

O 'MANUAL PARA A VIDA FELIZ' DE EPÍTETO: UM COMENTÁRIO SOBRE OS FRAGMENTOS DE 1 A 6

THE 'MANUAL FOR A HAPPY LIFE' BY EPITET: A COMMENT ON FRAGMENTS 1 TO 6

ADIMIR BRITO CALONGA**

CESAR AUGUSTO VERAS***

MARCIO BOGAZ TREVIZAN****

PEDRO PEREIRA BORGES*****

UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO, BRASIL

Resumo: O presente artigo tem como objetivo analisar alguns aspectos da obra *Manual para a Vida Feliz*, fruto das aulas proferidas por Epiteto, e registradas por seu aluno Ariano. Nos deteremos em considerar as situações que, segundo Epiteto, dependem do indivíduo e aquelas que não dependem de sua ação. De maneira particular, tal análise irá centrar-se a partir dos fragmentos de 1 a 6 do manual, dada a extensão para ser analisado em um artigo. Para dar conta do objeto proposto, tal análise se dará, tendo por base a perspectiva de Hadot (2015) sobre o assunto. O método de pesquisa empregado será o de revisão bibliográfica. Quando à metodologia, esta será de caráter dedutivo. Nossos estudos dão conta que seus ensinamentos são firmados nos princípios essenciais da filosofia estoica. Sendo assim, o único bem existente, para ele, é o bem moral. Além disso, toda ação humana se baseia no juízo e a natureza é coerente consigo mesma. Nessa perspectiva, o que depende do indivíduo, nesta vida, é o que está sob o seu controle e tudo o que foge do seu controle não depende dele. Sendo assim, preocupar-se com o que não está sob seu controle, é considerado inútil e perda de tempo.

Palavras Chaves: Filosofia antiga. Vida feliz. Moral. Disciplina. Ataraxia

Abstract: This article aims to analyze some aspects of the work *Manual for Happy Life*, the result of classes given by Epictetus, and recorded by his student Ariano. We will consider situations that, according to Epictetus, depend on the individual and those that do not depend on his action. in an article. To account for the proposed object, such an analysis will take place, based on the perspective of Hadot (2015) on the subject. The research method used will be the literature review. As for the methodology, this will be deductive. Our studies show that his teachings are based on the essential principles of Stoic philosophy. Therefore, the only existing good, for him, is the moral good. Furthermore, all human action is based

* Artigo recebido em 06/07/2021 e aprovado para publicação pelo Conselho Editorial em 16/07/2021.

** E-mail: britocalongaadimir@gmail.com

*** Currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/2914168692412018>. E-mail: semcesaraugusto@gmail.com.

**** Currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/8379859279446858>. E-mail: trevizan.marciob@gmail.com

***** Currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/2695692576027459>. E-mail: pobojari@uol.com.br

on judgment and nature is consistent with itself. From this perspective, what depends on the individual, in this life, is what is under his control and everything that is out of his control does not depend on him. Therefore, worrying about what is not under your control is considered useless and a waste of time.

Keywords: Ancient philosophy. Happy life. Moral. Subject. Ataraxia.

1. Considerações iniciais

Neste artigo partimos da interpretação realizada por Pierre Hadot¹ sobre o texto de Epiteto, “Manual para a vida Feliz”. A importância de nos debruçarmos em estudar os textos de Pierre Hadot, reside no fato dele revisitar textos antigos e propor para a sociedade contemporânea a reflexão filosófica sobre a Filosofia como Modo de Vida.

De acordo com Epiteto, para o homem chegar a uma clara compreensão do que é a liberdade e a felicidade em sua vida, ele precisa utilizar de princípios ou virtudes. Nesse sentido, Epiteto, no ‘Manual’, reflete sobre o que o homem pode controlar e o que não pode, no transcorrer da sua vida. Na sua visão, se o homem se autoconhecer e seguir essas virtudes, do que depende e do que não depende dele, terá um autocontrole de si e não deixará ser influenciado por pessoas e emoções que possam levá-lo a desvirtuar-se do caminho para viver uma real liberdade e felicidade.

Nesse sentido, para elucidar a compreensão ao objetivo proposto, o presente trabalho se divide em três subtópicos principais, que se desdobram em outros, a saber: 1) O estoicismo e suas fases; 2) Principais elementos da Doutrina Estoica; e, por fim, 3) O que depende do indivíduo, segundo Epiteto

2. O Estoicismo

A obra, “Manual para a vida Feliz” tem como base filosófica o estoicismo. O estoicismo foi uma corrente filosófica fundada por Zenão de Cítio (332-264 a.C.), no terceiro século antes da era cristã, e que está associada a pensadores como Sêneca (4 a.C.-65 d.C.),

1 Pierre Hadot, Nasceu em 1922 em Paris; era filho de descendentes alemães que se deslocaram da região Alemã de Reims para Paris. Por desejo da sua mãe aos dez anos, Hadot junto com seus outros dois irmãos, entrou no seminário menor de Reims. Depois, na década de 1930, aos quinze anos, foi enviado para o seminário maior. Foi ordenado padre por volta de 1944 e exerceu a docência durante dez anos de sua vida. No início da década de 1950, por razões particulares, deixou o exercício do Sacerdócio e passou a dedicar-se integralmente a Filosofia.

Epiteto (50-138 d. C.) e o imperador romano Marco Aurélio (121-180 d. C.). No dizer dos estoicos, a tarefa essencial da filosofia é a solução do problema da vida; em outras palavras, a filosofia é cultivada exclusivamente em vista da moral, para firmar a virtude e, logo, para assegurar ao homem a felicidade.

Para esta escola, a ‘Sabedoria’ consiste na prática da virtude, em viver de acordo com a natureza ou a ordem racional (logos) do universo. O *logos* para os gregos, é compreendido como uma força imanente ao mundo e que tudo governa necessariamente.

