

A Morte como Condição da Vida

Olivia Maria Klem Dias¹

Resumo: O presente estudo busca demonstrar uma perspectiva na qual a morte aparece como condição da vida. Uma morte que não se encontra em algum lugar do futuro, mas que o abarca assim como a tudo aquilo que é passado. Para tanto, é tomada a referência da filosofia estoíca de Sêneca exposta na coletânea de cartas que envia a seu discípulo Lucílio, intitulada *Aprendendo a Viver* e também naquelas enviadas a Paulino que constituem a obra *Sobre a Brevidade da Vida*. O que essas cartas possuem em comum é o fato de que nelas o filósofo se ocupa em expor concepções estoícas sobre a vida bem-aventurada na forma de conselhos e exortações.

Palavras-chave: Sêneca; morte; estoicismo; ética; vida bem-vivida.

Abstract: This work tries to demonstrate a perspective of death in which it appears as a condition of life. Death is not only somewhere in the future, but it embraces it as well as everything that is in the past. To do so, it is assumed Seneca's stoic philosophy, exposed in the letters he envied Lucilio. These letters are gathered in to volumes entitled: *Aprendendo a Viver* and *Sobre a Brevidade da Vida*. In these letters Seneca exposes his stoic conceptions about the well-lived or venturous life by advices and exhortations.

Key-words: Seneca; death; stoicism; ethics; well-lived life.

Introdução:

Existem diversas maneiras de se considerar e encarar a morte. Através dos séculos os homens vêm lidando com ela de uma ou outra forma, tendo com ela alguma intimidade e domínio, ou alienando-a de suas vidas; vivenciando-a em um ambiente acolhedor, ou afastando-a e enclausurando-a em locais específicos, como, por exemplo, nos hospitais, segundo nos apontam os estudos de Ariès (1982 e1989). Tendo em vista que a maneira como encaramos e lidamos com a morte influencia a maneira como vivemos, torna-se relevante considerar perspectivas a respeito da mesma que possibilitam uma melhora não só na qualidade da nossa morte, como também na qualidade da nossa vida. Nesse sentido, parece relevante identificarmos certas formas de pensamento que podem nos servir como modelos para a consideração da vida e da morte, orientando a ação em sentido mais humanizado perante as mesmas.

É claro que não existe um só modelo que possa servir proveitosamente a essa orientação, mas um certamente muito oportuno pode ser encontrado na filosofia estoíca de Lúcio Anneo Sêneca, na qual se identifica uma preocupação com as considerações éticas que seriam capazes de direcionar o espírito no sentido da ação adequada que

¹ Graduanda em psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro.

orientariam a vida bem vivida. Esta seria perfeitamente ciente da fugacidade do tempo e tomaria a morte não apenas por um fato que alerta o homem para a importância de saber administrar o seu tempo, mas também como aquilo que faz parte da vida tanto por ser o seu fim, quanto por ser algo que a permeia incessantemente.

O estoicismo:

O estoicismo é uma escola filosófica que se desenvolveu a partir do pensamento de Zenão², nascido em Cício no ano de 334 a.C. As influências mais claramente identificadas em seu pensamento são as das filosofias socrática e cínica. De um modo geral, o pensamento estóico pode ser dividido em três áreas de investigação: lógica, ética e física (Inwood, 2006, p.3). Com relação à primeira, pode-se dizer que ela, além de abarcar as questões relacionadas ao argumento, também incluía aquelas que se referem à epistemologia. A ética carregava uma inspiração socrática no que diz respeito ao desprezo que pregava quanto aos bens materiais e a valorização dos bens intelectuais, dos quais a sabedoria vem a ser o maior exemplo, e se traduzia por uma releitura “socialmente respeitável da moralidade cínica” (*op. cit.* p.13). A física, por sua vez, era de inspiração platônica.

O desenvolvimento posterior do estoicismo, após a morte de seu fundador, não se fez de acordo com uma ortodoxia. O que se observa, ao invés disso, são inúmeros acréscimos e diferentes interpretações das palavras de Zenão sustentadas pelos futuros dirigentes da escola e a tomada de novas influências além daquelas expressas no pensamento do mesmo. Este é o período do estoicismo pós-zenoniano (*op. cit.*). O auge do estoicismo, no entanto, se deu durante o Império Romano, terceiro e último momento de seu desenvolvimento, no qual o epicurismo se erigiu enquanto sua escola rival.

