



O życiu szczęśliwym. Pytania do tekstu filozoficznego Seneki – określanie problematyki, poglądu, postawy autora

- [Wprowadzenie](#)
- [Przeczytaj](#)
- [Audiobook](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Dla nauczyciela](#)

Bibliografia:

- Seneka Lucjusz Anneusz, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. J. Jachimowicz, Warszawa 1995.
- Seneka Lucjusz Anneusz, *O pocieszeniu do matki Helwii*, [w:] tegoż, *Pisma filozoficzne*, t. II, Warszawa 1965.
- Seneka Lucjusz Anneusz, *O dobrodziejstwach*, [w:] tegoż, *Pisma filozoficzne*, t. II, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1965.
- Seneka Lucjusz Anneusz, *O krótkości życia*, [w:] tegoż, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1965.
- Lucjusz Anneusz Seneka, *Listy moralne do Lucyliusza*, dostępny w internecie: www.zrodlahistoryczne.prv.pl.

- Joachimowicz Leon, *Seneka*, [w:] Seneka Lucjusz Anneusz, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1965.
- Fabjański Marcin, *Stoicyzm uliczny. Jak oswajać trudne sytuacje*, Warszawa 2013.
- Seneka Lucjusz Anneusz, *O życiu szczęśliwym*, [w:] tegoż, *Dialogi*, tłum. J. Jachimowicz, Poznań 1996.
- Seneka. Cytat za: Augustyn Eckmann, *Przebóstwienie człowieka w pismach wczesnochrześcijańskich*, Lublin 2003, s. 18.



O życiu szczęśliwym. Pytania do tekstu filozoficznego Seneki – określanie problematyki, poglądu, postawy autora

Źródło: Wikimedia Commons, domena publiczna.

Stoik Lucjusz Anneusz Seneka (Młodszy) żył w okresie panowania czterech cesarzy, pełnił funkcję wychowawcy i doradcy jednego z nich, Nerona. Większość życia spędził w Rzymie, ówczesnym centrum świata, ale doświadczył też blisko dziesięcioletniego wygnania. Uczestniczył w decyzjach przesądzających o losach imperium, wkiął się w polityczne intrygi, starając się jednocześnie przyjmować pozycję moralisty, zachowującego niezależność namysłu i wynikających z tego namysłu ocen.

((Leon Joachimowicz

Seneka

Jak mało kto inny piętnował i chłostał występki i błędy ówczesnych ludzi, ale też jak mało kto inny, ulegał tym samym błędom. Był nieodrodnym dzieckiem swego pokolenia i wieku, naturą zagadkową, którą targaly i rozdzierały przeciwstawne tendencje – skłonności religijne i mistyczne ascety i samotnika, żądza wiedzy i szerokie zainteresowania naukowe, jednocześnie rdzenny charakter Rzymianina z jego wolą praktycznej działalności i czynu (...).

Źródło: Leon Joachimowicz, *Seneka*, [w:] Lucjusz Anneusz Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1965, s. 26.

Sprzecznościom obecnym w życiu Seneki odpowiada niejednoznaczność ocen jego filozoficznego dorobku, czego przykładem są opinie historyka rzymskiego, Tacyta.

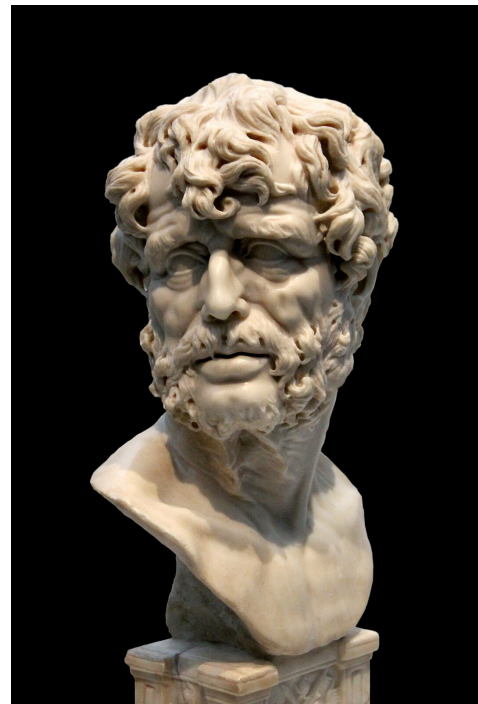
Seneka, czytany i cytowany także dzisiaj, ma znaczący udział w widocznym renesansie zainteresowania filozofią stoicką, w tym również właściwym jej sposobem osiągania szczęścia.

Twoje cele

- Zapoznasz się z podstawowymi poglądami Seneki.
- Zinterpretujesz wybrane wskazówki moralne Seneki.
- Zastanowisz się nad możliwością stosowania wskazówek Seneki w życiu.
- Ocenisz zarzuty wobec Seneki, które dotyczą rozbieżności między poglądami a czynami.
- Przeanalizujesz fragmenty *O życiu szczęśliwym* Seneki.

