

**De ira III, 2: fonti dossografiche e analogie con il moderno paradigma cognitivo-comportamentale**

[De ira III, 2: dossographic sources and analogies with the modern cognitive-behavioral paradigm]

Marco Carrozza<sup>1</sup>

Universidad Complutense de Madrid

**Sinossi:** Il presente articolo si propone di esaminare un passo del *De ira* di Seneca (III, 2) che, in virtù della sua rilevanza strutturale e tematica all'interno dell'architettura dell'opera, si presta a sviluppare una serie di interessanti considerazioni, senz'altro utili per comprendere più a fondo la natura complessiva del trattato. Il passaggio in questione si rivela anzitutto cruciale poiché consente di tracciare le fonti dossografiche a cui l'autore si è ispirato per mettere a punto la strategia terapeutica adottata per la cura dell'ira, accuratamente illustrata proprio nel terzo libro dell'opuscolo. Sulla scorta inoltre di un passo così denso di implicazioni filosofico-letterarie, si avvanzerà una proposta di interpretazione complessiva dell'opera e degli intenti che la sostengono. Infine, si passerà ad analizzare l'approccio terapeutico prescelto dal filosofo, e si mostrerà come esso si collochi al confine fra l'antico ἐπιλογισμός cinico-stoico e il moderno paradigma cognitivo-comportamentale.

**Abstract:** This paper aims to analyse a dense passage of *De ira* by Seneca (III, 2) that, considering its structural and thematic relevance in the architecture of the tractate, gives rise to interesting and valuable considerations to understand more deeply the nature of the work. First, the extract under examination is crucial since enables to identify the dossographic sources that the author drew on to develop the therapeutic strategy adopted for the treatment of anger in the third book of the work. Furthermore, an overall interpretation of the essay, based on a passage so rich in literary and philosophical implications, will be provided. Eventually, we will deal with the therapeutic approach selected by the philosopher and its analogies with the ancient Cynic-Stoic ἐπιλογισμός and the modern cognitive-behavioral paradigm.

**Parole chiave:** Seneca, *De ira*, dossografia, etica cinico-stoica, terapia cognitivo-comportamentale

**Keywords:** Seneca, *De ira*, dossography, Cynic-Stoic ethics, cognitive-behavioral paradigm

**Recepción:** 22/10/2020 **Aceptación:** 18/02/2021

## 1. *De ira* III, 2: fonti dossografiche e interpretazione complessiva

*Nullam transit aetatem, nullum hominum genus excipit. Quaedam gentes beneficio egestatis non novere luxuriam; quaedam, quia exercitae et vagae sunt, effugere pigrítiam; quibus incultus mos agrestisque vita est, circumscriptio ignota est et fraus et quodcumque in foro malum nascitur. Nulla gens est, quam non ira instiget, tam inter Graios quam inter barbaros potens, non minus perniciosa leges metuentibus quam quibus iura distinguit modus virium. [2] Denique cetera singulos corripunt, hic unus adfectus est, qui interdum publice concipitur. Numquam populus universus feminae amore flagravít, nec in pecuniam aut lucrum tota civitas spem suam misit; ambitio viritum singulos occupat; impotentia una est malum publicum. [3] Saepe in iram uno agmine itum est; viri feminae, senes pueri, principes vulgusque consensere, et tota multitudo paucissimis verbis concitata ipsum concitatore antecessit; ad arma protinus ignesque discursum est et indicta finitimis bella aut gesta cum civibus; [4] totae cum stirpe omni crematae domus et modo eloquio favorabili habitus in multo honore iram suae contionis excepit; in imperatorem suum legiones pila torserunt; discedit plebs tota cum patribus; publicum consilium senatus non expectatis dilectibus nec nominato imperatore subitos irae suae duces legit ac per tecta urbis nobiles consecratus viros supplicium manu sumpsit; [5] violatae legationes rupto iure gentium rabiesque infanda civitatem tulit, nec datum tempus, quo resideret tumor publicus, sed deductae protinus classes et oneratae tumultuario milite*

<sup>1</sup> Dirección para correspondencia: Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Filología. Plaza Menéndez Pelayo s/n, 28040 - Madrid, España. Correo electrónico: mcarrozz@ucom.es

; sine more, sine auspiciis populus ductu irae suae egressus fortuita raptaque pro armis gessit, deinde magna clade temeritatem audacis irae luit. [6] Hic barbaris forte ruentibus in bella exitus est; cum mobiles animos species iniuriae perculit, aguntur statim et qua dolor traxit ruinae modo legionibus incidunt incompositi, interriti, incauti, pericula adpetentes sua; gaudent ferri et instare ferro et tela corpore urgere et per suum vulnus exire (De ira, III, 2 Reynolds).

Il brano oggetto di studio, che si colloca al principio del terzo libro del *De ira*, merita una particolare attenzione giacché consente di evincere i tratti costitutivi della strategia terapeutica prescelta da Seneca per la cura dell'ira e di individuarne, al contempo, le fonti che la ispirarono. L'estratto selezionato si carica inoltre, come tenderemo di dimostrare, di una valenza strutturale e tematica utile per comprendere più a fondo la natura e gli intenti che sorreggono l'opera.