A preocupação dominante neste último período era com a ética prática ou aplicada³, de modo que havia um esforço pela moralização da vida. De acordo com Zenão, haveria certas vantagens preferíveis, como, por exemplo, a saúde e a riqueza – mesmo que o valor destas seja diferente do da virtude, que é a única que se pode dizer verdadeiramente boa, elas deveriam ser buscadas. Faz-se também uma distinção entre as

² Não confundir com Zenão de Eléia, filósofo de tradição parmenídica, famoso pela sua crítica do movimento enquanto algo empiricamente constatável, mas inacessível pela razão.

³ A relação entre teoria ética e aconselhamento prático foi muito debatida nessa época, inclusive, notadamente por Sêneca que insiste na distinção entre elas e na importância de cada uma dessas partes.

“ações perfeitamente corretas da pessoa perfeitamente sábia e as ações ‘apropriadas’ ou razoáveis que podem ser realizadas por pessoas imperfeitas e não-sábias” (*op. cit.* p.43 e 44). O que se observa, a partir daí, é um “aconselhamento” dirigido às pessoas não-sábias, que visava determinar quais seriam as ações apropriadas e as vantagens a serem perseguidas. Por esse propósito o estoicismo se converteu na filosofia mais eminente, uma vez que a ética estóica, que busca alicerçar os deveres morais e cívicos do homem na busca por autarquia, valorizando a autodisciplina e o auto-governo que vêm ancorados a uma proposta de austeridade física e moral, serviu perfeitamente à conduta aspirada pelo cidadão livre romano. A proposta estóica seria a de dar um fundamento racional para as instituições que regem a vida do homem⁴. A figura de Sêneca se destaca neste cenário.

Por fim, o declínio do estoicismo se dá a partir de meados do século II d.C. no contexto da ascensão do catolicismo.

Sêneca:

Como mencionado, um dos principais filósofos romanos do estoicismo foi Lúcio Anneo Sêneca (em latim: Lucius Annaeus Seneca), nascido em Córdoba no ano 4 a.C. Sêneca foi também uma figura de relevância política, tendo sido preceptor de Nero e ocupando alguns outros cargos públicos. Em 65 d.C. ele foi acusado de traição pelo imperador e condenado à morte.

Sua filosofia, seria importante observar, possui como uma influência demarcada o pensamento de Epicuro, mesmo sendo este o representante de sua escola rival⁵. Suas preocupações não giraram em torno de discussões intelectuais abstratas, mas estiveram voltadas para um fim prático: a condução ética da vida do homem. O exercício filosófico seria, para ele, um exercício de bem viver e a conduta do sábio se ergueria como o modelo a ser seguido. Esse exercício de bem viver não prescindiria de um exercício de bem morrer: “deve-se aprender a viver por toda a vida e, por mais que te admires, durante toda a vida se deve aprender a morrer” (Sêneca, 2008b, p.41). E é deste modo que a morte assumirá um papel decisivo nessa busca.

⁴ Em Roma, esse objetivo, que teria a princípio levado a uma crítica das instituições vigentes, foi, no entanto, segundo apontam Ariès e Duby (2006), rapidamente corrompido e fez do estoicismo “uma versão douta da moral vigente” (p.56), identificando os deveres do homem com as instituições.

⁵ “Considero que tudo que é verdadeiro é meu. (...) as pessoas que juram sobre a palavra de outro e consideram não o que é dito, mas quem o diz, saibam que as melhores coisas pertencem a todos” (Sêneca, 2008a, p.11), observa ao se referir aos ditos de Epicuro.

De maneira geral, segundo a doutrina estoíca pregada por Sêneca, o homem deve praticar sempre um controle rigoroso sobre si mesmo em uma tentativa constante de domínio das próprias paixões e de subjugo do corpo à alma. O homem deve se empenhar em livrar-se do vício e da má conduta, identificando-os nos seus pensamentos e em suas ações e livrando-se deles. Nas palavras do filósofo: “acusa-te a ti mesmo, investiga-te. Sê primeiro o acusador, depois o juiz e apenas em último caso teu advogado” (Sêneca, 2008a, p.20).