Przeczytaj

Filozoficzna twórczość [Seneki](#) jest kontynuacją założeń wcześniejszego stoicyzmu, z mocniejszym jednak akcentem na praktyczny wymiar filozofii. Prymat dał Seneka etyce, nie poświęcając równej uwagi rozważaniom z zakresu logiki i fizyki, filozofując w sposób niesystemowy i unikając abstrakcyjnych spekulacji. Mocno widoczna jest u Seneki, powstała już w [kulturze hellenistycznej](#), interpretacja roli filozofii jako nauczycielki praktycznej „sztuki życia”, czyli drogi do szczęścia. Nie stronił przy tym Seneka od aprobaty dla innych szkół filozoficznych, co nadawało jego poglądom pewną [eklektyczność](#) i otwartość. Dla Seneki ważne było, że o poglądach stanowiła nie lojalność wobec jakiejś filozoficznej szkoły, ale gotowość do uwzględniania wielu perspektyw.



Seneka Młodszy, rzeźbiarz nieznany
Źródło: Jean-Pol GRANDMONT, Wikimedia Commons,
licencja: CC BY 3.0.

” Lucjusz Anneusz Seneka

O krótkości życia

Żadne stulecie nie jest nam zabronione, do każdego mamy wstęp wolny, a jeśli tylko zechcemy wydostać się z ciasnych granic ludzkiej miernoty, wielka rozpostrze się przed nami przestrzeń czasu, po której będziemy swobodnie się poruszać. Będziemy mogli i dyskutować z Sokratesem, i wątpić z Karneadesem, i żyć w spokoju z Epikurem.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *O krótkości życia*, [w:] tegoż, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1965, s. 172-173.

Seneka zachował podstawowy pogląd stoików: panteistyczną koncepcję natury, czyli boskiego, rozumnego i harmonijnego porządku świata.

Rzymski filozof pyta:

” Lucjusz Anneusz Seneka

O dobrodziejstwach

Czym jest w rzeczywistości natura jeżeli nie bogiem i boskim rozumem, przenikającym wszechświat i jego części? Dokąd się zwrócisz, tam wszędzie zobaczysz, że bóg jawi się przed twymi oczami: nie ma takiego miejsca, gdzie by nie było boga. (...) Nic więc mądrego nie czynisz, niewdzięczny człowieku, jeśli powiadasz, że jesteś dłużny nie bogu, ale naturze, ponieważ ani natura nie jest bez boga, ani bóg bez natury.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *O dobrodziejstwach*, [w:] tegoż, *Pisma filozoficzne*, t. II, tłum. L. Joachimowicz, Warszawa 1965, s. 223.



Seneka był wychowawcą i doradcą Nerona, okrutnego cesarza rzymskiego.

Źródło: Eduardo Barrón, Wikimedia Commons, licencja: CC BY-SA 3.0.

Istnieje jedność natury świata oraz natury człowieka, dlatego życie zgodne z własną naturą jest życiem zgodnym z naturą w ogóle.

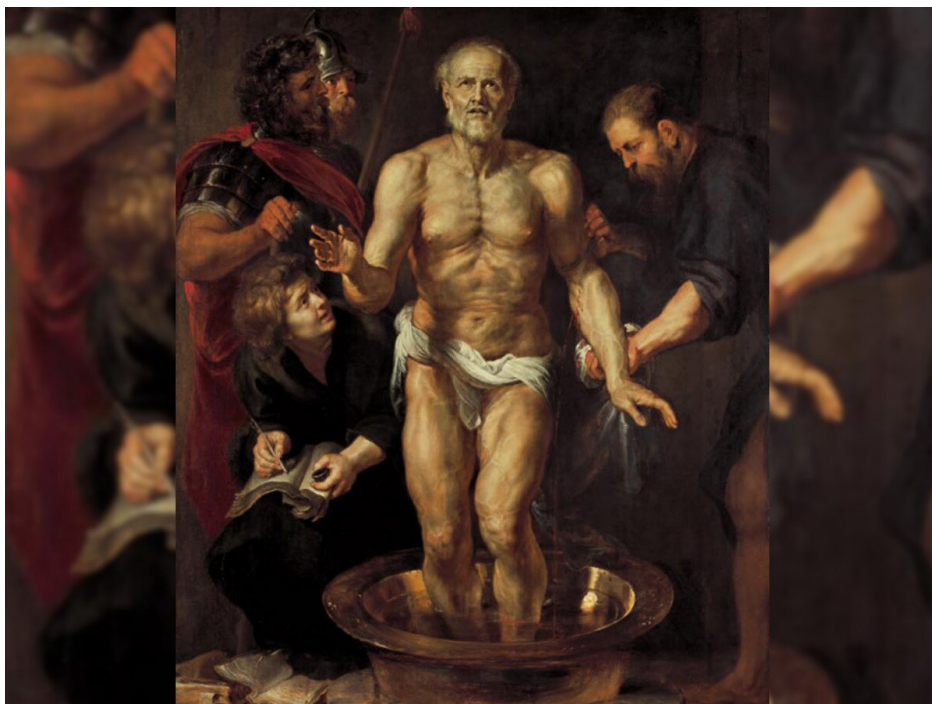
Bardziej niż metafizyczne subtelności interesowało jednak Senekę filozofowanie uczące zasad postępowania i drogi ku szczęściu. Droga ta polega, według Seneki, na spełnianiu natury człowieka, która tkwi w rozumności. To, co sprzyja rozwojowi tej natury, jest dobre, czyli jest cnotą, na przykład sprawiedliwość czy dzielność, złe są natomiast przeciwieństwa cnót – tchórzostwo czy niesprawiedliwość. Możemy w pewnym uproszczeniu przyjąć, że Seneka zakładał tożsamość cnoty, rozumności i szczęścia. Człowiek osiągający szczęście osiąga również wolność w sensie uniezależnienia od okoliczności życia – wystarcza sam sobie. Szczęście jest więc zawsze w naszym zasięgu.

