa, e reivindicar essa coisa com as palavras usuais, isto é ‘reivindicação’”.⁴² A frase de Sêneca teria, então, um sentido bastante específico. Ao “reivindicar-se” para si, Lucílio estaria dizendo que ele pertence somente a si, que é contra a justiça que outros dele se apropriem ou tentem fazê-lo, usurpando seu tempo e impedindo que ele viva sua vida de modo pleno. A ideia é a mesma que Sêneca já exprimira no *De brevitae vitae* (2, 4): ninguém se reivindica para si (*nemo se sibi vindicat*).

Na sequência, são elencados três modos pelos quais se perde tempo. O primeiro, *auferebatur*, indica que o tempo lhe era tirado com uma certa força ou violência, o que equivaleria ao moderno *roubar*, no sentido técnico do termo. O segundo, *subripiabatur*, significa que o tempo lhe é *subtraído* sem que ele saiba, que o ato é feito às escondidas, de um modo sutil, sem que ele perceba, o que poderia se traduzir como *furtar*. O último, *excidebat*, aponta o fato de que o tempo lhe cai das mãos, *escapa-lhe*, por alguma forma de descuido próprio, sem que haja intervenção externa, como nos dois primeiros casos. Nas três circunstâncias, Lucílio é culpado por não vigiar, não estar atento ao bem mais importante que possui. E, por isso, vem uma segunda prescrição: *collige et serva*, reunir, recolher todos os pedaços de tempo que estava perdendo e conservá-los, guardá-los, protegê-los.

No processo terapêutico, o médico precisa que o doente compreenda sua doença e convença-se de que sofre dela. Por isso, na sequência, Sêneca incita Lucílio a aceitar que as coisas são assim (*persuade tibi*) como ele descrevera e avança um tanto mais no diagnóstico: a pior perda de tempo é a que se dá por negligência. E introduz a ideia de que a perda de tempo não se dá necessariamente pelo mau ócio (diverso, obviamente, do bom ócio filosófico). Os que mais desperdiçam tempo são os que estão ocupados, por vezes muito atarefados: “grande parte da vida escapa aos que estão fazendo

aut subripiabatur aut excidebat collige et serva.

⁴² Aulo Gélíio, *Noctes Atticae*, XX, 10, 7-8: Nam de qua re disceptatur in iure in re praesenti, sive ager sive quid aliud est, cum adversario simul manu prendere et in ea re sollemnibus verbis vindicare, id est ‘vindicia’.

mal, a maior parte, aos que nada estão fazendo, a vida inteira, aos que estão fazendo outra coisa”.⁴³ Temos, aqui, três categorias de pródigos do tempo. A primeira é a daqueles que estão fazendo mal, que estão agindo mal. A segunda, a dos que nada fazem dos ociosos que, tendo tempo livre, não se dedicam nem aos negócios nem ao bom ócio: são os ociosos no pior sentido do termo. A última é daqueles que se iludem quanto ao emprego do tempo. Estão sempre assoberbados, mergulhados em múltiplas atividades, mas sua ocupação é ilusória: eles fazem coisas diversas do que seria o essencial, preenchem seu tempo com ofícios considerados sérios, mas descutam do que é essencial na vida, que é viver plenamente segundo os cânones da sabedoria.

A morte, como limitadora do tempo, é também mencionada na carta 1: quem haverá “que compreenda que está morrendo a cada dia?” (1, 2: *qui intellegat se cotidie mori?*). Há um erro em nosso juízo, pois olhamos para a morte como se ela estivesse à nossa frente (*prospicimus*), em um futuro incerto. De fato, não sabemos quando a morte “finalmente” virá a nosso encontro. Isso porque ela já nos encontrou, desde que fomos concebidos no ventre materno. Grande parte da morte já passou por nós, ela não está diante de nós, mas atrás de nós e “seja o que for de nossa existência que ficou para trás, a morte o possui” (*quidquid aetatis retro est mors tenet*). Em outras palavras, pelo tempo que vivemos, já estamos parcialmente mortos. Por isso mesmo, por essa urgência e fugacidade do tempo é que Sêneca dá nova prescrição: “abraça todas as tuas horas” (1, 2: *omnes horas complectere*).

