



— 8 —

Amare o disprezzare il proprio corpo. Riflessioni sul *sui amor* nella lettera 82 a Lucilio

Jean-Christophe Courtil



Abstract – The *sui amor*, an expression that translates the Greek notion of οἰκειώσις, is the natural love one has for one’s body, and which has as an unfortunate consequence a misjudgement of death as a terrible evil. Now, this idea that nature wants us to love our bodies seems to contradict the idea, often repeated in the letters, that contempt for the body is necessary to guarantee happiness and wisdom. In reality, this *sui amor* is not just a love of the body, but a love of man’s rational nature that puts the exercise of virtue ahead of maintaining the integrity of one’s body.

Introduzione

Nella lettera 82, Seneca definisce nel dettaglio il concetto di indifferenti, distinguendo indifferenti neutri, preferibili e non preferibili. Tra questi, viene annoverato l’esempio della morte: anche se ha l’apparenza di un male, a causa, fra l’altro, del *sui amor*, ‘l’amore di sé’, è in realtà un indifferente non preferibile.¹ Il *sui amor*, espressione che qui traduce la nozione greca di οἰκειώσις,² è lo slancio naturale che ci

¹ Fu probabilmente Zenone ad introdurre la teoria dei preferibili e dei non preferibili (προηγμένα e ἀποπροηγμένα) nella dottrina degli indifferenti per ammorbidire la posizione assoluta degli indifferenti morali e rendere possibile l’affermazione dell’autosufficienza della virtù senza cadere nell’indifferentismo puro. Cfr. SVF I.191-194. Sulla teoria dei preferibili e non preferibili in Seneca, cfr. Courtil (2015) 375-381.

² Sulla teoria dell’οἰκειώσις, cfr. Pembroke (1971); Schönrich (1989); Engberg-Pedersen (1990); Inwood (1999) 677-682; Radice (2000); Striker (2000); Lee (2002); Bees (2004); Laurand (2005) 9-26; Zagdoun (2005); Benatouil (2006) 22-25.

spinge a preservare l'integrità del nostro corpo, e che ha come spiacevole conseguenza una valutazione errata della dissoluzione del corpo come un male. Ora questa idea secondo cui la natura³ vuole che si ami il proprio corpo sembra entrare in contraddizione con quella, spesso ripetuta nelle lettere, secondo cui 'il disprezzo del proprio corpo' (*Ep.* 65.22 *contemptus corporis sui*) è necessario per garantire la felicità e la saggezza. D'altra parte, se questo amore è naturale, come può condurre ad una cattiva valutazione della morte, e alla possibilità di cadere in uno stato di paura-passione? Per tentare di chiarire questo paradosso, conviene studiare la natura precisa del *sui amor*, e il legame che esso intrattiene con il corpo. Per dirlo semplicemente, nell'amore di sé, cos'è che si ama? È solamente il corpo? Oppure l'anima? Entrambi? O qualcos'altro?

I. Ruolo della nozione di *sui amor* nell'argomentazione generale della lettera 82

Cominciamo inserendo la nozione di *sui amor* nella struttura argomentativa della lettera 82. Hamacher (2006), nel suo dettagliato commento a questa lettera, ha messo molto bene in rilievo la sua struttura generale, mentre io mi concentrerò nello specifico sul ruolo che gioca questo concetto. In questa lettera, Seneca mette in guardia contro il pericolo di vivere nella mollezza (*molliter*), che lascia senza difese di fronte a mali come il dolore e la paura della morte (§ 1-4). Al contrario, la filosofia, come dimostra il vocabolario bellico utilizzato nel paragrafo 5,⁴ fortifica l'anima e la mantiene al riparo dai colpi della sorte, dietro una fortificazione inespugnabile. Infatti l'esercizio dell'anima, l'ascesi, le dona la fermezza necessaria per far fronte alle avversità (§ 5-7). D'altra parte, la logica vana, elaborata sotto forma di sillogismi, qualificati come *cavillationes* e *ineptiae Graecae* (§ 8), è incapace di garantire questa sicurezza (§ 8-9): si tratta di una riflessione che non è affatto sorprendente da parte di Seneca, che sostiene molto spesso nella seconda parte del suo epistolario⁵ la predominanza dell'etica sulla logica. Per

³ Sul ruolo della natura nell'etica stoica, cfr. Striker (1991).

⁴ *Circumdanda; inexpugnabilis murus; multis machinis; lacessitum; insuperabili loco; arce; telum*. L'edizione e la traduzione dei testi di Seneca sono di Boella (1995).

⁵ *Ep.* 45.5; 48; 82.8; 83.18; 87.41; 102.20; 108.12; 109.17-18; 111.1-2: *Quid vocentur Latine sophismata quaesisti a me. [...] Aptissimum tamen videtur mihi quo Cicero usus est: 'cavillationes' vocat. Quibus quisquis se tradidit quaestiunculas quidem vafrae nequitiae,*

dimostrarlo, Seneca prende a esempio la paura della morte: i *delicati* piangono la morte come un grande male, mentre chi pratica la filosofia possiede la forza necessaria per accettarla. Il tentativo di eliminare la paura della morte con un ragionamento dialettico sotto forma di sillogismo, come quello di Zenone, è secondo Seneca inefficace e assurdo.

Segue un lungo discorso (§ 10-14) sugli indifferenti morali, di cui non è chiara la relazione con le sezioni iniziali. Seneca afferma, come altrove,⁶ che la morte è un indifferente. Ma poiché si rende conto che questa affermazione è in qualche modo controintuitiva,⁷ in quanto la morte può sembrare terribile, aggiunge che c'è una differenza fra indifferenti preferibili, non preferibili e assolutamente neutri (§ 15). È qui che interviene il *sui amor*, con una doppia funzione. Da una parte esso spiega come mai la paura della morte è una delle prove più difficili da superare per un uomo, d'altra parte permette di comprendere lo statuto assiologico della morte, la sua autentica natura. Una valutazione corretta della morte è infatti il fondamento della lotta contro la paura della morte. Per queste due ragioni, la nozione di *sui amor* fornisce una perfetta illustrazione del proposito iniziale: la filosofia fornisce un aiuto efficace per superare la più grande delle paure, quella della morte, che la mollezza di una vita senza filosofia, nonché il ricorso alla logica, non permettono di superare.