Il passo è interamente volto ad illustrare la natura pervasiva dell'ira e la sua conseguente pericolosità: essa è in tutto simile a un'epidemia<sup>2</sup>, che trova nella folla il terreno più fertile su cui proliferare. La folla è senza dubbio uno degli idoli polemici più fieramente avversati da Seneca: a tal proposito è non poco istruttivo l'esordio di *Epist.* I, 7: “*Quid tibi vitandum praecipue existimes quaeris? Turbam.*” Ma occorre distinguere: la folla non si identifica genericamente con il prossimo, ma, come peraltro confermano le immagini cruenti del passo, con la massa amorfa e corrotta, sempre pronta a scatenarsi, nello spirito di branco, in un accesso di violenza e sangue. Il contatto con la massa è in genere pericoloso perché contagia, e lo è a maggior ragione nel caso dell'ira, che attecchisce più facilmente negli uomini assecondandone una tendenza ineliminabile, e cioè la predisposizione ad arrogarsi in modo esclusivo, e senza che siano peraltro ammessi effetti ritorsivi, quella che Seneca definisce *licentia*<sup>3</sup>, e che noi potremmo agilmente tradurre con “libertà d'offesa”. Va da sé che questa *licentia* tenda spesso a manifestarsi pubblicamente e a rompere il vincolo della socialità<sup>4</sup>, che tanta importanza aveva per lo Stoicismo romano.

Il secondo membro della *sententia* con cui si apre il passo (*Nullam transit aetatem, nullum hominum genus excipit*) riecheggia un'analogia affermazione<sup>5</sup> del filosofo epicureo Filodemo<sup>6</sup>, autore anch'egli di un trattato sull'ira<sup>7</sup>. Entrambi i filosofi, benché appartenenti a scuole rivali, approdano in merito all'ira ad una conclusione che è sì coincidente nell'esito, ma estremamente difforme nelle premesse. Secondo il filosofo di Gadara l'ira si articola in due fattispecie ben distinte<sup>8</sup>: “furore cieco” (θυμός ο κενή ὀργή), passione irrazionale nociva per sé e per gli altri, e “ira naturale” (φύσικη ἢ κατὰ φύσιν ὀργή) o “ragionevole” (εὐλογος ὀργή ο semplicemente ὀργή), moto dell'anima di breve durata e moderata intensità, fondato su ragioni oggettive<sup>9</sup> e a cui proprio nessuno, neppure il saggio<sup>10</sup>, è immune<sup>11</sup>. Seneca, d'altro canto, esclude questa seconda tipologia d'ira, e tuttavia concorda con Filodemo nel prospettarla come un male ostinato e tentacolare, qualunque sia la sua origine. Ciò detto, il fraseggio in parte analogo e la trama insistita delle corrispondenze che innerva i primi capitoli del terzo libro del *De Ira* lascia trasparire una ripresa cosciente, benché asistemica, di immagini e motivi ricavati dal *Περὶ ὀργῆς* di Filodemo<sup>12</sup>. È opportuno tuttavia rilevare come gran parte di

<sup>2</sup> Per la metafora dell'ira come *pestilentia* cfr. Sen., *De Ira*, I, 2, 1; 12, 6; 20, 1; II, 11, 2-4; III, 3, 1 e soprattutto III, 5, 1.

<sup>3</sup> Sen., *De Ira*, II, 31, 3. Per la rilevanza che il tema assume nel *De Ira*, specie nel libro III, cfr. Ramondetti 1996.

<sup>4</sup> È la virtù pratica fondamentale per Panezio di Rodi. Per la distinzione fra virtù teoretiche e pratiche e per la valorizzazione di socialità e Stato in Panezio cfr. Cic., *De officiis*, 1, 4, 11-14 = fr. 98 van Straaten = fr. B 11/B 24 Vimercati.

<sup>5</sup> Cfr. Filod., col. XXX παντὸς (αἱ ὀργαί) ἄπτονται γένους ἀνθρώπων.

<sup>6</sup> Su Filodemo e l'iniziale penetrazione dell'epicureismo a Roma cfr. la sintetica trattazione di Reale 2008<sup>3</sup>, pp. 261-265.

<sup>7</sup> Per un'ampia e ancora valida disamina del *Περὶ ὀργῆς* di Filodemo cfr. K. Wilke, 1914.

<sup>8</sup> Cfr. col. 36, 20; col. 37, 39-col. 38, 34; col. 39,26-col. 40, 22; col. 41, 28-31; col. 45, 32-37.

<sup>9</sup> Le cause dell'ira naturale sono enumerate in col. 35, 17-col. 36, 28.

<sup>10</sup> Il principale esempio di ira naturale addotto dal filosofo è curiosamente proprio quello di Epicuro, fondatore del Giardino (col. 34, 39-col. 35, 5).

<sup>11</sup> A ben vedere la distinzione fra ira naturale e ira irrazionale rappresenta probabilmente un'originale rielaborazione della posizione di Epicuro e dei suoi primi discepoli. A questo proposito cfr. Epic., fr. 8 Arrighetti<sup>2</sup>; Metrod., fr. 64 Körte e Ermarco, fr. 43 Longo.

