

Drie Ethische Brieven

DRIE ETHISCHE BRIEVEN

Lucius Annaeus Seneca



Drie Ethische Brieven

Oorspronkelijk verschenen als *epistulae 89, 94 & 95 (Epistulae Morales ad Lucilium)*.

Auteur: Lucius Annaeus Seneca

Vertaling en bewerking: Erik Nagtegaal, in samenwerking met AI.

Voorwoord: Erik Nagtegaal & AI.

Bij de totstandkoming van deze uitgave is gebruikgemaakt van een AI-taalmodel, als hulpmiddel bij het vertaalproces en het opstellen van het voorwoord. Voor een uitgebreide verantwoording, zie de sectie 'Over het gebruik van AI' in dit boek.

Copyright: © 2026, Erik Nagtegaal

Druk en bindwerk: Brave New Books, Rotterdam

Coverontwerp: Erik Nagtegaal

Vormgeving binnenwerk: Brave New Books, Rotterdam

Filosofie algemeen

ISBN: 9789465545929

NUR: 730

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

*“Ga zo voort, beste Lucilius:
herneem bezit van jezelf,
ten behoeve van jezelf..”*

Lucius Annaeus Seneca

INHOUD

VOORWOORD	9
De ontstaansgeschiedenis van het Stoïcisme	
Een beknopte filosofische biografie van Seneca	
Filosofische oefeningen van Seneca	
Het begrippenkader in <i>Drie Ethische Brieven</i>	
Hoe het systeem werkt in het kort	
Over het gebruik van AI	
 DRIE ETHISCHE BRIEVEN	 23
BRIEF 89	25
BRIEF 94	33
BRIEF 95	59

VOORWOORD

Wat heeft een Romeins staatsman uit de eerste eeuw ons vandaag de dag nog te vertellen over rust, veerkracht en een zinvol leven? Verrassend veel. In deze drie zorgvuldig geselecteerde brieven (89, 94 en 95) treedt Lucius Annaeus Seneca niet op als een stoffige theoreticus, maar als een scherpe observator van de menselijke ziel en een vurige leermeester. Hij ontleedt feilloos hoe we gevangen raken in onze eigen angsten en wispelturige begeerten, en reikt ons tegelijkertijd de handvatten aan om deze grondig te doorbreken. Filosofie is voor Seneca geen vrijblijvende denksport, maar een noodzakelijk medicijn. Dit voorwoord neemt je mee in de krachtige Stoïcijnse praktijk achter deze teksten: een tijdloze leidraad die laat zien hoe je van een eerste voorstelling tot een deugdzzaam en standvastig leven komt. Laat je meevoeren naar de kern van het Stoïcisme en ontdek hoe Seneca's scherpe stem je ook nu nog recht in het hart raakt.

De ontstaansgeschiedenis van het Stoïcisme

Om de stem van Seneca goed te kunnen plaatsen, moeten we terugreizen naar het Athene van rond 300 v. Chr. Nadat de klassieke Griekse stadstaten waren onderworpen door het Macedonische rijk, veranderde de wereld radicaal. Mensen voelden zich niet langer geborgen in hun eigen kleine politieke gemeenschap (*polis*), maar werden overspoeld door een immens, onoverzichtelijk rijk. Te midden van deze gevoelens van ontheemding en kwetsbaarheid verscheen er op het marktplein van Athene een nieuwe filosofische stroming.

De grondlegger was Zeno van Citium (ca. 334 - 262 v. Chr.), een koopman uit Cyprus die na schipbreuk in Athene strandde. In plaats van zich af te zonderen in een besloten boomgaard – zoals de Epicureeërs deden – koos Zeno een