ceterum ad vitam nihil proficit: neque fortior fit neque temperantior neque elatior. At ille qui philosophiam in remedium suum exercuit ingens fit animo, plenus fiduciae, inexcuperabilis et maior adeptus. "Tu vuoi sapere come si chiamano in latino i *sophismata*. [...] Tuttavia il termine più appropriato mi pare quello di cui si servì Cicerone: egli li chiama *cavillationes*; e chiunque se ne compiace inventa, sì, delle questioncelle sottili, ma non fa alcun progresso riguardo alla condotta, non diventa più coraggioso, più temperante, più nobile di animo. Al contrario chi coltiva la filosofia come medicina del suo spirito, diventa intrepido, pienamente sicuro, invincibile ed un uomo veramente superiore agli occhi di chi gli si avvicina."; 111.4; 117.25-26. Sulla polemica contro i sillogismi e le *cavillationes*, cfr. Armisen-Marchetti (2009); Wagoner (2014).

⁶ *Ben.* 2.34.3; *Prov.* 6.6; *Ir.* 1.21.1; *Tranq. an.* 3.4; *Ep.* 23.4; 24.6; 24.11; 36.8; 70.9; 75.14; 78.5; 78.12; *Nat.* 2.59.3.

⁷ Cfr. le domande indignate di presunti interlocutori che protestano contro il porre il dolore fisico e la morte tra gli indifferenti morali: *Const.* 15.1; *Ep.* 66.18; 85.29: '*Quid ergo? si ferrum intentatur cervicibus viri fortis, si pars subinde alia atque alia suffoditur, si viscera sua in sinu suo vidit, si ex intervallo, quo magis tormenta sentiat, repetitur et per adsiccata vulnera recens demittitur sanguis, non timet? istum tu dices nec dolere?*' "Che dunque? se la spada è sguainata contro il collo di un uomo coraggioso, se egli viene trafitto in una parte e poi in un'altra del corpo, se vede le viscere scoperte nel petto, se, perché senta più vivamente i tormenti, viene colpito a intervalli e nuovo sangue scorre per le ferite rimarginate: non temerà? oserai dire che costui non prova nessun dolore?"".

Per comprendere la natura terrificante di questa paura, dobbiamo necessariamente comprendere la relazione che essa intrattiene con il *sui amor*. Certo, la morte è un indifferente, nella misura in cui non è in sé un bene o un male, poiché il solo bene è la virtù, il solo male è il vizio.⁸ Seneca tuttavia riconosce che la paura della morte è in qualche modo naturale, in quanto connessa con un istinto innato, ossia l'amore di sé (*Ep.* 82.16): *Itaque etiam si indifferens mors est, non tamen ea est quae facile neglegi possit* ('Pertanto anche se la morte è cosa indifferente, tuttavia non è tale che si possa facilmente disprezzare'). La morte assume dunque un rilievo peculiare⁹ tra gli indifferenti. Dal punto di vista della dottrina stoica degli ἀδιάφορα, si tratta certo di un indifferente, ma questo statuto di indifferente è molto difficile da comprendere dal punto di vista generale, secondo cui l'azione umana è influenzata da impulsi istintuali. La morte risulta un male agli occhi dei non filosofi, per quello che gli stoici definiscono un errore di giudizio, che implica per i comuni mortali l'apparenza di un male. Si tratta in effetti del più spaventoso di questi errori di giudizio. Per questo, non è sufficiente sapere che la morte non è un male per riuscire a liberarsi dal terrore che essa induce.

Il *sui amor* è solo una delle tre cause che Seneca adduce per giustificare questo terribile timore della morte: la prima ad essere citata, e la più importante. La morte ha l'apparenza di un male poiché esiste un istinto naturale a ricercare la conservazione del proprio corpo e a temere per la sua dissoluzione: è quello che noi chiameremmo oggi istinto di sopravvivenza, che porta gli esseri viventi a fare tutto ciò che è possibile per restare in vita. Questa innata volontà di vivere è accompagnata dal suo corollario, una paura innata di morire. Il *sui amor* dà dunque l'impressione che la sparizione del corpo sia temibile, perché va contro l'istinto naturale di protezione del proprio organismo. Di qui l'impressione che la perdita del proprio corpo equivalga alla perdita dei beni che esso comporta (§ 15 *videtur multa nobis bona eripere*; '<la morte> sembra privarci di molti beni...'). Il verbo *videtur* segnala l'illusorietà di questo giudizio. I beni in questione (la salute, l'assenza di dolore, la soddisfazione delle necessità del ventre...) non costituiscono

⁸ *Ep.* 76.19: <*nec aliud bonum quam honestum*> *nec aliud malum quam turpe* 'non esservi altro bene all'infuori dell'onestà né altro male all'infuori della disonestà'.

⁹ Cfr. Hamacher (2006) 264.

affatto dei beni autentici, ma dei beni apparenti, dei beni derivati da opinioni errate, la cui perdita è dunque irrilevante.

Mentre la prima causa del timore della morte si situa sul versante della vita (la paura provata dall'essere vivente all'idea della perdita della sua esistenza fisica e di tutti i beni esteriori che associa ad essa), le altre due cause si collocano sul versante della morte e della concezione errata di quest'ultima: l'ignoranza di ciò che ci attende dopo la morte, che suscita la paura dell'ignoto, e i discorsi infondati che questa ignoranza ha generato sul mondo dei morti, rappresentato come un sinistro regno dell'oscurità (§ 16). Anche se queste cause rimandano a prospettive differenti, si fondano tutte e tre su errori di giudizio, ossia sulla natura razionale dell'individuo, sulla definizione di bene e di male, e sullo statuto autentico della morte. In altre parole, non è l'amore di sé che provoca direttamente la paura della morte, ma una errata rappresentazione della realtà che il *sui amor* può indurre nei non filosofi. La conoscenza precisa della natura del *sui amor* è dunque necessaria al fine di evitare di cadere nell'errore e nelle paure irrazionali. Solo quando si riconoscono le cause ultime della paura, è possibile superarle attraverso l'uso della ragione.¹⁰

II. Istinto di conservazione e attaccamento al corpo: Ἰοικείωσις

Seneca cita il *sui amor* all'interno di una sequenza di tre gruppi nominali (*Ep.* 82.15):

Sui amor est et permanendi conservandique se insita voluntas atque aspernatio dissolutionis...