” Lucjusz Anneusz Seneka

O pocieszeniu do matki Helwii

Sprawiła to bowiem natura, że do tego, by żyć szczęśliwie, nie potrzeba wielkiego zasobu środków. Każdy jest w stanie uczynić siebie szczęśliwym.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *O pocieszeniu do matki Helwii*, [w:] tegoż, *Pisma filozoficzne*, t. II, Warszawa 1965, s. 496.



Peter Paul Rubens, *Śmierć Seneki*, 1612–1613

Seneka popełnił samobójstwo zmuszony do tego przez cesarza Nerona. Tacyt tak opisuje ten moment: *Zwrócił się do przyjaciół i oświadczył, że skoro za ich zasługi wzbroniono mu odpłacić wdzięcznością, zostawia im to, co jedyne jeszcze posiada, co jednak jest najpiękniejsze: obraz swojego życia; jeżeli ten będą mieli w pamięci, w chwale swych cnót znajdą zapłatę za tak stałą przyjaźń.*

Źródło: Wikimedia Commons, domena publiczna.

Jak stoik powinien odnosić się do dóbr? Poza rzeczami dobrymi, jak cnoty, oraz złymi, jak ich przeciwieństwa, spotykamy rzeczy, które nie są ani dobre, ani złe, jak na przykład zdrowie, przyjemność, piękno, bogactwo, choroba, trud, brzydota, słabość, ubóstwo. Rzeczom ani dobrym, ani złym znaczenie nadają ludzie. Człowiek mądry wie, że nadawane znaczenie powinno zachować rozsądną miarę i nie może prowadzić do uzależnienia od rzeczy.

Większość utworów Seneki ma charakter wykładów i wskazówek moralnych. Być może ciężar własnego doświadczenia oraz obserwacja realiów życia w stolicy imperium spowodowały, że stoickie zasady moralne brzmią u Seneki nie tak surowo i bezapelacyjnie, jak u wcześniejszych filozofów tej szkoły. Seneka zapewne doskonale znał zestaw pokus i grzechów swojego środowiska oraz łatwość, z jaką ludzie sami usprawiedliwiają własne zło. Był więc wyrozumiały. Doskonałość moralna, czyli naśladowanie bogów – twierdził – jest oczywiście obowiązkiem człowieka, o tyle jednak, o ile *dozwala na to ułomność ludzka*. Seneka unikał moralnego potępienia, starając się raczej wyposażyć bliźniego w zachęty i rady moralne niż w poczucie winy. Podkreślał jednak, że obowiązkiem człowieka jest rozpoznanie własnych błędów, czemu służy umysł, oraz ich ocena, której dokonuje sumienie – nasz wewnętrzny, jak nazwał je filozof, *nieubłagany sędzia*. Z pewnością Seneka w swoim sumieniu widział rozbieżność między własnymi ideałami i własnym życiem. Czy należy czynić z tej rozbieżności zarzut? I czy odbiera ona wartość moralnym wskazówkom rzymskiego stoika?

Słownik

eklektyzm

(gr. *eklektikós* – wybierający) łączenie w jedną całość niejednorodnych elementów, mających swoje źródło w różnych stylach lub doktrynach; eklektyzm jest

spotykany w filozofii, sztuce, literaturze, a nawet w badaniach naukowych

kultura hellenistyczna

(hellenizm, epoka aleksandryjska) – okres w dziejach obszaru śródziemnomorskiego pozostającego pod wpływem Grecji, datowany od ok. 323 do ok. 30 r. p.n.e.

Lucjusz Anneusz Seneka (Młodszy) (4 p.n.e.–65 n.e.)

obywatel rzymski, filozof stoicki, polityk, poeta, zarządca wielkich dóbr i posiadacz ziemski, retor; autor dialogów i traktatów filozoficznych, tragedii i satyr; jego poglądy wywarły wpływ m.in. na filozofię chrześcijańską

panteizm

(gr. *pan* – ogół, całość, wszystko i *theos* – boskość, bóg) pogląd filozoficzny i teologiczny, w myśl którego Bóg stanowi naturę świata, a świat jest tożsamy z Bogiem, co oznacza, że cała rzeczywistość stanowi manifestację Boga, jest Nim przeniknięta, a Bóg zamyka się w świecie

Audiobook

Polecenie 1

Wysłuchaj fragmentów *O życiu szczęśliwym Seneki*. Do każdego fragmentu ułóż pytanie, na które odpowiedź znajduje się we fragmencie.

Polecenie 2

Sformułuj odpowiedzi na ułożone pytania tak, by każda stanowiła tytuł odpowiedniego fragmentu.

Audiobook można wysłuchać pod adresem: <https://zpe.gov.pl/b/P183yIMad>

Seneka

O życiu szczęśliwym

Żyć szczęśliwie, bracie Galionie, wszyscy pragniemy, ale nie wszyscy potrafią zdać sobie jasno sprawę, na czym polega życie szczęśliwe (...). Trzeba więc najpierw dobrze się zastanowić, czym jest w rzeczywistości dobro, którego pragniemy, następnie trzeba rozejrzeć się wokoło, jaką drogą możemy najszybciej podążać do celu, a już w czasie samej drogi, jeżeli tylko prowadzi we właściwym kierunku, zauważymy, jak wiele jej co dzień przebywamy i o ile bliżsi jesteśmy kresu, do którego nas wiedzie wrodzone pragnienie (...). Tego więc musimy się najbardziej wystrzegać, byśmy zwyczajem owiec nie postępowali za trzodą, ciągnącą na przodzie, idąc nie tam, gdzie iść trzeba, ale tam, dokąd się zwykło. A przecież ta jedna rzecz wtrąca nas w największe nieszczęście, że się naginamy do opinii ogółu, w tym przekonaniu, że najlepsze jest to, co zostało przyjęte z wielkim uznaniem (...).