De acordo com o Estoicismo, o Sábio, com serenidade e autodomínio, compreende o carácter necessário do que acontece. Essa corrente filosófica despreza todo o tipo de sentimento externo produzido pelo homem (paixões, vícios, luxúrias). É uma doutrina que só identificava a verdadeira felicidade com a virtude, devendo o homem buscar a harmonia na razão cósmica, indiferente às variações de coisas que acontecem na vida do homem. Nesse sentido, a escolha do estoico se situa

na linha reta da escolha socrática e é diametralmente oposta à escolha epicurista: a felicidade não consiste no prazer ou no interesse individual, mas na exigência do bem, ditada pela razão e que transcende o indivíduo. A escolha estoica opõe-se igualmente à escolha platônica, na medida em que pretende que a felicidade, isto é, o bem moral, seja acessível a todos neste mundo (HADOT, 2014, p.188).

Outro elemento importante, é que o estoicismo compartilhou a afirmação do primado da questão moral sobre as teorias, como o conceito de filosofia como vida contemplativa acima das ocupações, das preocupações e das emoções da vida comum. Para Seu ideal, portanto, é a *ataraxia* ou *apatia*. “Para o estoico, há uma única coisa que não é indiferente: a intenção moral, que se opõe como boa ou má e leva o homem a modificar-se a si mesmo e à sua atitude com relação ao mundo” (HADOT, 2014, p.196). De acordo com Pierre Hadot, a Ataraxia é entendida como a tranquilidade da Alma e da mente; é a mente livre de qualquer tipo de agitação ou perturbação.

A princípio, pode parecer que os estoicos buscassem apenas uma vida interior divinizada. Pelo contrário, buscavam na racionalidade do homem as orientações morais para direcioná-lo para a felicidade. A esse respeito, Reale e Antiseri (2007) apontam que “para definir a natureza humana, os estoicos observavam que todo ser vivo apresentava a tendência de ‘conserva a si mesmo’, de apropriar-se do próprio ser e de tudo quanto é capaz de conserva-lo, e evitar aquilo que lhe é contrário e de ‘conciliar-se consigo mesmo e com as coisas que são conformes à própria essência’. No homem essa tendência se encontra na

razão, no viver “conciliando-se” com o próprio ser racional, conservando-o e atualizando-o plenamente (REALE e ANTISERI, 2007, p.6).

2. 1. Os três períodos do Estoicismo:

O estoicismo é dividido em três períodos históricos: antigo ou ético; médio ou eclético; ‘atual’ ou religioso. Vejamos algumas informações sobre esses períodos e seus principais representantes:

a) Período Antigo ou Cético:

O primeiro período, denominado ‘Antigo ou Cético’, teve por destaque Zenão de Citio (334-262 a.C), que lecionava no pórtico multicolorido de Atenas; daí, veio o nome de filosofia do pórtico ou estoicismo. Essa filosofia teve início por volta o século III a.C. e também teve como destaque os Cleantes e Crisipo.

O principal assunto abordado, era a ética, que tinha por objetivo direcionar o homem a aprender através da racionalidade e adquirir uma certa interioridade. Tal realidade o levava a controlar seus desejos e a praticar virtudes, que o conduzissem a uma vida feliz.

b) Período ‘médio ou eclético’:

No período ‘médio ou eclético’, temos como principais representantes os filósofos Panécio de Rodes, e Possidônio. Tal período teve início por volta do séc. I a.C e se caracterizou por ser uma junção ou adaptação do modo de conduta dos helênicos gregos, com o modo republicano dos cidadãos romanos. Podemos notar, que esse período já começa a ter ideias distintas daquelas apresentadas pelo Estoicismo fundo por Zenão.

O período ‘*médio ou eclético*’ do estoicismo tem, em grande parte, o seu cenário desenvolvido em Roma. Por volta do ano 150 d. C era famoso em Roma, o filósofo Panécio de Rodes (c.180-c.110), considerado fundador do estoicismo chamado médio. Ele era discípulo de Antípatro de Tarso; Panécio, um admirador de Aristóteles e de tendência ao ecletismo, possibilitou uma visão mais aberta acerca desta escola filosófica e começou a insistir sobre a liberdade do homem e a moral voltada para a ação, tendência que veio ao encontro do sentimento romano. Com esta ênfase moral que agradou aos sentimentos romanos, Panécio, foi acolhido na aristocracia, e Cipião Emiliano e Lélío, o cônsul de 140, receberam-no como amigo em seu círculo, o chamado ‘Círculo dos Cipiões’ (NOVAK,1999, p.266). Em outras palavras, Panécio fez sucesso entre a Aristocracia romana, pois fazia uma filosofia adaptada a vida cotidiana.

c) O terceiro e último período do estoicismo: o estoicismo em Roma

A partir do século I a.C, o estoicismo se encaminha para Roma, onde seus principais representantes foram Sêneca (4 a.C-65 d.C.), Epiteto (50-138 d.C.) e Marco Aurélio (121-180 d.C.), o Imperador. Esta forma de Estoicismo, denominado de ‘Estoicismo latino’

caracterizou-se pela ênfase na filosofia prática e em uma concepção humanística, que valoriza a indiferença, *apatheia*, e o autocontrole. Ao sair da Grécia, o estoicismo passou de uma concepção que orientava o modo de viver bem em comunidade, para buscar nas virtudes morais, o direcionamento para governar a si mesmo.