Nell'uomo agisce l'amore di sé, il desiderio innato di sopravvivere a lungo e di conservarsi, la ripugnanza verso quel dissolvimento.

Il *sui amor* corrisponde al primo gruppo, che viene poi esplicitato dai due gruppi seguenti, che precisano la natura di questo amore. Il pronome riflessivo *sui* ha una posizione di rilievo, in quanto precede il sostantivo che completa e segnala in modo paradossale l'importanza dell'oggetto dell'amore senza precisarne la natura. Qual è la natura di questo *sui*? Che cosa amiamo quando amiamo noi stessi? Le due espressioni che esplicano la *iunctura sui amor* forniscono una prima risposta a

¹⁰ Cfr. Wacht (1998) 515.

questa domanda. Entrambe descrivono due manifestazioni del *sui amor*: la prima si sofferma su ciò che questo amore ci fa desiderare (*permanendi conservandique se insita voluntas*), la seconda su ciò che ci fa fuggire (*aspernatio dissolutionis*).

Il *sui amor* si manifesta dunque attraverso la 'volontà innata di persistere e di conservare sé stessi'. Si tratta di uno slancio naturale (*insita*)¹¹ che mira alla propria sopravvivenza (*conservare se*) il che spiega perché Seneca utilizzi a questo proposito la parafrasi esplicativa *naturali amore salutis suae* (*Ep.* 121.20 'dal naturale amore della propria incolumità') ma anche alla permanenza del proprio essere, vale a dire a mantenerlo nel tempo (*permanere*). Seneca sembra qui far riferimento a due istinti naturali: l'istinto di conservazione e l'istinto di riproduzione, entrambi comuni all'insieme degli esseri viventi, come Seneca afferma nella lettera 121.9.¹² Gli animali, come gli esseri umani, hanno uno slancio naturale e istintivo verso ciò che favorisce la loro sopravvivenza: mangiare, bere, proteggersi dal freddo, dormire, fuggire i predatori, ma anche verso ciò che favorisce la loro permanenza, ossia l'unione carnale nel suo aspetto riproduttivo. Da questo punto di vista, questo istinto può apparire come una cura, un amore del corpo. In effetti, essendo questo istinto comune a tutti gli esseri viventi, non costituisce un movimento razionale verso l'anima, in quanto concerne anche gli esseri non razionali, ma piuttosto un movimento istintivo verso il corpo e la sua protezione.

D'altra parte, l'amore di sé si caratterizza anche per un 'rifiuto della dissoluzione', intendendo *dissolutio* come 'separazione delle parti che formano un tutto', vale a dire il fatto di fuggire tutto ciò che può minare l'integrità di un organismo (ferite, malattie, morte). Ancora, tutti gli esseri viventi fuggono istintivamente tutto ciò che può nuocere al loro corpo e alla loro sopravvivenza.

¹¹ Su questo slancio innato alla conservazione specifico degli esseri viventi, cfr. *SVF* III.178 (= D.L., *VP* 7.85): Τὴν δὲ πρώτην ὁρμὴν φασὶ τὸ ζῶον ἰσχεῖν ἐπὶ τὸ τηρεῖν ἑαυτό, οἰκειούσης αὐτῷ τῆς φύσεως ἀπ' ἀρχῆς. 'Sostengono che il primo impulso dell'animale è quello di aver cura di sé stesso, in quanto la natura fin dall'inizio lo porta ad appropriarsi di sé stesso.'; III.179 (= Plu. *Stoic. repugn.* 12.1038b); 182 (= Cic. *Fin.* 3.5.16); 183 (= Alex. *Aphr. de an.* 150.25b).

¹² *Ergo omnibus constitutionis suae sensus est et inde membrorum tam expedita tractatio, nec ullum maius indicium habemus cum hac illa ad vivendum venire notitia quam quod nullum animal ad usum sui rude est.* 'Dunque tutti gli animali hanno la coscienza della propria costituzione e di conseguenza si servono così facilmente delle membra; la prova più evidente poi del fatto che gli animali vengono alla luce con tale conoscenza è che nessuno di essi è incapace di far uso delle sue facoltà.'

L'aggettivo *insita*, grazie anche alla posizione centrale nella sequenza delle tre espressioni, segnala con evidenza il carattere naturale e innato, vale a dire ad un tempo conforme a natura ed anteriore alla conoscenza, di questo slancio. L'attributo si ritrova a più riprese nell'opera di Seneca per caratterizzare questo slancio di conservazione. Nelle *Naturales Quaestiones* (1.17.6), Seneca menziona *l'insitus amor sui*, 'innato amore di sé', con la medesima terminologia della nostra lettera. Ancora, nella lettera 82.15, evoca *l'insita voluntas conservandi*, 'innata volontà di conservazione'. Ma la menzione più interessante si trova nella lettera 14.1, dove Seneca parla di *insita caritas corporis nostri*. Si sa, grazie ad un passo della lettera 121.24,¹³ che l'espressione *caritas sui* è sinonimo di *amor sui*. In effetti, i medesimi elementi di definizione si ritrovano in questa lettera a proposito di *caritas* (ad esempio: *natura contulit ad permanendum*). L'espressione *caritas corporis nostri* è dunque molto importante, perché ci permette di affermare che *l'amor sui* è in effetti, almeno in parte, un amore per il corpo.

Tutti questi elementi presentati da Seneca corrispondono perfettamente all'ortodossia stoica¹⁴ e alla teoria fondamentale dell'*οικείωσις*, teoria dell' 'appropriazione', che Seneca traduce, come Cicerone, con *conciliatio*,¹⁵ nella lettera 121 che è interamente dedicata a questo argomento. Qui Seneca abbina in endiadi *conciliatio* e *caritas sui* (§ 24), facendo dell' 'appropriazione' e dell' 'amore di sé' un'unica realtà. Anche Crisippo definiva questa 'appropriazione' come slancio naturale (*ὄρμη φύσεως*) che porta l'uomo, fin dalla nascita, ad avere cura di sé (*τὸ τηρεῖν ἑαυτό*), e per questo, a ricercare ciò che gli è proprio (SVF III.178 = D.L. VP 7.85):

Τὴν δὲ πρῶτην ὄρμην φάσι τὸ ζῶον ἰσχεῖν ἐπὶ τὸ τηρεῖν ἑαυτό, οἰκειούσης αὐτῷ τῆς φύσεως ἀπ' ἀρχῆς·

[Gli stoici] sostengono che il primo impulso dell'animale è quello di aver cura di sé stesso, in quanto la natura fin dall'inizio lo porta ad appropriarsi di sé stesso.

