

TANULJUNK SENECAÓL IS !

ÖSSZEÁLLITOTTA: DR. VIDOVSZKY GÁBOR



Lucius Annaeus Seneca emlékpád.

Hely: Alsógöd, MÁV állomás

SZERKESZTETTE: PÉNTEK MÁRTA
KIADJA: DR. VIDOVSZKY GÁBOR MAGÁNKIADÁS
ISBN: 978-963-06-3825-8
Budapest 2007

AJÁNLÁS

AJÁNLOM MINDAZOKNAK, AKIK TÖREKSZENEK ARRA,
HOGY EMBERIBB EMBERRÉ VÁLJANAK

TARTALOMJEGYZÉK

1./ ELŐSZÓ

2./ BEVEZETŐ

3./ I. FEJEZET: SENECA ISTENHITÉRŐL

4./ II. FEJEZET: SENECA EMBERKÉPE, KI A NEMES? A RABSZOLGÁKRÓL.

5./ III. FEJEZET: TANULÁS, TANÍTÁS, ÖNFEJLESZTÉS

6./ IV. FEJEZET: A BOLDOGSÁGRÓL

7./ V. FEJEZET: A FILOZÓFIÁRÓL

8./ VI. FEJEZET: A BÖLCSESSÉGRŐL

9./ VII. FEJEZET: A SZEGÉNYSÉGRŐL ÉS A GAZDAGSÁGRÓL

10./ VIII. FEJEZET: AZ IDŐRŐL

11./ IX. FEJEZET: A BETEGSÉGEKRŐL, A LÉLEKRŐL ÉS A TESTRŐL

12./ X. FEJEZET: A BARÁTSÁGRÓL

13./ XI. FEJEZET: AZ ERÉNYRŐL, ERKÖLCSI TANÍTÁSOK

14./ XII. FEJEZET: A HALÁLRÓL

15./ XIII. FEJEZET: VIGASZTALÁSOK

16./ XIV. FEJEZET: A RÓMAI BIRODALOM TÖRTÉNELMÉNEK ÉS
JELENTŐSÉGÉNEK RÖVID ÖSSZEFOGLALÁSA

17./ FORRÁSOK

ELŐSZÓ

26 évvel ezelőtt, 1981-ben kaptam meg névnapomra szüleimtől „ Seneca
„Vigasztalások, Erkölcsei Levelek“ című könyvét.

Akkor már 33. évemben jártam, négy gyermekem volt és elmeszakorvosként
dolgoztam. Seneca életéről és életművéről néhány téves közhelyen kívül szinte semmit
sem tudtam.

Seneca könyve szép lassan megváltoztatta gondolkodásomat, viselkedésemet, a
világhoz való viszonyomat és orvosi munkámat is.

Azóta is egyik mesteremként tisztetem őt, az ókori Római Birodalom legnagyobb hatású
gondolkodóját és minden bizonnyal az egyik legkiválóbb íróját. Ma már néha
„vitatkozom“ is vele, de csak néhány kérdésben. Erre ő is biztat azzal, amikor azt írja,
hogyan hosszán foglalkozott a legbölcsebb filozófusok műveivel, de senkit nem tartott
kizárólagos mesterének.

1983-ban – a szocialista Magyarországon - az elmeszakorvosok között elsőként személyiségfejlesztő céget alapítottam, amit Senecáról neveztem el. Emiatt feljelentettek, megbüntettek, de ártani nem tudtak, mert Seneca tanításai már megedzették lelkemet. Azoknak az embereknek, akik e cégen keresztül fordultak hozzám lelki segítséget, tanácsot várva, többnyire azt javasoltam, hogy olvassanak Senecát. Ezek a kliensek nem beteg, „csak“ boldogtalan emberek voltak. A fenti könyv ereje, hatása még engem is meglepett, mert elolvasásuk révén pácienseim életminősége sokkal többet javult, mint reméltem. Így kezdett bennem is egyre inkább kialakulni a pozitív viszonyulás gyakorlata, az önfejlesztés igénye és a megelőzés fontosságának tudata és képvisellete. E törekvések terméke az „Örömréning“ módszer és eszköztár (könyv, napló,CD-k, kártya, Viszonyulást Vizsgáló Kérdőív).

Ebben a tanulmányban szeretném bemutatni Seneca gondolatainak egy részét. Elsősorban az „Erkölcsei Levelei“-re (amiket Lucilius nevű barátjának, tanítványának írt, de az utókornak is szánt) támaszkodtam, amikor 14 téma köré csoportosítottam Seneca gondolatait. Önkényesen korlátoztam magam ezekre a témákra. Tehát nem Seneca életművének ismertetésére vállalkozom, hanem csak azokat a gondolatait próbálom bemutatni, amik számomra a legérdekesebbek, legelgondolkodtatóbbak, vagy legaktuálisabbak. Ez utóbbi szempontot különösen fontosnak tartom, mert mint tudjuk ma olyan idöket élünk, amikor az ember elpusztíthatja az emberiséget és a természetet egyaránt. Seneca 2000 évvel ezelözt írt erkölcsi tanításait megismerve és magunkévátéve nemcsak boldogabban élhetünk, hanem növeljük annak valószínűségét, hogy újabb 2000 év múlva is élnek majd még emberek. Ök majd azt mondják: Ej, ez a Seneca 4000 évvel ezelözt milyen bölcs dolgokat írt barátjának, Luciliusnak.

2007.6.22

Dr. Vidovszky Gábor

BEVEZETÖ

LUCIUS ANNAEUS SENECA Jézus Krisztus születése előtt 4 évvel született és 69 éves korában halt meg, Krisztus születése utáni 65-ben.

Azaz Jézus Krisztus és Seneca kortársak voltak. Seneca emberszeretete és erkölcsi elvei már életében és a halála utáni első évszázadokban is hatással voltak a keresztény gondolkodókra. Seneca és Pál apostol nemcsak leveleztek egymással, hanem a

legenda szerint személyesen is találkoztak. Bár egyes történészek szerint a levelek Krisztus születése utáni 3. évszázadban készült hamasítványok, amelyeket a keresztények azzal a céllal készítettek, hogy ezek segítségével könnyebben megtéríthessék a még pogány rómaiakat. Bizonyára Jézus Krisztus és Pál Apostol is hatott Senecára.

A „keresztény Seneca” minősítésnek máig élő hagyománya van. E kérdésben Rotterdami Erasmus (1469-1536) meghatározásával érthetünk egyet, aki szerint: „Seneca pogánynak keresztény, kereszténynek pogány volt.”

Majd 2000 év telt el Seneca halhatatlan életművének megalkotása óta, és még mindig nem tanultunk belőle annyit mint lehetne, annyit amennyire szükségünk van rá és amennyit hasznosítani kéne életünkben és a jövőnk védelme érdekében.

Ennek fő oka szerintem az, hogy: „kereszténynek pogány volt”.

Nem volt vallásalapító, nem vették körül apostolok, nem alapított rendet.

„Csak” korának egyik legképzettebb természettudósa volt, 8 évig kormányozta a nagy Római Birodalmat, filozófusként megismerte és összefoglalta az antik görög és római filozófusok tanításait és páratlan művészi tehetséggel drámákat, verseket, satírákat, erkölcsi leveleket, vigasztalásokat írt. Néro nevelőjeként kb. 8 éven át gyakorlatilag Seneca irányította a birodalmat, mely időszakot Róma aranykorának tartanak. A korra jellemző szörnyű igazságtalanság, hogy az „örült” Néro 65-ben öngyilkosságra kényszerítette Senecát azzal a váddal, hogy az életére tört egy összeesküvés szereplőjeként.