O florescer do Estoicismo em Roma, teve como principal representante o filósofo *Lucius Annaeus Sêneca*, que nasceu em Córdoba na Espanha no ano 5 d.C., no período do Governo de Tibério. Era filho de *Annaeus Sêneca* (55 a.C.- 39 d.C.), que foi considerado excelente na arte da retórica. Em virtude do prestígio de seu pai, Sêneca foi enviada a Roma para iniciar seus estudos em gramática, retórica e filosofia. Dentre as artes as quais ele se dedicou, a filosofia foi a que mais o encantou. A filosofia para Sêneca era uma arte de bem viver e morrer; ele a considerava como a ‘pedagoga’ da humanidade.

Outro nome de grande relevância, da escola estoica em Roma, foi Marco Aurélio, Imperador de Roma. Este conheceu a filosofia estoica antes mesmo de assumir o poder em Roma, através de Frontão (100 d.C. à 170 d.C.), Diogneto (séc. II), Alexandre (séc. II), Apolônio (séc. II) e Rústico (100 d.C. à 170 d.C.). Tais filósofos, por meio de seus escritos, exerceram grande influência sobre Marco Aurélio, de modo particular sobre assuntos como a moral, a ética e o direito.

O estoicismo de Marco Aurélio defendia a igualdade entre os homens justificada pela física dos estoicos, para que todos participassem de uma mesma força vital, ou seja, sua ação filosófica além de fortalecer o indivíduo, fortaleceria o império. Contudo, tal igualdade não era para todos, mas evidentemente para os cidadãos. Alguns dos princípios estoicos, tais como igualdade, comunidade, liberdade, justiça, piedade, clemência, foram utilizados por Marco Aurélio, com vistas a manter a estabilidade entre a Política e Filosofia.

As obras produzidas por Marco Aurélio e os demais filósofos romanos, estão diretamente ligadas a vida do império e tem como objetivo refletir a realidade vivida; são uma espécie de enciclopédia das ideias que permitiu aos seus autores avaliarem o modelo político do poder imperial.

3. Principais elementos da Doutrina Estoica

Os estoicos partiam de três elementos, que compunham a base do conhecimento filosófico ensinados por eles, a saber: a Lógica, a Ética e a Física. Em seus escritos, Ariano, compilando as aulas de Epiteto, aponta que tanto a Lógica, quanto a Física, como também a

Ética não são analisadas somente como elementos teóricos, mas como elementos práticos que tocam a vida do indivíduo.

3.1. A Lógica, a Ética e a Física

Para entendermos a visão Estoica acerca do mundo, é importante abordarmos qual a concepção que tal corrente tem a respeito da Lógica, da Ética e da Física.

Por Lógica se entende o assentimento das representações racionais objetivas. Na concepção estoica, a lógica divide-se em duas partes. A primeira, é a retórica, a qual a consideram uma ciência de falar bem em público, na transmissão da doutrina estoica especificamente. Na segunda parte, corresponde à Dialética, que subdividem em saber formular e responder pergunta, e também distinguir a verdadeiro ou falso. Dentro ainda da ciência da dialética, ainda existem dois outros pontos a serem destacados: um com relação ao significado, e o outro com relação às vozes. Os estoicos denominavam dialética, o que pode se chamar na contemporaneidade Lógica proporcional. De acordo com Moreira Junior (2016), “o escopo da lógica estoica é maior do que o da contemporânea [...]. Abrange a teoria do conhecimento, a teoria da interpretação, a teoria da linguagem, a própria lógica como conhecemos e a retórica” (MOREIRA JUNIOR, 2016, p. 206). Para a referida autora, “enquanto a retórica trata dos estilos da fala, a dialética trata da linguagem de maneira geral e de todas as teorias mencionadas acima” (MOREIRA JUNIOR, 2016, p. 206).

Concernente a Física, os estoicos a compreendem como sendo tudo aquilo que existe de corpóreo e incorpóreo, que pode ser causa de ação ou sofre a ação no cosmo, sendo o homem participante desse cosmo natural. Outro dado importante é que a razão está presente em tudo² nessa ordem cosmológica; ela é chamada de “logos”, a qual manifesta-se como racionalidade em todas as coisas existentes. Nesse cosmo, o homem é o ser privilegiado pela natureza, pois é o único possuidor da alma racional, o que lhe distingue dos demais animais. Sendo assim, é sábio o homem que vive em harmonia com a natureza e compreende que nela ele se complementa.

Desse modo, para Epiteto, “o fim é viver conforme à natureza, quer dizer, viver segundo a virtude, de vez que a natureza nos conduz a ela” (LAERCIO. 3, *apud* HADOT, 2005, p.62). A esse respeito, Assis (2002), infere que “não há uma separação entre natureza

² “Para os estoicos, [...], tudo está em tudo, os corpos são todos orgânicos, o Mundo é um todo orgânico, e tudo acontece por necessidade racional; no tempo infinito, há um único cosmos que se repete uma infinidade de vezes” (HADOT, 2014, p.191).

e pessoa humana. As relações do ser humano com a natureza são relações de adequação e não relações de domínio” (ASSIS,2002, p.121). Para a referida autora, na concepção estoica, o ser humano deve interagir-se com a natureza e essa interação significa compreender a natureza pela aceitação de suas leis. Assim, “para os estoicos, a sabedoria consiste não em dominar a natureza, mas em adequar-se a ela, mediante ações que estejam em conformidade com a lei universal que rege o todo” (ASSIS,2002, p.121). Em outras palavras, “a física estoica ensina o homem que há coisas que não estão em seu poder, mas dependem de causas exteriores a ele e se encadeiam de maneira necessária e racional” (ASSIS, 2002, p. 120).