<sup>12</sup> Per una rassegna puntuale delle concordanze cfr. J. Fillion-Lahille, 1984, pp. 229-230.

queste riprese siano del tutto esteriori, e non coinvolgano in nessun modo gli snodi dottrinali decisivi del discorso senecano. Bisogna inoltre considerare che il filosofo di Gadara attinge, almeno nella prima parte dell'opera, a fonti non epicuree, bensì di orientamento dichiaratamente stoico o cinicheggiante, grosso modo in linea con la posizione di Seneca<sup>13</sup>. E non è un caso che egli tragga spesso ispirazione proprio dalla prima parte dell'opera filodemea, che contiene la descrizione del vizio e il suo inquadramento etologico, interamente condotto, secondo K. Wilke, sulla falsariga del *Therapeutico* di Crisippo<sup>14</sup>.

Ed è appunto questa ripresa intertestuale che supporta il tentativo che fa qui Seneca di suturare la trattazione del secondo libro con quella del terzo. In particolare il Cordovano mette al centro i due aspetti più caratteristici dell'ira: l'ira come frutto di un'inclinazione, che va prevenuta, e l'ira come *vitium* più o meno conclamato, che va estirpata. Emerge pertanto come primo nodo del capitolo la trasversalità dell'ira, che come tale andrà intesa come il risultato di una *proclivitas*<sup>15</sup> comunemente diffusa tra gli uomini ed estranea a qualsiasi distinzione etnica (§1), anagrafica o sociale (§3). L'ira è dunque un *impetus compositus* non solo nel senso che per darsi richiede un concorso di percezioni<sup>16</sup>, ma anche perché l'uomo, da una parte, gli è naturalmente incline, e lo è in misura maggiore rispetto agli altri *πάθη* in virtù di quella costitutiva presunzione di libertà e immunità d'offesa che cova nell'animo di ciascuno, dall'altra, perché l'ira è frutto di un'opinione errata, di una visione dispercettiva della realtà che promana dalla paura congenita dell'offesa. A dimostrazione di questo doppio statuto dell'ira ci soccorre proprio un passo dell'epistolario di Seneca: *Duo sunt, propter quae delinquimus: aut inest animo pravis opinionibus malitia contracta aut, etiam si non est falsis occupatus, ad falsa proclivis est et cito specie quo non oportet trahente corrumpitur. Itaque debemus aut percurare mentem aegram et vitiis liberare, aut vacantem quidem, sed ad peiora pronam preoccupare* (Sen. *Epist.*, 94, 13). La divaricazione del ragionamento è qui drastica, scandita com'è dalla correlazione disgiuntiva *aut...aut*: il male o nasce da false opinioni, o da un animo che è ad esso proclive. Ad ognuno dei due corni del ragionamento corrisponde poi una distinta via terapeutica: se l'ira è il frutto di una *prava opinio*, ed è dunque catalogabile come *adfectus*, l'anima che ne è avvinta andrà curata con ogni diligenza per liberarla dal *vitium* che se ne è impossessato, se invece il male è dovuto a tendenze connaturate, non si potrà far altro che prevenirlo. Ora, è lo stesso disegno compositivo<sup>17</sup> del *De ira* che, se considerato alla luce di questo passo, dimostra chiaramente la duplice genesi dell'ira e la sua rimarchevole componente innata. Il trattamento terapeutico dell'ira si snoda pertanto nel trattato senecano in due percorsi assolutamente complementari: la prima fase è di tipo profilattico e corrisponde alle trattazioni del secondo libro, la seconda invece è quella propriamente curativa e trova il suo sviluppo nel terzo: l'ira necessita dunque di un trattamento preventivo perché è senza dubbio una *proclivitas*, ma anche di un più incisivo trattamento curativo poiché essa è pure il frutto di un assenso debole, ed è dunque un *adfectus* in piena regola. Il capitolo è dunque volto ad illustrare questi due aspetti complanari dell'ira e ad introdurre, attraverso la *descriptio* etologica<sup>18</sup> e dinamica dell'irato, alcuni concreti elementi della sua terapia.

<sup>13</sup> Tra le fonti espressamente nominate da Filodemo compaiono il cinico Bione di Boristene, di cui è menzionato il trattato *Περὶ ὀργῆς* (il più antico scritto su questo argomento) e gli stoici Crisippo e Antipatro (quest'ultimo, come Bione, autore di un'opera *Sull'ira*), entrambi scolarchi ed esponenti di primo piano della scuola avversaria.

<sup>14</sup> Cfr. K. Wilke, 1914, pp. 30-44, spec. 43: *Philodemus ... cum iram describeret, omnia fere ex Chrisyppi curatorio libro haurisse mihi videtur*. Secondo J. Fillion-Lahille la principale fonte di questa sezione etologica sarebbe da ricercare piuttosto nell'opera di Bione. Cfr. J. Fillion-Lahille, 1984, pp. 117-118, 233-235.

<sup>15</sup> *Proclivitas* è la traduzione latina del gr. *εὐμπρωσία*. Per la trattazione di questo concetto nella dottrina etica degli stoici cfr. Diog. Laërt., VII, 115 = S.V.F., III, fr. 422 von Arnim; Cic., *Tusc. disp.* IV, 27 = S.V.F., III, fr. 423 von Arnim.

<sup>16</sup> Cfr. Sen., *De Ira*, II, 1, 3-4.

<sup>17</sup> Per la struttura del *De Ira* cfr. P. Ramondetti, 1996.

<sup>18</sup> Sull'etopea come specie peculiare della *descriptio* (gr. *ὑποτύπωσις* "abbozzo", *ἐνάρχεια* "evidenza") cfr. B. M. Garavelli, 2008<sup>11</sup>, p. 238.