Źródło: Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, Warszawa 1995, tłum. J. Jachimowicz, s. 188–244.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Audiobook można wysłuchać pod adresem: <https://zpe.gov.pl/b/P183yIMad>

Szukajmy zatem jakiegoś dobra, nie takiego jednak, które mieni się pięknymi pozorami, ale trwałego i prawdziwego, od strony zaś bardziej ukrytej – tym wspanialszego. Wykopujmy je z ziemi! Naprawdę, niedaleko znajduje się od nas. Musimy tylko wiedzieć, gdzie ręką sięgnąć. Na razie jak gdyby w ciemności przechodzimy tuż obok tego, co bliskie, a nawet deptamy nogami po tych przedmiotach, które są właśnie celem naszych pragnień (...) W czym wszyscy stoicy są zgodni, jestem uległy prawom natury. Nie zbłądzić z jej drogi, kształtować swe życie według jej prawa i wzoru – oto co znaczy mądrość. A zatem życie szczęśliwe jest to życie zgodne z naturą człowieka i tylko pod tym warunkiem może je ktoś osiągnąć, że dusza jest przede wszystkim zdrowa i trwa w nieprzerwanym posiadaniu tego zdrowia, z kolei – tryskająca energią i siłą, dalej – urzekająco hartowna w cierpieniu, przystosowana do wymagań czasu, troskliwa o ciało i sprawy z ciałem związane, ale – bez niepokoju, zabiegająca również o inne rzeczy, które są w życiu pomocne, ale – bez bałwochwalczego podziwu dla którejkolwiek, wreszcie – gotowa korzystać z dobrodziejstw losu, ale – bez zaprzędania im się w niewolę. Rozumiesz chyba, jeśli ci nawet tej myśli nie poddam, że po oddaleniu od siebie wszystkiego, co albo kusi ponętą, albo odstrasza zgrozą, zapanuje trwały pokój i wolność. Kiedy bowiem wzgardzimy rozkoszą i bólem, w zamian za rzeczy znikome i błahe, a do tego już przez samą swoją naturę szkodliwe, otrzymujemy w nagrodę radość wielką, niezmaconą, trwałą, dalej – pokój i harmonię wewnętrzną, jak również wielkość ducha w przymierzu z łagodnością. Każde okrucieństwo łęgnie się ze słabości.

Źródło: Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, Warszawa 1995, tłum. J. Jachimowicz, s. 188–244.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Audiobook można wysłuchać pod adresem: <https://zpe.gov.pl/b/P183yIMad>

Ponieważ zacząłem wszechstronnie wyjaśniać pojęcie, więc: szczęśliwym można także nazywać człowieka, który z pobudek rozumu ani nie pragnie, ani też się nie lęka, bo przecież również kamienie nie doznają lęku ni smutku, a tak samo zwierzęta, nikt jednak z tego powodu nie nazwie szczęśliwymi tych istot, którym brak jest rozumnej świadomości szczęścia. Na równi z nimi stawiaj i tych ludzi, których do rzędu zwierząt i nieożywionych jestestw zepchnęła tępota umysłu i brak poznania samych siebie. Pomiedzy takimi ludźmi i zwierzętami nie ma żadnej różnicy, ponieważ zwierzęta nie mają rozumu w ogóle, ci zaś mają, ale rozum przewrotny, a już jeśli przemyślny, to na swoją wyłącznie zgubę. O nikim bowiem nie można powiedzieć, że jest szczęśliwy, kto

się znajduje poza granicą prawdy. Życie szczęśliwe to takie więc życie, które się zasadza na prawdzie i na niewzruszonej pewności sądu i nie podlega odmianom.

Źródło: Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, Warszawa 1995, tłum. J. Jachimowicz, s. 188–244.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Audiobook można wysłuchać pod adresem: <https://zpe.gov.pl/b/P183yIMad>

Żyć więc szczęśliwie znaczy tyle samo, co żyć zgodnie z naturą. A to z kolei co znaczy, z miejsca wyjaśnię. Żyjemy zgodnie z naturą, jeżeli wszystkie zalety ciała i właściwości zdolne zaspokoić wrodzone potrzeby będziemy zachowywać w doskonałym stanie – starannie, ale bez niepokoju, jako dobra dane na krótko i szybko przemijające; jeżeli one nas nie wciągają w niewolę, ani też rzeczy cudze nie wezmą nas w posiadanie; jeżeli rzeczy przyjemne dla ciała i pochodzące z zewnątrz będą miały dla nas tę wartość, jaką mają w czasie wojny oddziały posiłkowe i lekko uzbrojone: służyć muszą nam, nie rozkazywać, bo w tym tylko wypadku są pożyteczne dla duszy.