¹³ Ep. 121.24: *Primum hoc instrumentum <in> illa natura contulit ad permanendum, [in] conciliationem et caritatem sui.* 'In primo luogo la natura ha concesso loro come mezzo di conservazione la concordia e l'amore di sé.'

¹⁴ L'origine di questo pensiero non è certa: o è una teoria di origine stoica, o è una ripresa di una teoria accademica e peripatetica (cfr. Schönrich (1989); Forschner (1995) 142).

¹⁵ Ep. 121.14-17; 24. Cfr. Cic., *Fin.* 3.6.21; 6.22; Grimal (1978) 23; 261.

Qui, il τὸ τηρεῖν ἑαυτό riecheggia il *sui amor* o la *caritas sui* di Seneca, di cui entrambe le espressioni sembrano essere la traduzione latina. Hamacher sostiene che nella lettera 82 la traduzione di οἰκεῖωσις come *sui amor* è più ‘emozionale’,¹⁶ quella di *conciliatio* più tecnica. A dire il vero, le due traduzioni non forniscono la medesima informazione: *sui amor* fa riferimento all’emozione provata dall’individuo, e traduce piuttosto il τὸ τηρεῖν ἑαυτό di Crisippo, mentre *conciliatio* esprime la conseguenza di questa emozione nel campo dell’azione, e traduce perciò il termine tecnico οἰκεῖωσις.

III. Disprezzo del corpo e amore eccessivo

Questa idea sembrerebbe in contraddizione con i passi in cui Seneca afferma che la felicità, e dunque la saggezza, risiede precisamente nel disprezzo del corpo. La lettera 65.22 ci offre una chiara formulazione in proposito: *contemptus corporis sui certa libertas est*, ‘il disprezzo del corpo assicura la libertà.’ Il che vuol dire che disprezzare il proprio corpo è un’attitudine naturale, razionale, in quanto conduce alla saggezza. Esiste dunque a prima vista un paradosso fra la natura innata di questo amore per il corpo e l’imperativo razionale di doverlo disprezzare. Per tentare di chiarire questo paradosso, è opportuno determinare cosa intenda Seneca per ‘disprezzare il proprio corpo’, e in che senso amore e disprezzo per il corpo non costituiscano per lui una contraddizione.

Il verbo *contemnere*, ‘disprezzare’, in latino,¹⁷ può avere due significati: sia ‘considerare qualcosa non degno di stima’, sia ‘non tenere in considerazione qualcosa’. Se si esaminano le ricorrenze di *contemptus* in Seneca, ci si rende conto che hanno tutte il medesimo oggetto: da un lato, la vita,¹⁸ la salute,¹⁹ le ricchezze,²⁰ i piaceri;²¹ dall’altro, la morte,²²

¹⁶ Hamacher (2006) 274 n. 266 usa il termine ‘emotionaler’.

¹⁷ Cfr. *ThL*, IV.635-646, s. v.

¹⁸ *Marc.* 25.1; *VB* 21.1; *Ep.* 4.8; 24.25; 111.5.

¹⁹ *VB* 21.1.

²⁰ *Ben.* 5.6.2; *VB* 20.3; *Ep.* 20.11; 62.3; 92.31; 110.12.

²¹ *Ben.* 4.2.4; *Prov.* 6.5; *Const.* 2.1; *VB* 4.2; *Ep.* 7.12; 110.13; *Nat.* 1.16.1.

²² *Ben.* 2.34.3; *Prov.* 6.6; *Ir.* 1.21.1; *Tranq. an.* 3.4; *Ep.* 23.4; 24.6; 24.11; 36.8; 70.9; 75.14; 78.5; 78.12; *Nat.* 2.59.3.

i pericoli,²³ la povertà,²⁴ le sofferenze.²⁵ Si tratta, in altre parole, degli indifferenti preferibili che possono a volte suscitare un desiderio contro natura, e gli indifferenti non preferibili che a volte possono indurre una paura contro natura. Le ricorrenze più numerose sono quelle relative al disprezzo della morte (tredici ricorrenze), il che conferma lo statuto eccezionale della paura che essa procura.

Il disprezzo sembra dunque essere per Seneca una risposta alla paura irrazionale, come viene a confermare l'uso di espressioni come *metuenda contemnere* (*Prov.* 6.5), *timenda contemnere* (*Ep.* 85.25) o *contemprix timendorum* (*Ep.* 88.29). Di fronte al rischio rappresentato dal timore, non si tratta di non tener conto di queste realtà, ma di dar loro lo statuto assiologico che meritano, ossia quello di indifferenti. In Seneca, il disprezzo va dunque inteso nella prima accezione citata, come illustra emblematicamente il disprezzo della vita (*Ep.* 111.5): *Nam nemo illam bene rexit nisi qui contempserat* ('Giacché nessuno governa bene la vita, se non ha imparato a disprezzarla'). Disprezzare la vita significa avere una rappresentazione corretta della vita come indifferente preferibile, il che consente di avere una vita retta, razionale (*bene rexit*) e felice. Lo stesso si può dire del corpo: il disprezzo del corpo non consiste nel non occuparsi di esso, il che costituirebbe un errore assiologico nonché un ostacolo alla possibilità di filosofare, ma equivale ad una corretta valutazione del corpo, tale da permettere l'adozione di un comportamento razionale. Al contrario, non tenere in considerazione queste realtà – la seconda accezione citata – avrebbe per conseguenza di non conoscerle, di non impegnarsi a superare le difficoltà che esse presentano, di non avere la fermezza di cui parla Seneca per affrontarle quando si presentano. Dunque, l'amore di sé e il disprezzo del corpo non sono affatto incompatibili, ma sono piuttosto strettamente legati: è l'*amor sui* che indica all'uomo la relazione naturale che deve avere con il proprio corpo, quello del disprezzo. Il disprezzo del corpo, infatti, non è altro che l'attitudine a considerare il corpo per quello che è veramente, e considerarlo senza mancanze e senza eccessi: l'indifferenza e l'amore eccessivo rappresentano entrambi comportamenti contro natura da evitare.

