



**CENTRO DE EDUCAÇÃO**  
**DEPARTAMENTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS**  
**CURSO DE FILOSOFIA**

**O PRAZER COMO FUNDAMENTO ÉTICO EM EPICURO**

**SCHARLITON DOMINGOS GONÇALVES DE SOUSA**

**CAMPINA GRANDE – PB**  
**2011**

**SCHARLITON DOMINGOS GONÇALVES DE SOUSA**

**O PRAZER COMO FUNDAMENTO ÉTICO EM EPICURO**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico – apresentado ao Departamento de Filosofia e Ciências Sociais, em cumprimento às exigências para obtenção do título de Graduado em Licenciatura Plena em Filosofia.

Orientador: Francisco Diniz de Andrade Meira, Ms.

Campina Grande – PB  
2011

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA CENTRAL – UEPB

S725p

Sousa, Scharliton Domingos Gonçalves de.

O prazer como fundamento ético em Epicuro.

[manuscrito]: /Scharliton Domingos Gonçalves de Sousa.

– 2011.

19 f.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Filosofia) – Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Educação, 2011.

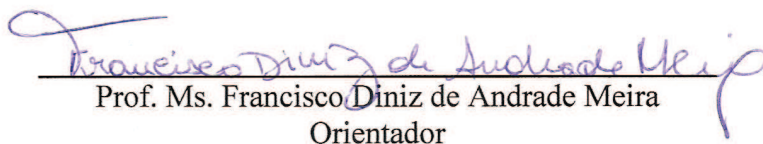
“Orientação: Prof. Me. Francisco Diniz de Andrade Meira, Departamento de Filosofia”.


1. Ética 2. Prazer 3. Felicidade I. Título.

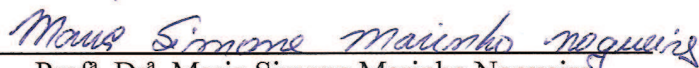
21. ed. CDD 170

## O PRAZER COMO FUNDAMENTO ÉTICO EM EPICURO

Artigo defendido perante a Banca Examinadora  
constituída pelos seguintes professores:

  
Prof. Ms. Francisco Diniz de Andrade Meira  
Orientador

  
Prof. Esp. Cristian Fabrício dos Santos  
Examinador

  
Prof.<sup>a</sup>. Dr.<sup>a</sup>. Maria Simone Marinho Nogueira  
Examinadora

## O PRAZER COMO FUNDAMENTO ÉTICO EM EPICURO

Scharliton Domingos Gonçalves de Sousa<sup>1</sup>  
Francisco Diniz de Andrade Meira<sup>2</sup>

### RESUMO

O presente trabalho aborda o pensamento do filósofo Epicuro, que apresenta o prazer como um bem supremo e inato do qual todos os seres buscam, inclusive o homem, e como a sensação de prazer pode proporcionar felicidade. O primeiro tópico do trabalho apresenta o prazer como falta de perturbação da alma, denominada por *ataraxia*, e na privação de dores corpóreas, chamada de *aponia*. O segundo tópico apresenta a felicidade como finalidade única das satisfações dos prazeres, estes que proporcionam ao homem um estado de tranquilidade e serenidade da alma, e por fim, abordará o ser ético como um ser que avalia pelo uso da razão os desejos e as escolhas que proporcionam ao homem equilíbrio e moderação em seu modo de vida, evitando tudo que possa causar alguma perturbação física ou mental. Mostra que o homem é autárquico e suficiente quando busca o seu fim estabelecendo limites e moderação em seus desejos, buscando apenas os prazeres que mantêm a integridade física e da alma e assim se tornando ético e sábio.

Palavras-chave: Prazer. Ética. Felicidade.

## PLEASURE AS THE BASIS OF ETHICS IN EPICURE

### ABSTRACT

The present work studies philosopher Epicuro's thought, that presents the pleasure as a very supreme and innate one of which all the beings look for, besides the man, and as the pleasure sensation it can provide happiness. The first topic of the work presents the pleasure as lack of disturbance of the soul, denominated by *ataraxia*, and in the privation of corporal pains, *aponia* call. The second topic presents the happiness as only purpose of the satisfactions of the

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Filosofia da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB.

<sup>2</sup> Mestre em Filosofia e Professor da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB.

pleasures, these that they provide to the man a state of peacefulness and serenity of the soul, and finally, it will approach the ethical being as a being that evaluates for the use of the reason the desires and the choices that provide to the man balance and moderation in life way, avoiding everything to cause some disturbance physical or mental. It shows that the man is autarchical and enough when it looks for end establishing limits and moderation in their desires, just looking for the pleasures that maintain the physical integrity and of the soul and like this becoming ethical and wise person.

Keywords: Pleasure. Ethics. Happiness.

## INTRODUÇÃO

A seguinte pesquisa tem como pretensão abordar o pensamento filosófico de Epicuro (341 a.C. – 270 a.C.), um grande filósofo da Grécia Antiga. Foi um dos filósofos a elaborar uma investigação mais intensa acerca do homem e de sua própria natureza, apresentando a sua filosofia como um saber para a vida, apresentando alguns aspectos que tornam o homem realizável em sua essência.