Quanto a ética, esta se refere ao ideal de vida; diz respeito ao que é moral e eticamente bom, ao que conduz a virtude do bem. No conceito dos estoicos o homem Sábio é aquele que busca constantemente viver as virtudes se afastando do que leva aos vícios. Para o pesquisador Jean Brum (1986), a ética estoica “é uma ética que se pauta na compreensão reflexiva, na meditação que conduz a um estado de imperturbabilidade, de serenidade e de paciência” (BRUM, 1986, p.57). O objetivo é levar o indivíduo a uma paz duradoura, à *ataraxia*. A esse respeito, Brennan aponta que para a ética estoica, “só a virtude, juntamente com o que quer que nela participe, é um bem; só o vício, e o que quer que nele participe, é um mal” (BRENNAN, 2006, p.292). Para tal perspectiva filosófica, “tudo o mais é indiferente, o que significa que não é nem benéfico nem nocivo, ou, de modo equivalente, não exerce efeito sobre a felicidade ou a tristeza do indivíduo” (BRENNAN,2006, p.292).

3.2 Os três *Topoi*: A disciplina do Desejo, A Disciplina das Tendências e a Disciplina do Assentimento

O que a filosofia estoica denomina de *Topoi*, refere-se aos ‘lugares comuns’ aos quais os filósofos estoicos utilizavam para basearem suas doutrinas. Um ‘lugar comum’ é uma base de dados que fornece o argumento base para a estruturação de um discurso. Os três *Topoi* utilizados pelos estoicos são: a Disciplina do Desejo, a Disciplina das Tendências e a Disciplina do Assentimento. De acordo com Almeida (2005), “podemos reconhecer facilmente nestas três relações as três partes do discurso filosófico do estoicismo: lógica, física e ética, respectivamente” (ALMEIDA,2015, p.44).

Na visão do referido pesquisador, a disciplina do desejo está ligada à Física, “que consiste em acolher com equanimidade os acontecimentos que ela produz” (ALMEIDA,2015, p.44); a Disciplina das Tendências corresponde a Ética e diz respeito a

“relação com as outras pessoas” (ALMEIDA,2015, p.44) e a ‘Disciplina do Assentimento’ está ligada à lógica, que diz respeito ao “discurso interior e à crítica das representações” (ALMEIDA,2015, p.44). Neste sentido, observa-se que a estrutura ternária utilizada pelos estoicos diz respeito a relação do homem com o mundo e consigo mesmo. O equilíbrio dessas três bases, levaria o indivíduo a felicidade. Para isso, o homem deverá exercitar o processo racional de conhece-las e praticá-las, para então, chegar à vida plena.

Segundo Epiteto, a prática dos exercícios espirituais filosóficos, que equivale à prática da filosofia de vida, só é possível mediante a observação dos três princípios acima elencados. Contudo, a observação destes, precisa passar por uma profunda análise racional interna, para depois passar para ação. Observemos que ‘vida’ e ‘ação’ estão profundamente ligadas, entrelaçadas, de tal forma que não há filosofia de vida sem o binômio ‘reflexão’ e ‘prática’.

a) A disciplina do desejo:

A disciplina do desejo refere-se à compreensão do desejo à luz da natureza. O referido tema apoia-se no dogma do estoicismo que consiste na "distinção entre o que depende e o que não dependem de nós" (HADOT,2014, p.158), ou seja, ter a consciência de que algumas coisas estão sob o domínio do indivíduo, enquanto que outras não. Segundo Pierre Hadot, "dependem de nós os atos livres" (HADOT,2014, p.158), escolher fazer o bem ou o mal e viver em harmonia com a natureza. Para viver em harmonia com a natureza, é necessário um processo de aceitação de tudo que nos é apresentado externamente na nossa realidade natural, em outras palavras, aceitar a realidade tal como nos é dada.

Se optarmos por viver escravos dos vícios, estaremos então optando pelo mal e não pelo bem. Tudo aquilo que não depende de nós pode nos levar a insatisfações culminando numa inquietação interior. O homem, disciplinando-se através de exercícios, reconhece quais são os seus limites humanos, e passa então a preocupar-se somente com aquilo que pode controlar, deixando de lado aquilo que não está sob seu controle. Resultando, desse modo, no que os estoicos chamam de imperturbabilidade da alma, ou compreendida também como o estado de Vida Feliz.

Mas, para atingir essa disposição fundamental é preciso mudar completamente nossa maneira de ver os acontecimentos, é preciso perceber sua relação com a Natureza. É preciso então reconhecer o encadeamento das causas que os produzem, é preciso olhar cada acontecimento como decorrente, por um encadeamento necessário, das causas primeiras, como urdido pelo destino (HADOT,2014, p.160).

Para Pierre Hadot, o homem precisa ter uma certa disposição e mudar sua forma de compreender a natureza. Se assim o faz, o que antes era inaceitável passa a ser aceitável e entende que a natureza é tal como é. Hadot propõe saber contemplar a realidade, tal como foi dada pela própria natureza. Para que seja possível essa relação com a natureza, o homem necessita harmonizar-se interiormente, isso se dá mediante um processo de autoconhecimento e auto avaliação; é preciso identificar o meio como se relaciona com a natureza; verificar se entende os acontecimentos presentes no seu dia a dia ou se ainda permanece impaciente e incompreensível com aquilo que lhe acontece ao seu redor. Consequentemente, "a disciplina dos desejos torna-se assim uma 'física' que recoloca toda a vida humana em uma perspectiva cósmica" (HADOT,2014, p.160).

b) Disciplina das tendências

A disciplina das tendências corresponde à intenção no ato de praticar a ação, ou seja, se a mesma está voltada para o bem (moral), sendo uma ação que não irá causar danos a si próprio, tampouco para os outros. Esse ato de disciplinar-se quanto às ações, visa levar o homem a estar também preparado para o fracasso de sua ação, levando-o a encarar o fato como uma ordem natural, sendo indiferente diante das adversidades. Com essa disciplina, o homem vive uma certa liberdade interior, podendo encarar com serenidade os juízos emitidos sobre o mesmo.