“Tudo, Lucílio, pertence aos outros, somente o tempo é nosso” (1, 3: *Omnia, Lucili, aliena sunt, tempus tantum nostrum est*). Mas ele é fugaz e escorrega com facilidade por entre nossas mãos e qualquer um pode arrancá-lo de nós. Mesmo quem tenha gratidão por ter fruído de nosso tempo não pode devolvê-lo (1, 3: *ne gratus quidem potest reddere*). No *De brevitae vitae* há uma passagem semelhante, empregando, inclusive, o mesmo verbo *reddo*, devolver (8, 5): “ninguém restituirá teus anos, ninguém te devolverá de novo a ti” (*Nemo restituet annos, nemo iterum te tibi reddet*). A expressão, aqui, é ainda mais contundente: ninguém te devolverá de novo a ti. Ele quer, com isso, significar que, ao tirar de nós o nosso tempo, alguém arranca, na verdade, um pedaço de nossa vida, de nosso ser, já que nos impede de transformar esse tempo em uma vida perfeita, o que faria com que fôssemos plenamente. E manifesta a ideia que já se

⁴³ Sêneca, *Epistulae*, 1, 1-2: magna pars vitae elabatur male agentibus, maxima nihil agentibus, tota vita aliud agentibus.

mencionou de que pode e deve haver uma identidade entre tempo, vida e o “eu”.

Sêneca explica a Lucílio os diferentes modos pelos quais se perde tempo, a imensa gravidade de tal perda, prescreve-lhe os remédios (reivindica-te para ti; recolhe e conserva o tempo que te escapa; abraça todas as tuas horas). Mas a carta não é apenas para seu pupilo. O filósofo escreve também para si próprio. A composição das cartas, como de suas outras obras filosóficas, pode ser compreendida como um exercício constante que ele faz de exame de sua vida e de conselhos ou prescrições para si próprio. “Ler e escrever não apenas promovem a *meditatio*, mas podem ser contados entre os exercícios que nos ajudam a avançar no longo caminho em direção à sabedoria” (Setaioli, 2014, p. 254). Ao escrever, ele introjeta os preceitos que dá a outros e tem uma ocasião de examinar seu próprio progresso na vida filosófica. É assim que ele se faz presente na carta 1, 4: “Perguntarás, talvez, o que faço eu, que te dou esses conselhos” (*Interrogabis fortasse quid ego faciam qui tibi ista praecipio*). Sêneca abre, então, uma porta para poder realizar um pequeno exame de consciência e expor seus esforços. A imagem que ele emprega é contábil. Ele é um gastador, mas cuidadoso. Tem um balanço consolidado de suas despesas. Não deixa de gastar, de prodigalizar aqui e acolá, mas sabe exatamente que despesas faz: “Não posso dizer que eu não perca nada, mas posso dizer o que estou perdendo, o porquê e o como. Posso indicar as causas de minha pobreza”.⁴⁴ A metáfora contábil encontra-se também no *De brevitae vitae*. Em mais de uma passagem domina a ideia do cômputo:

Vamos, calcula a tua existência. Conta quanto desse tempo um credor, quanto uma amante, quanto um patrono, quanto um cliente arrancou, quanto uma querela conjugal, quanto uma punição dos escravos, quanto uma devotada inda e vinda pela cidade; acrescenta as doenças que nos causamos a nós mesmos, acrescenta também o tempo que ficou sem uso: verás que tens bem menos anos do que contas.⁴⁵

Em outro trecho, alude aos que vivem longe das ocupações e que têm uma vida que não é entregue aos outros, que é dissipada ou permanece inútil. O modo como o sábio vive sua vida faz com que, por curta que seja, ela mais do que lhe baste: “sua vida

⁴⁴ Sêneca, *Epistulae*, 1, 4: Non possum dicere nihil perdere, sed quid perdam et quare et quemadmodum dicam; causas paupertatis meae reddam.

⁴⁵ Sêneca, *De brevitae vitae* 3, 2-3: agedum ad computationem aetatem tuam revoca. Duc quantum ex isto tempore creditor, quantum amica, quantum rex, quantum cliens abstulerit, quantum lis uxoria, quantum servorum coercitio, quantum officiosa per urbem discursatio; adice morbos quos manu fecimus, adice et quod sine usu iacuit: videbis te pauciores annos habere quam numeras.

inteira, por assim dizer, traz rendimentos” (11, 2: *tota, ut ita dicam, in reditu est*). O termo *reditus* tem, aqui, uma conotação estritamente financeira, é o retorno no sentido econômico. A vida do sábio é comparada à de um comerciante que faz investimentos, sacrifícios, que despende a maior parte de seu tempo com seus negócios, na esperança de um eventual benefício, de um incerto lucro. Para o sábio, no entanto, não há incerteza. Seu investimento é cem por cento rentável, o tempo que ele aplicou rende-lhe bons frutos, dá-lhe ganho certo. A linguagem comercial tem, nesse caso, função suasória: os que investem seu tempo nos negócios materiais perdem sua vida e frequentemente não auferem lucro; os que se dedicam ao negócio da filosofia têm retorno garantido e ganham, sobretudo, a própria vida.