A következőkben Erkölcsi Leveleiből és Vigasztalásaiból idézve fogjuk bemutatni Seneca legfontosabbnak vélt tanításait, erkölcsi útmutatásait, emberképének és világképének egy részét. Elsősorban azért, hogy minél többekben felkeltsük a vágyat és az igényt arra, hogy Seneca műveit olvassák.

Előjáróban csak egy dolgot emelek ki, ami önmagában is sokatmondó és rendkívüli: Seneca emberséges viszonyát a rabszolgákhoz. (Részleteket lásd később.) Ez kétféle dolgot is bizonyít: Seneca különlegesen erős együttérző készségét, emberszeretetét másrészt azt, hogy képes volt kora és birodalma szokásain és felfogásán túllépni, felülemelkedni.

Seneca bölcsessége több gyökerű: kivételes képességekkel áldotta meg a sors, jó módu családba született és szülei is tehetséges emberek voltak. Apja a szónoklattan tudósa volt, édesanyja a filozófia iránt érdeklődött. Változatos élete során a legkülönbözőbb

élethelyzetekbe került. Volt ügyvéd, állami hivatalnok, halálraítélt majd száműzött. Corsika szigetén 8 évet kellett élnie, és innen visszatérve Néro nevelőjeként válhatott a Római Birodalom egyik legbefolyásosabb vezetőjévé. Dúsgazdag ember lett, de szinte aszkétikus módon, szerényen élt. Tudásszomja rendkívüli volt. Élete végéig rendszeresen olvasott és írt. Nyitott volt a legkülönbébb filozófiai, tudományos és művészi irányzatok tekintetében egyaránt. Az időt megbecsülte, szinte egész nap dolgozott. A rabszolgáktól a szenátorokig minden társadalmi osztályból volt barátja, mert barátait nem származásuk, rangjuk, hanem jellemük alapján választotta. Erkölcsi tanításai hitelesek és hatásosak. Hitelüket a szerző élettapasztalata és emberismerete adja. Hatását pedig gondolkodásának mélysége és írásművészetének briliáns szépsége váltja ki az olvasóból. Ami még ezeknél is fontosabb az az, hogy Seneca szerette az embereket. Erkölcsi leveleinek megírásával segíteni akart. Elő akarta segíteni azt, hogy mások is hasznosítsák az ő tapasztalatait, tudását, hogy boldogabban élhessenek. Mi is – az utókor emberei – akik tiszteljük életművét, valószínűleg legfőképpen ezért szeretjük őt.

Kétezer éve többé-kevésbé folyamatosan jelen volt és van ez európai köztudatban. A természettudományos írásai a középkorban tankönyvek részei voltak. Dantétól Márai Sándorig a legnagyobb írókra hatással volt, idézték őt. A leghíresebb festők (pl.: Rubens 1577-1640) örökítették meg halála jelenetét. Minden jelentős könyvtárban megtalálhatók főbb művei és a róla írott tanulmánykötetek.

Néhány éve valóságos Seneca ujjászületés kezd kibontakozni. Ezt jelzi, hogy a Googl keresőben Seneca nevére 13 millió találat van. Az interneten Senecát ábrázoló képeket lehet rendelni és már menedzserek számára is állítottak össze tanácsadó könyvet Seneca aforizmává vált mondásaiból.

I FEJEZET

SENECA ISTENHITÉRŐL

A rómaiak vallása – mint kulturájuk más része is – erőteljes görög hatást mutat. Sok római istennek volt görög megfelelője. De vannak különbségek is. A római hitvilágban egyes elvont tulajdonságoknak is volt Istene: így pl.: Felicitas a siker Istennője volt, Janus a kezdet és a vég Istene (ebből képződött a Január hónap szó). A görögökkel szemben a rómaiak a császárkortól számítva az uralkodókat isteni személyként tisztelték. Róma a meghódított népek vallásait általában tiszteletben tartotta, sőt gyakran át is vette. Nagy kultusza volt pl.: az egyiptomi Izisnek.

“Ha a kezdetek kezdetére visszavezetjük mindenki az istenektől származik. Isten közel van hozzád, veled van, benned van.” – írja Seneca Erkölcsei Leveleiben.

“Senki sem lehet igaz ember Isten nélkül. Ő sugallja a nagyszerű, magasztos terveket és minden egyes igaz ember szívére hat.”

„Igaz szív nincs Isten nélkül. Isteni magvak vannak az emberi testben elszórva; ha jó talajba hullanak, az eredetihez hasonlóan csíráznak ki, és egyenlő módon szökkennek szárba azokkal, amikből keletkeztek.”

Seneca tehát hitt a Jóistenben és a Szentlélekben. Istent tartotta mindenek kezdetének és a legfőbb jónak. “Mint ahogyan a nap sugarai is érintik a földet, valójában ott vannak, ahonnan sugároznak, úgy a nagy és szent lélek, csak azért szállt le, hogy közelebből megismerjük az istenit. Velünk mulat, de eredetéhez tapad – onnan függ, oda tekint és törekszik. Jelen van köztünk, ámde külön nálunk.”

Az embereknek Istenhez méltóvá kell válniuk. Cselekedeteiket abban a tudatban kell elkövetniük, hogy Isten mindent lát.

Írásaiban azonban néha többesszámot használva istenekről ír és Istent a négyfajta lény (fa, állat, ember, Isten) egyikeként említi. Megjegyezve azt, hogy az utóbbi kettő abban különbözik az első kettőtől, hogy értelemmel rendelkezik. “Az Isten és az ember egymástól csak abban különböznek, hogy az egyik halhatatlan, a másik halandó. Közülük az egyikben, nevezetesen az Istenben a jót a természet juttatja tökéletességre, a másikban az emberi törekvés.”

*

Seneca **Pythagoras** görög filozófus tanításai révén megismerte a lélek-vándorlással kapcsolatos nézeteket is. Emiatt átmenetileg tartózkodott a húsevéstől, nehogy olyan állat húsát egy, amibe egy embertársa lelke költözött.

II FEJEZET

SENECA EMBERKÉPE

„Az ember értelmes állat. Mit követel tőle az értelem? Könnyű dolgot: hogy természetének megfelelően éljen.”

„Az embernek jólesik embert pusztítani.” – írja Seneca, hisz láthatta ezt számtalanszor a gladiátor viadalokon.

Seneca hitt az értelem lélekfejlesztő erejében, de jól látta a lehetőségek korlátait is. „Semmiféle bölcsesség nem rázza le a természetes testi vagy lelki hibákat: mindazt,

ami az emberbe belerögződött és vele született, csak csillapítani lehet, mesterségesen legyőzni nem.“

„Sok embernek rejtve maradnak a hibái, mert gyengék; csak az eszközeik hiányoznak, hogy hitványságuk kibontakozzék. Seneca a jövőbe látás képességét tartotta az emberre legjellemzőbb képességnek. Ez megfelel a tudomány mai álláspontjának, amennyiben a jövőbelátás képessége a homloklebeny fejlettségéhez köthető és a homloklebeny fejlettsége különbözteti meg az embert az emberszabásu majmoktól. A 21. században tanító nevelők emberképében nagy szerepet kap az érzelmi intelligencia, a részképességek fejlesztése és a mozgásfejlesztés. Ezekre Senecánál kevesebb utalást találunk, bár az érzelmi intelligencia fejlesztésének két leglényegesebb részét megfogalmazta a mester:

a szeretetre és az együttérzésre való törekvés fontosságát.