²³ *Ben.* 2.34.3; *Prov.* 4.12; *Tranq. an.* 17.2; *Ep.* 67.6; 94.6; 95.71.

²⁴ *Ben.* 1.9.5; *Prov.* 6.6.

²⁵ *Prov.* 6.6; *Ep.* 24.14; 70.18.

È in questa prospettiva che bisogna leggere i numerosi passi nell'opera di Seneca che considerano il corpo in modo nettamente negativo. Lo stesso termine *corpuseulum*, diminutivo peggiorativo che egli utilizza dieci volte²⁶ nel senso di 'misero corpo', dimostra questo deprezzamento. Il corpo, spesso presentato come la parte più debole dell'individuo, come una prigioniera, un peso, un fardello,²⁷ potrebbe potenzialmente diventare un ostacolo all'attività della parte più importante di un essere umano, l'anima. Ancora, la filosofia appare come uno sforzo per distaccare l'anima dalle esigenze del corpo, una liberazione. Certi passi della corrispondenza criticano esplicitamente l'amore per il corpo, rappresentato ancora una volta come responsabile della nostra paura della morte (*Ep.* 58.23):

... ideo admiror dementiam nostram, quod tantopere amamus rem fugacissimam, corpus, timemusque ne quando moriamur...

... perciò io mi meraviglio della nostra stoltezza, ché siamo così fortemente attaccati ad una cosa di brevissima durata com'è il corpo, e temiamo di morire una qualche volta...

Se l'amore per il corpo è criticato, ciò avviene nella misura in cui condiziona la cura che va dedicata all'anima. In altre parole, questa critica non si rivolge né agli animali privi di ragione, né ai bambini, ma solo agli esseri razionali che accordano troppa importanza al corpo a dispetto dell'anima. Non è dunque l'attaccamento naturale al corpo che viene criticato, ma un amore eccessivo che oltrepassa quello che la natura pretende, l'istinto innato. La lettera 14 lo spiega bene (*Ep.* 14.2):

... huius nos nimius amor timoribus inquietat, sollicitudinibus onerat, contumeliis obicit; honestum ei vile est cui corpus nimis carum est.

... amandolo [sc. il corpo] eccessivamente siamo turbati da timori, oppressi da ogni genere di preoccupazioni, esposti a tutti gli affronti. L'uomo, a cui il corpo è troppo caro, non tiene in alcun conto la virtù.

²⁶ *Ben.* 4.13.1; *VB* 4.4.4; *Helv.* 11.1; *Ep.* 23.6; 24.16; 41.4; 58.29; 65.22; 66.1; 66.3.

²⁷ Cfr. per esempio *Helv.* 11.1: *Corpuseulum hoc, custodia et vinculum animi* "questo debole corpo, prigioniera e catena dell'anima"; *Ep.* 65.16: *Nam corpus hoc animi pondus ac poena est; premente illo urgetur, in vinclis est...* 'Infatti questo corpo per l'animo è come un peso ed una punizione: lo opprime e lo tormenta, lo tiene come chiuso in un carcere...'

L'aggettivo *nimius*, riferito ad *amor*, ripreso nella sua forma avverbiale *nimis* qualche parola dopo, focalizza la critica sul problema dell'equilibrio fra amore del corpo e amore dell'animo. Il disprezzo del corpo, garante della libertà dell'anima, non equivale dunque a non preoccuparsi del corpo, ma solamente ad amarlo come la natura ha previsto, con una *caritas* moderata, naturale, quella che esiste in modo innato in tutti gli esseri viventi. Poiché un amore eccessivo del corpo comporta meccanicamente un difetto nell'amore dell'anima, provoca necessariamente il timore (*timoribus*), in particolare la paura per la dissoluzione di esso che è l'oggetto della nostra lettera.

IV. Verso una *constitutio* razionale: da un amore del corpo a un amore dell'anima?

L'errore di giudizio non può dunque arrivare che quando il giudizio stesso è possibile. Come abbiamo visto, il *sui amor* è inizialmente una sensazione, come indicano i termini *sensus/sentire* utilizzati da Seneca,²⁸ e che traducono l'αἴσθησις di Zenone. La 'sensazione della propria costituzione' (*Ep.* 121.9 *constitutionis suae sensus*), cioè la coscienza che si ha istintivamente, è il punto di partenza della conoscenza di sé. Alla nascita, l'individuo non è ancora razionale, e obbedisce dunque ciecamente a questo istinto naturale. Non si può comportare contrariamente alla ragione, visto che ancora non la possiede. È a-razionale, dunque non può essere né razionale né irrazionale. In altre parole, il neonato è completamente in balia del *sui amor*, senza che alcun criterio razionale intervenga nelle sue azioni.

Per Seneca, l'amore di sé è anche amore della propria costituzione, ma questa costituzione cambia durante la vita (*Ep.* 121.14):

'Quomodo ergo infans conciliari constitutioni rationali potest, cum rationalis nondum sit?'

²⁸ *Ep.* 121.21: ... *omne animal perniciose intellegere cogatur. Sentit se carne constare; itaque sentit quid sit quo secari caro, quo uri, quo obteri possit, quae sint animalia armata ad nocendum.* '... ogni animale è costretto <da natura> a percepire quel che può nuocergli. Egli è consapevole di essere costituito di carne; pertanto sa che cosa sia quello da cui la carne può esse tagliata, bruciata, schiacciata, quali siano gli animali forniti di mezzi atti a recar danno.' Cfr. *SVF* I.197.1 (= Porph. *Abst.* 3.19): οἰκειώσεως πάσης [...] ἀρχὴ τὸ αἰσθάνεσθαι. 'Di ogni appropriazione [...] è principio la sensazione.'; 197.2 (= Plu. *Stoic. repugn.* 12.1038c): ἡ γὰρ οἰκειώσις αἴσθησις ἔουκε τοῦ οἰκείου 'L'appropriazione sembra essere la sensazione di ciò che è proprio, e la sua percezione.'; II.724 (*ibidem*).