O trabalho a seguir tem como objetivo apresentar e refletir sobre alguns conceitos da teoria de Epicuro, que possibilita ao homem um modo de vida voltado para a sua realização, o que inclui nisso o seu fim principal que é a felicidade. E como a felicidade está ligada à satisfação ocasionada pelos prazeres, que é considerada um bem supremo e inato, do qual todos os seres pela própria natureza buscam como um grande bem e foge da dor como de um grande mal. Identificando o prazer como o bem do qual em função dele praticamos toda escolha e recusa, acolhendo ou rejeitando em função de suas consequências que podem ser benéficas para o homem e também maléficas.

Tendo a intenção de explicar que o prazer verdadeiro e digno no qual ele se refere não pode ser confundido com prazeres apenas carnis, concebidos de forma imprudente e desregrada, mas sim, aos que são promovidos apenas pela tranquilidade da alma ou falta de perturbação mental, chamada de “*ataraxia*”, e também pela integridade física do corpo, que resulta na falta de qualquer dor corporal, denominada por “*aponia*”. E através desses fatores é que o homem estará gozando não só do prazer, mas de um prazer grandioso. Ele defenderá que mais importante que o próprio prazer é a sabedoria aplicada a eles, pois este se utiliza do uso racional, regrado e criterioso, que analisa as consequências de seus desejos e de suas escolhas, tendo em vista sempre as reações resultantes de suas ações, as satisfações que

podem ocasionar prazeres apenas provisórios e momentâneos e os que promovem ao homem satisfação constante e estável.

E se a felicidade é buscada pelo homem, segundo o filósofo, quando este se encontra num estado de desprazer por algum mal que o aflige, veremos que a própria felicidade consiste na volta ao estado inicial de tranquilidade e serenidade, e daí percebemos como essa falta de perturbação significa uma felicidade para os homens, é a “felicidade dos prazeres” que o homem busca. E no decorrer dessa pesquisa, veremos que essa busca pode ser realizada quando o homem se torna autárquico, ou seja, autossuficiente, através do saber que o torna equilibrado e moderado em suas escolhas, mostrando que, quando o homem se torna ético em suas atitudes, ele se torna sábio e logo alcançará o seu bem específico, pois este terá todo o necessário para isso.

### **A QUESTÃO DO PRAZER: ATARAXIA E APONIA**

Segundo Epicuro, todo ser vivo tende ao prazer e goza deste como bem supremo, fugindo da dor como mal supremo, do qual deve ser evitado. E realiza tudo isso sem ter nenhuma experiência, agindo apenas pelo instinto que o direciona sempre ao prazer e o afasta do que pode causar dor.

Epicuro nega a existência de um critério necessário para raciocinar e para provar que o prazer deve ser aceito e a dor recusada. Sendo o prazer objeto das sensações, logo faz parte da natureza e estabelece o que é preciso aceitar e recusar de acordo com a natureza, sendo esta uma via de conhecimento verdadeiro, pois se encontra nas sensações que é o mensageiro da verdade segundo o filósofo. O prazer assim se apresenta como um bem supremo e inato ao homem, que torna o princípio e o fim de uma vida feliz. Epicuro, em sua carta a Meneceu, afirma que

Com efeito, nós o identificamos como o bem supremo e inerente ao ser humano, em razão dele praticamos toda escolha e toda recusa, e a ele chegamos escolhendo todo bem de acordo com a distinção entre prazer e dor. Embora o prazer seja nosso bem primeiro e inato, nem por isso escolhemos qualquer prazer: há ocasiões em que evitamos muitos prazeres, quando deles não advêm o mais das vezes desagradáveis.<sup>3</sup>

O prazer é o bem supremo, expressão maior de tranqüilidade, liberdade e felicidade, do qual todos os seres buscam o que possa proporcionar tal satisfação. Por isso é um bem supremo e precioso, por se tratar de algo tão benéfico à vida, não sendo necessário utilizar

---

<sup>3</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 37.

nenhuma faculdade da razão para provar. Constitui um estado positivo, de equilíbrio e saúde do corpo.

Se o prazer ocorre de acordo com a natureza, sendo esta tanto física quanto espiritual, sendo ambas de caráter corpóreo, constituídas por partículas indivisíveis chamadas de átomo, o prazer também vai ocorrer nos sentidos físicos ou corpóreos também. Mas mesmo que ocorra dessa forma, não devemos acolher todos como bem supremo, sendo que nem todos podem ser benéficos e satisfatórios ao homem. Há os prazeres que segundo Epicuro são constituídos em movimentos e os prazeres estáveis ou em repouso. Os que se encontram em movimento comportam em si dor e perturbação, que surgem a partir de necessidades ou carências sempre insatisfeitas, a não ser os que são necessários e sempre renováveis, intrínsecos em nós, como dormir, comer e beber. Os prazeres estáveis ou em repouso são satisfatórios e suficientes por si mesmos e que não comportam nenhuma carência, dor ou perturbação, constituindo o verdadeiro prazer supremo. De acordo com Giovanni Reale,

Nós não buscamos o prazer que move nosso instinto natural com um sentido de delícia e que é percebido pelos sentidos como agradável, mas consideramos máximo aquele prazer cuja percepção consiste na supressão da dor. De fato, dado que ao nos libertar da dor, gozamos da própria libertação e da sensação de ausência de qualquer incômodo, e dado que o gozo não é senão o prazer, assim como tudo o que nos ofende é dor, com razão qualquer supressão da dor pode ser chamado de prazer.<sup>4</sup>

O verdadeiro prazer para Epicuro se constitui na privação de qualquer perturbação espiritual ou física. No momento em que estamos de bem com a nossa própria natureza sem haver nenhuma necessidade física e nenhum transtorno espiritual que possa nos atormentar, estamos simplesmente gozando e desfrutando do que o filósofo chama de limite máximo dos prazeres, e só percebemos esse estado de satisfação pura quando somos interrompidos por fatores que desfaz desse estado de quietude causando o desprazer. As máximas fundamentais mostram que o limite da grandeza dos prazeres é a eliminação de tudo o que provoca dor. E tudo onde se encontra prazer encontrará ausência de dor ou sofrimento.