“Apodera-te novamente de ti mesmo” (*op. cit.* p.3) será a exortação do filósofo. E esse apoderar-se de si mesmo dirá respeito mais propriamente a um apoderar-se do tempo que nos é dado. Esse tempo é o tempo da nossa ação, de modo que podemos estar certos do que afirma Sêneca: “Quanto tempo serei, não me pertence. Pertence-me o que serei enquanto for. Isto se exige de mim: não percorrer ignobilmente as fases da vida; governá-la, e não ser levado por ela” (*op. cit.* p.93). O tempo não deve ser desperdiçado, nem com aquilo que é fugaz e que não constitui verdadeiramente um bem, nem por conta das nossas inconstâncias. Esta que nos leva a, uma vez insatisfeitos com a nossa vida, “recomeçarmo-la”. Seria mais interessante nos empenharmos por re-significar tudo aquilo por o que passamos, dar um novo sentido às nossas experiências, ao invés de nos empenharmos em uma tentativa de esquecer ou apagar aquilo de que queremos nos livrar, o que torna a nossa “vida” (esta outra a qual damos início) ainda mais breve. Saber dar valor ao tempo que nos é dado é, então, o que haveria de mais importante e é, contudo, o que Sêneca afirma não sabermos fazer. Pelo contrário, o homem muitas vezes se dedica ao tempo que ainda não lhe foi dado, ou ao que já não lhe pertence mais, ao invés de se ater ao momento presente, que é o tempo que possui. Como consequência disso, ele nunca tem a morte em vista e lhe é furtado o conhecimento de que está morrendo a todo o momento. No entanto, o filósofo observa: “Este é o erro: colocamos a morte no futuro quando grande parte dela já passou. Tudo o que está no passado, a morte já o possui” (*op. cit.* p.3).

Nesse sentido, Sêneca ressaltará a importância de não dependermos do amanhã, de fazermos hoje o que deve ser feito, pois a morte acompanha todo aquele que é vivo podendo dele se apoderar a qualquer momento. Seja qual for a hora em que isso acontecer, devemos estar preparados para poder partir em paz. Essa preocupação se traduz pela afirmação de que o sábio deve ocupar-se para que “o dia possa equivaler a toda a vida” (*op. cit.* p.42), isso porque:

(...) nada há na mais longa duração de tempo que não possa ser encontrado no período de um dia e uma noite. Dessa forma, cada dia deve ser regrado como se fechasse um círculo e completasse uma vida. Portanto, todo dia deve ser ordenado (...) como se fosse o último e supremo dia de nossa vida (*op. cit.* p.10).

A partir dessas prescrições chega-se à idéia de que “a boa vida não se mede pela sua duração” (*op. cit.* p. 36); a medida da boa vida é a forma que se viveu, pois “a vida, se bem empregada, é suficientemente longa” (Sêneca, 2008b, p.26). Seja qual for o momento em que a vida acabar, se ela acabar bem, estará completa e não há o que lamentar quanto a isso, “pois o bom não é viver, senão viver bem. Por isso o sábio viverá quanto dever, não quanto puder. (...) Não tem importância morrer mais cedo ou mais tarde, o que importa é morrer bem ou mal” (Sêneca, 2008a, p.56). Para exemplificar e justificar seu posicionamento ele diz:

Como grandes riquezas, quando chegam às mãos de um mau administrador, em um curto espaço de tempo, se dissipam, mas, se modestas e confiadas a um bom guardião, aumentam com o tempo, assim a existência se prolonga por um largo período para o que sabe dela usufruir (Sêneca, 2008b, p.26).

Cabe acrescentar uma citação por ele feita do “maior dos poetas”⁶ que se segue a esse discurso que diz que “pequena é a parte da vida que vivemos” (*op. cit.*, p.28). O que podemos depreender dessas duas passagens não diz, afinal, respeito ao tempo que se viveu. Afirma-se que nós não vivemos a maior parte de nossa vida, porque a maior parte dela é desperdiçada com falsos valores e conquistas. Quando ele afirma que modestas quantias confiadas a um bom guardião se prolongam por um largo período, está justamente afirmando que pequenas durações de tempo vividas por quem sabe viver bem se tornam tempo suficiente. A vida nessas condições seria longa porque “nada dela foi delegado a outrem, nada foi dispersado, nada foi deixado à sorte, nada desperdiçado com negligência, nada esbanjado pela liberalidade, nada foi supérfluo: a vida toda foi pode-se dizer, proveitosa” (*op. cit.*, p.52 e 53).

⁶ Tal poeta não é identificado por Sêneca.

