

Quel est le THÈME du texte (relation entre deux idées ou NOTIONS du programme concernées)	Ce texte, de Sénèque , aborde le thème de la liberté et du bonheur	
Quelle est la THÈSE du texte (l'affirmation portant sur la relation entre les 2 idées du THÈME).	Il soutient la thèse selon laquelle l'Homme qui se réduit à ses plaisirs et ses douleurs ne peut pas être libre.	
Quel est le PROBLÈME qu'aborde le texte	L'auteur s'interroge sur les choses extérieures à l'Homme et leur impact sur lui et sa liberté, et sur l'idée commune selon laquelle être libre ce serait pouvoir agir sur ce qui ne dépend pas de notre et le maintenir à notre disposition. Il se demande si au contraire ces choses extérieures ne rendent pas l'Homme esclave plutôt que libre.	
Quelle est la QUESTION à laquelle la THÈSE du texte répond ?	La liberté de l'Homme se trouve-t-elle en lui, ou bien se trouve-t-elle l'extérieur?	
L'OPPOSITION CONCEPTUELLE essentielle	<p><i>Les mots du texte qui vont ensemble et que l'auteur critique</i></p> <p>plaisirs, douleurs, capricieux et absolu, fortune, biens, désirer, craindre, atteintes—> esclavage</p>	<p>Les mots du texte qui vont ensemble et que l'auteur valorise</p> <p>satisfaction, bienveillance, calme de l'esprit, élévation, épanouissement de l'âme, produits de son bien, raison, vérité, jugement droit et sûr</p>
Les ÉTAPES du raisonnement qui établissent la THÈSE .	<p>1/ Se laisser dominer par les plaisirs et les douleurs, résultats des choses extérieures sur lesquelles nous n'avons pas la main, ne fait que nous rendre esclaves. L'indifférence et l'indépendance aux choses extérieures permettent l'épanouissement de l'âme.</p> <p>2/ L'homme heureux se base sur la raison, ne désire et ne craint rien. Cependant, les pierres et les bêtes qui également ne désirent et ne craignent rien ne peuvent pas être considérées comme des êtres heureux au même titre que l'Homme, car elles n'ont pas l'intelligence du bonheur, contrairement aux humains.</p> <p>3/La connaissance du vrai, l'élévation et le calme de l'esprit sont « le bien suprême » qui procure la sérénité et la satisfaction. Être libre est d'avoir un esprit pur et délivré de tout mal, ce qui permet à l'Homme d'être heureux, protégé des douleurs et des maux. C'est comprendre la liberté et le bonheur d'une façon nouvelle : la liberté comme indépendance absolue, ou <i>AUTARCIE</i>, et le bonheur comme absence de trouble intérieur, quiétude ou tranquillité, c'est-à-dire <i>Ataraxie</i>.</p>	
Un EXEMPLE qui montre la pertinence de la THÈSE .	Minimalisme de vie—> trouver bonheur et satisfaction dans expériences de vie plutôt que possessions et leur accumulation Intérieur/Extérieur	
Les RÉFÉRENCES mobilisables (personnages, œuvres d'art, films, séries, livres, BD, ...)	<i>Le meilleur des mondes</i> (Huxley) « C'est là qu'est le secret du bonheur et de la vertu, aimer ce qu'on est obligé de faire ». Mais ce ne sont pas les habitants de cet univers qui ont décidé d'être heureux, on l'a décidé pour eux. Ouverture sur conditionnement. <i>Into the wild</i>	
Les REPÈRES du programme engagés	Intérieur/Extérieur	