A concepção do termo prazer defendido por Epicuro não pode ser confundida com a definição que muitos intérpretes mal entendidos fazem a respeito, apresentando um prazer radical e desenfreado, relacionando a sua doutrina um modo de vida pautada nos prazeres sem medida, na sensualidade, na luxúria e na falta de temperança.

Quando então dizemos que o fim último é o prazer, não nos referimos aos prazeres dos intemperantes ou aos que consistem no gozo dos sentidos, como acreditam

---

<sup>4</sup> REALE, Giovanni. *História da filosofia antiga*, 1994, p. 207.



certas pessoas que ignoram o nosso pensamento, ou não concordam com ele, ou o interpretam erroneamente, mas ao prazer que é ausência de sofrimentos físicos e de perturbação da alma.<sup>5</sup>

O que Epicuro prega é totalmente oposto a essas interpretações maldosas e equivocadas que fazem a respeito dele. O prazer, segundo ele, só é digno e fundamento para o agir se for concebido de forma ética, através dos critérios de escolha e recusa, levando em consideração as vantagens e desvantagens que podem advir posteriormente, não considerando os prazeres que são alcançados de forma desregrada e inconsequente, dos quais muitos pensam ser satisfatórios, mas dando relevância aos verdadeiros prazeres que não comportam em si nenhuma necessidade ou falta de moderação, e sim os que são suficientes para promover a saúde do corpo e da alma, e não necessitando de nada que possa lhe causar sofrimento estará gozando satisfatoriamente de um prazer sereno e estável.

Para Epicuro, portanto, o verdadeiro prazer vem a ser a ataraxia, “falta de perturbação da alma”, estado em que a alma, pelo equilíbrio e moderação na escolha dos prazeres sensíveis e espirituais, atinge o ideal supremo da felicidade: a imperturbabilidade e a aponia, “ausência total de dor no corpo”, que é condição de ataraxia.<sup>6</sup>

Todo prazer e toda dor devem ser analisados segundo seus benefícios. É preciso haver moderação e limite destes, que possa proporcionar a saúde do corpo e do espírito, pois a falta desses critérios causará transtorno psíquico e corporal, e conseqüentemente o desprazer. O ser autárquico os distinguirá com facilidade, pois este sempre usa a sabedoria, a razão como critério de escolha.

Epicuro divide e analisa os desejos, distinguindo entre os que comportam em si os prazeres satisfatórios e moderados encontrados no grupo dos desejos naturais e necessários que devem ser satisfeitos, tendo por natureza um limite evidente: a eliminação da dor como respirar, dormir e todos os que não podemos viver sem. Os naturais, mas não-necessários, sendo os que buscam se satisfazer nas variações dos prazeres, como roupas luxuosas ou comidas requintadas, nos quais pode levar ao excesso que causará dor e perturbação ocasionadas pela falta de moderação e equilíbrio. E por fim, os “prazeres” ocasionados pelos desejos não-naturais e não-necessários, como riqueza, fama e poder que, para Epicuro, não retém a dor corporal e inevitavelmente produzem perturbação espiritual. Segundo o helenista

---

<sup>5</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 43.

<sup>6</sup> ZENAIDE, Alice Feitosa. *Ética, prazer e felicidade na carta sobre a felicidade de Meneceu*, 2008, p. 15.

José Américo Motta Pessanha, em seu artigo afirma que a ética epicurista propõe “o uso regrado dos prazeres”<sup>7</sup> ou um controle racional da afetividade.

A definição de *ataraxia* se apresenta como um estado de tranquilidade e falta de perturbação do espírito, uma expressão máxima de satisfação, da saúde psíquica que o homem pode encontrar, quando este tem como base os valores que tornam a vida sábia. A privação de qualquer incômodo ou dor corporal, ocasionadas pelos prazeres desnecessários, através dos excessos é definida por “*aponia*”, sendo este o prazer estável, em quietude.

De acordo com Diógenes Laértios,

A finalidade de todas as nossas ações é nos livrarmos do sofrimento e do temor, e quando atingimos esses objetivos desaparece toda a tempestade da alma, porquanto a criatura vive não tendo necessidade de buscar algo que lhe falta, nem de procurar outras coisas com que possa realizar os bens da alma e do corpo, sendo que sentimos necessidades do prazer somente quando sofremos pela ausência do prazer, mas quando não sofremos não sentimos necessidade de prazer.<sup>8</sup>

Dessa forma, os prazeres que tornam o homem satisfeito e promovem a serenidade e tranquilidade do espírito e completude da saúde do corpo, devem ser produzidos de modo racional, levando em conta a moderação dos desejos e os seus limites, de ordem natural. O bem maior e o princípio de toda satisfação reside na sabedoria, que julga e discrimina os desejos.