Como consequência dessas afirmações pode-se chegar à conclusão de que, para Sêneca, a vida não deve ser “comprada a qualquer preço”. Ela deve ser vivida enquanto vale à pena. Ele ilustra essa posição com uma parábola e uma observação que a ela se segue:

(...) considero sumamente efeminada a expressão daquele homem de Rodes que, tendo sido lançado por um tirano numa cova, e alimentado como um animal selvagem, a alguém que lhe aconselhava se abstivesse de comer respondeu: ‘Um homem, enquanto viver, não deve perder a esperança (Sêneca, 2008a, p.56-57).

Sêneca se perguntará a respeito dessa situação: “Pensarei que naquele que vive tudo pode a fortuna, e não que no que sabe morrer a fortuna nada pode?” (*op. cit.* p.57); deste modo aquele que tem as rédeas da própria vida não está submetido aos caprichos da fortuna.

Fundamental seria então que o homem se libertasse da necessidade e passasse a viver uma vida virtuosa, pois a prática da virtude é o único caminho que leva à sabedoria e, conseqüentemente à felicidade plena. “É um mal viver sob o jugo da necessidade, mas não é necessário viver sob a necessidade” (*op. cit.* p.11); este pensamento também terá repercussões consideráveis no que diz respeito ao lugar da morte em uma tal postura perante a vida, pois há aqueles que não conseguem se libertar do vício e viver uma vida digna, que se escondem por detrás de falsos impedimentos, ou mesmo aqueles que são submetidos a condições degradantes e penosas, seja por doenças, injúrias ou tragédias de quaisquer sorte. A respeito deles Sêneca dirá: “julgo que é necessário deixar esse modo de vida ou deixar a própria vida” (*op. cit.* p.12). Segundo ele, isso deve ser feito suavemente, de modo que os males sejam pouco a pouco desfeitos. No entanto, “se não houver outra maneira de desatar o nó, então o rompas” (*ibidem*). Aqui se pode vislumbrar o posicionamento do filósofo frente ao suicídio: a morte é uma possibilidade de saída digna de situações adversas que podem se abater sobre o homem, portanto “em nenhuma outra coisa como na morte devemos obrar mais ao sabor de nossa inclinação” (*op. cit.* p.58). E caberia a cada um julgar quais seriam essas situações no que lhe diz respeito.

Outro ponto que merece destaque é a afirmação de que o homem não deve temer a morte, mas encará-la com serenidade. E isso será possível se vivermos do modo que

foi descrito. Uma boa vida leva necessariamente a uma boa morte e a boa vida pode ser vivida se tivermos a consciência de que vamos morrer: “Estou preparado para partir e, por isso, aproveitarei a vida, porque em nada me inquieta sua duração” (*op. cit.* p.42). Segundo Sêneca, a morte nenhum mal pode nos causar, pois, se tal ela pudesse, esse mal já nos seria conhecido uma vez que não haveria diferença entre “começar a ser e deixar de ser, se o efeito de uma coisa e de outra é não ser” (*op. cit.* p.38)⁷. Pode-se perceber que Sêneca equipara as duas condições de não-existência do homem: aquela na qual se encontra antes de nascer e aquela na qual se encontrará depois de morrer. Para ele, “o equívoco (...) é pensar que a morte tão-somente se segue à vida, quando em verdade tanto a precede como se lhe segue” (*ibidem*). E sobre isso ele ainda afirma que a morte, “ela nos leva de volta àquela tranqüilidade, na qual jazía-mos antes de nascer” (Sêneca *apud* Pirateli e Melo, s.a., p. 5); então “se nenhum sentido resta ao morto, (...) retornou para aquele lugar no qual estivera antes de nascer” (*ibidem*). Sêneca aponta ainda uma outra consolação perante a morte:

Melhor farias advertindo que a sensação do mal não pode chegar ao que faleceu, pois que, se lhe chega, não faleceu. Nenhuma coisa, repito, pode lesar quem já não existe; se o lesa, é que ele vive. Pensas acaso que alguém é infeliz por já não existir ou então por ainda ser? Nem pelo fato de não existir pode afetá-lo tormento algum – porque que sensação tem quem não existe? – nem o afeta o fato de ser, porque, sendo, está livre do mal maior da morte, que é, com efeito, o não ser (Sêneca, 2008a, p.133).

É interessante observar que na citação acima, Sêneca fala contra o temor da morte em dois sentidos. De acordo com o primeiro, a morte não pode causar mal algum, portanto não há porque temê-la. De acordo com o segundo, enquanto vivemos, não experimentamos o não ser, que é a única ameaça que a morte representa; de resto, ela é apenas o fim de todos os males da existência.