Na concepção estoica, o ser humano não alcançará a verdadeira paz interior fazendo ações solitárias e egoísta, pelo contrário, usando a faculdade racional ele deve promover ações apropriadas que beneficiem a todos, fazendo algo sem esperar alguma coisa em troca, nem mesmo a vanglória. De acordo com Hadot (2014), “para serem boas essas ações devem ser feitas em um espírito comunitário, por amor à humanidade, em conformidade com a justiça” (HADOT,2014, p.164).

Desse modo, o homem trabalha o impulso da ação, que versa a disciplina de não agir sem objetivo. Segundo Hadot (2014), “[...] da disciplina das tendências, inspira também algumas sentenças que propõem preceitos concernente à ação na comunidade humana: não agir sem objetivo, suprimir o que não é indispensável, retornar aos princípios racionais da ação [...]” (HADOT,2014, p.169). Consequentemente, essa disciplina ajuda o homem a fazer

exercícios afim de que utilize sua natureza racional para viver de forma ética, visando o bem comum e se preservando de infortúnios que tiram a tranquilidade da alma.

c) A disciplina do assentimento

A disciplina do assentimento, ou o uso correto do juízo significa reconhecer as representações e fazer um juízo de valor, seja ele, negativo ou positivo. Para os estoicos, este é o único elemento que pode ocasionar a perturbação da alma, a saber: o juízo de valor. Uma vez captado algo por nossa visão, audição ou pensamentos, de imediato estamos fazendo um juízo daquilo que fora captado. Sendo assim, é preciso domar as representações que fazemos daquilo que vemos, ouvimos ou pensamos.

Epiteto, no Manual, aponta que “não são as coisas que perturbam o homem, mas o juízo acerca das coisas” (HADOT,2015, p.14), ou seja, a disciplina do bem jugar é competência do homem. A captação das representações externas, serão avaliadas pela razão, a qual vai discernir qual é a melhor ação a ser tomada.

A disciplina do assentimento também é um movimento da alma do homem, que tem o papel de confirmar ou não, na veracidade e no valor de cada representação apresentada, indo muito além do mero sentimento de comprovação. De acordo com Hadot (2014, p.164), “tudo é juízo e o juízo depende de nós”. A esse respeito, Epiteto aponta que a verdade é o critério de juízo de si, ou do juízo dos outros. A virtude da ‘verdade’, possibilita um exercício de juízo correto; através da verificação da verdade, o homem tem discernimento confiável para o seu agir. Calcado nela, ele pode ter pensamentos retos, e realizar a escolha correta das representações boas e, então, chegar a ser livre interiormente

4. Estrutura do livro “Manual para a vida Feliz de Epiteto”

O ‘Manual para a vida Feliz de Epiteto’ é formado de cinquenta e três aforismas, anotados por Ariano, durante as aulas proferidas por Epiteto. Nestes apontamentos, Ariano abordou de forma sistemática, ponto por ponto, os principais elementos de doutrina estoica postulado por Epiteto. Objetivamente, foi apresentando as situações da vida que dependem do indivíduo e aquelas que não dependem. Isso fica bem claro no começo do manual: “Entre

todas as coisas que existem, há algumas coisas que dependem de nós e outras que não dependem de nós” (HADOT,2015, p.9).

De acordo com Pierre Hadot (2015), os aforismos coletados por Ariano podem ser esquematizados da seguinte forma:

TABELA DE TEMAS ABORDADOS NO MANUAL PARA A VIDA FELIZ	
Fragmentos	Assunto abordado
	Os fragmentos 1-6 discutem o discernimento do que depende de nós e o que não depende de nós, e suas aplicações às disciplinas do juízo, do desejo e das ações.
1-2	Aplicar o discernimento a uma disciplina do desejo e de suas ações.
3-4	Papel da disciplina do juízo na disciplina do desejo e da ação.
5-6	Só somos responsáveis do que depende de nós: o juízo e uso das representações.
7-11	A disciplina do desejo: relações com os objetos e os acontecimentos.
12-13	Conselho aos aspirantes a filósofos.
14-21	Preceitos relativos à disciplina do desejo; a relação com os objetos e acontecimentos.
22-25	Conselho ao aspirante a filósofo.
26-29	A disciplina do desejo (continuação).
30-45	Preceitos relativos à disciplina da ação.
46-53	Conselho ao aspirante a filósofo.

Fonte: Tabela elaborada com base no texto de Pierre Hadot (2015).

De modo geral, essa é a estrutura do manual de Epiteto. A seguir, nos deteremos nos fragmentos 1 a 6, que abordam de forma direta as situações da vida que dependem do indivíduo e aquelas que não dependem.

5. O que depende do indivíduo, segundo Epiteto

Epiteto nos aponta ações que depende do indivíduo, enquanto que outras não dependem, isto é, algumas coisas estão sob nosso domínio e outras não. "Assim, dependem de nós o juízo de valor, a ação, o desejo, a aversão, em uma palavra, tudo o que constitui nossos assuntos"³. Desse modo, quando realizamos as coisas que dependem de nós, não encontramos dificuldades, pois são livres por natureza, não estão aprisionadas a nada, temos o pleno domínio delas. O que nos afeta é a representação, não a coisa em si, porém, a coisa que é representada não depende de nós, então não pode ser um mal para nós. Portanto,

³“Así, dependen de nosotros el juicio de valor, el impulso a la acción, el deseo, la aversión, en una palabra, todo lo que constituye nuestros asuntos” (EPIETETO,2015,p.9, tradução própria).

depende de nós afastar as representações tristes que vem à cabeça, porque o que nos afeta "não é mais que uma simples representação, de modo algum é a coisa que representa"⁴.