L'epicentro argomentativo è costituito dal periodo iniziale, sorta di cartina di tornasole per l'orchestrazione strutturale del passo: il primo membro del periodo gravita intorno al termine *aetas*, il secondo fa capo ad una parola altamente polisemica, che andrà intesa in tre delle sue fondamentali accezioni (il *genus* come razza, sesso e classe qualitativamente individuata di uomini), ciascuna delle quali sarà poi oggetto di una sintetica trattazione esemplificativa: la prima isolata all'inizio del capitolo (§1), la seconda associata a quella dell'*aetas*, peraltro entrambe accennate di scorcio (§3), la terza, invece, sospesa e adombrata nella contrapposizione finale fra romani e barbari (§6). Si tratta di un rapporto di inclusione iper-iponimico<sup>19</sup> che, realizzandosi a distanza, si configura come un eccezionale strumento di coesione testuale e argomentativa. Dalla composizione delle due premesse, e cioè che l'ira è trasversale a ogni età e categoria di uomini, sarà poi possibile trarre per via inferenziale la loro logica conclusione, ovvero che l'ira è una piaga sociale universalmente diffusa. E quest'ultima deduzione va incontro anch'essa ad una esemplificazione contrastiva che si avvale di un efficace *σύγκρισις* con altri vizi (§2) e che, allo stesso tempo, si colloca significativamente fra quella del *genus* come razza (§1) e quella congiunta dell'*aetas* e del *genus* inteso nelle sue due restanti accezioni (§3): ciò che è dunque mediato sul piano logico-consequenziale diventa inaspettatamente mediante su quello retorico-argomentativo: con uno stacco inatteso lo scenario si restringe infatti su Roma e sul suo popolo vittima dell'ira, che diventa così il paradigma di una società interamente assillata dal pungolo dell'ira.

Seneca passa dunque ad un esame comparativo dell'ira e di vari altri *vitia*, al fine di evidenziare l'irriducibilità di una passione così atipica e aberrante, soprattutto per natura e portata (§1). Egli coglie così l'occasione di rilanciare l'antica e intramontabile polemica contro i *mores* depravati dei Romani, corrotti da *avaritia*, *luxuria* e *ambitio*. Si tratta, come è noto, di un motivo di lontana ascendenza sallustiana<sup>20</sup>, che finirà per rifluire nel ricco ventaglio delle perversioni morali spesso bersagliate dalla diatriba cinico-stoica. Il tema, spiccatamente declamatorio, ricorre sovente nelle *Controversiae* di Seneca padre a cui, qui come altrove, Seneca filosofo si ispira largamente, soprattutto nella condanna della *luxuria* e nell'esaltazione della *egestas* (*beneficio egestatis non novere luxuriam* §1)<sup>21</sup>.

Il successivo e stringente confronto dell'ira con altre passioni obbedisce ad una duplice funzione: da una parte evidenziare per contrasto, secondo lo schema della *priamel*<sup>22</sup>, l'universalità dell'ira, dall'altra mettere in correlazione questa sua speciale natura diffusiva con il decorso psicopatologico che la caratterizza (§2). Viene quindi qui prospettato l'ultimo stadio della degenerazione dell'ira, e cioè il suo radicamento morboso. Nella dottrina etica degli stoici i *morbi* sono passioni esacerbate e ormai insanabili<sup>23</sup>, tra le quali vengono spesso e concordemente annoverate *avaritia*, *ambitio* e *amor feminae*<sup>24</sup>. Non ci pare dunque casuale che l'ira sia qui accostata proprio a tali affezioni. È interessante a questo punto notare come non si accompagni alla sostanza delle immagini un contestuale riallineamento terminologico: si continua infatti a parlare genericamente di *ira* come *adfectus* (§2), dunque come affezione dell'anima ancora curabile, nonostante essa sia nei fatti delineata come *morbus*, affezione incancrenita e ormai irreversibile, e più avanti addirittura come *furor* (§4-6). È tuttavia probabile che l'apparente incongruità sia dovuta a ragioni di efficacia terapeutica e descrittiva<sup>25</sup>. In sostanza Seneca tratteggerebbe a tinte fosche lo scenario più rovinoso

<sup>19</sup> Per l'iper-iponimia come rapporto non univoco di *immutatio* e per il suo rapporto con il dominio della *perspicuitas* cfr. *ivi*, pp. 135-136.

<sup>20</sup> Cfr. Sall., *De Cat. Con.*, 1-4; 6,3-12; *B. I.*, 1-4; 41-2.

<sup>21</sup> Cfr. Sen. Rh., *Contr.* II, 1, 18: *quam te, paupertas, amo, si beneficio tuo innocens sum*. Per l'influenza di Seneca padre su Seneca figlio cfr. J. Fillion-Lahille, 1984, pp. 250-255.

<sup>22</sup> Il termine non è attestato nella teorizzazione retorica degli antichi e risale a F. Dornseiff, che lo coniò in relazione allo stile di Pindaro.

<sup>23</sup> *Morbus* è traduzione del gr. *νόσημα*. Sulla differenza fra *πάθη* propriamente detti e *νόσηματα* cfr. Cic., *Tusc.*, IV, 23-25; Sen., *Epist.*, 75, 11. Per una trattazione complessiva sull'argomento cfr. M. Giusta, 1964, II, 4, pp. 272-275.