‘Come dunque il bambino può obbedire alla natura ragionevole, se non è ancora ragionevole?’

... omne animal primum constitutioni suae conciliari, hominis autem constitutionem rationalem esse et ideo conciliari hominem sibi non tamquam animali sed tamquam rationali...

... ogni animale in primo luogo obbedisce alla sua natura, che la natura dell’uomo è ragionevole e perciò l’uomo obbedisce a sé stesso non come ad un animale, ma come ad un essere ragionevole...

Inizialmente istintiva e irrazionale, la costituzione diviene poi razionale, il che altera necessariamente la natura di questo amore. Ma questo significa forse che il *sui amor* che per il neonato è amore per il corpo diventa poi per l’adulto un amore per l’anima?

Da una parte, l’abbiamo visto: anche per il neonato, il *sui amor* non è propriamente un amore per il corpo, ma piuttosto uno slancio di conservazione. Questo slancio può dunque fargli ricercare cose che non sono direttamente al servizio del corpo, ma più ampiamente mirano al mantenimento della sua esistenza. Seneca fa l’esempio interessante di un bambino che impara a camminare (*Ep.* 121.8):

Sic infans qui stare meditatur et ferre se adsuescit, simul temptare vires suas coepit, cadit et cum fletu totiens resurgit donec se per dolorem ad id quod natura poscit exercuit.

Così il bambino, che cerca di stare dritto e si abitua a camminare, appena comincia a sperimentare le sue forze, cade e piangendo si rialza tante volte, finché attraverso la sofferenza non sia riuscito ad esercitarsi in quell’attività che la natura esige.

Poiché la natura ‘gli ordina’ (*natura poscit*) di tenersi dritto sulle gambe e camminare, il bambino, che obbedisce al suo slancio istintivo, si adatta non alle esigenze del suo corpo, ma a quelle della sua propria natura. Per questo si ostina a mettersi in posizione eretta, suggerita dalla natura, nonostante la sofferenza che questo può causare. L’appropriazione alla propria costituzione naturale è dunque più forte della sollecitazione opposta del dolore.²⁹ Questa attitudine mostra molto

²⁹ Cfr. Prost (2004) 229.

bene che l'appropriazione che il bambino opera della sua costituzione non è una pura e semplice manifestazione di amore per il corpo.

Al contrario, l'adulto percepisce la *caritas corporis*, come abbiamo visto, anche dopo lo sviluppo della ragione. Egli continua ad agire così da preservare il suo essere, nutrirsi, proteggersi dal freddo, evitare rischi inutili. Ciò che è cambiato è che egli fa suo ciò che è conforme alla sua costituzione razionale, cioè ha integrato nella sua azione il criterio della virtù.

All'interno di queste condizioni moralmente neutre, l'uomo si prende cura del suo corpo, come lo slancio istintivo e innato gli impone. D'altra parte, se sono in gioco la virtù e il vizio, il corpo deve mantenere lo statuto che gli è proprio, quello di indifferente. Per questo Seneca dice che bisogna donare al corpo ciò che gli è necessario, non foss'altro che per metterlo in condizione di filosofare, ma che se la virtù lo impone (qui, *ratio, dignitas, fides*), il corpo deve essere sacrificato senza esitare (*Ep.* 14.2):

Agatur eius diligentissime cura, ita tamen ut, cum exiget ratio, cum dignitas, cum fides, mittendum in ignes sit.

Sia pure trattato con molta cura; ma quando la ragione, la dignità, la lealtà lo esigeranno deve essere gettato anche tra le fiamme.

Non si tratta più di sopravvivere ad ogni costo, ma di vivere in quanto essere razionale, vale a dire per il solo bene autentico, la virtù. Se la virtù esige di morire, si tratterà di morire senza paura, perché l'essere razionale sa che non perde nulla nel perdere i beni esteriori legati al corpo, ma che al contrario possiede l'unico bene che vale veramente la pena di essere acquisito. Inizialmente focalizzata sulla preservazione del corpo, la *conciliatio* si allinea in un secondo momento alla ragione e dà la priorità alla preservazione dello stato razionale dell'anima sulla mera conservazione della vita.³⁰

³⁰ Cfr. *SVF* III.178 (= D.L. *VP* 7.85): ἐκ περιττοῦ δὲ τῆς ὀρμῆς τοῖς ζῴοις ἐπιγενομένης, ἢ συγχρώμενα πορεύεται πρὸς τὰ οἰκεία, τούτοις μὲν τὸ κατὰ φύσιν τῷ κατὰ τὴν ὀρμὴν διοικεῖσθαι· τοῦ δὲ λόγου τοῖς λογικοῖς κατὰ τελειοτέραν προστάσιαν δεδομένου τὸ κατὰ λόγον ζῆν ὀρθῶς γίνεσθαι τούτοις κατὰ φύσιν. 'Gli animali poi hanno in più l'impulso, del quale si servono per procurarsi quel che è utile: dunque, per questi esseri vivere secondo natura corrisponde a farsi guidare dall'impulso. Agli esseri razionali la ragione è stata data come coronamento in una posizione eminente: ecco, dunque, che per questi esseri il vivere conformemente alla ragione corrisponde

Di fatto, questa evoluzione del concetto di *sui amor* implica una gerarchizzazione della relazione fra corpo e anima. Come Seneca spiega molto bene nella lettera 15, si tratta di occuparsi del corpo, ma solo in un secondo tempo (*Ep.* 15.2): *Ergo hanc praecipue valetudinem cura, deinde et illam secundam.* 'Perciò cura soprattutto la salute dell'anima, e poi quella del corpo.' Gli avverbi *praecipue* e *deinde* testimoniano questa gerarchia, in quanto la congiunzione *et* in funzione avverbiale ricorda che la cura dell'anima non è incompatibile con quella del corpo. Si tratta di una priorità dell'anima sul corpo, e non di un abbandono del corpo a vantaggio dell'anima. Solo l'azione virtuosa, come abbiamo visto, può comportare la necessità di abbandonare il corpo a vantaggio dell'anima, qualora la ragione lo esiga.