Para Epiteto, é necessário que o indivíduo suprima qualquer aversão que possa ter em relação às coisas que não depende dele, pois o que depende dele deve ser mais relevante. Neste caso depende dele, o juízo de valor acerca da coisa apresenta.

Na perspectiva estoica de Epiteto, o principal é direcionar o indivíduo, por meio de exercícios à busca pela vida plena. Tal vida se atinge ajudando-o a deixar de lado tudo aquilo que possa vir a perturbar a sua alma; o objetivo é conquistar a paz interior. Isso será alcançado por meio de exercícios ou indicações que visa proporcionar ao indivíduo condições para evitar ou controlar seus desejos e impulsos. Tal controle, se dá quando ele se torna consciente das ações que realmente dependem dele (o juízo de valor, a ação, o desejo, a aversão) e daquelas que fogem ao seu controle (morte, tragédias naturais, perda da fortuna, etc). Desse modo, o objetivo subjacente aos escritos de Epiteto é levar o seu leitor a praticar as virtudes, a fim de alcançar a *ataraxia*, ou seja, a tranquilidade da alma, mesmo diante das tragédias da vida, que são inevitáveis.

A esse respeito, Pierre Hadot (2015), aponta que é necessário que o homem faça um processo de autoconhecimento e autoeducação, pois esse autoconhecimento o ajudará a saber "o que devemos desejar, o que devemos abominar e a maneira que devemos agir. Será necessário, pois, aplicar esse discernimento em nossos juízos em relação a cada desejo, com cada ação"⁵. Segundo Hadot (2015), o homem conhece a si próprio, através de um discernimento daquilo que está sob seu domínio; quando ele se torna livre dos infortúnios que lhe causam inquietações, ele se torna livre e então ele compreender que existem situações que não são de sua alçada e que preocupar-se apenas retirará a paz interior.

De acordo com Epiteto, o juízo é o processo pelo qual o homem depois de fazer o assentimento daquilo que lhe é apresentado faz o discernimento referente a sua ação. Se tal ação é de cunho interior, o homem tem a capacidade de fazer escolhas coerentes utilizando a razão. Um exemplo referente a esta situação, diz respeito aos desejos. Na perspectiva de Epiteto, o homem comum tem a ideia de que é possível desejar tudo quanto quisermos, porém sua própria razão lhe dá indícios de que não pode possuir tudo o que desejar. Sendo assim, o homem sábio, que se utiliza dos princípios da filosofia, buscará um ordenamento

⁴“No eres más que una simple representación y de ningún modo la cosa que representas” (EPITETO,2015,p.10, tradução própria).

⁵ “lo que debemos desear, lo que debemos aborrecer y la manera en que debemos actuar (2). Será necesario, pues, aplicar ese discernimiento en nuestros juicios en relación con cada deseo, con cada acción” (HADOT, 2015, p.90, tradução própria)

correto dos seus desejos, a fim de que não se torne escravo deles; ele está consciente de que ele deve submetê-los e não os desejos a ele. Logo, para que o homem se torne virtuoso é preciso controlar os desejos, os seus juízos acerca de si, dos outros e a respeito do mundo.

Sendo assim, o impulso que o leva a avaliar isto ou aquilo, é um ato que compete ao homem atenuar e controlar; tal controle se dá mediante a racionalidade. Na concepção estoica, os impulsos são controláveis quando o indivíduo se utiliza de os exercícios ascéticos a fim de auto educar-se. Desse modo, o homem não se perturbaria com seus próprios devaneios e procuraria agir racionalmente, mantendo a calma em todas as circunstâncias.

Na perspectiva de Epiteto, o que perturba os homens não são as coisas em si, mas os juízos que o indivíduo emite sobre as coisas, ou seja, as nossas dificuldades só são dificuldades porque emitimos juízos sobre elas. "Assim, quando enfrentamos alguma dificuldade, ou nos sentimos inquietos ou tristes, não deveríamos responsabilizar os outros, mas a nós mesmos, os nossos juízos"⁶. Além disso, segundo o pensador estoico, é preciso ter consciência de que as coisas são tal como são, acontecem como acontecem; precisamos ser conscientes e não estranhar aquilo que é normal no percurso da vida.

Um exemplo claro está relacionado as doenças que afetam o corpo. Aqui refere-se a algo que não depende do indivíduo, porém que se relaciona com o que depende dele. Epiteto aponta que "aconteça o que for, se trata de uma doença que afeta outra coisa, mas não ao indivíduo"⁷. Em sua maneira de entender o mundo, mesmo a doença que afeta o corpo do indivíduo, pode não afetar a paz do indivíduo; ele aponta que o corpo pode até ser afetado, mas somente o indivíduo pode auto afetar-se, propriamente através de seus próprios juízos. Logo, o que mata em primeira instância, não é a doença em si, mas o juízo que ele faz de si, como portador da doença.

Outro elemento importante diz respeito ao reconhecimento por parte dos demais. Para Epiteto, o indivíduo não deve querer ser reconhecido pelo outro, o que importa é o que o homem realmente é e não o que os outros pensam sobre ele. O indivíduo livre é aquele que é autoconsciente de si e não se deixa afetar pela maldade alheia. O que ele é, ele tem consciência; os juízos que o outros fazem dele, depende do outro, não dele. Porém, deixar-se afetar pelo juízo alheio, depende dele. Portanto, segundo Epiteto, a liberdade implica renúncias e essas iniciam pelas coisas mais pequenas: "Se você derramar um pouco de azeite,

⁶ "Así, cuando nos enfrentamos a alguna dificultad, o nos sentimos inquietos o tristes, no debiéramos hacer responsable a otro, sino a nosotros mismos, es decir, a nuestros juicios" (EPITETO,2015, p.14, tradução própria).