<sup>24</sup> Cfr. Stob., *Ecl.*, II, 93, 1 = S. V. F., III, fr. 421 von Arnim; Cic., *Tusc.*, IV, 24, 26 = S. V. F., III, fr. 424, 427 von Arnim.

<sup>25</sup> Sulla possibilità di fare a meno dell'esatta terminologia stoica cfr. A. Setaioli, 2000, p. 138.

a cui l'ira, mutatasi in *morbis*, possa condurre: uno scenario tumultuante di guerra fratricida e di crudeltà inconsulta. Peraltro, lo scopo delle tetre immagini che affollano il passo è evidentemente dissuasivo: ed è proprio a tal fine che, attraverso la costruzione di immagini altamente evocative, Seneca sembra valicare il confine che corre fra l'ira, ancora curabile, e la *feritas*, male cronico e inestirpabile<sup>26</sup>. Il Cordovano pertanto fa interagire, in modo tecnicamente improprio, due distinti stadi psicopatologici dell'ira (*adfectus ~ morbus / feritas*) e associa all'uno le manifestazioni sintomatiche più gravi dell'altro.

Gli *exempla* e le immagini successive restituiscono tutte un'atmosfera di grande frenesia e concitazione, ed è proprio in una di queste che ricorre il verbo *discurro*, una voce ad altissimo voltaggio tematico, che ci consentirà di cogliere l'ira da un ulteriore angolo visuale. Lo scenario è quello di una folla indistinta che, dopo essersi furiosamente precipitata ad impugnare le armi, ora si volge contro i suoi stessi concittadini, ora contro i popoli vicini (§3). Il prefisso *dis-* con cui entra in composizione il verbo *curro* designa dispersione, e sta ad indicare nel passo una moltitudine inferocita di uomini che corrono disordinatamente e senza meta. Esso riproduce dunque l'irrequietezza di chi è preda dell'ira e il movimento febbrile che si accompagna, già nella sintomatologia psicosomatica degli stoici, all'insorgere delle passioni. Il prefisso indica dunque il parcellizzarsi dei movimenti, che si sottraggono all'azione direttiva dell' ἡγεμονικόν e si fanno via via sempre più scomposti, se non addirittura autolesivi. Esso, però, designa anche direzione contraria, e quindi una sorta di schizofrenica tensione verso gli opposti. Quello che viene qui raffigurato è dunque il movimento oscillatorio che qualifica per gli stoici la fenomenologia delle passioni, che si manifestano nella frequente alternanza di contrazioni, dilatazioni, elazioni e abbattimenti dello pneuma (sostrato materiale dell'anima)<sup>27</sup>. Ed è proprio questo stato di intima frizione che sembrerebbe configurare l'ira come *vitiositas*<sup>28</sup>, un'ulteriore forma morbosa che è così definita da Cicerone: *habitus aut adfectio in tota vita inconstans et a se ipsa dissentiens* (*Tusc.*, IV, 29)<sup>29</sup>. La contraddizione dell'anima con se stessa è anche qui marcata dal prefisso *dis-*, e sullo stesso preverbo insiste Seneca nel descrivere la fenomenologia pubblica e politica dell'ira: oltre al già citato *discurro* (§3), è in tal senso estremamente pregnante l'uso del verbo *dissideo* (§4), che indica il disaccordo politico fra *plebs* e *patres*, entrambi parte di un unico organismo statale il quale, proprio come l'anima preda del *vitium*, si ritrova dilacerato da un conflitto esplosivo al suo interno.

## 2. Un antecedente del moderno paradigma cognitivo-comportamentale

Come già accennato, Seneca si avvale di procedimenti terapeutici, per così dire, figurativi, e chiaramente riconducibili alla *κοινωνία* cinico-stoica. Si consideri anzitutto la portata terapeutica delle immagini che si accavallano con abile disinvoltura qui e in genere all'inizio del terzo libro: esse non sono, nell'intenzione dell'autore, vani abbellimenti retorici; al contrario, se opportunamente sostanziati, rivestono una potente funzione dissuasiva. La dimensione protrettico-morale delle immagini che riscontriamo qui in Seneca era un tratto di scuola caratteristico della Stoà e doveva essere senza dubbio preponderante nel quarto libro del Περὶ παθῶν di Crisippo<sup>30</sup>, citato peraltro da Filodemo a modello della sezione etologica e descrittiva del suo trattato<sup>31</sup>, non a caso quella con cui sono maggiori i punti di contatto dello scritto senecano. L'insistenza sulla forza per così dire psicagogica delle immagini rientrava in uno dei metodi terapeutici più comunemente adottato nelle più svariate scuole filosofiche, il cosiddetto ἐπιλογισμός, attraverso il quale era possibile condurre una minuziosa raffigurazione dell'uomo in preda alla passione, dei suoi comportamenti e delle conseguenze rovinose che ne potevano scaturire. In essa giocava un ruolo fondamentale la strategia retorica del "porre davanti agli occhi", una tecnica descrittiva di lontana ascendenza platonica e

<sup>26</sup> Per la *feritas*, che sarà mostrata in tutto il suo orrore in III, 6 cfr. Sen., *De Ira*, II, 5.