## **A FELICIDADE COMO FINALIDADE ÚLTIMA DA SATISFAÇÃO DOS PRAZERES**

A felicidade é apresentada pelo Filósofo Epicuro como objetivo final de todas as nossas atitudes e realizações durante nossa vida. Praticamos tudo o que possa nos satisfazer e assim nos sentirmos bem através das satisfações ocasionadas pelos prazeres, satisfazendo o nosso espírito. De acordo com Epicuro, “é necessário, portanto, cuidar das coisas que trazem a felicidade, já que estando esta presente, tudo temos e sem ela fazemos de tudo para alcançá-la”<sup>9</sup>. Epicuro interpreta a felicidade como um bem muito importante no qual devemos nos preocupar com as coisas que podem nos levar a ela, sendo o fim de nossa vida.

<sup>7</sup> PESSANHA, J. Américo Motta. As Delícias do Jardim. In: NOVAES, Adauto (org.). *Ética*, 1992, p. 77.

<sup>8</sup> LAËRTIOS, Diógenes. *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*, 2008, p. 312.

<sup>9</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 23

A felicidade é almejada pelo homem quando este se encontra em estado de desprazer por alguma coisa que lhe aflige, sendo a falta de prazer que o estimula a procurar esse bem tão sublime, que resulta ao estado inicial de tranquilidade de espírito.

Dessa forma, a felicidade é encontrada quando não sentimos nenhum desprazer ocasionado por alguma perturbação. Ele afirma na carta sobre a felicidade que dentre os desejos há os que são naturais e outros não. Dentre os naturais há os que são necessários para promover a felicidade do espírito e a saúde do corpo e os que são inerentes e necessários para a própria manutenção da vida. Como diz Epicuro na carta a Meneceu,

Consideramos também que, dentre os desejos, há os que são naturais e os que são inúteis, dentre os naturais, há uns que não são necessários, há alguns que são fundamentais para a felicidade, outros para o bem-estar corporal, outros, ainda, para a própria vida. E o conhecimento seguro dos desejos leva a direcionar toda escolha e toda recusa para a saúde do corpo e para a serenidade do espírito, visto que esta é a finalidade da vida feliz.<sup>10</sup>

Para Epicuro, todas as nossas atitudes de escolha e recusa têm sempre o intuito de livrar-nos de qualquer dor e perturbação que possa nos causar, tanto da alma quanto do corpo. Como o próprio pensador anuncia e justifica, o prazer como “início e o fim da vida feliz”<sup>11</sup>.

E dentre os males ou perturbações que o homem pode deparar-se há, pois, entre eles os que podem ser considerados maiores e que podem interromper a felicidade. Segundo Epicuro, a única coisa que pode impedir a vida feliz é a morte, e sobre isso ele afirma o seguinte:

Acostuma-te à idéia que a morte para nós não é nada, visto que todo bem e todo mal residem nas sensações e a morte é justamente a privação das sensações. A consciência clara de que a morte não significa nada para nós proporciona a fruição da vida efêmera, sem querer acrescentar-lhe tempo infinito e eliminando o desejo da imortalidade.<sup>12</sup>

Epicuro, desse modo, explica que não devemos temer a morte, por isso não devemos nos perturbar, pois quando estamos presentes é a morte que está ausente. Visto que toda a dor e sofrimento que pode nos atingir ocorre através das sensações, sendo a verdadeira via de conhecimento para o filósofo, e a morte é a própria ausência e interrupção das sensações ou dos sentidos. Não devemos perturbar a nossa esfera emocional, transtornados pelo medo da morte. Devemos ter o bom entendimento de todos os fenômenos apresentados a nós, tanto da

---

<sup>10</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 35.

<sup>11</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 37.

<sup>12</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 27.

dor como da morte, para não interferir na vida feliz, não ocasionando tais transtornos e perturbações.

Compreendendo que tais aspectos naturais e inerentes a nós não se justifiquem como empecilhos à paz do espírito do homem, a morte e a dor podem interferir nesse processo, ou seja, na felicidade, mas mesmo assim devemos entendê-los como aspectos da natureza.

E de acordo com Giovanni Reale, o discurso que vinha do jardim tinha como pretensão afirmar que a realidade pode ser perfeitamente conhecida pela razão humana e que esse conhecimento é inseparável da felicidade, entendida como paz de espírito ou serenidade, e que para alcançá-lo o homem utiliza-se apenas de si mesmo, para dominar qualquer dificuldade que apareça interferindo em sua busca serena pela felicidade.

Portanto, esse bem tão precioso que é a felicidade se dá através dos prazeres, e estes devem ser concebidos de forma virtuosa através do uso racional, ou seja, da razão. O homem, dessa forma, se torna autárquico quando se aplica a satisfação dos desejos respeitando os limites de sua natureza. O prazer buscados pelos *sophoi*, que se apresenta como o bem supremo no sentido em que a escolha correta dos prazeres torna-se o exercício da vida sábia e feliz. Em Epicuro, a felicidade é o uso da filosofia enquanto modo de vida, como diz o filósofo na carta a Meneceu: “Quem afirma que a hora de dedicar-se à filosofia não chegou é como se dissesse que ainda não chegou ou que já passou a hora de ser feliz”<sup>13</sup>. Desse modo, Epicuro estabelece a Filosofia como um caminho do qual o homem pode seguir para se chegar ao seu fim último, que é a felicidade.