⁷ "Ocurra lo que ocurra se trata de una molestia que afecta a otra cosa, pero no a ti" (EPITETO,2015, p.16, tradução própria)

se te roubarem um pouco de vinho, diga a ti mesmo: A este preço se vende a imperturbabilidade, a este outro a serenidade. Nada é gratuito"⁸. Em outras palavras, o ideal de Epiteto e dos Estoicos está em sempre buscar a paz interior e a melhor maneira de consegui-la é entender que o que depende do indivíduo é o "juízo de valor, a ação, o desejo, a aversão, em uma palavra, tudo o que constitui nossos assuntos"⁹.

6. O que não depende do indivíduo, segundo Epiteto

Epiteto aconselha que os seus discípulos não percam tempo tentando buscar resposta para aquilo que acontece naturalmente, que não dispensem atenção àquilo que não está sob o controle do indivíduo. Segundo ele, é necessário um esforço pessoal a fim de que a pessoa encontre a paz interior, disciplinando os seus juízos para não deixar se enganar por representações que levam à inquietude e é prejudicial para viver bem. Essa paz interior, tanto enfatizada por Epiteto, se dá quando o indivíduo atinge o estado de *ataraxia*, isto é, o estado de tranquilidade da alma.

Segundo Epiteto, o que cabe a nós devemos buscar, evitar ou controlar. Nesse processo de autocontrole, precisamos identificar o que não está sob o nosso controle e, em seguida, aceitar tais fatos. "Entre as coisas que não estão sob nosso controle, contamos as opiniões alheias e os acontecimentos que não dependem de nós" (DINNUCI,2012, p.8), conforme já apontamos no tópico acima ao explicitar o que depende do indivíduo.

O homem, na visão de Epiteto, tem que se esforçar para interiorizar as práticas que o levam a construir um caráter de existência e de resistência. Ele deve partir de uma sincera avaliação da sua conduta, pois "ainda que as coisas que não estão sob nosso controle sejam inevitáveis e incontroláveis, cabe a nós fazer um bom uso delas. E isso depende de nós, está sob nosso controle" (DINNUCI,2012, p.10). Isso significa que para o homem conseguir a tranquilidade de alma, também é necessário a virtude de saber escolher o que é o melhor para si, mesmo diante de questões que lhe fogem ao controle.

Para Epiteto, as coisas que não dependem de nós estão relacionadas com a natureza, com o corpo, com as riquezas, com a reputação e com a morte. No quadro abaixo, apontamos os principais pontos que estão fora do controle do indivíduo:

⁸"Si se derrama un poco de aceite, si te roban un poco de vino, di para ti mismo: A este precio se vende la imperturbabilidad, a este otro la serenidad. Nada es gratuito" (EPITETO,2015, p.17, tradução própria).

⁹"Juicio de valor, el impulso a la acción, el deseo, la aversión, en una palabra, todo lo que constituye nuestros asuntos" (EPITETO, 2015, p.9, tradução própria).

O QUE NÃO DEPENDE DO INDIVÍDUO	
A natureza	Quanto a natureza, o indivíduo não têm o poder sobre ela, por exemplo, não tem o controle sobre a chuva; preocupar-se com ela, é inútil, pois foge sua alçada.
As riquezas	Se o indivíduo se apegar a riqueza, viverá perturbado diante da possibilidade de perdê-la e acaso isso ocorra, terá uma grande frustração.
A reputação	O indivíduo pode fazer o máximo para construir uma boa imagem, para se apresentar de maneira louvável na sociedade, porém, sempre vai existir pessoas que não gostam dele, isto é, o indivíduo não controla a opinião alheia sobre ele.
O corpo	A obsessão em mudar o próprio corpo é uma insanidade, pois apesar de poder mudar certos aspectos do corpo, ele, em si, não pode ser mudado;
A morte	Preocupar-se com a morte é inútil, pois não depende de o indivíduo escolher viver ou morrer. Cabe ao indivíduo cuidar do corpo, ter cuidado com os perigos que podem levar à morte, porém isso não evitará a morte

Fonte: TREVIZAN, Marcio Bogaz. Sobre Epiteto. In: arquivo particular, 2021.

Em suma, tudo o que leva a perturbar a alma, impede o indivíduo de alcançar a felicidade. Nas palavras de HADOT (2015), o Manual de Epiteto tem uma filosofia teórica para ser aplicada na vida cotidiana. Isso significa que Epiteto nos ajuda a atingir o equilíbrio em nós mesmo.

Sendo assim, podemos afirmar que a felicidade, na concepção estoica, é entendida como equilíbrio interior ou equilíbrio da alma, que se dá quando o indivíduo alcança a *ataraxia*. E como o indivíduo alcança a *ataraxia*? Ele a alcança quando não se deixa levar pelas suas paixões e sabe distinguir entre o que depende dele e o que não depende. Ao conseguir fazer tal distinção e atingir o controle das próprias ações, ele terá atingido o nível de equilíbrio que conduz à imperturbabilidade, à paz em seu ser, e assim conseguirá a sabedoria pela razão.

De acordo com Dinnuci (2012), “a filosofia, desde Sócrates e através daqueles que, como Epiteto, seguiram-no, torna-se a busca da sabedoria pela razão, sabedoria que nos possibilita bem viver ou viver de modo pleno e feliz” (DINNUCI,2012, p.12). É a tentativa socrática de “construir moralmente o homem através do bem pensar e da ação que concorde com esse bem pensar” (DINNUCI,2012, p.12). Epiteto segue essa concepção de filosofia, “deixando isso claro em várias passagens do *Encheiridion*. Assim, em XLVI, afirma que não

nos é adequado alardear nossos conhecimentos filosóficos, mas sim agir em conformidade com eles” (DINNUCI,2012, p.12).