Seneca az értelem illetve a lélek fejlesztését, tökéletesítését hirdette. Ezzel függ össze, hogy az öregséget többre tartotta a gyerekkornál. „Öleljük hát az öregséget szivünkre és szeressük: tele van gyönyörűséggel, ha élni tudunk vele. A gyümölcs is akkor a legizletesebb, ha már majdnem lepottyan.“

„Milyen édes tudni, hogy vágyainkat kifárasztottuk és magunk mögött hagytuk.“

„Mikor álmra hajtjuk a fejünket, örömmel, vígan mondjuk: éltem, s pályámat, mit a sors kiszabott befutottam.“

„Az a legboldogabb ember, aki aggodás nélkül várja a holnapot.“

„Tartsd nagy dolognak, ha valaki egyetlen embert alakít! Az oktan lélek mindig másképpen jelenik meg, mindig eltér magától, más maszkot visel.“ (Légy hü magadhoz.)

“Mindenkinek megadta a természet az erény magvát. Valamennyi erényre mindannyian rátermettek vagyunk: mikor a serkentő megjelenik, a lelki javak szinte felszabadulva ébrednek fel.”

*

KI A NEMES?

“Mindenki előtt nyitva áll bölcsesség, e tekintetben mindannyian nemesek vagyunk. **Platon** nem volt nemes, amikor a filozófia magához ölelte; a filozófia nemesítette meg.”

“Ki a nemes fajtáju ? Akit a természet szerencsésen formált az erényre. Ezt az egyet kell tekintetbe vennünk. »

*

A RABSZOLGÁKRÓL

Seneca erkölcsi értelemben meghaladta a rabszolgatartó társadalom szokásait, erkölcstelenségét. Messze megelőzte korát. A föld némely részén még ma is van rabszolgatartás.

Barátjának így írt: “Örömmel hallom azoktól, akik töled jönnek, hogy rabszolgáiddal barátságosan viselkedsz.”

“Rabszolgák.” Még inkább emberek.

“Rabszolgák” Még inkább lakótársak.

“Rabszolgák” Még inkább alacsonyabb sorsu barátok.

“Rabszolgák” Még inkább rabszolgatársaink, ha meggondoljuk, hogy a sorsnak ugyanannyi hatalma van fölöttük s fölöttünk.”

“Ezért mosolygok azon a felfogáson, hogy szégyen a rabszolgával együtt ebédelni. Nem született ellenségeink ők – azzá tesszük őket.”

“Gondolkodj rajta légy szives, hogy akiket rabszolgádnak nevezelsz, ugyanabból a magból sarjadt, ugyanaz az ég borul rá, ő is csak úgy lélegzik, él, meghal, mint te. Te éppen annyira láthatsz benne szabad embert, mint ő benned rabszolgát.”

“Határtalanul gögösen, kegyetlenül, sértő módon bánunk velük. Ez volna tanításom veleje: úgy viselkedj az alárendelttel, ahogyan szeretnéd, hogy följebbvalód viselkedik veled. Bánj szeliden, sőt nyájasan rabszolgáddal, ereszkedj vele szóba, avasd bele terveiddel, engedd be társaságodba.”

“Rabszolga” – de a lelke talán szabad. Jellemét mindenki maga szerzi.

III FEJEZET

TANULÁS, TANÍTÁS, ÖNFEJLESZTÉS

Seneca legfontosabb tanításának azt szánta, hogy aki erkölcstelenül cselekszik az szenvedni fog. Az önfejlesztés fő célja a helyes út, az erkölcsös élet megtalálása, megtanulása és ez boldogsághoz vezet.

Senecát némely kritikusa amiatt bírálta, hogy tanításai és életutja különbözőek, sőt ellentétesek. Szemére vetették, hogy hatalma volt, vagyona volt és hírnevet szerzett és Seneca mindhárom dologról állította, hogy nem szükségesek a boldog élethez, sőt akadályozhatják azt. Másként is megítélhető a fenti látszólagos ellentmondás. Egy gazdag ember hitelesebben állíthatja, hogy a sok pénz nem biztosít tartós boldogságot, mint az, aki sohasem volt gazdag.

Seneca egyébként maga írta:

“ Későn ismertem meg a helyes utat, s a tévelygéstől elcsigázva most megmutatom másoknak.” E “tévelygések” nem egyszer nagy bűnök lehettek. Pl.: Seneca valószínűleg bűnrészes volt abban, hogy Néro megölette saját anyját, Agrippinát is. Igaz, Agrippina is számos embert, köztük férjét Claudius császárt - megöletett azért, hogy fiából császár lehessen.

“Fontoljátok meg: semmi sem csodálatra méltó a lelken kívül.”

Szerinte az emberben van az Isten csirája, az kell, hogy kifejlődjön. Különösen fontosnak tartotta a filozófálást. “Higgy nekem, akik látszólag semmit se csinálnak, nagyobb dolgokat visznek véghez: az emberi és az isteni világgal foglalkoznak egyszerre.”

Luciliusnak írja: “Állhatatosan tanulsz, s mindent félretéve csak arra törekszel, hogy napról napra jobbra tedd magad. Helyeslem is ezt, örülök is neki. Nemcsak buzdítalak, hogy tarts ki emellett, hanem még kérek is rá.”

Lucilius - Seneca valamivel fiatalabb barátja -, a levelezés idején Szicília helytartója volt. Szorgalmával, tehetségével küzdötte fel magát ilyen magas rangba.

“Nagyobb fáradságba kerül megőrizni eredeti tervedet, mint tisztességes dolgokat eltervezni. Kell, hogy kitartsunk, s hogy folytonos tanulással toldjuk meg erőinket, míg jó tulajdonsággá épül, ami jóakarat volt csak.”

“Mindenek előtt Luciliusom: Tanulj meg örülni. Azt akarom, hogy sohase légy szükében a vidámságnak, hogy a házában fakadjon – és ott fakad, ha tebened lakik. Szerinted az örül, aki nevet? A léleknek kell fürgének, bizakodónak és mindenben fölül hajlíthatatlannak lennie. Hidd el, az igazi öröm komoly dolog.”

“Azt veszem észre Lucilius, hogy nemcsak javulok, hanem át is alakulok. Lelkem jobb útra tér; ezt éppen az bizonyítja, hogy meglátja saját hibáit, jóllehet idáig nem törődött velük.”

“Azért örülök, ha valamit tanulok, hogy taníthassak.”

“Tanulni minden életkorban tiszteletreméltó, de oktatást kapni már nem mindegyikben az. “

“Szétforgácsol a könyvek sokasága. Mindenféle – fajta könyv olvasása ne legyen csapongó állhatatlansággá: bizonyos szellemeknél el kell időzni, s meg kell őket emésztetni, ha úgy akarsz magaddal vinni valamit, hogy az hűségesen megüljön lelkedben.”

“...arra taníts engem, hogyan szeressem a hazámat, hogyan a feleségemet, hogyan az apámat...” “Taníts meg inkább arra, mi az erkölcsösség, s mi az értéke!”

“Ha az életet vándorúton töltjük, a végén sok a vendéglátónk, de nincs barátunk. Aki mindenütt ott van, sehol sincs.”

“Az élő szó meg a mindennapos együttlét inkább hasznodra válik, mint az írott beszéd. A helyszínre kell jönnöd, először is azért, mert az emberek jobban hisznek a szemüknek, mint a fülüknek, azután meg a tanításokon át hosszú út vezet, a példákön át rövid és meggyőző. **Platon, Aristoteles** és a bölcsek különféle utakon járó egész hada többet nyert **Sokrates** erkölcséből, mint szavaiból.”

“Kérdezed mennyire jutottam? Kezdek barátja lenni magamnak. Tudd meg, az ilyen ember mindenkinek a barátja.”

“A rossz példa visszaüt azokra, akik szolgáztatják.”

“Ne légy hasonló a rosszakhoz csak azért, mert sokan vannak, s ne légy a sokaságnak ellensége csak azért, mert nem hasonlítanak hozzád.”