Źródło: Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, Warszawa 1995, tłum. J. Jachimowicz, s. 188–244.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Audiobook można wysłuchać pod adresem: <https://zpe.gov.pl/b/P183yIMad>

Kto poświęcił się cnocie, dał znakomity dowód szlachetności usposobienia, kto zaś łgnie do rozkoszy, ma wygląd człowieka opadłego z sił (...), który prędzej czy później posunie się do sromotnych występków, jeżeli nie znajdzie się ktoś, kto by mu wytłumaczył różnicę, jaka zachodzi pomiędzy rozkoszami, tak aby wiedział, które z nich trzymają się potrzeby naturalnej, a które na oślep pędzą w przepaść, są niepowściągnięte w żadne szranki i tym bardziej nienasycone, im bardziej się je nasycą. Niech tylko przewodzi cnota, a każdy krok będzie bezpieczny. Nadmierna rozkosz jest szkodliwa, ale pod wodzą cnoty nie trzeba się lękać, by jakaś rzecz była nadmierna, ponieważ już w niej samej zawiera się miara.

Źródło: Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, Warszawa 1995, tłum. J. Jachimowicz, s. 188–244.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Audiobook można wysłuchać pod adresem: <https://zpe.gov.pl/b/P183yIMad>

Na cnocie zatem polega prawdziwe szczęście. Jakiej rady udzieli ci cnota? Tej, abys ani za dobro, ani za zło nie uważał niczego, co ci się przytrafi nie z przyczyny bądź cnoty, bądź nieprawości. Następnie abys był niewzruszony zarówno w obliczu zła, jak i pod wpływem dobra, tak abys, o ile to tylko możliwe, kształtował siebie na podobieństwo Boga. Jaką nagrodę obiecuje ci cnota za tego rodzaju zadanie bojowe? Rzeczy niezmiernie wielkie i równe przymiotom boskim: w niczym nie doznasz przymusu,

niczego nie będziesz potrzebował, staniesz się wolny, bezpieczny, niedostępny dla szkody; żaden twój wysiłek nie pójdzie na marne, żadna przeszkoda nie stanie ci w drodze, wszystko ułoży ci się według twego życzenia, nie spotka cię nic przeciwnego, nic na przekór twemu pragnieniu i woli. – Sama więc cnota wystarczy do szczęścia? – A dlaczego doskonała i boska cnota nie miałyby wystarczyć, co więcej – wystarczyć w obfitości? Czego może brakować człowiekowi, który się znajduje poza granicą wszelkiego pragnienia? Jakiej rzeczy zewnętrznej potrzeba komuś, kto wszystkie swe dobra zgromadził w sobie?

Źródło: Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, Warszawa 1995, tłum. J. Jachimowicz, s. 188–244.

Źródło: Englishsquare.pl sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Sprawdź się

Pokaż ćwiczenia:   

Ćwiczenie 1



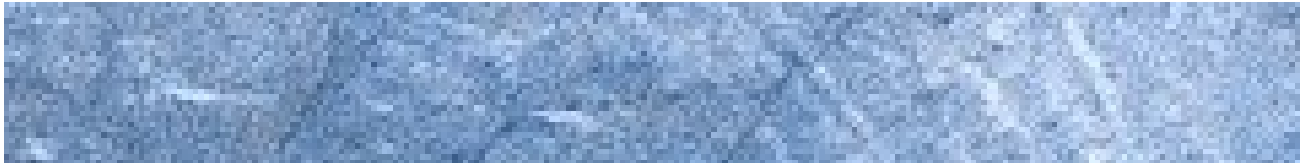
Które z poniższych zdań można uznać za zgodne z poglądami Seneki?

Stwierdzenie	Zgodne	Niezgodne
Nie może być sprzeczności między naturą człowieka i naturą świata.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prawdy należy szukać tam, gdzie spoglądają wszyscy.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Natura i bóg to dwie różne istności.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Drogowskazem człowieka są wskazówki jego rozumu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ćwiczenie 3



Test pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru.



Test

Sprawdź swoją wiedzę

Liczba pytań:

5

Limit czasu:

4 min

Twój ostatni wynik:

-

Trwa wczytywanie...

Ćwiczenie 4



Uzupełnij podanymi wyrazami wyrazami tekst Seneki dotyczący stosunku cnoty i rozkoszy.

rozkosz, rozkoszy, jednego, rozkosz, posiadaniu, pierwszeństwo, drugiego, cnotę, rozkoszy, cnota

Zawsze niech idzie przodem i ona niech niesie chorągiew, wcale mniej nie będziemy mieli przez to, ale staniemy się jej panami i władcami. Damy się w tym i owym uprosić – w niczym zniewolić. Ci natomiast, którzy i przewagę dali, wyzbywają się zarówno, jak i Tracą, a w rezultacie nie oni, ale ich samych ma w swym

Ćwiczenie 5



Dzieła Seneki są kopalnią aforyzmów. Przeczytaj poniższy i zinterpretuj go, odwołując się do cech, które na ogół przypisujemy bogom, ale które mogą, według Seneki, być właściwe także dobrym i szczęśliwym ludziom.

” Seneka

Dobry człowiek różni się od boga tylko czasem trwania.

Źródło: Seneka. Cytat za: Augustyn Eckmann, *Przebóstwienie człowieka w pismach wczesnochrześcijańskich*, Lublin 2003, s. 18.