[...] Se a vida feliz é para nós um desejo imediato, só ela vale o esforço de viver, então é diante dessa sabedoria que a filosofia deverá justificar as suas pretensões. Juiz legítimo, o conceito de felicidade deve se pronunciar sobre o direito da filosofia. O pensamento filosófico é vassalo: é servidor da felicidade dos homens.<sup>14</sup>

É imprescindível, então, a filosofia na maneira de viver feliz, pois o filósofo tem todas as condições e conhecimentos suficientes para direcionar a sua vida e escolher de forma prudente e virtuosa os desejos que proporcionam prazeres necessários para a felicidade. A sabedoria é a ética que direciona o homem ao verdadeiro caminho.

Se a nossa finalidade é direcionar a nossa vida com todos os aspectos circundantes para se chegar à felicidade, é, portanto, diante desse ideal ou dessa sabedoria que a Filosofia tem a pretensão de levar o homem ao seu ideal e objetivo, no qual ele encontrará a satisfação

<sup>13</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 21.

<sup>14</sup> DUVERNOY, J. F. Jean-François. *O epicurismo e sua tradição antiga*, 1993, p. 75.

plena e serena. É a própria Filosofia em suas investigações e pensamentos racionais que proporciona de forma sérvia os devidos fatores para dar aos homens o caminho da felicidade.

O sábio é feliz pela natureza, pois não temendo nada, através do conhecimento correto, ele torna-se o seu próprio senhor, sabendo utilizar de forma correta tudo o que possa impedir o seu total equilíbrio.

Epicuro estabelece que o homem é constituído de partículas indivisíveis e em constante movimento, denominadas por átomos. E segundo ele, o corpo humano não é constituído de agregados atômicos simples, apenas no corpo físico, mas trata-se de um agregado complexo, tanto no corpo quanto na alma, sendo que a alma, por fazer parte do homem, e de sua natureza, é também constituída por essas partículas. E se todas as sensações, sejam elas de dor e prazer, residem nas sensações, a felicidade advém das sensações ocasionadas na esfera física do corpo e também da alma. Podemos nos satisfazer através do gozo momentâneo, embora seja transitório e também dos movimentos de ressonância da alma, que ocorre quando nos lembramos de algo que ocorreu de bom no passado, por isso o filósofo mostra que os prazeres são proporcionados nessas circunstâncias, no corpo e na alma.

Os fenômenos advindos das esferas psíquicas ou da alma são superiores aos fenômenos físicos do corpo. Enquanto que os fenômenos que ocorrem no corpo, como prazer ou sofrimento de dores físicas, ocorrem de forma momentânea, na alma tanto o prazer como o sofrimento é mais complexo, pois pode-se remeter ao passado o próprio presente e até mesmo o futuro. “Muito mais do que a oscilação dos sentidos e o seu momento de gozo, para a felicidade do homem contam as ressonâncias interiores e os movimentos do psiquismo que a elas se acompanham”<sup>15</sup>.

A satisfação que ocorre quando sentimos algum prazer, que é a felicidade adquirida naquele momento, pode voltar quando remetemos a ela, através das lembranças. A alma é, neste sentido, qualitativamente e quantitativamente superior ao corpo, por comportar em si consciência e racionalidade. A falta de perturbação na alma constitui um prazer supremo, mas também depende da saúde e da integridade física.

Nos ensinamentos de Epicuro, que define a sua doutrina como um manual de viver bem, têm sempre o intuito de estabelecer um padrão de vida simples e modesto, desejando apenas o que pode ser benéfico à saúde física e à saúde da alma, controlando seus impulsos para não causar nenhum mal em consequência da falta de virtude e equilíbrio, onde o objetivo geral e específico é a felicidade, que depende do equilíbrio de ambas as partes.

---

<sup>15</sup> REALE, Giovanni. *História da filosofia antiga*, 1994, p. 209.

A doutrina de Epicuro se aplica como um manual da vida feliz, pois a felicidade é o bem supremo e máximo, cujo único intuito do homem na terra é esse. Um bem no qual é preciso ser adquirido pelo uso do saber, ou seja, da sabedoria, sendo preciso adquirir conhecimentos e aprender os meios para se chegar a ela.

Durante a vida, desde seu nascimento, o homem, a partir do momento que se depara com a dor e com o prazer, conseqüentemente fugirá do primeiro como de um grande mal e o evitará sempre e buscará sempre o segundo que é o prazer, visto que este é buscado naturalmente por todos os seres, inclusive o homem.

E entre o prazer e a dor é preciso aprendê-los e dominá-los de acordo com as suas conseqüências e benefícios, respeitando sempre sua natureza e os limites estabelecidos por ela, para não proporcionar, através do uso desregrado, nenhum dano físico ou tormento da alma.