Pode-se retomar aqui, para que a este se some, o argumento de que tanto passado quanto presente são mortos. Isto é mesmo a condição de uma vida que necessariamente

⁷ Essa equivalência é encontrada em outros autores da antiguidade, como em Lucrecio, por exemplo. Ele afirma que “o passado, em que o sujeito ainda não existia, é o espelho do futuro, em que ele deixa de existir” (Schumacher, 2009, p.255).

se dá em uma dimensão temporal; para que o tempo passe e para que ainda haja tempo por vir, afinal “ninguém é tão velho que não possa reivindicar para si mais um dia” (*op. cit.*, p.10), é necessário que tanto um quanto outro não sejam.

Quanto a esse aspecto, o temor da morte, ele engloba ainda outra análise: o medo das perdas, toda a sorte de perdas que nos assaltam durante a vida. Na filosofia de Sêneca os bens materiais não são considerados nem bons nem maus. “É um abuso (...) supor que a fortuna tenha o poder de nos fazer o bem ou o mal; ela fornece a matéria de nossos bens e de nossos males” (*op. cit.* p.119). Isso só é possível pelo entendimento de que a felicidade não reside nas coisas, naquilo que nos pode ser tomado, que é passageiro e que está submetido às reviravoltas da sorte:

Quem faz seu contentamento provir daquilo que vem de fora apóia-se em bases frágeis. Toda alegria que assim entra irá embora, mas aquela que nasce de si é segura e sólida; ela aumenta e acompanha nossa caminhada até o fim. (...) a alma dirige os seus destinos soberanamente e não deve senão a ela própria sua felicidade ou miséria (*ibidem*).

A questão da necessidade, acima citada para expor o local da morte voluntária na presente perspectiva, pode ser aqui retomada para considerar em que consistiria a liberdade do homem. E ele é escravo quando vive, como mencionado, sob o jugo da necessidade. A liberdade, para Sêneca, não dizia respeito em absoluto às condições materiais da existência, mas a um ideal moral (Inwood, 2006). Nas palavras de Sêneca: “Cada um é artífice da sua própria moralidade; quanto às tarefas, é a sorte que as impõe (Sêneca, 2008a, p.31). A própria escravidão não é senão mais uma das inúmeras infelicidades da vida e, como todas as outras, não é ela que impede o homem de ser livre. Cabe ressaltar, ainda quanto a esse aspecto, que em alguns momentos nos quais fala da escravidão, Sêneca não faz nenhum tipo de censura a esse regime, pelo contrário, uma vez que ele tenha aconselhado os senhores a serem bons senhores, tal como observam Ariès e Duby, “se tivesse se dignado a dar lições aos escravos, igualmente lhes teria ensinado a se comportar como bons escravos” (2006, p.79).

Duas coisas importantes podem ser apontadas. A primeira diz respeito ao fato de que “a servidão não atinge senão poucos homens; são muitos mais os que a ela se entregam” (*op. cit.* p.15). Com isso se pretende dizer que é o próprio homem, por

inércia, ou pela falta de vigor das suas ações, que se escraviza a si próprio, tornando-se suscetível às oscilações de seu destino. Sêneca nos exorta a nos tornarmos senhores de nós mesmos e a nos desprendermos de tudo aquilo que não podemos de fato possuir. “Uma pessoa pode desprezar todas as coisas, mas não há quem possa ter todas as coisas” (*op. cit.* p.44), é por esse desprezo que alcançamos a verdadeira liberdade, pois pertencemos a nós mesmos e não às coisas que nos são irremediavelmente alheias. Quando desperdiçamos nossa vida perseguindo esses supostos “bens”, em algum momento “destituídos de todos os bens, arrependemo-nos de ter desperdiçado nossa vida, não detivemos nenhuma parte dela: a vida simplesmente passou. Ninguém se pergunta se vive bem, mas por quanto tempo viverá. No entanto, todos podem viver bem, e ninguém sabe por quanto tempo viverá” (*op. cit.* p.16).

A segunda coisa a ser apontada é o fato de que, outra forma de escapar ao jugo da necessidade é estar de acordo com ela, pois “o sábio nada faz contra sua própria vontade. Ele escapa à necessidade porque quer o mesmo que ela o forçará a fazer” (*op. cit.* p.39). E ele exemplifica:

Esforça-te por nada fazeres a contragosto. Tudo o que será necessidade a quem repugna não o será para quem quer. Digo o seguinte: quem recebe as ordens de bom grado evita a parte mais penosa da escravidão, ou seja, fazer o que não quer. É infeliz, não aquele que, mandado, executa uma tarefa, mas quem a faz forçado. Por isso, de tal modo nos disponhamos espiritualmente que desejemos o que as circunstâncias exigirem e, de modo especial, pensemos no fim sem tristeza (*op. cit.* p.42 e 43).