Ćwiczenie 6



Część tekstu *O życiu szczęśliwym* Seneka poświęca obronie siebie samego przed zarzutami o niezgodność głoszonych zasad i praktyki życiowej. Zrekonstruuj argumenty użyte przez filozofa w każdym z poniższych dwu fragmentów, a następnie w pisemnej formie odpowiedz na pytanie, czy argumenty te uważasz za przekonujące. Odpowiedź uzasadnij.

Fragment 1.

” Lucjusz Anneusz Seneka

Pisma filozoficzne

XX. – Nie czynią tego filozofowie, czego nauczają. – Wiele jednak czynią już przez to samo, że nauczają, że wypracowują w swoich umysłach szlachetne idee. Gdyby jeszcze ich czyny równałyby się słowom, naprawdę, kto byłby od nich szczęśliwszy? Tymczasem nie masz powodu do tego, by lekceważyć ich dobre słowa i serca, przepełnione wzniosłymi myślami. Już samo zajmowanie się szlachetnymi naukami zasługuje na pochwałę, nawet jeżeli nie pociąga za sobą następstw praktycznych. Co w tym dziwnego, jeżeli nie dochodzą do szczytu ci, którzy odważyli się wstąpić na strome zbocze?

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. J. Jachimowicz, Warszawa 1995, s. 223.

Fragment 2.

” Lucjusz Anneusz Seneka

Pisma filozoficzne

XXVI. – Jaka więc pomiędzy mną, głupcem, a tobą, mędrcom, zachodzi różnica, jeżeli obydwaj chcemy posiadać? – Bardzo wielka: bogactwa bowiem u mądrego pozostają na służbie, u głupiego – przy władzy. Mądry bogactwom nie zezwala na nic, wam bogactwa – na wszystko.

Wy, jak gdyby ktoś wam przyobiecał wieczyste ich posiadanie, przyzwyczajacie i przywiązujecie się do nich, mądry wtedy najbardziej rozmyśla o ubóstwie, kiedy stanie wpośród swych bogactw.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. J. Jachimowicz, Warszawa 1995, s. 237.

Ćwiczenie 7



Przeczytaj poniższe wskazówki Seneki i sformułuj wspólną im myśl przewodnią oraz sposób postępowania, jaki, Twoim zdaniem, wynika z tych wskazówek.

1. ” Lucjusz Anneusz Seneka

Pisma filozoficzne

Większość tych spraw, z powodu których gniew nas ogarnia, jest tego rodzaju, że są to bardziej urojone urazy niż rzeczywiste krzywdy.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. J. Jachimowicz, Warszawa 1995, s. 249.

2. ” Lucjusz Anneusz Seneka

Pisma filozoficzne

Wyobrażenie zatem jest tą przyczyną, która nas dręczy, i każde zło przybiera tak wielkie rozmiary, na jak wiele je oceniamy.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *Pisma filozoficzne*, t. I, tłum. J. Jachimowicz, Warszawa 1995, s. 467.

3. ” Lucjusz Anneusz Seneka

Listy moralne do Lucyliusza

Niektóre rzeczy przeto niepokoją nas bardziej, niż powinny, niektóre dręczą wcześniej, niż powinny, niektóre wreszcie nękają, choć wcale nie powinny.

Źródło: Lucjusz Anneusz Seneka, *Listy moralne do Lucyliusza*, dostępny w internecie: www.zrodlahistoryczne.prv.pl.

Ćwiczenie 8



Także współcześnie dorobek stoików jest wykorzystywany dla radzenia sobie z trudnymi sytuacjami codziennymi. Wykorzystuje się sentencje stoików, praktyki duchowe, eksperymenty myślowe itd. Zapoznaj się z przykładem z książki *Stoicyzm uliczny* i wymyśl sytuację, w której przydatna byłaby któraś z rad Seneki zawarta w materiale lekcji. Postaraj się zastosować strukturę podobną do tej, która jest użyta w poniższym przykładzie – opis, sentencja, znaczenie, osvajanie sytuacji.

” Marcin Fabjański

Stoicyzm uliczny. Jak oswajać trudne sytuacje

OPIS SYTUACJI

DENTYSTA

Są tacy, którzy twierdzą, że lubią chodzić do dentysty, ale oni powinni się leczyć, i to wcale nie z próchnicy, ale z tego czegoś, czym zajmuje się psychiatria. A ja? Ja mam swoje powody, żeby się bać. Czyż medykamenty dentystyczne nie pachną trupio? Czym jest wwiercanie się w zęby, jeśli nie torturą? Wibracje przenoszą się do mózgu, wiertło kręcące się Bóg wie ile tysięcy razy na sekundę zawsze może się ześlizgnąć i zamienić dziąsło w krwawą miazgę. A nawet jeśli tak się nie stanie, to prędzej czy później dotrze do nerwu. Znieczulenie miejscowe? Sztuczka marketingowa. Nerwów nie da się do końca znieczulić byle zastrzykiem. Czarna otchłań rozdzierającego bólu szczyrzy do mnie upiorną gębę (...).

SENTENCJA

Z rzeczy, których się lękamy, nic nie jest tak pewne, by jeszcze pewniejsze nie było, że rozwieją się nasze trwogi, a oczekiwania zawiodą.