“Azokkal érintkezz, akik téged jobbá akarnak tenni; azokat lásd szívesen, akiket te tudsz jobbá tenni. Kölcsönössé válik ez; az emberek tanulnak, miközben tanítanak.”

Seneca hitt az írás erejében: „Üdvös intelmeket bizok a betűkre.”

“Ha azt akarod, hogy szeressenek: **szeress.**”

Ezzel a 6 szóval öntötte formába a leglényegesebbnek vélhető tanítását.

Mint ahogy a görög tragédia költő **Euripides** mondja:

« Az igazság nyelve egyszerű. »

IV FEJEZET

A BOLDOGSÁGRÓL

A boldogság, a boldog élet ösidöktől kezdve foglalkoztatja az embereket. A világvallásoknak is az egyik legfontosabb témája a szenvedések csökkentése, az örömhír és a boldogság evilági vagy túlvilági elérésének módja és lehetősége. Felmérések bizonyítják, hogy a fogyasztói társadalmakban az anyagi jólétben élő emberek legnagyobb része nem boldog, hanem fél, szorong vagy szomorú. Ennek egyik oka az, hogy a személyes kapcsolatok szeretetteljes voltánál fontosabbá vált a személyeknek a tárgyakhoz való (drága autó, luxuslakás stb.) viszonya. A 21. században az emberek boldogtalanságának számos egyéb oka is van. Éppen ezért nagyon fontos dolog az, hogy tudatosan törekedjünk a boldog kapcsolatokra, a boldogabb életre. E törekvésünkben nagy segítségünkre lehetnek Seneca gondolatai.

Seneca szoros kapcsolatot vélt a bölcsesség és a boldogság között. Az előbbi mintegy előfeltétele az utóbbinak. Szükséges, de nem elégséges előfeltétele, mert a boldogsághoz szerinte is szükséges a bölcsesség mellett a biztonság és az anyagi javak legalább minimális mértéke (étel, szállás, ruha).

« A boldog élet a természetnek felel meg. A fejlődő gyermek akkor ér el a jóhoz, amikor az értelemhez. » Az értelem segítségével kordában kell tartani az indulatokat, szenvedélyeket, érzéseket, vágyakat – javasolta a nagy tanító.

« Mint ahogy minden lény csak akkor hozza napvilágra a benne rejlő jót, ha már kifejlődött, úgy az emberi jó is csak akkor lép fel az emberben, ha már vele együtt értelme is tökéletes. És mi ez a jó? Megmondom: a szabad, emelkedett lélek, mely mindent maga alá vet, önmagát nem veti semmi alá. “ Mint írja ezt csak hosszú, odaadó iparkodás eredményeképpen lehet csak elérni.

Seneca szembenáll azok felfogásával, akik az érzékek segítségével megélhető gyönyöröket helyezik a csúcsra. Ő a legfőbb jót a léleknek tulajdonítja, mégpedig az értelem útján kifejlődött léleknek.

“Az ész az irányadó: miként a boldog életről, az erényről, a tisztességről határoz, úgy határoz a jóról és a rosszról.”

“ Nem boldog ám, aki magáról nem hiszi.”

“Mit számít ugyanis, milyen a helyzeted, ha te rossznak látod.”

“A boldog élet lényege a szilárd biztonság és a beléje vetett bizalom.”

“Vágyaink harcolnak vágyainkkal, szándékaink szándékainkkal.”

“Kicsapongás nélkül is megülhetjük az ünnepnapot. “

“Megszünsz félni, ha megszűntél remélni. Mindkettő a függésben levő lélek sajátja. Mindkettőnek pedig az a legfőbb oka, hogy nem a jelenhez alkalmazkodik, hanem gondolatainkat a távolba vetítjük előre. Így a jövőbelátás az emberi létkörülmények legnagyobb értéke visszájára fordult. A vadállatok menekülnek, ha veszélyt látnak, ha elfutottak már gondtalanok. Minket a jövő és a múlt egyaránt kinpadra von. Sok értékünk így ártalmunkra van; az emlékezet ugyanis felidézi a félelem kínját, a jövőbe látás pedig előre sejteti. Pusztán a jelen miatt senki sem boldogtalan.”

„Csak a bölcs leli örömét abban, amije van. Önmagát utálja minden ostoba.”

„A neked szánt jó akkor lesz a tied, amikor megérted, hogy a boldogok a legboldogtalanabbak.” Ez a meglepő mondat az utolsó (a 124.) levél utolsó előtti mondata. Én sokat gondolkoztam rajta, és ezért talán már megértettem. Ezután márcsak azt írta, amivel minden levelét befejezte: **“Élj egészségben!”**

V FEJEZET

A FILOZÓFIÁRÓL

Mivel Seneca szinte valamennyi jelentős ókori filozófus tanítását megismerte, megemésztette és ötvözte, nem lehet őt beskatulyázni valamelyik irányzatba. Mégis talán a stoikusok táborát erősítette legjobban. A stoikus iskolát **Zenon** alapította Jézus születése előtt 300 körül. Kb. 330 évvel később Seneca csatlakozott az új stoicizmus irányzatához. A leglényegesebb tanításuk, hogy egyedül az erény tesz boldoggá,

mégpedig a megismerésen alapuló erény. A csapásokat érzéketlenül kell fogadnunk. Ha választhatunk mindig a jobbik eshetőséget válasszuk.

Senecára igen nagy hatást gyakorolt **Epikuros** (Krisztus előtt 341- 270) görög filozófus is, akinek tanítása szerint a boldogság alapja az ésszerű gyönyör, a szenvedés elkerülése és a nyugodt lelkiállapot, az ataraxia.

„Utat vág az erő, és ezt az utat a filozófia nyitja meg számodra. Hozzá fordulj, ha egész ember akarsz lenni, ha gondtalan és boldog, s végül – de ez a legtöbb – ha szabad akarsz lenni.“

„Sok mindenben fogsz uralkodni, ha majd az értelem lesz úrrá rajtad. Tőle tanulod meg, mire s hogyan kell vállalkoznod; nemcsak belecsöppensz majd az eseményekbe.“

„Egyszerűséget követel a filozófia, nem mártíromságot, s az egyszerűség nem okvetlen felületes.“

„Nyilvánvalóan feltett szándékunk a természetnek megfelelően élni.“

„A filozófia elsősorban a közösségi érzés, az emberszeretet és a társasági hajlam reményét adja; a különködés ettől a kötelezettségtől választ el bennünket.“

„**Demokritos** mondja: Nekem egy ember annyi, mint az egész nép, és a nép annyi, mint egy ember.“

„Epikurost forgatom, tőle olvastam ezt a mondást a mai napon: Ha az igazi szabadságot akarod elérni, a filozófia rabszolgájának kell lenned.“

„A filozófusokat a boldog élet céljára vonatkoztatva kell hallgatni és olvasni. Ugy tanuljuk meg őket könyv nélkül, hogy a szavak tetté váljanak.“

„Ugy kell cselekedned, ahogy beszélsz.“

VI FEJEZET

A BÖLCSESSÉGRŐL

“A bölcsesség nagy és terjedelmes valami, szabad térre van szüksége, földről és égről kell tanulnia, multról és jövőről, mulandó és örök dolgokról, az időről...”

“A bölcs beéri önmagával. De mégis kíván barátot is, szomszédot is, bajtársat is, noha elég ő maga magának.”

“A bölcs, ha beéri is önmagával, mégis akar barátot, ha semi másért, hát, hogy gyakorolja a baráti érzést: ilyen erény ne maradjon parlagon.”