<sup>27</sup> Cfr. Galeno, *De placitis Hippocratis et Platonis* V, 1 = S. V. F., I, fr. 209 von Arnim.

<sup>28</sup> Traduce il gr. *κακία*. Per una disamina più approfondita dell'argomento cfr. M. Giusta, 1964, II, 4, pp. 276-277.

<sup>29</sup> Cfr. l'analoga definizione di Filone, per cui la *κακία* è ὅλης τῆς ψυχῆς ἀρρώστια (*De sobrietate* 45).

<sup>30</sup> Cfr. J. Fillion-Lahille, 1984, pp. 98-111 e T. Tieleman, 2003, pp. 13-14, 141.

<sup>31</sup> Per l'importante testimonianza di Filodemo cfr. *De Ira*, col. 1,7-27; col. 2,6-7,26.

aristotelica, mutuata poi dalla filosofia popolare di matrice cinico-stoica<sup>32</sup>: gli *exempla* e le immagini che affollano questo e i successivi capitoli sembrano essere plasmate da Seneca proprio al fine di innescare nel lettore un terrore così grande che lo induca a prendere coscienza del suo male e suscitare in lui il desiderio di esserne redento<sup>33</sup>. Altrettanto tipico è poi il fatto che le risorse di questa strategia siano massicciamente dispiegate proprio all'inizio della parte propriamente terapeutica del trattato: l'ἐπιλογισμός possiede infatti un caratteristico statuto liminare, dacché si colloca alla fine della diagnosi/profilassi e all'inizio della cura vera e propria, pur non facendone tuttavia ancora parte. Altrettanto rilevanti sono inoltre gli ingredienti che concorrono alla costruzione retorica delle immagini. A tal fine Seneca si avvale qui di un formidabile strumento figurativo, noto come *evidentia* (gr. ἐνάργεια)<sup>34</sup>: essa consentiva di scolpire immagini efficaci e nitide, e di iniettarle poi nel corpo del testo, conferendogli così una speciale corposità.

Strettamente correlate a questa topica di evidenza figurativa sono le risorse della *commoratio*<sup>35</sup>, che consentono di sfaccettare un'immagine, arricchendola di particolari e rendendola sempre più chiara e distinta. Seneca si serve a questo fine di alcuni procedimenti tipici, tra i quali godono di una certa forza espressiva la terna aggettivale che qualifica lo slancio irrazionale dei barbari (*incompositi interriti incauti*) e lo sfruttamento del meccanismo dell'accumulo, che è alternativamente asindetico (§3) e polisintetico (§6).

Nel quadro fin'ora delineato è poi di particolare interesse l'unico *exemplum* propriamente detto che compaia nel capitolo: esso allude alla sfortunata vicenda dei Gracchi, assassinati entrambi per volere della *nobilitas* senatoria (§4). Nella prospettiva storiografica classica la contrapposizione fra i Gracchi, pericolosi rivoluzionari, e i senatori, provvidenziali salvatori della patria, era diametricale e inappellabile<sup>36</sup>. Si trattava dunque di un paradigma d'azione positivo, che Cicerone ripropone a più riprese soprattutto nelle *Catilinarie*, al fine di incitare i senatori ad agire tempestivamente contro Catilina. In Seneca tuttavia le parti s'invertono e il paradigma diventa senz'altro negativo: i Gracchi, che erano talvolta rappresentati addirittura come *furentes*<sup>37</sup>, diventano qui vittime dell'ira irragionevole dei senatori. Mette conto rilevare a questo proposito l'uso del verbo *consector*, derivato frequentativo di *sequor* con l'aggiunta del prefisso perfettivizzante<sup>38</sup> *con-*, verbo che denota la *feritas* dei senatori che, incalzati da un'ira ormai dirompente, alla stessa stregua di belve feroci danno la caccia ai Gracchi.

La tragica progressione di *dolor-ira-furor* sigilla poi il capitolo con una immagine di grande potenza visiva. Ed è proprio il *furor* che spinge chi ne è preda a darsi la morte, avviandolo così ad un *exitus vitae* inglorioso (§6).

Vale a questo punto la pena soffermarsi a considerare la funzione ancora una volta precettiva di questa immagine, che porta alla luce un tema ampiamente frequentato da Seneca e, più in generale, dallo stoicismo romano<sup>39</sup>.

Per Seneca il suicidio è legittimo solo quando si collochi al culmine di una lunga e attenta preparazione: ne consegue anzitutto il rifiuto dell'ira, sentimento tipico di chi affronta la morte in un improvviso moto d'indignazione, e quindi l'invito ad un *exitus* tranquillo e composto<sup>40</sup>. Per converso il suicidio qui descritto avviene in modo quasi irriflesso, nel generale ottundimento di una *ratio* piegata alla passione: appare dunque l'esito di un estremo sussulto passionale, che sfugge completamente al pacato coordinamento del λόγος, e che pertanto non può essere ammesso nell'universo morale degli Stoici. L'ideale della *lenta mors*<sup>41</sup> è in particolar modo contraddetto

<sup>32</sup> Cfr. Plat., *Gorg.*, 471a-473c; Aristot., *Rhet.*, III, 10,6; Phil., *De Ira*, col. 1,23; col. 4,15-16.

<sup>33</sup> Cfr. Sen., *Epist.*, 28,9.