Qual é o homem que não sabe que vai morrer? A nossa única necessidade, enquanto mortais, é a de morrer.

Conclusão:

Após a exposição daquilo que o pensamento de Sêneca tem a dizer sobre a morte, cabe, por fim, refletir no modo segundo o qual essa perspectiva pode nos ser útil atualmente.

Para esse propósito, pode-se considerar um dos modos pelos quais a filosofia pode nos ser útil de uma maneira geral; e uma dessas utilidades seria justamente o fornecimento das bases reflexivas para o direcionamento das nossas ações. Amparados pela perspectiva de Sêneca podemos refletir sobre o sentido da nossa existência e como podemos “exercê-la” (realizá-la da maneira que nos parece mais satisfatória), o julgamento particular de como se dá uma vida bem vivida, considerando cautelosamente a forma pela qual administramos nosso tempo e lidamos com as nossas obrigações. O fato de ter a morte em vista não tem menos importância. Essa conscientização pode ser extremamente benéfica para que se viva a vida de um modo não apenas mais responsável, mas também para que, no momento da morte não se venha a ter a sensação de que tanta coisa ainda falta por se fazer, ou de que, simplesmente, não vivemos bem ou da maneira que queríamos ter vivido.

Podemos nos utilizar dos elementos que dizem respeito ao temor da morte para pensar a situação dos pacientes terminais. Temer a morte pode prejudicar a qualidade de vida desses pacientes que já se encontram fora das possibilidades de cura. Aceitar a morte é, então, algo muito importante e saudável não só para o paciente, mas também para sua família. Também podemos nos utilizar, ainda para pensar a condição desses pacientes, das reflexões acerca do suicídio. Caberia a esses pacientes julgar a partir de que momento não se deve mais manter a vida a qualquer custo. Por fim, a preparação para a morte dessas pessoas é imprescindível para que elas possam viver bem o tempo que lhes resta, sem medo ou apego demasiado à vida, mas desprendendo-se dela de forma digna.

Por fim, se a morte é a única coisa que há de certa, devemos seguir em sua perspectiva, tendo nossa vida delineada por esta certeza.

Bibliografia:

ARIÈS, Philippe. *O homem diante da morte*. Volume I. Tradução: Luiza Ribeiro. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1989.

_____. *O homem diante da morte*. Volume II. Tradução: Luiza Ribeiro. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1982.

ARIÈS, Philippe; DUBY, Georges. *História da Vida Privada: do império romano ao ano mil*. Tradução: Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2006.

CHÂTELET, F. *A Filosofia Pagã: do século VI a.C. ao século III d.C.* Tradução: Maria José de Almeida. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1981.

INWOOD, Brad. *Os estóicos*. Tradução: Paulo Fernando Tadeu Ferreira Raul Fiker. São Paulo: Odysseus Editora, 2006.

OLIVEIRA, Alessandra Possobon de. *Reflexões sobre a morte na visão senequiana*. Disponível em: http://www.cesumar.br/curtas/psicologia2008/trabalhos/REFLEXOES_SOBRE_A_MORTE_NA_VISAO_SENEQUIANA.pdf. Acessado em: 26/03/10.

PIRATELI, Marcelo Augusto; MELO, José Joaquim Pereira. *A morte no pensamento de Lúcio Aneu Sêneca*. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHumanSocSci/article/view/183/133>. Acessado em: 26/03/10.

SÊNECA, 4 a.C. – 65. *Aprendendo a viver*. Tradução: Carlos Nougué; João Carlos Cabral Mendonça; Mariana Sérvulo da Cunha; Willian Li. São Paulo: Martins Fontes, 2008a.

_____. *Sobre a brevidade da vida*. Tradução: Lúcia Sá Rebello, Ellen Itanajara Neves Vranas e Gabriel Nocchi Macedo. Porto Alegre: L&PM, 2008b.

SCHUMACHER, B. N. A morte: um mal de privação. In: *Confrontos com a Morte*. Tradução: Lúcia Pereira de Sousa. São Paulo: Edições Loyola, 2009.