“Rosszul él, aki mindig csak élni kezd.” Arra kell törekednünk, hogy elég élet legyen mögöttünk.” Van, aki abbahagyja az életet, mielőtt hozzáfogott volna.”

“A bölcs minden dologban az elgondolást tartja szem előtt s nem a kimenetelt. A kezdet a mi hatalmunkban van, a kimenetelről a szerencse dönt.”

“A legfőbb jó nem igényel külső eszközöket, bensőnkől műveljük ki, teljesen önmagából fejlődik.”

“Térj vissza ahhoz a jóhoz, ami a tiéd. Mi ez? A lélek, mégpedig a jobba tett, tiszta lélek, Isten versenytársa...”

“A bölcsesség az egyedüli szabadság.”

“Több dolog rettent bennünket, mint amennyi szorongat, és gyakrabban szenvedünk a hiedelemtől, mint a valótól.”

“Egyes dolgok tehát jobban gyötörnek minket, mint kellene, ismét mások meggyötörnek, noha egyáltalán nem kellene. Vagy nagyítjuk a fájdalmat, vagy kitaláljuk, vagy elsietjük.”

“Legtöbbször ugyanis gyanutól szenvedünk.”

“A bölcs inkább él békében, mint harcban.”

“Engedj magadnak valami jobbat remélni. Mert olykor a balszerencse is állhatatlan. Talán eljön, talán nem – s közben nincs it.”

“Hajítsd el erős lélekkel a nyilvánvaló félelmet is. Ha pedig nem, vétkekkel üzd el vétket: a félelmet reménnyel ellensúlyozd.”

“A régi tanítás szerint három dolgot kell legfőképpen elkerülnünk: A gyűlöletet, az irigységet és a megvetést.”

“A bölcs nem fogja felforgatni az általános szokásokat, s élete különcségeivel a nép figyelmét sem vonja magára.”

“A bölcs pedig semmit sem tesz akarata ellenére; elkerüli a kényszerítést, mert amire kényszerül, akarja is.”

“A bölcsesség eredménye az egyenletes öröm. A bölcs lelke olyan, mint a hold fölötti világ, mindig derült. Így hát van okod rá, miért akarj bölcs lenni., ha a bölcs sohasem nélkülözi az örömet. És ez az öröm csak abból a tudatból származik, hogy erényesek vagyunk.”

VII FEJEZET

A SZEGÉNYSÉGRŐL ÉS A GAZDAGSÁGRÓL

Seneca szegénységről és gazdagságról szóló gondolatai aktuálisabbak, mint valaha. Ugyanis azt állítja, hogy aki rendelkezik a létfenntartáshoz szükséges javakkal, az már nem szegény; sőt gazdag, ha lelki gazdagságra és erkölcsi, jellembeli nemesedésre tesz szert.

“A kincseket a bölcsesség tárja fel, s akinek a szemében feleslegessé tette őket, épp annak adta.”

“Ne éhezz, ne szomjazz, ne fagyoskodj.”

« Nem gondolom szegénynek azt, aki elégedett, ha akármilyen kevéskéje megmarad, mégis azt akarom – írja barátjának – te csak őrizd meg, ami a tiéd és ehhez jókor láss hozzá. Késő a takarékoság, ha már a hordó fenekén járunk. »

« Nem az a szegény, akinek csak kevese van, hanem, aki többre vágyik. »

« Az gazdag, aki jól megfér a szegénységgel. »

Az anyagi vagyon könnyen elveszhet és veszélybe sodorhatja tulajdonosát.

« Nyugtalan bologság a jólét : önmagát zaklatja. »

« A gyenge lélekre jellemző, hogy nem tudja elviselni a gazdagságot. »

« Mi szabjon hát a gazdagságnak határt ? Először legyen meg a szükséges, azután midjárt az elégséges. »

« Nincs olyan érték, amelyet társ nélkül birtokolni kellemes volna. »

« Mit szerencse tett tieddé, nem a tiéd. »

« Ha kaphattál jót, el is veszítheted megint. »

« Az irigyelt emberek sorban elmúlnak : az egyiket kiütik, a másik kihull. »

« Kevesebb pénzed lesz ? – Igen és kevesebb gondod. »

« Csökken a tekintély ? – Igen és az irigység. »

« Nem a kár a kellemetlen, hanem a kárról alkotott elképzelés. »

« Ha önmagad birtoklod, semmid sem veszett el. »

« Mindenről, amire sóvárgunk, ami felé erőfeszítéssel törekszünk, be kell látnunk, hogy vagy teljesen haszontalan, vagy több benne a kár, mint a haszon. Bizonyos dolgok fölöslegesek, mások nem érik meg az árukat. »

« Fontoljátok meg : semmi sem csodálatra méltó a lelken kívül ; ha az nagy, semmi sem nagy a számára. »

« Ez a mondás is Epikurostól való: Ha a természet szerint élsz, sohasem leszel szegény ; Ha a képzelgések szerint, sohasem leszel gazdag. »

VIII FEJEZET

AZ IDŐRŐL

Seneca mint filozófus alapvető kérdéseket fogalmazott meg az idővel kapcsolatban.

Ezek :

1./ Az idő létezik-e önmagában ?

2./ Létezett-e valami az idő előtt ?

3./ Létezik-e valami az idő nélkül?

4./ A világgal kezdődött-e az idő?

5./ Volt-e idő a világ előtt?

Seneca mint tanító az idő megbecsülésére figyelmeztet: "Tévedés ugyanis ha azt hisszük, hogy a halál még távol van tőlünk; ami életünkből mögöttünk van az már a halál kezébe került."

"Luciliusnak azt tanácsolja: "Markolj meg minden órát, tedd rá kezed a mára és kevésbé fogsz függeni a holnaptól. Mig késlekedünk, elfut az idő. Minden a másé Lucilius, csak az idő a mienk. Senki sem tekinti magát a legkevésbé is adósnak, ha időt kap, holott ez az egyetlen, amit még az sem tud visszafizetni, aki hálás érte."

"Fut a perc, s vissza se térül. » idézi **Vergiliust**, s ha nem vigyázunk, ha nem sietünk hátramaradunk.

"Végtelenül gyors az idő, ez a visszatekintők számára még világosabb."

"Csak egy pont az életünk, sőt még annál a pontnál is kisebb."

"Nem érek rá bolondságokra, hatalmas feladat sürget."

" Az élet értéke nem kiteljesedésében található, hanem felhasználásában; gyakran megesik, hogy aki sokáig élt, keveset élt."

A BETEGSÉGEKRŐL, LÉLEKRŐL, TESTRŐL

Seneca fiatal korában sokat betegeskedett és felnőtten is súlyos asztmás rohamok kínozták. Lelki ereje növelésével lépésről lépésre legyőzte vagy enyhítette testi panaszait. Ezzel kapcsolatos nézeteit a napjainkban gyorsan fejlődő tudomány, a pszicho-neuro-immunológia eredményei illetve a pszichoszomatikus szemlélet térnyerése a betegségmegelőzésben és a gyógyításban egyre jobban alátámasztják. "Elsősorban a lélek egészségével törödj!"

"Gyorsan térj meg a testtől a lélekhez: Azt kell edzeni éjjel-nappal."

"Nem arra törekszünk ugyanis, hogy a hangunkat edzzük, hanem hogy a hangunk edzzen."

"A szó mélyen érint: Tetszés szerint leszünk alakíthatók, ha a lelkünkben megrögződik a gondolat lenyomata."

"Ha a lélelek elbágyad, az ember húzza-vonja magát, s lábai is ellustulnak. Ha pedig elnöiesedik, magában a járásban is feltűnik az elpuhultság. Ha kemény és ádáz, meggyorsítja a lépését."