A conclusão da carta 1 traz uma imagem que é também de cunho econômico, mais especificamente relativa ao consumo. Ele menciona o que seria uma antiga máxima: “é tarde para poupar, quando se chegou ao fundo <do recipiente>”, ou, mais literalmente, “tardia é a poupança no fundo <do recipiente>” (1, 5: *sera parsimonia in fundo est*). A figura apresentada é a de um recipiente com líquido, por exemplo, azeite ou vinho. A moderação em consumi-lo, para poupá-lo para ocasiões mais importantes, deve ocorrer enquanto o jarro está cheio ou ainda pela metade. Quando resta apenas o finalzinho do líquido, não há mais o que poupar, é muito tarde para começar a fazê-lo. E pior: como, em certos tipos de líquido, as impurezas vão, ao longo do tempo, depositando-se no fundo do recipiente, o que sobrou é de qualidade mais baixa, sem grande valor, já não presta muito para ser consumido. E assim ele conclui a carta 1: “com efeito, não apenas resta pouquíssimo no fundo, mas o que é de pior qualidade”.⁴⁶ No *De brevitae vitae* temos uma passagem que exprime, também com um vocabulário de finanças, a mesma ideia de que, por falta de cuidado com a administração de nosso maior bem, o tempo, pode restar-nos pouco e de péssima qualidade: “Faz o balanço, estou dizendo, e passa em revista os dias de tua vida: verás que te restaram bem poucos e que constituem o refugo”.⁴⁷ É preciso, portanto, começar a recuperar o próprio tempo e a fruí-lo com moderação desde cedo; quanto mais se avança na idade, tanto menos tempo nos resta e sua qualidade já não é boa o suficiente para nos fazer avançar na filosofia.

⁴⁶ Sêneca, *Epistulae*, 1, 5: non enim tantum minimum in imo sed pessimum remanet.

⁴⁷ Sêneca, *De brevitae vitae*, 7, 7-8: Dispunge, inquam, et recense vitae tuae dies: videbis paucos admodum et reiculos apud te resedissee.

Conclusão

O tempo, para Sêneca, como se pode ver, não é uma questão meramente teórica. Ele não busca uma definição profunda e precisa, nem pretende correlacioná-lo abstratamente com outros conceitos da física. Entra antes como um problema — ao que nos parece, o mais importante — na dimensão prática que a filosofia tem para Sêneca. A via da sabedoria é a via da vida. Ela nos dá normas para agir e viver de modo adequado à razão e à natureza e para que evitemos as más ações e os perigos que se nos apresentam:

A filosofia não é uma arte popular nem feita para ostentação. Consiste não em palavras, mas em atos. Nem é ela utilizada para passar o dia com alguma diversão, para afastar do ócio o tédio. Ela forma e modela a mente, regula a vida, governa as ações, indica o que se deve fazer ou deixar de fazer, senta-se ao timão e dirige o curso dos que estão à deriva em meio aos perigos.⁴⁸

A dimensão prática da filosofia faz de Sêneca um legatário da vivência filosófica como terapia da alma. Esta consiste em etapas diversas, começando pelo diagnóstico de nossas enfermidades “psíquicas”, que se faz acompanhar por argumentos que visam a nos fazer aceitar nossa condição mórbida, para então propor, através de prescrições e conselhos, remédios e exercícios que nos façam entrar em remissão e alcançar a cura. A primeira etapa é o reconhecimento de sua enfermidade, o que se pode conseguir mediante o exame da própria vida e da consciência. Só então é possível buscar o tratamento:

‘O começo da cura é o conhecimento do erro.’ Parece-me que Epicuro tenha dito isso de modo muito apropriado, pois quem não sabe que erra não quer se corrigir. É preciso que te descubras <culpado> antes de emendar-te. Alguns se vangloriam de seus vícios: tu crês que podem pensar em algum remédio aqueles que enumeram seus vícios entre as virtudes? Por isso, tu próprio acusa-te, examina-te.⁴⁹

O tempo é o tema da primeira carta a Lucílio, o que seria um indício de que é um assunto essencial, senão o mais importante da filosofia de Sêneca. De fato, o exame dessa carta, à luz de outros textos sobre o mesmo tópico, permite compreender que o

⁴⁸ Sêneca, *Epistulae*, 16, 3: Non est philosophia popolare artificium nec ostentationi paratum; non in verbis sed in rebus est. Nec in hoc adhibetur, ut cum aliqua oblectatione consumatur dies, ut dematur otio nausia: animum format et fabricat, vitam disponit, actiones regit, agenda et omittenda demonstrat, sedet ad gubernaculum et per ancipitia fluctuantium derigit cursum.

