

## **Ipotetica traccia Seneca (De Tranquillitate Animi, Cap. 15, Sezi. 1 – 6, Abbi dignità di fronte al dolore)**

Sed nihil prodest privatae tristitiae causas abiecisse: occupat enim nonnumquam odium generis humani, et occurrit tot scelerum felicitum turba. Cum cogitaveris quam sit rara simplicitas et quam ignota innocentia et vix umquam, nisi cum expedit, fides, et libidinis lucra damnaque pariter invisae, et ambitio usque eo iam se suis non continens terminis ut per turpitudinem splendeat, agitur animus in noctem et, velut eversis virtutibus, quas nec sperare licet nec habere prodest, tenebrae oboriuntur. In hoc itaque flectendi sumus, ut omnia vulgi vitia non invisae nobis, sed ridicula videantur, et Democritum potius imitemur quam Heraclitum: hic enim, quotiens in publicum processerat, flebat, ille ridebat; huic omnia quae agimus miseriae, illi ineptiae videbantur. Eleuanda ergo omnia et facili animo ferenda: humanius est deridere vitam quam deplorare, humanum quoque genus melius adiuvat qui ridet quam qui luget: ille aliquid sperat, hic autem stulte deflet quae corrigi posse desperat. Satius autem est publicos mores et humana vitia placide accipere, nec ea ridere nec nimis flere; nam aliena mala dolere aeterna miseria est, aliena mala gaudere voluptas inhumana. In suis quoque malis oportet sapientem ita se gerere ut dolori tantum det quantum natura poscit, non quantum consuetudo. Plerique cum lacrimas fundunt ut ostendant, et totiens siccos oculos habent quotiens spectator defuit, turpe iudicantes non fieri quae omnes fleant. Etiam res simplicissima, dolor, venit in simulationem.

### **Traduzione**

Ma non giova per nulla rimuovere le cause del dolore privato; infatti ci prende talvolta l'odio per il genere umano. Quando avrai pensato quanto sia rara la franchezza e quanto sconosciuta l'innocenza e come la realtà non si trovi se non quando conviene, e vengono in mente la massa di tanti crimini felici e guadagni e perdite derivanti dal piacere parimenti insopportabili, e l'ambizione che ormai fino a tal punto non si contiene nei suoi limiti che splende attraverso la vergogna, l'animo è spinto nella notte e come fossero stati sconvolti i valori, che né è lecito sperare né conviene avere, spuntano le tenebre. A questo proposito dobbiamo rivolgerci, cosicché tutti i vizi della gente non sembrano a noi invisae ma ridicoli, e Democrito ci aiuti più di Eraclito: infatti questo, tutte le volte che si presentava in pubblico,

piangeva, e quello rideva; tutte le cose che facciamo a questo sembravano sventure, a quello sciocchezze. Dunque devono tutte essere accettate e sopportate con animo sereno: è più umano deridere la vita che deplorarla, anche il genere umano aiuta meglio chi ride piuttosto che chi piange. Quello spera qualcosa, questo invece compiangere stoltamente quelle cose di cui dispera di poter migliorare. D'altra parte è più che sufficiente accettare lentamente i costumi della società e i vizi umani e senza ridere e non piangere troppo: infatti l'eterna misera è commiserare le disgrazie altrui, il piacere disumano è godere delle disgrazie altrui. Occorre mostrarsi ragionevoli anche nelle proprie disgrazie in modo tale da concedere al dolore tanto quanto la natura richiede, e non quanto l'abitudine. Molti versano infatti lacrime affinché si mostrino, tutte le volte manca lo spettatore quante hanno gli occhi asciutti, a quelli che giudicando vergognoso non piangere ciò che si piangono. Inoltre il dolore viene fingendosi una cosa naturalissima.