"Sok másnak lesz rabja, aki testének rabja, túlságosan félti és mindent hozzá viszonyít."

"A test eltulzott szeretete félelmekkel nyugtalanít, szorongásokkal terhel."

"Barátodat felörölte a belé rögződött rossz életmód."

"Beteg lélekre vall az a sürgés-forgás. Szerintem a kiegyensúlyozott kedélyállapot első ismertetőjele, ha valaki képes megpihenni és elmulatni saját magában."

"A mértéktelen harag örültséget szül. Ezért a haragot nem is az önmérséklet, hanem az egészség ledvéért kell elkerülni."

"Ha valakit gyász sulytott vagy retteg, örizni szoktuk, hogy magányát ne használja rosszra."

“A lelki nyugalom legfontosabb összetevője: semmit sem tenni igazságtalanul. Kavargó, nyugtalan életet élnek, akik képtelenek megfékezni magukat. Pontosan annyira félnek, amennyire ártanak, sosem könnyebbülnek meg. Valahányszor másnak a gazságáról szólnak, mindig a magukéra gondolnak, és sosem érzik eléggé feledve, elrejtve gazságukat.”

X.FEJEZET

A BARÁTSÁGRÓL

Seneca is, mint a legtöbb ókori bölcs nagyra értékelte a barátságot. Ezzel kapcsolatos árnyalt gondolatain is érdemes elgondolkodnunk.

“Bizony összekavarják a tennivalókat, akik előbb szeretnek meg valakit, s csak azután mondanak róla ítéletet, nem pedig akkor szeretik meg, miután már ítéletet mondtak róla.”

“Mennyire hasonlít a hizelgés a barátságra.”

“Aki azért lett barátod, mert ez kifizetődik, abba is hagyja, ha az a kifizetődő.”

“Hosszasan fontold meg, hogy barátságodba fogadj-e valakit. Ha úgy látod jónak, hogy igen, akkor egész szivedbe bocsásd be, és éppen olyan bátran beszélj vele, mint tenmagaddal. Viszont élj úgy, hogy csupán azt bizd magadra, amit ellenségedre is bizhatsz.”

“A barátsággkötés után bizni kell, előtte mérlegelni.”

“Igen hasznosan cselekszel, ha barátodat a lehető legjobbá teszed.”

“Egyformán hiba mindenkiben bizni és senkiben sem.”

„Kellemesebb megkötni a barátságot, mint a kötelékében lenni, mint ahogy a művésznek is kellemesebb festeni, mint elkészülni a festéssel.”

„A barátságok formálásának művésze másikat állít az elveszett helyébe.”

XI. FEJEZET

AZ ERÉNYRŐL, ERKÖLCSI TANÍTÁSOK

Seneca szerint az erényre való törekvés az egyén legfontosabb feladata. Erkölcsi leveleinek ez a központi témája, visszatérő gondolata.

Seneca bizott az értelem erejében, ami révén az ember - „az értelmes állat” – lelkiileg, erkölcsileg fejlődhet, tökéletesedhet. Ebben a törekvésében a filozófia a legfontosabb segédeszköze.

Seneca és a keresztény próféták gondolkodásában, törekvésében közös a cél: az ember erkölcsi tökéletesedése, Istenhez méltóvá válása, de különböző, eltérő a cél elérésének módja. Míg a keresztényeknél a megváltás, a szentség, a hit, a feltámadás, a szeretet és az ima a legfontosabb fogalmak, addig Senecánál a filozófia, az értelem, illetve a lelki fejlődés.

„Az erényt tanulni kell!”

„Az emberiség megtiltja, hogy társaiddal gögös légy, megtiltja a kapzsiságot; szóban, tetteiben, érzésben szivesnek és elnézőnek mutatkozik mindenki iránt, semmi bünt nem tart magától idegennek, a benne lévő jót pedig azért szereti, mert másvalakinek lehet hasznára vele.”

„Az erényt részekre osztottuk: kíváncsún látszott megzabolázni a vágyakat, elfojtani a félelmet, előre látni a teendőket. Így ébredtünk rá a mértékletességre, a bátorságra, az okosságra és az igazságra, és mindegyiknek kijelöltük feladatát.”

„A tökéletes ember, az erény birtokában sosem átkozta a sorsot, sohasem fogadta busan az eseményeket; hitte, hogy a világmindenség polgára és katonája, s a bajokat úgy vállalta, mintha parancsba kapta volna.”

„A jó feltétlenül szükséges, a szükséges nem feltétlenül jó.”

„Vedd hát fontolóra, nem volna-e hasznos a tanítás: mintha Isten látná, úgy élj az emberekkel, mintha emberek hallgatnának, úgy beszélj az istenekkel.”

„Nincs olyan elragadó szellem, amelynek ne volna mit megbocsátani.”

„Becsületesebb, ha az ember halni tanul, mint ölni.”

„Szükség van valakire, aki után erkölcsünk igazodhatnak: csak zsinórmértékkel igazíthatod ki a görbét. Legyen valaki, akit a lélek tisztel, akinek tekintélye még jobban megszentelhet. Ő, boldog ember: nemcsak jelenlétével jobbit, hanem akkor is ha rá gondolunk. Válaszd ki azt, akinek élete, nyilatkozatai s lelkét kifejező arca megtetszett neked. Milyen boldog az, aki annyira tud egy másik embert tisztelni, hogy a ráemlékezéssel is egészsé formálja magát. Ha már így tisztelsz valakit, hamarosan téged kell majd tisztelni.”

„Örülj mások szerencséjének, indítsd meg mások szerencsétlensége.”

„Akárhon látod, hogy a romlott stílus tetszést arat, ott kétségtelenül az erkölcs is letért az egyenes útról.” Erről a mondásról az jut eszembe, hogy a tömegtájékoztatási médiákban és egyes művészeti ágakban is romlott stílusban az erőszakról, a szexről és a pénzről esik a legtöbb szó. Lehet, hogy az erkölcs letért az egyenes útról?

XII. FEJEZET

A HALÁL RÓL

A bölcsek azt mondják, hogy a halál az élet legjobb tanítómestere és a halottak a nagy tanítóink.

“Nem kell félni a haláltól, sőt neki köszönhető, hogy semmitől se kell félni.”

“Gyakran kerekedett már fölébed a sors és mégsem adtad meg magad, hanem felugrottál s még hevesebben álltál helyt.”

„A szív leginkább akkor isteni, amikor a halandóságról elmélkedik” – írja Seneca.

„Naponta tünődj el azon, hogy képes légy nyugodtan megválni az élettől.”

„Semmi baj nem nagy, ha már a végső. Eljön hozzád a halál: ha együtt maradna veled, félned kellene tőle; de szükségszerűen vagy meg sem érkezik, vagy továbbhalad.”

“Ha annyira rabul ejtett a hosszú élet vágya, gondold, hogy semmi sem semmisül meg abból, ami a szem látóköréből eltűnik, s elrejtőzik a természetbe: Belőle keletkezett s csakhamar visszatér oda.”

“Minden abbamarad, de nem pusztul el.”

„A halál, melytől rettegünk és húzódunk, megszakitja a létet, de nem rántja ki tövestől. Eljön majd ismét a nap, s visszabocsát majd a fényre. Minden, ami pusztulni látszik, csak átalakul. Nyugodt szívvel kell eltávoznod, ha ugyis visszajössz.”

“A rendkívüli lélek jellemzője, hogy más kedvéért visszatér az életbe, s a nagy férfiak ezt gyakran megtették. S parancsolja meg magának a lélek, ha övéinek érdeke úgy kívánja: Ne csak egyszerűen ne akarjon meghalni, hanem ha már halálán volna is, álljon talpra és bocsássa magát kedvesei rendelkezésére.”