[Seneka]

ZNACZENIE

Zanim usiądziesz na fotelu u dentysty, przypomnij sobie, jak było ostatnim razem. Naprawdę aż tak okropnie? A może wcale nie? Co było gorsze: zabieg czy dręczący cię godzinami, a może i dniami strach przed nim? Seneka pisze, że ludzie wymyślają swoje lęki, a potem podsycają je niezdrowymi myślami. I cierpią, zmagając się z fikcją. Nie jest to prawda obca ludom Wschodu, o czym świadczy buddyjska legenda o samotnym artyście medytującym w dawnych czasach w jaskini. Ciągnęło go do pędzla, więc namalował na ścianie tygrysa. Prawdopodobnie odkrył hiperrealizm, bo – jak głosi opowieść – okrutnie wystraszył się swojego malunku.

Nasz strach przed dentystą jest malowanym tygrysem.

Seneka tak rozwija swoją myśl: „Ustawicznie miej na uwadze, że większość ludzi ulega wzburzeniu i wpada w popłoch, chociaż obecnie nie spotyka ich żadne nieszczęście ani nie ma pewności, że dotknie ich ono w przyszłości” (...).

Zrób to, czego nie robi nikt. Oprzyj się sobie, przestań folgować panice. Jak?

OSWAJANIE SYTUACJI

Skonfrontuj swój lęk z rzeczywistością. Zabaw się w naukowca i rozważ obiektywnie, co właściwie się dzieje. Oto obiekt moich badań – ja. Siedzi w poczekalni na wygodnym fotelu. Może przeglądać

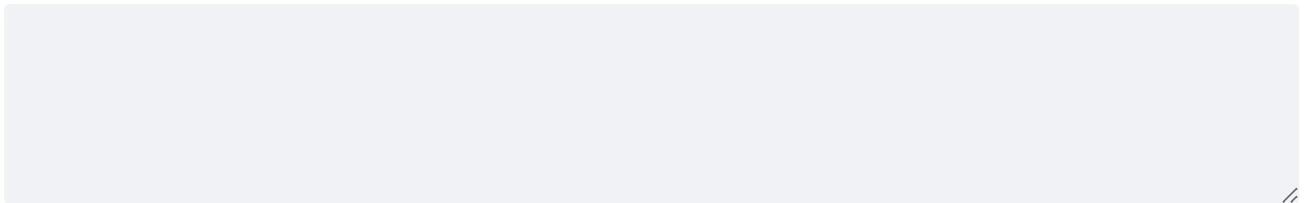
czasopisma, zrelaksować się, odpocząć. Nareszcie ma czas dla siebie.
Co w tym straszego?

Albo: siedzi w wygodnym fotelu dentystycznym, z dala od problemów, poleceń szefa, wrednych kolegów. Jeśli komuś tu może być źle, to nie jemu, tylko dentyście – biedak jest przecież w pracy.

Ogranicz obserwację do chwili obecnej. Nie wybiegaj myślą dalej, nie myśl o tym, co ma się zdarzyć (...).

Obserwuj swoje emocje, zamiast im ulegać. Na panikę odpowiedz uważnością. Uczyń panikę obiektem swojej medytacji – nie po to, by ją zmienić, ale po to, by dostrzec w niej jak najwięcej. Jak rodzi się panika? Jak się nakręca? Jakie zmiany wywołuje w ciele i w sposobie myślenia? Stara prawda, którą stoicy dzielą z buddystami, brzmi: obserwując zjawisko mentalne, nie nakręcamy go, tylko pozwalamy mu minąć, co nastąpi, gdy przestają działać czynniki, które je wywołały.

Źródło: Marcin Fabjański, *Stoicyzm uliczny. Jak oswajać trudne sytuacje*, Warszawa 2013, s. 27.



Dla nauczyciela

Autor: Paweł Kaniowski

Przedmiot: Filozofia

Temat: *O życiu szczęśliwym*. Pytania do tekstu filozoficznego Seneki – określanie problematyki, poglądu, postawy autora

Grupa docelowa:

Szkoła ponadpodstawowa, liceum ogólnokształcące, technikum, zakres podstawowy i rozszerzony

Podstawa programowa:

Zakres podstawowy

Treści nauczania – wymagania szczegółowe

IX. Epikureizm i stoicyzm jako dwa paradygmaty etyki. Uczeń:

2) rekonstruuje spór o kryterium moralnej oceny czynu: skutki dokonanego czynu (np. osiągnięcie stanu braku cierpienia i lęku) vs. wewnętrzna charakterystyka czynu (np. stan harmonii z rozumną naturą);

Lektura obowiązkowa

6) do wyboru fragment z pism jednego z następujących autorów (w związku z działami IX i XI treści nauczania): Epikur, Epiktet, Seneka, Marek Aureliusz lub św. Augustyn.

Zakres rozszerzony

Treści nauczania – wymagania szczegółowe

III. Wybrane problemy filozofii.

2. Dyscypliny filozofii. Uczeń wymienia następujące dyscypliny filozofii oraz określa przedmioty ich badań:

1) dyscypliny podstawowe (ogólniejsze) – teoria bytu (ontologia, metafizyka), teoria poznania (epistemologia), ogólna teoria wartości (aksjologia) wraz z teorią moralności (etyką);

Kształtowane kompetencje kluczowe:

- kompetencje w zakresie świadomości i ekspresji kulturalnej;

- kompetencje cyfrowe;
- kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się;
- kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji.

Cele lekcji (językiem ucznia):

- Zapoznasz się z podstawowymi poglądami Seneki.
- Zinterpretujesz wybrane wskazówki moralne Seneki.
- Zastanowisz się nad możliwością stosowania wskazówek Seneki w życiu.
- Ocenisz zarzuty wobec Seneki, które dotyczą rozbieżności między poglądami a czynami.
- Przeanalizujesz fragmenty *O życiu szczęśliwym* Seneki.