⁴⁹ Sêneca, *Epistulae*, 28, 9-10: ‘Initium est salutis notitia peccati.’ Egregie mihi hoc dixisse videtur Epicurus; nam qui peccare se nescit corrigi non vult; deprehendas te oportet antequam emendes. Quidam vitiis gloriantur: tu existimas aliquid de remedio cogitare qui mala sua virtutum loco numerant? Ideo quantum potes te ipse coargue, inquire in te.

tempo é o que temos de mais importante, que ele não é sinônimo de vida, mas geralmente de uma simples existência. O filósofo tem como obrigação equalizar tempo, existência e vida, o que se faz mediante uma série de práticas quotidianas que visam a libertar a alma dos vícios e dos erros de julgamento, incluindo-se entre elas a leitura e a escrita de questões filosóficas relacionadas à concretude da vida. E assim como a medicina cuida de nossa saúde não só para que vivamos bem, mas para que possamos envelhecer e, finalmente, morrer com o mínimo de problemas e sofrimentos, assim também a filosofia deve nos ensinar não somente a viver, mas também a morrer: “é preciso aprender durante toda a vida a viver e, o que talvez te causará mais admiração, é preciso aprender durante toda a vida a morrer”.⁵⁰

André Alonso

*Universidade Federal Fluminense
PPGF – Universidade Federal do Rio de Janeiro*

Bibliografia

- Agostinho (1877). *Confessionum libri XIII*. Patrologia Latina Cursus Completus. Ed. J.-P. Migne. Series Latina, Tomus XXXII. Parisiis: Apud Garnier Fratres.
- Aristóteles (1975). *Aristotle's Metaphysics: a revised text with introduction and commentary*. 2 Vols. Ed. W. D. Ross. Oxford: The Clarendon Press.
- Aulo Gélíio (1968). *A. Gelli Noctes Atticae*. Vols. 1-2. Recognovit brevisque adnotatione critica instruxit K. Marshall. Oxonii: e Typographeo Clarendoniano.
- Cícero (1965). *Tusculanae Disputationes*. M. Pohlenz. Stutgardiae: B.G. Teubner.
- Edwards, Catharine (2014). Ethics V: death and time. In: Damschen, Gregor; Heil, Andreas (org.). *Brill's Companion to Seneca Philosopher and Dramatist*. Leiden, Brill,. p. 323-341.
- Marco Aurélio (1968). *The Meditations of the Emperor Marcus Antoninus, Vol. 1: Text and Translation*. Edited with Translation and Commentary by A. S. L. Farquharson. Oxford: The Clarendon Press.
- Meineke, August (1856). *Iohannis Stobaei Florilegium*. Recognovit Augustus Meineke. Lipsiae: Sumptibus et Typis B. G. Teubnerii.
- Pohlenz, M. (1965). *Tusculanae Disputationes. M. Tulli Ciceronis Scripta Quae Manserunt*

⁵⁰ Sêneca, *De brevitae vitae*, 7, 3-4: vivere tota vita discendum est et, quod magis fortasse miraberis, tota vita discendum est mori.

Omnia. Fasc. 44. Stutgardiae: in aedibus B. G. Teubnerii.

Pötscher, Walter (1969). *Porphyrios, Πρὸς Μαρκέλλαν*. Griechischer Text, herausgegeben, übersetzt, eingeleitet und erklärt. Leiden: Brill.

Schenkl, Heinrich (1916). *Epicteti Dissertationes ab Arriano digestae*. Lipsiae: in aedibus B. G. Teubnerii, Editio maior.

Setaioli, Aldo (2014). Philosophy as Therapy, Self-Transformation and “Lebensform”. In: Damschen, Gregor; Heil, Andreas (org.). *Brill’s Companion to Seneca Philosopher and Dramatist*. Leiden, Brill. p. 239-256.

Sêneca. L. (1965). *Annaei Senecae ad Lucilium Epistulae Morales*. Vols. 1-2. Recognovit et adnotatione critica instruxit L. D. Reynolds. Oxonii: e Typographeo Clarendoniano.

Sêneca. L. (1977). *Annaei Senecae Dialogorum Libri Duodecim*. Recognovit brevique adnotatione critica instruxit L. D. Reynolds. Oxonii: e Typographeo Clarendoniano.

Smith, R. Scott (2014). Physics I: body and soul. In: Damschen, Gregor; Heil, Andreas (org.). *Brill’s Companion to Seneca Philosopher and Dramatist*. Leiden, Brill, p. 343-361.

Tomás de Aquino (1971). *In duodecim libros Metaphysicorum Aristotelis expositio*. Ed. M. R. Cathala, R. M. Spiazzi. 2^a ed. Taurini-Romae: Marietti.

Usener, Hermann (1887). *Epicurea*. Edidit Hermannus Usener. Lipsiae: in aedibus B. G. Teubnerii.

von Armin, Hans (1964). *Stoicorum Veterum Fragmenta, vol. II: Chrysippi fragmenta logica et physica*. Stutgardiae: in aedibus B. G. Teubnerii.

von Armin, Hans (1964). *Stoicorum Veterum Fragmenta, vol. III: Chrysippi fragmenta moralia, fragmenta successorum Chrysippi*. Stutgardiae: in aedibus B. G. Teubnerii.