<sup>34</sup> Cfr. H. Lausberg, 1969, pp. 197-98 e A. Setaioli, 2000, pp. 130-136, 139.

<sup>35</sup> Cfr. H. Lausberg, 1969, pp. 195-96.

<sup>36</sup> Cfr. Flor., II, 1; Vell., II, 6-7, 1.

<sup>37</sup> Cfr. Vell., II, 6, 1.

<sup>38</sup> Cfr. E. Berti, G. B. Conte, M. Mariotti, 2006, pp. 175-176.

<sup>39</sup> Cfr. M. Vegetti, 1989, pp. 294 sg.

<sup>40</sup> Cfr. Sen., *Epist.*, 30, 12.

<sup>41</sup> Cfr. Sen., *Epist.*, 24, 24.

dall'impeto con cui i barbari suicidi si abbattono sulle legioni romane, avvinti come sono da una irrefrenabile smania di morte, una *libido moriendi* che è a sua volta il frutto di un'ira a tal punto esacerbata da diventare *furor* cieco e autodistruttivo.

Sulla scorta di quanto detto finora, risultano dunque evidenti le analogie fra la strategia terapeutica adottata da Seneca e il moderno approccio cognitivo-comportamentale<sup>42</sup>, che non a caso si rivela particolarmente indicato nel trattamento dei disturbi dello spettro impulsivo<sup>43</sup>. I primi due libri, infatti, tracciano un quadro assai particolareggiato della fenomenologia dell'ira e della sua psicogenesi e hanno lo scopo di illustrare e indurre a correggere gli schemi di pensiero distorti che ne stanno alla base. Il terzo libro, d'altra parte, costituisce il necessario completamento di tale approccio terapeutico e si propone di incidere concretamente sui comportamenti del lettore, esponendolo per via immaginativa ai sintomi più aberranti di un tipico accesso d'ira. La strategia adottata da Seneca sembra dunque riconducibile al moderno meccanismo terapeutico dell'esposizione allo stimolo con prevenzione della risposta (ERP), per cui il paziente si espone ad una situazione attivante, capace cioè di innescare una reazione impulsiva e incontrollata, e grazie a un precedente lavoro di ristrutturazione cognitiva si sforza di prevenire la risposta disfunzionale allo stimolo di partenza<sup>44</sup>. Come è ovvio, la terapia proposta da Seneca non si identifica *stricto sensu* con la moderna terapia cognitivo-comportamentale, tuttavia ne condivide l'impostazione teorica di fondo e, pur ignorando la dimensione empirico-relazionale caratteristica della moderna pratica psicoterapeutica, ne anticipa alcuni fondamentali aspetti metodologici, che vengono però incardinati in un contesto prettamente letterario e immaginativo.

Tirando dunque le fila del nostro discorso, mi pare che Seneca abbia voluto tratteggiare qui un quadro nosologico completo dell'ira e di tutte le sue varie manifestazioni, offrendo così al suo lettore un *vademecum* figurativo che fa dell'impressione immaginativa la premessa di un'efficace cura del vizio.

### 3. Persuasione retorica ed efficacia terapeutica

Come è stato dimostrato dalle ricerche di Paul Watzlawick<sup>45</sup>, anche il linguaggio costituisce uno strumento di efficacia terapeutica irrinunciabile, che si può peraltro considerare come ormai scientificamente acquisito. Il linguaggio, inteso come arte della persuasione, può infatti generare un'ansia di cambiamento che spesso tende a concretizzarsi e a produrre un avvicendamento salutare di pensieri e comportamenti nuovi e più funzionali. Pertanto non risulterà ozioso soffermarsi su altri aspetti stilistico-retorici che non abbiamo avuto modo di segnalare nel corso della trattazione fin qui condotta, dacché sussiste una stretta correlazione fra la cura formale del passo e il suo impianto pragmatico-terapeutico.

Il passo, come si è già accennato, esordisce con un periodo bimembre attentamente cesellato in ogni sua parte. Esso è anzitutto scandito dall'anafora di *nullus*, complicata da un'efficace variazione omeototica<sup>46</sup>, dall'iperbato di *transit* e dalla reduplicazione a distanza del suo significato contestuale nel sinonimo *excipit*. Per quanto riguarda invece la conformazione sintattica del periodo, esso si compone di due membri allineati per paratassi asindetica, secondo quel particolare modulo di aggregazione sintattica che nella pratica retorica degli antichi era noto come *oratio perpetua*<sup>47</sup>. La tendenza senecana a privilegiare l'uso di certi nessi fonico-lessicali, spesso in sostituzione di più stringenti giunzioni logico-sintattiche, si rivela soprattutto nella prima parte del capitolo: nell'assillabazione<sup>48</sup> insistita della labiovelare sorda *qu-* (*quaedam, quia, quibus, quodcumque, quam*), nell'anafora dell'aggettivo indefinito *quaedam*, nel poliptoto del pronome relativo, nella

<sup>42</sup> Per un inquadramento esaustivo del moderno paradigma cognitivo-comportamentale, cfr. D. McKay, B. Pilecki, N. Thoma, 2015.

<sup>43</sup> Cfr. R. Beck, E. Fernandez, 1998 e E. E. Gorenstein, F. A. Tager, P. A. Shapiro, C. Monk, R. P. Sloan, 2007.

<sup>44</sup> Cfr. E. Brondolo, R. Di Giuseppe, R. C. Tafate, 1997.