O homem naturalmente busca a felicidade quando este não está totalmente satisfeito e de bem com a vida, encontrando-se num estado ou momento de satisfação emocional ou física, gerando assim a sua infelicidade ou desprazer. A infelicidade dos homens é proveniente de suas maneiras equivocadas de buscar o prazer e fugir da dor, conforme suas próprias vontades e métodos, agindo impulsivamente sem nenhum uso moderado, sem refletir sobre suas atitudes, assemelhando-se aos recém-nascidos que agem apenas pelo impulso. “Assim, a questão é ser feliz, por uma justa apreciação do prazer e de seus limites.”<sup>16</sup>

O segredo da vida prazerosa e digna, como apresenta o filósofo Epicuro para poder viver feliz, é a sabedoria, o uso racional, que fará com que o homem seja ético em suas buscas por satisfação de prazeres transitórios, não de prazeres inconsistentes, que torna o homem infeliz, afastando-o de qualquer sofrimento e tornando-se sereno e imperturbável.

O supremo prazer consiste na falta de perturbação na alma e ausência de dor no corpo, são dois conceitos atribuídos ao prazer sereno e sublime: a *aponia* e a *ataraxia*. Na conceituação desses dois estados e na harmonia entre eles consistem a felicidade, ou seja, é a conquista da integridade física que consiste na saúde física e da serenidade da alma.

Embora a satisfação dos prazeres possa ocasionar a alegria da alma, a felicidade, o bem maior consiste na autossuficiência que caracteriza a vida do sábio, que tem o domínio de seus desejos e o de si próprio. “Sendo assim, a regra da vida moral não é o prazer como tal, mas a razão que julga e discrimina, ou seja, a sabedoria que, entre os prazeres, escolhe os que não comportam em si dor e perturbação, descartando os que dão gozo momentâneo”<sup>17</sup>. Ser

<sup>16</sup> DOVERNOY, J. F. Jean-François. *O epicurismo e sua tradição antiga*, 1993, p. 75.

<sup>17</sup> ZENAIDE, Alice Feitosa. *Ética, prazer e felicidade na carta sobre a felicidade de Meneceu*, 2008, p. 15.

feliz é isso. Não é apenas a somatória de prazeres e ausência de dores corpóreas, e sim de uma vida virtuosa e sábia como diz Epicuro na carta a Meneceu: “Não existe vida feliz sem prudência, beleza e justiça, e que não existe prudência, beleza e justiça sem felicidade”<sup>18</sup>.

É preciso haver prudência em nossas atitudes, sendo esta o modelo de vida de uma pessoa sábia que se considera autossuficiente no cálculo regrado dos prazeres. E dessa forma poderá se chegar a um modelo de vida feliz.

## **O SER ÉTICO É UM SER SÁBIO**

A ética era tratada na Grécia Antiga como algo ligado e subordinado à noção de felicidade, de bem supremo. A ética de Epicuro tem como propósito direcionar o caminho, estabelecendo um modo de vida que possa chegar à felicidade, esta que é atribuída pelo filósofo como o verdadeiro fim da vida humana. O prazer é considerado como um pressuposto através das satisfações ocasionadas por ele como um estado de alegria configurando-se como felicidade. Pode-se considerar como “felicidade dos prazeres” o verdadeiro prazer que se constitui na satisfação dos desejos considerados como essenciais, tanto à integridade física, quanto psíquica do homem, que comportam em si equilíbrio e moderação diante de toda escolha, respeitando sempre sua natureza e seu limite estabelecido por ela, para não ocasionar, através da falta de moderação, dor e perturbação. A felicidade, segundo Epicuro, é promovida pela ausência de dor corpórea e de perturbação da alma, encontrando-se nesse estado sereno e de quietude o limite dos prazeres. O bem maior que o homem pode alcançar tem como caminho o uso regrado dos prazeres, ou seja, a sabedoria, o conhecimento verdadeiro acerca das naturezas das coisas.

A ética epicurista estabelece o prazer como um bem supremo, mas apenas os que satisfazem o homem em sua natureza, sendo suficiente para sua necessidade. Não se tratam de prazeres desregrados e radicais, mas à própria qualidade de vida estabelecida pelo uso racional e ético das escolhas. O ponto central da Filosofia de Epicuro é o prazer, como apresenta em sua carta a Meneceu, mostrando que o prazer é o princípio e a própria finalidade de vida feliz, pois este é buscado por todos os seres em sua natureza. Mesmo por se tratar de um bem tão importante, não devemos escolher todos, mas através do uso racional avaliar os que podem proporcionar satisfações verdadeiras e os que podem acarretar qualquer

---

<sup>18</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 45.

transtorno. O bem maior não está nos prazeres em si, mas na sabedoria que os calcula. Como afirma Giovanni Reale,

[...] a função de direção na vida moral não é exercida pelo prazer como tal, mas pela razão, pelo raciocínio, pelo cálculo aplicado aos prazeres, para estabelecer os que só produzem prazer, os que comportam dores e, portanto, os que são úteis e os que são danosos.<sup>19</sup>

Dessa forma, o critério que é atribuído a todo ato de escolha e recusa de caráter radical e sábio é a própria ética estabelecida ao modo de viver, pois esta dá o caminho e as formas para viver sem nenhuma perturbação que possa vir.