Considerações finais

Como apresentamos no decorrer do texto, o estoicismo é dividido em três períodos históricos: antigo ou ético; médio ou eclético; atual ou religioso. Tais períodos contribuíram com a expansão da filosofia estoica na sociedade antiga, grega e romana, além de influenciarem diversas formas de leituras filosóficas a respeito da vida prática. De alguma forma, esses representantes da filosofia estoica influenciaram o modo de governar a sociedade do seu tempo, bem como, de maneira determinante, a forma como os seus adeptos viviam o cotidiano.

Um bom retrato dessa filosofia está na obra “Manual para a vida feliz”, do escravo e filósofo Epiteto. O Manual é fruto da compilação de suas aulas, registradas por um de seus discípulos chamado Ariano. A importância dos escritos contidos no manual está nas orientações práticas apontadas por Epiteto, e que se convertem em um modo de vida. Tais orientações são destinadas aos seus discípulos e tem como objetivo ajudá-los a encontrar a *ataraxia* no cotidiano.

O resgate da filosofia estoica como modo de vida, presente no manual, nos remete a refletirmos acerca da conduta do homem e sua maneira de enfrentar a vida. No manual podemos verificar três elementos básicos da doutrina estoica, que são a lógica, a física e a ética. A lógica refere-se ao assentimento das representações racionais objetivas; a física refere-se a tudo o que existe de corpóreo e incorpóreo, que pode ser causa de ação ou sofre a ação no cosmo; já a ética, esta diz respeito ao ideal de vida. Esses elementos primordiais para os seguidores da filosofia estoica têm como função ajudar na aquisição das virtudes, que consiste em encontrar a verdadeira felicidade e a liberdade interior. Tais elementos, de alguma forma, se entrelaçam na construção de um homem internamente e externamente livre de todos os tipos de paixões e vícios.

Além desses elementos, a doutrina estoica considera importantíssima a disciplina do Desejo, das Tendências e do Assentimento. Quanto a primeira, esta refere-se à compreensão do desejo à luz da natureza. A segunda, corresponde a intenção no ato de praticar a ação, ou seja, se a mesma está voltada para o bem moral. No que diz respeito à

terceira, refere-se ao uso correto do juízo, que significa controlar as representações acerca do juízo de valor, seja ele negativo ou positivo.

É importante notar que os três elementos básicos da doutrina estoica e as três disciplinas estão integradas, de maneira a levar o indivíduo a atingir a tranquilidade de alma. Contudo, para tanto, é preciso que o homem esteja ciente do que depende dele e o que não depende no transcorrer da sua vida.

De acordo com Epiteto, o que depende do homem é aquilo que ele pode controlar ou modificar. Depende do indivíduo o juízo de valor, a ação que irá praticar, o desejo por algo ou alguém, a aversão, mas existem situações que estão fora do seu controle e isso não deve tirar sua paz. Contudo, isso só acontece, essa clareza em si mesmo, depois que o homem tem um autodomínio e autocontrole de si próprio, momento em que atinge a *ataraxia*, a felicidade e a imperturbabilidade da alma.

Por outro lado, Epiteto aponta o que não depende do homem. Segundo ele, o que independe do indivíduo é tudo aquilo que está fora do seu domínio; são as coisas que ele não pode modificar, dado que já estão estabelecidas naturalmente pela ordem do cosmo, ou por vontade de outras pessoas. Não depende do homem, a natureza, a morte, a opinião alheia, o corpo, a sua reputação, a riqueza, etc.

Desse modo, de forma objetiva, entendemos que a filosofia de Epiteto além de ser uma elaboração teoria acerca de elementos filosóficos, é acima de tudo uma filosofia prática, que leva o seu interlocutor a adquirir o domínio de si diante das adversidades da vida.

Referências

- ALMEIDA, Henrique. **Arte do viver e exercícios espirituais em Epicteto e Marco Aurélio**. Monografia – Universidade de Niterói, 2015. Disponível em: <<https://app.uff.br/riuff/bitstream/1/6827/1/Arte%20do%20viver%20e%20exerc%20a%20dcios%20espirituais%20em%20Epicteto%20e%20Marco%20Aur%20a9lio.pdf>>. Acesso em: 01 de Jul 2021.
- ASSIS, Olney Queiroz. **O estoicismo e o direito: Justiça, liberdade e poder**. São Paulo, SP: Editora Lúmen, 2002.
- BRENNAN, Tad. **Psicologia moral estoica**. In: INWOOD, Brad (org). **Os Estóicos**. São Paulo: Odysseus Editora, 2006.
- BRUM, Jean. **O estoicismo**. Lisboa: Edições 70, 1986.
- HADOT, Pierre. **Manual para la vida feliz – Epicteto**. Espanha: Kadmos, 2015.
- EPITETO. **Manual Epiteto** In: HADOT, Pierre. **Manual para la vida feliz** Espanha: Kadmos, 2015
- JUNIOR, Moreira Duarte Valter. **Logica Estoica: Apresentação**. Disponível em: <<https://seer.ufs.br/index.php/prometeus/article/view/5297/4527>>. Acesso em: 01 Jul 2021.
- NOVAK, Maria Glória. **Estoicismo e Epicurismo em Roma**. Disponível em: <<http://www.revistas.fflch.usp.br/delete2/article/viewFile/623/554>>. Acesso em: 01 Jul 2021.
- HADOT, Pierre. **A filosofia como maneira de viver: entrevista de Jeannie Carlier e Arnold I. Davidson**. São Paulo, SP: É Realizações, 2016.
- REALE, Giovanni; ANTISERI, Dario. **História da filosofia: Antiguidade e Idade Media**. São Paulo, SP: Paulus, 1990.
- TREVIZAN, Marcio Bogaz. **Sobre Epiteto**. In: arquivo particular, 2017.