<sup>45</sup> Cfr. P. Watzlawick, 1978.

<sup>46</sup> Sull'omeototo, cfr. H. Lausberg, 1969, p. 193.

<sup>47</sup> Cfr. *ivi*, p. 247.

<sup>48</sup> Cfr. B. M. Garavelli, 2008<sup>11</sup>, p. 276.

triplice replicazione anaforica di *quam*, complicata dalla figura della *aequivocatio* - ad ogni occorrenza di *quam* corrisponde infatti un diverso statuto morfosintattico: dapprima relativo, poi correlativo e da ultimo comparativo - e, infine, nella figura etimologica che lega insieme tutte queste forme.

L'intero passo risulta così come avvolto in una fitta trama di corrispondenze fonico-timbriche che hanno l'effetto di accrescerne la coesione e di puntellarlo il più saldamente possibile. La stessa "coazione a ripetere" che abbiamo rilevato prevalentemente in ambito fonetico, si manifesta altrettanto diffusamente sul versante lessicale: si noti l'insistito ricorso ad aggettivi e nomi che denotano totalità, a qualificare l'ira come affezione collettiva e universale, e soprattutto il martellante dispiegamento di avverbi e locuzioni che indicano il comportamento precipitoso e incauto di chi è in preda a questa passione (*subitus* variamente declinato, *statim*, *protinus*, *sine more*): l'uso di sinonimi, nell'uno come nell'altro caso, risponde contemporaneamente a esigenze di specificazione semantica e di variazione lessicale: entrambe si realizzano attraverso la figura della *commoratio*, sorta di indugio ripetitivo sui cardini tematici del discorso, che può a sua volta presentarsi come *interpretatio*<sup>49</sup>, consistente in un accostamento più o meno intensivo di sinonimi, o come *expolitio*<sup>50</sup>, che prevede, in aggiunta a quanto detto, forme di variazione espressiva non esclusivamente sinonimiche: nel nostro caso si consideri la locuzione *sine more*.

Fra gli stilemi riconducibili all'influsso della retorica contemporanea<sup>51</sup> rileviamo infine l'uso dell'antitesi (*egestas* si oppone a *luxuria* (§1), *tota multitudo a paucissima verba* (§3), *viri feminae senes pueri principes vulgusque* (§3) sono coppie antitetiche coordinate per asindeto) e il ricorso a moduli isocolici: si noti, ad esempio, la terna degli aggettivi *incompositi*, *interriti*, *incauti* (§6) accortamente distribuiti nei loro pesi sillabici, dal più al meno esteso.

#### Riferimenti bibliografici

- R. Beck, E. Fernández, 1998, "Cognitive-Behavioral Therapy in the Treatment of Anger: A Meta-Analysis", *Cognitive Therapy and Research* 22, pp. 63-74.
- E. Berti, G. B. Conte, M. Mariotti, 2006, *La sintassi del latino*, Roma.
- E. Brondolo, R. di Giuseppe, R. C. Tafate, 1997, "Exposure-based treatment for anger problems: Focus on the feeling", *Cognitive and Behavioral Practice* 4, 1, pp. 75-98.
- J. Fillion-Lahille, 1984, *Le de Ira de Sénèque et la Philosophie Stoïcienne des Passions*, Paris.
- B. M. Garavelli, 2008<sup>11</sup>, *Manuale di retorica*, Milano.
- M. Giusta, 1964, *I Dossografi di Etica*, voll. I-II, Pavia.
- E. E. Gorenstein, F. A. Tager, P. A. Shapiro, C. Monk, R. P. Sloan, 2007, "Cognitive-Behavior Therapy for Reduction of Persistent Anger", *Cognitive and Behavioral Practice* 14, 2, pp. 168-184.
- H. Lausberg, 1969, *Elementi di retorica*, Bologna [*Elemente der literarischen Rhetorik*, München, 1949; traduzione italiana di Lea Ritter Santini].
- D. McKay, B. Pilecki, N. Thoma, 2015, "Contemporary cognitive-behavior therapy: A review of theory, history and evidence", *Psychodynamic Psychiatry* 43, 3, pp. 423-462.
- P. Ramondetti, 1996, *Struttura di Seneca, De ira, II-III: una proposta d'interpretazione*, Bologna.
- G. Reale, 2008<sup>3</sup>, *Cinismo, Epicureismo e Stoicismo*, Milano.
- L. D. Reynolds, 1977, *L. Annaei Senecae Dialogorum libri XII*, Oxford.
- A. Setaioli, 2000, *Facundus Seneca. Aspetti della lingua e dell'ideologia senecana*, Bologna.
- T. Tieleman, 2003, *Chrysippus' On Affections. Reconstruction and Interpretation*, Leiden/Boston.
- A. Traina, 1987, *Lo stile drammatico del filosofo Seneca*, Bologna.
- M. Vegetti, 1989, *L'etica degli antichi*, Bari.

<sup>49</sup> Cfr. H. Lausberg, 1969, pp. 195-196.

<sup>50</sup> Cfr. *ivi*, p. 197.

<sup>51</sup> Cfr. A. Traina, 1987, pp. 25-27.



- P. Watzilawick, 1978, *The language of change: Elements of therapeutic communication*, New York.
- K. Wilke, 1914, *Philodemi de ira liber*, Lipsiae.