“Még a leghevesebb gyász is elpihen. Mihelyt megszűnsz magadra figyelni a bánat halotti árnya semmibe foszlik. Igyekezzünk magunknak kellemessé tenni a halottainkra való emlékezést. Senki sem tér vissza olyasmire, amire nem gondolhat gyötrellem nélkül.”

“A sors elvette, de a sors adta.”

« Eltemetted, akit szerettél -, keresd akit szeress ezután. »

« Ha önmagad jószándékából nem vetsz is véget a fájdalomnak, meggyógyítja az idő. Jobban szeretném, hogy te hagyd el a fájdalmat, mint, hogy az hagyjon el téged. »

« Gondoljunk állandóan mind a magunk, mind a szeretteink halandóságára. S talán ha a bölcsek híresztelése igaz, s valamilyen hely befogad minket, akkor akiket elveszettnek hittünk, csak előrement.»

« Ugy kell elrendezni minden napot, mintha az lenne a sereghajtó, mintha összegeznél, s bevégeznél az életet. »

« Éltem, s pályámat, mit a sors kiszabott befutottam. »

XIII, FEJEZET

VIGASZTALÁSOK

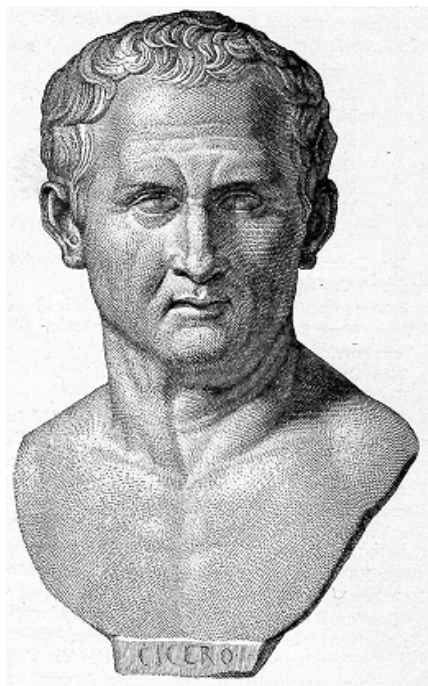
Seneca mintha ismerte volna a mondást: A legjobb orvos is csak ritkán gyógyít, gyakran segít, de mindig vigasztal. Az ókori irodalom fontos része és feladata volt a vigasztalás. (Consolatio)

Cicero összefoglalta e műfaj lényegét: be kell bizonyítani, hogy nincs rossz, s ha van nem jelentékeny. Rámutatni arra, hogy minden bánat és gyász az élet törvénye. Bizonyítani azt, hogy értelmetlen elemészteni magunkat.

Senecától három Vigasztalás maradt ránk. **Marciának, Polybiusnak és Helviának** írt vigasztalása. Ezen remekművek egyike sem írható le csupán Cicero elméleti tételeivel. Azért nem, mert Seneca mindhárom ember tragédiájához, szomorúságához nem sablonosan, hanem egyénre szabottan, a lehető legnagyobb beleérző készséggel viszonyult. Vigasztaló mondataiból kiderül, hogy milyen sok mindent tudott azokról, akikhez írt és azokról, akiről írt. Ebből látszik, hogy mennyi szeretettel figyelt már korábban is rájuk. Éppen emiatt a három írásban sokkal több az eltérő, mint a közös.

Nemcsak a gondolatgazdagsága, hanem páratlan írásművészete miatt is remekművekkel találkozunk az, aki elolvassa Seneca Vigasztalásait.

Az elismerésből és az érdemből kijut, kijár **Révay Józsefnek** is, aki az eredeti szerzőhöz méltóan fordította magyarra az antik prózát.



CICERO (KR.e.106-43): Római ügyvéd, politikus, filozófus, író és híres szónok

XIV. FEJEZET

A RÓMAI BIRODALOM TÖRTÉNELMÉNEK RÖVID ÖSSZEFOGLALÁSA

A monda szerint Róma városát Krisztus előtt 753-ban **Romulus és Remus**, az ikertestvérek alapították. ("Szüleik": Mars hadisten és Rhe Silvia voltak .) Romulus megölte Remust és így lett ő Róma első királya, akit további 6 király követett a trónon. A **királyság** idején Róma területét a szomszédos etruszk városok leigázásával növelték.

Krisztus előtt 509-ben a királyságot **köztársasági államforma** váltotta fel, amely mintegy 500 évig tartott. E fél évezredben további háboruszkodás révén meghódították egész Itáliát, a Földközi tenger szigeteit és partvidékét, az Ibériai félszigetet és a Balkánt. A hódító háborúk mellett nem egyszer védekező háborút is folytatniuk kellett; pl.: a latin törzsek, az etruszkok és később a kelták ellen is. A hellenisztikus államok és Karthago legyőzésével Krisztus születése előtt 2. század közepére Róma az egész Földközi tenger medencéjének ura lett.

Krisztus előtti első évszázadban rabszolga felkelések, polgárháborúk, hatalmi harcok jelzik a köztársaság válságát. Ekkor **Julius Cezárt** – miután legyőzte ellenfeleit - örökös diktátorrá választották. Julius Cézár átalakította az államszervezetet, földet osztott,

nagyszabású építkezésekbe kezdett és átalakította az adózást és a római naptárat is. Krisztus születése előtt 44 március idusán a senatusban meggyilkolták. Nem sokkal később kiújult a polgárháború, ami Augustus hatalomra jutásához vezetett. Augustus további változtatások révén jelentősen csökkentette a senátus hatalmát, s gyakorlatilag ő irányította a kül-és belpolitikát. Így járult hozzá ahhoz, hogy a köztársaságból **császárság** lett. Krisztus születése után 14-ben halt meg. Halála után Istenné avatták.

Utódjával, **Tiberiussal** vette kezdetét a római császárkor első dinasztiájának uralma (Iulius-Claudius dinasztia). A császárság következő 400 éves története során a Római Birodalom területileg még nagyobb lett, Britanniától Észak-Afrikán át Kis-Ázsiáig terjedt. Trajanus császár idején volt a legnagyobb: 2.300.000 km². (Krisztus születése utáni 105. évben kezdődött a rómaiak uralkodása Erdélyben azzal, hogy Trajanus római császár legyőzte Decebál dák királyt. A rómaiak kb. 170 évvel később a góthok elől menekülve vonultak ki Erdélyből 274 táján. A hunok 376 körül vették be Erdélyt, elűzve onnan a gótokat.)

A harmadik és negyedik századtól a birodalom társadalmi problémái tovább súlyosbodtak, ismételten gazdasági válság alakult ki és a népvándorlások (kelet-nyugati és észak-déli) következtében is a birodalom hanyatlani kezdett.

330-ban I. Constantinus Konstantinápolyt (Bizáncot) tette meg fővárosul. 395-ben I. Theodosius halálát követően a Római Birodalom végleg két részre oszlott, a Kelet-Római Birodalomra és a Nyugat-Római Birodalomra. **476-ban az utolsó nyugatrómai császárt Romulus Augustulust lemondatták és a bizánci I. Zeno maradt meg egyedüli római uralkodónak.**

A **gótok** 410-ben végigdúlták Itáliát és átmenetileg elfoglalták Rómát is. Attila **hun** király serege 452-ben tört be Itáliába. 454-ben a **vándálok** a volt Africa provincia területén alakítottak királyságot. A **gótok** és a **germánok** is önálló királyságokat alapítottak.

Az egységes Római birodalom kb. 1200 éves történetét alapításától széthullásáig támadó és védekező háborúk, polgárháborúk, rabszolga felkelések véres leverése jellemezte, rövidebb békés időszakokkal megszakítva. Az uralom megszerzéséért folytatott harc gyilkosságok sorozatának története. Seneca szerint gyakran a rabszolgák végeztek uraikkal.