A concepção de ética epicurista tem como base o uso regrado dos desejos, estes que podem ser naturais, necessários, não-naturais e não-necessários, os que podem proporcionar felicidade e outros que trazem apenas dor e perturbação. O ser ético, para Epicuro, é o que tem o conhecimento correto acerca dos desejos, que saiba direcionar as escolhas corretas, determinando a saúde do corpo e a serenidade da alma, pois a verdadeira satisfação é encontrada na ausência de qualquer mal do corpo e da alma. O ser é considerado ético quando se preocupa com sua saúde, tanto corpórea quanto psíquica. É a ética que estabelece o modo de viver bem, de forma prazerosa, direcionando a sua realização, determinando a sua essência ao seu bem específico: a felicidade.

Epicuro quer mostrar que nenhum prazer pode ser considerado um mal, mas as formas e os modos de obtenção podem ocasionar maiores sofrimentos posteriormente do que a satisfação realizada pelo prazer momentâneo, e isso ocorre quando não há moderação, acabando por suscitar o mal. Se o supremo bem é adquirido pelo prazer e sobre ele que se estabelece a busca a uma vida feliz, os homens se tornam incoerentes por buscarem prazeres ilusórios, dando importância às formas de satisfação passageira, que acarretam em um esforço mais custoso e conseqüente. É por isso que a ética se faz necessária, por buscar sempre conhecer e através do conhecimento verdadeiro dos cálculos racionais dos prazeres, sendo impossível a felicidade sem esse pressuposto. Segundo Diógenes de Laêrtios,

O princípio de tudo isso e o maior bem é a sabedoria; conseqüentemente a possessão mais preciosa da própria filosofia é a sabedoria; origem natural de todas as outras formas de excelência restantes; com efeito, ela ensina que não se pode levar uma vida agradável se não se vive com sabedoria, moderação e justiça, nem se pode levar uma vida sábia, moderada e justa se não viver agradavelmente. As formas de

---

<sup>19</sup> REALE, Giovanni. *História da filosofia antiga*, 1994, p. 211.



excelência são concomitantes com a vida agradável, e a vida agradável é inseparável delas.<sup>20</sup>

Se agíssemos apenas pelo impulso imediato para buscar a plena satisfação e poder ser feliz, dessa forma seria, então, desnecessária a Filosofia e não existiria nenhum ser humano infeliz. Para Laértios (2008), a ética é chamada de ciência do que se deve ser escolhido e rejeitado, e também dos modos de vida e do fim supremo. A ética acaba por “frear” os nossos impulsos que levam ao desequilíbrio.

A sabedoria é a condição, o pressuposto necessário e único que o homem precisa para afastar de si qualquer coisa que venha causar algum tormento. É preciso enfrentar as enfermidades, sejam elas de caráter físico, mental ou espiritual, com serenidade.

O equilíbrio é característico do uso regrado, do ser ético e sábio que encontra o seu próprio modo de realizar-se, respeitando a sua natureza. A autossuficiência é atribuída ao sábio, como um modelo de vida virtuosa e ética. O homem pode ser autárquico quando ele leva uma vida equilibrada no seu próprio saber, e sempre com o intuito de seu bem-estar físico, psíquico e também social. Ao se utilizar do *Sophos*, o homem se torna autossuficiente, possibilitando, dessa forma, o domínio dos seus impulsos e dos seus desejos, como mostra Epicuro na carta a Meneceu.

Consideramos ainda a auto-suficiência um grande bem, não que devemos nos satisfazer com pouco, mas nos contentarmos com esse pouco caso não tenhamos muito, honestamente convencidos de que desfrutam a melhor abundância os que menos dependem dele.<sup>21</sup>

O ser ético é autossuficiente em respeitar e não aplicar à sua natureza nada que venha a desequilibrar através do exagero, buscando sempre o que é naturalmente suficiente à sua satisfação. “O sábio tende para a suficiência individual. Ele pode, se não chegar à ausência completa de dependência, pelo menos propor a si próprio essa ausência como estilo de vida”<sup>22</sup>. Ele mostra que a mesma saciedade promovida por uma mesa farta, suntuosa, o mesmo pode ser promovido por uma dieta simples, ou seja, o prazer que é sentido em ambas as partes, de forma análoga, pois desde que se elimine o sofrimento ocasionado pela necessidade, não será necessário mais nada.

Epicuro elabora sua compreensão acerca do corpo humano através de uma relação corpo-mundo, no qual conhecemos as coisas através de suas expressões em nós, que são

<sup>20</sup> LAËRTIOS, Diógenes. *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*, 2008, p. 313.

<sup>21</sup> EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*, 2002, p. 41.

<sup>22</sup> DOVERNOY, J. F. Jean-François. *O epicurismo e sua tradição antiga*, 1993, p. 96.

proporcionadas pelas sensações que, para ele, é o caminho verdadeiro para o conhecimento. Dessa forma, tanto a sensação de prazer como a de dor são afecções, e logo são formas de conhecimentos, tornando-se critério de escolha e recusa. É necessário haver, portanto, o conhecimento seguro dessas afecções que se apresentam a nós. É preciso ser ético nos critérios de avaliação, pois se o ser ético utiliza-se sempre de forma racional e criterioso as respectivas escolhas, logo é um ser sábio.