V. Il *sui amor* come punto di partenza della *parenesi*

È a questo livello che la filosofia deve intervenire, perché non è sufficiente rimettersi passivamente al *sui amor* nella convinzione che esso fornisca indicazioni su come agire. Come dimostra la lettera 82, chi pensa di poter vincere la paura della morte senza la filosofia vive nell'illusione.³¹ In un primo tempo, la conoscenza dello statuto assiologico della morte è indispensabile per eliminare la paura che essa genera. Per vincere gli errori di opinione, la filosofia deve impegnarsi a ristabilire una rappresentazione corretta della realtà, conformemente alla teoria stoica della rappresentazione.³² Amare sé stessi è naturale, ma per amare sé stessi correttamente è necessario avere una rappresentazione corretta di sé e degli oggetti esteriori a sé, al fine di non avere impulsi se non verso ciò che rappresenta autenticamente una corrispondenza fra sé e il mondo. Se non conosco correttamente la mia natura razionale, che esige la priorità dell'anima sul corpo, o se non conosco correttamente la natura degli elementi esteriori come la morte, per cui solo il vizio è un male, il *sui amor* può divenire fonte di errore e condurre alla passione. L'etica permette di sapere che bisogna ricercare la virtù prima della soddisfazione delle esigenze del corpo.

esattamente al vivere conformemente alla natura.'; III.181 (= Gel. 12.5.7); e soprattutto Cic. *Fin.* 3.6.22 che presenta molte analogie con le lettere 82 e 121.

³¹ *Ep.* 82.7: *Haec quidam putant ipsos etiam sine philosophia repressisse.* 'Taluni credono di aver vinto questi avversari da soli anche senza la filosofia.'

³² Sulla teoria stoica delle rappresentazioni, cfr. Hadot (1992) 93; 256 (a proposito di Marco Aurelio); Armisen-Marchetti (2006) (a proposito di Seneca).

Ma non è sufficiente conoscere lo statuto assiologico della morte per essere svincolati dalla paura che essa suscita. A causa del *sui amor*, la morte possiede uno statuto particolare, quello dell'indifferente nei confronti del quale è più difficile accordare le proprie azioni alla sua essenza. Bisogna esercitare questo sapere nei fatti, ed essere capace di far mostra del coraggio necessario per far passare la propria sopravvivenza in secondo piano, se la virtù lo richiede. Per questo, Seneca propone un'arma efficace, fondata sull'etica anziché sulle arguzie della logica, la pratica della meditazione (*Ep.* 82.8):

Faciet autem illud firmum adsidua meditatio, si non verba exercueris sed animum, si contra mortem te praeparaveris...

E renderai saldo il tuo cuore meditando assiduamente, non esercitando la chiacchiera, ma lo spirito, preparandoti ad affrontare la morte...

L'attributo *adsidua* che completa *meditatio* sottolinea la natura del percorso spirituale, fondato su un'ascesi graduale, anziché sul carattere immediato della conoscenza di una teoria. Solo l'esperienza acquisita progressivamente grazie alla filosofia può vincere la paura della morte. Solo questo progresso graduale permette di acquisire la fermezza (*firmitas*), che si oppone alla mollezza e alla debolezza dei sillogismi criticati all'inizio della lettera, ed è necessaria per far fronte ad una avversità terribile come la paura della morte. Questo esercizio quotidiano di preparazione alla morte, la *praemeditatio mortis*, di origine platonica,³³ è descritto a più riprese da Seneca nella sua corrispondenza, mettendo sempre l'accento sulla durata necessaria dell'esercizio spirituale.³⁴ La lettera 82 offre dunque una visione parentetica molto forte: permette di comprendere, grazie alla teoria del *sui amor*, il ruolo necessariamente fondamentale di una filosofia pratica per lottare contro la paura della morte.

³³ *Marc.* 23.2: ... *Platon clamat: sapientis animum totum in mortem prominere, hoc velle, hoc meditari...* '... Platone afferma che tutta l'anima del saggio va verso la morte, la vuole, la medita...' Cfr. *Pl. Phd* 81a: μελέτη θανάτου.

³⁴ Cfr. per esempio *Tranq. an.* 11.8; *Ep.* 26.8-10; 76.33-35; 78.29; 107.3-4. Per gli aggettivi usati: *adsidua meditatio*: *Ir.* 2.12.3; 3.41.1; *Ep.* 82.8; *cot(t)idiana meditatio*: *Ben.* 7.2.1; *Ep.* 16.1; *longa meditatio*: *Ep.* 70.27. Sulla *praemeditatio malorum* in Seneca, cfr. Manning (1976); Armisen-Marchetti (1986); Buffa (1989); Newman (1989) 1483-1496.

Conclusione

Pur essendo naturale e fondamento dell'etica stoica, il *sui amor* rappresenta agli occhi di Seneca un rischio di errore per l'uomo. In effetti, questo amore istintivo dell'integrità fisica tende a farci percepire la morte come un male, e a farci provare una paura che è molto difficile da combattere, precisamente a causa del suo legame con lo slancio naturale. Questo amore innato si può trasformare in amore eccessivo, e incitarci a dare al corpo un ruolo che non è il suo, rovesciando la gerarchia naturale che esiste tra corpo e anima, e a comportarci quindi in modo irrazionale. Quando l'essere umano è diventato adulto e razionale, corre il rischio di continuare a comportarsi come un animale o un neonato, come un essere privo di ragione, che preserva la sua sopravvivenza ad ogni costo, anche quando la virtù impone di morire. L'amore innato della propria sopravvivenza è talmente radicato nell'anima umana, in quanto il *sui amor* deprime l'amore della sua natura razionale, che l'uomo ha bisogno dell'intervento della filosofia, e di quella parte della filosofia che apporta il coraggio di far fronte alla paura della morte: l'etica. Essa soltanto può proporre una serie di esercizi spirituali come la meditazione, che permettono di acquisire la fermezza necessaria per superare la più terribile di tutte le paure.

