SENECA

Riflessioni sul Tempo

Roberto Vacca
in L'Orologio 14.4.2026

Il filosofo stoico Lucio Anneo Seneca (4, 65) rispondeva spesso agli amici che gli chiedevano cosa pensasse sugli argomenti più vari. Fra questi: l'ira, la brevità della vita, la provvidenza degli dei [perché agli uomini buoni avvengono cose cattive?], come consolare chi è vecchio, malato, la costanza mostrata dai sapienti.

Circa un anno prima della sua tragica morte scrisse a Lucilio Iunior – suo amico, letterato e governatore della Sicilia – quel che pensava sull'impiego efficiente del tempo:

"Renditi veramente padrone di te stesso, caro Lucilio, e custodisci il tuo tempo con estrema cura. Riappropriati del tempo, invece di buttarlo via. Alcune ore ti vengono sottratte ogni giorno da occupazioni banali. Ne perdi altre per distrazione. Però la perdita più vergognosa è quella dovuta alla negligenza. Per una parte della nostra vita facciamo il male. Per una parte maggiore del tempo non facciamo niente. Spesso facciamo cose diverse da quelle che dovremmo fare. Molti non si rendono conto di morire giorno per giorno. Vedono la morte davanti a sé come un avvenimento futuro, anche se gran parte di essa è alle nostre spalle. Ogni ora del nostro passato appartiene, invece al dominio della morte. …. La vita passa e, caro Lucilio, tutto dipende dagli altri: solo il tempo è nostro. …. Io che ti do questi consigli tengo conti esatti e so dire quanto tempo perdo, perché e come lo perdo e quali siano i miei motivi …"

Lo stoicismo di Seneca suggeriva che il filosofo doveva essere ispirato dalla natura e dalla ragione, trionfando sulle sue passioni ed effettuando frequentemente l'esame di coscienza. Seneca esercitò funzioni amministrative e di governo e anche la medicina seguendo i dettami della scuola detta "pneumatica" che attribuiva allo "pneuma" (o spirito) la funzione di riequilibrare le proprie azioni .

Fu maestro dell'etrusco Gaio Musonio Rufo, il quale non lasciò scritti, ma era noto per insegnare: che non è necessario fornire molte prove per un problema cha si affronta; che anche le donne dovrebbero studiare filosofia; che va cercato l'equilibrio fra la teoria e la pratica; che anche i re dovrebbero praticare la filosofia. Musonio Rufo a sua volta ebbe per allievo Epitteto, lo schiavo filosofo autore del "Manuale" in cui descrisse gli strumenti per raggiungere la felicità.

Seneca fu preso da Agrippina come precettore del tredicenne Nerone che fu adottato dall'imperatore Claudio, alla cui morte, nel 54, divenne imperatore.

Seneca continuò a consigliare Nerone per i primi cinque anni del suo impero, condotti con saggezza ed equilibrio. Gli insegnamenti di Seneca non fecero presa a lungo. I loro rapporti diradarono e Nerone preferì alla filosofia gli spettacoli e le gare sportive. Pare che galoppasse ad alta velocità lungo il Circo Massimo con una biga con cinque cavalli.

Nerone diventò sempre più dispotico e violento. Accusò sua madre Agrippina di tramare contro di lui e la fece uccidere. Molti senatori erano avversi a Nerone. Il senatore Gaio Calpurnio Pisone nell'anno 65 organizzò una congiura per eliminarlo e prendere il suo posto. Fu scoperto e denunciato. Nerone accusò anche Seneca di far parte della congiura e ordinò a lui e a Pisone di suicidarsi, altrimenti sarebbero stati squartati. Seneca si immerse in un bagno caldo e si tagliò le arterie. Sua moglie Pompea Paolina, si tolse la vita con lui.