A teoria do conhecimento é inseparável da ética porque Epicuro considera que, além da sensação, também o prazer e a dor – ou paixões (*páthos*) – são maneiras de conhecer e a ética lida com esses afetos. A finalidade da ética é conduzir os homens à felicidade e tem como condição libertá-los dos sofrimentos acarretados pelo medo originado pelo desconhecimento das verdadeiras causas naturais, de sorte que curar o medo significa oferecer ao agente ético uma física verdadeira.<sup>23</sup>

O homem, muitas vezes, é perturbado por angústias e medos que o leva a se preocupar e assim perder a tranquilidade por causa deste transtorno causado pela falta de consciência em relação ao que lhe aflige. A ética nos auxilia nesse caso com a tarefa de libertar os homens desses temores que os amedrontam, como a morte, o temor aos deuses, ou seja, a falta de conhecimentos reais destas coisas acaba por transtornar a esfera psíquica dos homens, sendo que, para Epicuro, não são os deuses que regem o cosmos, e sim os átomos. E em relação à morte, ele explica que não é necessário temer a ela, porque a morte é a privação de todos os sentidos e, logo, o que está morto não sente.

Para Lucrecio, a física e a ética de Epicuro são inseparáveis, pois seu sistema de natureza, ao oferecer “as razões das coisas”, ensina “os verdadeiros bens da vida” porque liberta os homens das tempestades e trevas da ignorância, da superstição e do medo. Por isso sua “luz tão clara” dissipa “os temores do ânimo” e assenta nossa vida “num lugar tranquilo”.<sup>24</sup>

A explicação de Epicuro em discutir sobre a ética é tentar mostrar que devemos ser éticos em nossas vidas, ser ético é ser racional, é buscar cada vez mais conhecer a verdadeira natureza das coisas. É comportar em si o princípio de moderação e o equilíbrio diante das coisas prazerosas e que proporcionam satisfações que animem o nosso ânimo.

Dessa forma, a regra de vida moral não é o prazer por si mesmo, mas o critério racional que julga e discrimina. É a sabedoria que conduz o agir ético com razão e prudência, e mostra o caminho seguro e correto para se chegar ao fim estabelecido.

<sup>23</sup> CHAUI, Marilena. *Introdução à história da filosofia*, p. 86.

<sup>24</sup> CHAUI, Marilena. *Introdução à história da filosofia*, p. 77.

O valor ético que antes era voltada para a *pólis*, sendo o centro das atividades do homem durante sua existência, perde seu valor central. Mas Epicuro vive e pensa numa época que rompe com o passado, agora morto, surgindo um novo *ethos* que agora funda-se no indivíduo. Surge um modelo ético que valoriza o indivíduo que recorre a si mesmo. Essa é a condição que Epicuro estabelece sua Filosofia, como um modelo de vida autárquico, que condicione apenas o suficiente para viver bem e feliz. O homem para ser ético precisa unicamente de si mesmo, desde que atue com sabedoria e prudência.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante de tudo que foi apresentado, fica claro que, ao estudar o filósofo Epicuro e seu pensamento, podemos entender que ele se preocupou em estabelecer uma investigação mais profunda sobre o homem e sua natureza, analisando sua essência e suas formas de realização.

Para que isso ocorra, é necessário buscar e promover aquilo que o satisfaça constantemente e que o fim do qual o homem tende está na realização de uma vida prazerosa, prazer este que consiste na falta de perturbação, seja ela física ou mental, que corresponde a um estado de equilíbrio e moderação.

A felicidade, portanto, advém das satisfações não ocasionadas de forma desregrada e imprudente, como muitos pensam, mas aos prazeres que comportam em si satisfação verdadeira e constante, proveniente do uso racional e criterioso das escolhas.

A Filosofia de Epicuro se apresentou como um manual de vida do qual o homem pode realizar-se e conseguir seu objetivo, o seu fim último, bastando apenas seguir um modo de vida moderada e equilibrada, respeitando sempre a sua natureza e não promovendo nada que possa desequilibrar e, conseqüentemente, causar desprazer ou infelicidade.

O ser ético é o que aplica tudo isso em seu modo de viver, utilizando-se de critérios sempre racionais e moderados, tornando-se assim um ser sábio e feliz. A felicidade, portanto, é consequência de um modo de viver ético e só o sábio poderá usufruir desse estado de espírito. Se a felicidade consiste numa vida prazerosa e no fim último de sua realização, a Filosofia de Epicuro propõe caminhos para se chegar até ela.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHAUÍ, Marilena. *Introdução à história da filosofia*. São Paulo: Ática, 2002.

DUVERNOY, J. F. Jean-François. *O epicurismo e sua tradição antiga*. Tradução: Lucy Magalhães, Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993.

EPICURO. *Carta sobre a felicidade a Meneceu*. Tradução: Álvaro Lorencine, São Paulo: Ed. UNESP, 2002.

LAËRTIOS, Diógenes. *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*. Tradução do grego, introdução e notas: Mário da Gama. 2. ed. reimpressão, Brasília: Universidade de Brasília, 2008.

PESSANHA, J. Américo Motta. As Delícias do Jardim. In: NOVAES, Adauto (org.). *Ética*. São Paulo: Secretaria Municipal de Cultura/Companhia das Letras, 1992.

REALE, Giovanni. *História da filosofia antiga*. São Paulo: Loyola, 1994.

ZENAIDE, Alice Feitosa. *Ética, prazer e felicidade na carta sobre a felicidade de Meneceu*, 2008. (Trabalho de Conclusão do Curso de Filosofia/UEPB).