Mindezen véres történetek ellenére a Római Birodalom maradandó hatást gyakorolt a nyugati civilizációra; a kultúrára, a vallásra, a politika fejlődésére és a művészetre egyaránt.

A birodalom nyelvei a latin nyelv változataiból alakultak ki. Pl.: az olasz, francia, spanyol, portugál, román stb. Más európai nyelvek is nagyszámu latin jövevényszót tartalmaznak.

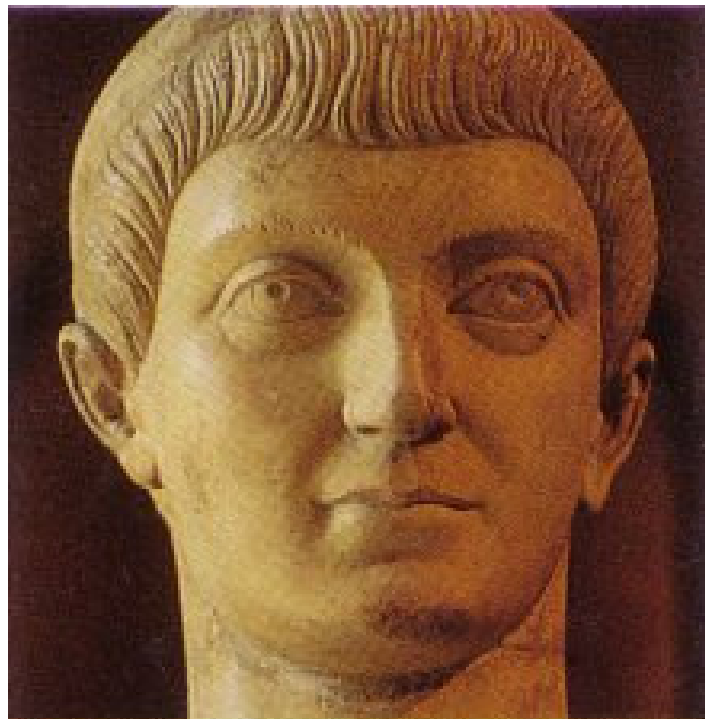
A római jog képezi a modern európai jog alapját.

A római városépítéset korábban nem ismert csúcsokra jutott, fejlett vízellátással, csatornarendszerrel. A római építéset és szobrászat remekművei előtt ma is csodálattal adózunk.

A birodalomban kiépített úthálózat és védelmi erődítmények egy része ma is megvan.

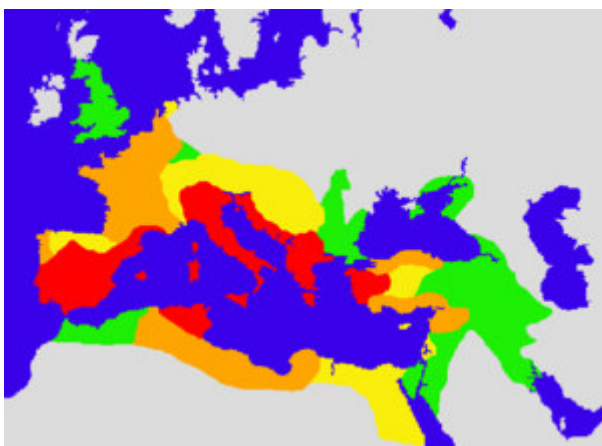
A római filozófia és irodalom az európai kultúra egyik fontos gyökere.

A keresztényeket, illetve a kereszténységet Nérotól kezdve üldözték a császárok 313-ig amikor is **I.Constantinus** engedélyezte a keresztény vallás gyakorlását, majd 394-től **I.Theodorus császár** államvallássá tette. Ez nagy hatással volt a kereszténység későbbi történelemformáló szerepére Európában és később az egész földön.



I. CONSTANTINUS

A Római Birodalom Provinciái



A Római Birodalom kiterjedése:

Krisztus előtt 133-ban piros

Krisztus előtt 44-ben narancssárga

Krisztus után 14-ben sárga

Krisztus után 117-ben zöld

Egyiptom

Kelet-Algéria, Tunézia; a volt Karthágo területe - Africa

Numidia: ősi afrikai berber királyság volt, később pedig római provincial lett. Az ősi

Numidia ma Algéria keleti partvidéke

Marokko, Nyugat-Algéria

Mauretania

Szíria, Libanon

Syria

Irak

Mesopotamia

Izrael, Ciszjordánia

Iudaea

Jordánia és a Sínai félsziget

Arábia

Észak-Líbia

Cyrenaica

Kelet-Törökország, Örményország

Arménia

Nyugat-Törökország

Asia

Észak-Törökország

Bithinia és Pontus

Dél-Törökország

Cilicia

Közép-Törökország

Galatia

Anglia és Wales

Britannia

Délkelet-Franciaország -

Alpesi miniprovinciák

Franciaország

Gallia Transalpina

Dél-Hollandia, Északnyugat-Németország

Germania Inferior

Kelet-Franciaország, Délnyugat-Németország

Germania Superior

Bulgária, Szerbia, Kelet-Románia

Moesia

Nyugat- és Dél-Románia

Dacia

Nyugat-Balkán

Dalmatia

Délnyug-Kárpátmedence, K-Ausztria, Szlovénia

Pannonia

(Dalmatia és Pannonia közös neve: Illirycum)

Svájc, Bajország	Raetia
Nyugat-Ausztria	Noricum
Olaszország	Italia
Szicília	Sicilia
Korziika és Szardínia	Corsika et Sardinia
Kréta	Creta
Ciprus	Cyprus
Görögország	Macedonia
Spanyolország, Portugália	Hispania

FORRÁSOK

Az interneten a különböző nyelveken elérhető Seneca életével és életművével foglalkozó tanulmányok, könyvek, doktori dolgozatok száma milliós nagyságrendű. Minden érdeklődő kedve szerint olvashat e témában, anélkül, hogy a végére érhetne. Ezért csak azokat a forrásmunkákat tüntettem fel, amelyekre a legközvetlenebbül támaszkodtam tanulmányom megírása során.

- 1./ Seneca: Vigasztalások, Erkölcsei Levelek
Fordította, az utószót és a jegyzeteket írta: Révay József és Kurcz Ágnes
Európa Könyvkiadó Budapest 1980
- 2./ Seneca: Von der Seelen Ruhe
Fordította és az utószót írta: Heinz Berthold
Insel Verlag 2002
- 3./ www.wissen.de
- 4./ Vidovszky Gábor: Örömréning
magánkiadás 1992
- 5./ Vidovszky Gábor: Tanulmányok az ember természetéről és védelméről
Anonymus Alapítvány 2004
- 6./ www.wikipedia.hu

Fájlnev: UTF-8"TANULMÁNY
Könyvtár: C:\Documents and Settings\nrado\Asztal
Sablon: C:\Documents and Settings\nrado\Application
Data\Microsoft\Templates\Normal.dot
Cím: SENECA GONDOLATAI
Tárgy:
Szerző: Marta Pentek
Keresőszavak:
Megjegyzések:
Létrehozás dátuma: 2007.06.29. 12:44:00
Változat: 1
Utolsó mentés dátuma: 2007.07.01. 18:26:00
Utoljára mentette: Marta Pentek
Szerkesztési idő: 1 perc
Utolsó nyomtatás: 2012.11.07. 14:12:00
Mint az utolsó teljes nyomtatáskor
Oldalak száma: 33
Szavak száma: 5 819 (kb.)
Betűk száma: 40 153 (kb.)