Cele operacyjne. Uczeń:

- pojmuje rolę filozofii jako fundamentalnego składnika dziedzictwa kultury śródziemnomorskiej;
- rozpoznaje wpływ starożytnej filozofii greckiej na europejską kulturę późniejszych epok, a zwłaszcza na literaturę piękną, naukę i religię;
- identyfikuje różne problemy, stanowiska i nurty filozoficzne na przykładach pytań i twierdzeń filozofów;
- zna i charakteryzuje główne dyscypliny filozoficzne, opisuje ich problematykę i posługuje się odpowiednią terminologią.

Strategie nauczania:

- konstruktywizm;
- konektywizm.

Metody i techniki nauczania:

- ćwiczeń przedmiotowych;
- z użyciem komputera;
- dyskusja;
- audiobook.

Formy pracy:

- praca indywidualna;
- praca w parach;
- praca w grupach;
- praca całego zespołu klasowego.

Środki dydaktyczne:

- komputery z głośnikami, słuchawkami i dostępem do internetu;

- zasoby multimedialne zawarte w e-materiale;
- tablica interaktywna/tablica, pisak/kreda;
- telefony z dostępem do internetu.

Przebieg lekcji

Przed lekcją:

1. **Przygotowanie do zajęć.** Nauczyciel loguje się na platformie i udostępnia uczniom e-materiał: „*O życiu szczęśliwym*”. Pytania do tekstu filozoficznego Seneki – określanie problematyki, poglądu, postawy autora”. Prosi uczestników zajęć o rozwiązanie ćwiczenia nr 1 z sekcji „Sprawdź się” na podstawie treści w zakładce „Przeczytaj”.

Faza wprowadzająca:

1. Nauczyciel, po zalogowaniu na platformie, wyświetla na tablicy interaktywnej lub za pomocą rzutnika temat lekcji. Nawiązując do zagadnień opisanych w sekcji „Wprowadzenie”, omawia zaprezentowane cele. Uczniowie ustalają kryteria sukcesu.
2. **Dyskusja wprowadzająca.** Nauczyciel, za pomocą dostępnego w panelu użytkownika raportu, weryfikuje przygotowanie uczniów do lekcji, m.in. sprawdza, kto wykonał zadane ćwiczenie. Może wyświetlić odpowiedzi uczniów na tablicy interaktywnej. Prosi wybranego ucznia o uzasadnienie swojego rozwiązania. Następnie podejmuje z uczniami dyskusję na temat: *Czy filozofia może być nauczycielką praktycznej „sztuki życia”?*

Faza realizacyjna:

1. **Burza mózgów.** Nauczyciel informuje uczniów, że będą pracować metodą burzy mózgów i, jeśli to konieczne, wyjaśnia jej zasady. Wyłania także moderatora, który będzie zapisywał pomysły na tablicy, a następnie określa czas wykonania zadania. Następnie nauczyciel zadaje uczniom pytanie: *Jak żyć szczęśliwie?* Uczniowie podają swoje propozycje odpowiedzi. Po zakończeniu fazy twórczej następuje wspólna weryfikacja pomysłów. Nauczyciel prosi uczniów, aby porównali swoje propozycje z informacjami zamieszczonymi na tablicy.
2. **Praca z multimedium.** Nauczyciel wyświetla na tablicy interaktywnej materiał z sekcji „Audiobook”. Odczytanie polecenia do multimedium: *Wysłuchaj fragmentów „O życiu szczęśliwym” Seneki. Do każdego fragmentu ułóż pytanie, na które odpowiedź znajduje się we fragmencie.* Wspólna praca całego zespołu klasowego nad odpowiedziami.
3. **Ćwiczenia przedmiotowe.** Uczniowie dobierają się w pary i wykonują ćwiczenia nr 2-5. Następnie konsultują swoje rozwiązania z inną parą uczniów i ustalają jedną wersję odpowiedzi
4. Ostatnią partię ćwiczeń (nr 6 i 7) uczniowie wykonują wspólnie i omawiają je razem z nauczycielem.

Faza podsumowująca:

1. Nauczyciel wyświetla na tablicy temat lekcji i cele zawarte w sekcji „Wprowadzenie”, omawia przebieg zajęć, wskazuje mocne i słabe strony pracy uczniów, udzielając im tym samym informacji zwrotnej.
2. Wszyscy uczniowie podsumowują zajęcia, zwracając uwagę na nabyte umiejętności.

Praca domowa:

1. Uczniowie wykonują ćwiczenie nr 8 zawarte w sekcji „Sprawdź się”. Przygotowują uzasadnienia poprawnych odpowiedzi.

Materiały pomocnicze:

- Tatarkiewicz W., *Historia filozofii*, Warszawa 2005.
- *Słownik-przewodnik filozoficzny. Osoby, problemy, terminy*, oprac. zbiorowe, Lublin 2012.
- Reale G., *Historia filozofii starożytnej*, t. 1-5, tłum. Edward Iwo Zieliński, Lublin 1999.

Wskazówki metodyczne opisujące różne zastosowania multimedium:

- Uczniowie mogą wykorzystać medium w sekcji „Audiobook” do przygotowania się do lekcji powtórkowej.