Dobbiamo infine notare che questa nozione di *sui amor* ha conosciuto una fortuna molto duratura, e che un autore come Sant'Agostino ha percepito anch'egli il pericolo che rappresenta l'amore di sé. Infatti, nella *Città di Dio*, egli contrappone *amor sui* ad *amor Dei*, e mette in guardia contro l'amore eccessivo del proprio corpo a scapito di ciò che ad esso è superiore, ossia la salvezza dell'anima.³⁵ Ripreso da umanesimo e rinascimento con il nome di *philautia*,³⁶ questo amore eccessivo di sé fa del *sui amor* un sentimento narcisistico che conduce sistematicamente all'errore, all'opposto delle idee sviluppate da Seneca,³⁷ per il quale il *sui amor* deve essere la prima tappa della 'conoscenza di sé e della natura' (*sui naturaeque cognitio*).

Jean-Christophe Courtil
 Università di Toulouse-Jean Jaurès
 jean-christophe.courttil@univ-tlse2.fr

³⁵ August. CD 14, 13: *hac amor dei, hac amor sui.*; *Sermo ad populum* 96: *Prima hominis perditio, fuit amor sui.* Cfr. Burnaby (2007).

³⁶ Cfr. per esempio Erasm. *Adag.* 292 (t. 5, 158-159).

³⁷ *Ep.* 82.6: *... quod sola praestabit sui naturaeque cognitio.* '... il solo mezzo per ottenere questo [sc. allontanarsi dalla fortuna], sarà la conoscenza di noi stessi e della natura.'

Bibliografia:

- ALGRA, K./BARNES, J./MANSFELD, J./SCHOFIELD, M. (eds.) *Cambridge History of Hellenistic Philosophy*. Cambridge, 1999.
- ARMISEN-MARCHETTI, M. "La syllabe qui ronge le fromage: nature et limites de la dialectique selon Sénèque." *Prometheus* 35 (2009): 164-184.
- ARMISEN-MARCHETTI, M. "Tota ante oculos sortis humanae condicio ponatur: exercice moral et maîtrise des représentations mentales chez Sénèque." In Cristante/Fernandelli 2006: 161-180.
- ARMISEN-MARCHETTI, M. "Imagination et méditation chez Sénèque. L'exemple de la *praemeditatio*." *REL* 64 (1986): 185-195.
- BES, R. *Die Oikeiosislehre der Stoa. I. Rekonstruktion ihres Inhalts*. Würzburg, 2004.
- BENATOUIL, Th. *Faire usage: la pratique du stoïcisme*. Paris, 2006.
- BOELLA, U. *Lettere a Lucilio, Lucio Anneo Seneca*. Torino, 1995 (1969¹).
- BUFFA, M.F. "L'*expectatio uenturi* nell'Ep. 98 di Seneca." *CCC* 10 (1989): 95-120.
- BURNABY, J. *Amor Dei: A Study of the Religion of St. Augustine*. Eugene, 2007 (1938¹).
- COURTIL, J.-Ch. *Sapientia contemprix doloris: Le corps souffrant dans l'œuvre philosophique de Sénèque*. Bruxelles, 2015.
- CRISTANTE, L./FERNANDELLI, M. (eds.) *Incontri triestini di filologia classica IV, Atti del Convegno Internazionale "Phantasia. Il pensiero per immagini degli antichi e dei moderni"* (Trieste, 28-30 aprile 2005). Trieste, 2006.
- ENGBERG-PEDERSEN, T. *The Stoic Theory of Oikeiosis, Moral Development and Social Interaction in Early Stoic Philosophy*. Aarhus, 1990.
- FORSCHNER, M. *Die stoische Ethik: über den Zusammenhang von Natur-, Sprach- und Moralphilosophie im altstoischen System*. Darmstadt, 1995.
- GRIMAL, P. *Sénèque ou la conscience de l'Empire*. Paris, 1978.
- HADOT, P. *La citadelle intérieure. Introduction aux Pensées de Marc Aurèle*. Paris, 1992.
- HAMACHER, U.G. *Senecas 82. Brief an Lucilius. Dialektikkritik illustriert am Beispiel der Bekämpfung des metus mortis. Ein Kommentar*. München/Leipzig, 2006.
- INWOOD, B. "Stoic Ethics (I-VII)." In Algra/Barnes/Mansfeld/Schofield 1999: 675-705.
- LAURAND, V. "Oikeiôsis: définition, problèmes et enjeux." In Laurand 2005: 9-58.
- LAURAND, V. (ed.) *La politique stoïcienne*. Paris, 2005.
- LEE, C.U. *Oikeiosis. Stoische Ethik in naturphilosophischer Perspektive*. Freiburg/München, 2002.
- LONG, A.A. (ed.) *Problems in Stoicism*. London, 1971.
- MANNING, C.E. "Seneca's 98th Letter and the *Praemeditatio futuri mali*." *Mnemosyne* 29/3 (1976): 301-304.
- NEWMAN, R.J. "Cotidie meditare. Theory and Practice of the *meditatio* in Imperial Stoicism." *ANRW* 2.36.3 (1989): 1473-1517.
- PEMBROKE, G. "Oikeiosis." In Long 1971: 114-149.

- PROST, F. *Les Théories hellénistiques de la douleur*. Louvain/Paris/Dudley, 2004.
- RADICE, R. *Oikeiosis. Ricerche sul fondamento del pensiero stoico e sulla sua genesi*. Milano, 2000.
- RADICE, R. *Stoici antichi. Tutti i frammenti (= SVF)*. Milano, 1998.
- ROMEYER DHERBEY, G./GOURINAT, J.B. (eds.) *Les Stoïciens*. Paris, 2005.
- SALADIN, J.-Ch. *Érasme, Adages*. Paris, 2011.
- SCHÖNRICH, G. "Oikeiosis – Zur Aktualität eines stoischen Grundbegriffs." *Phj* 96 (1989): 34-51.
- STRIKER, G. "The Role of *Oikeiôsis* in Stoic Ethics." *OSAPh* 20/1 (2000): 145-167.
- STRIKER, G. "Following Nature: a Study in Stoic Ethics." *OSAPh* 9 (1991): 1-73.
- WACHT, M. "Angst und Angstbewältigung in Senecas Briefen." *Gymnasium* 105 (1998): 507-536.
- WAGONER, R. "Seneca on Moral Theory and Moral Improvement." *CPh* 109 (2014): 241-262.
- ZAGDOUN, M.-A. "Problèmes concernant l'*oikeiôsis* stoïcienne." In Romeyer/Dherbey/Gourinat 2005: 319-334.