

# Lições de Epicuro: A filosofia como modo de vida

*André Pereira da Silva*<sup>1</sup>

## RESUMO

No decurso de toda a antiguidade, a filosofia caracterizou-se como uma atividade prática, como um modo de vida composto por ideias, valores e discursos aos quais os indivíduos aderiam voluntariamente. Para o filósofo da era helenística Epicuro (341 – 270 a.C.), a filosofia se caracterizava como uma prática de vida que visava a obtenção de prazeres e a conquista da felicidade. Ao contrário da realidade intrínseca, inerente à filosofia antiga, a filosofia na contemporaneidade se caracteriza em grande medida pelo aspecto teórico e acadêmico, que privilegia o discurso enquanto estrutura formal, em detrimento da prática, da ação cotidiana relacionada ao cuidado de si e à transformação do próprio modo de vida. Utilizando como referencial teórico o pensamento de Epicuro (2005), bem como o conceito de filosofia apresentado por Pierre Hadot (2014) e por Michel Onfray (2010), este trabalho objetiva refletir sobre os contrastes entre a vivência da filosofia na antiguidade e sua produção na contemporaneidade, bem como intenta analisar a possibilidade de um retorno à filosofia enquanto atividade prática, cotidiana, de caráter individual e/ou coletivo.

## PALAVRAS-CHAVE

Epicuro; Filosofia; Prática.

---

<sup>1</sup> Graduando em Filosofia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9480424774724163>. E-mail: [andresilva.pra@hotmail.com](mailto:andresilva.pra@hotmail.com). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0030-2263>.

# Lessons by Epicurus: Philosophy as a way of life

## ABSTRACT

Throughout all Antiquity, philosophy was characterized as a practical activity, as a way of life composed of ideas, values and discourses to which individuals voluntarily joined. For the Hellenistic era philosopher, Epicurus (341 – 270 BC), philosophy was characterized as a life practice aimed at obtaining pleasures and the achievement of happiness. Unlike the intrinsic reality inherent to ancient philosophy, the contemporary philosophy is largely characterized by the theoretical and academic aspect that privileges the discourse as a formal structure, to the detriment of practice, of daily action related to self-care and to the transformation of the lifestyle. By using Epicurus' thought (2005) as theoretical reference, as well as the concept of philosophy presented by Pierre Hadot (2014) and Michel Onfray (2010), this work aims to reflect about the contrasts between the experience of philosophy in Antiquity and its production in contemporaneity, as well as it aims to analyze the possibility of a return to philosophy as a practical, daily activity of an individual character and/or collective character.

## KEYWORDS

Epicurus; Philosophy; Practice.

*Recebido: 08/07/2023*

*Aceito: 10/07/2023*

*Publicado: 29/03/2023*

DOI: <https://doi.org/10.59780/aekg4726>

## Introdução

Advinda de um contexto histórico conturbado por crises sociais, culturais e políticas, a filosofia de Epicuro (341 – 270 a.C.) apresentou-se aos homens de sua época como uma medicina da alma (*psychē*), como uma atividade curativa e revitalizante mediante os males e os padecimentos que constituem a vida humana. Para ele, a filosofia era um caminho para a felicidade, e essa, por sua vez, só seria obtida pela edificação de uma vida repleta de prazeres. Ademais, cabia à filosofia educar os indivíduos para superarem a ignorância e o medo, que os enfraquece e os torna escravos do sofrimento e das aflições.

Utilizando como referencial teórico o conceito de filosofia apresentado por Epicuro (2005), este trabalho analisa a filosofia enquanto modo de vida, tal como foi vivenciada na antiguidade, e contrapõe esse conceito à contemporaneidade, na qual a filosofia é circunscrita, de modo predominante, ao ambiente acadêmico, de caráter teórico e discursivo. O presente artigo se volta, portanto, para a concepção de filosofia enquanto modo de vida, dado que essa concepção vigorou durante toda a antiguidade; ademais, também buscaremos examinar o modo como essa concepção foi desenvolvida por Epicuro e resgatada, por conseguinte, por filósofos contemporâneos como Pierre Hadot (2014) e Michel Onfray (2008).

## A filosofia na antiguidade

A filosofia se caracterizou durante toda a antiguidade clássica e helenística como um modo de vida, isto é, como um exercício espiritual.<sup>2</sup> Ao contrário da contemporaneidade, na qual a filosofia apresenta-se como uma disciplina acadêmica, voltada à formação de profissionais e com caráter predominantemente teórico e discursivo; naquela época, a filosofia era uma prática cotidiana, orientada por princípios éticos e com caráter coletivo e/ou individual.

Na antiguidade, a filosofia não consistia de modo predominante em um discurso, mas sobretudo em uma prática contínua que visava a *eudaimonia* (felicidade). No entanto, a relação entre discurso e prática não se compunha pela simetria entre ambos, pois o discurso caracterizava-se como um meio para se chegar à ação, e esta, por sua vez, se caracterizava como

---

<sup>2</sup> Para Hadot: “[e]sses exercícios correspondem a uma transformação da visão de mundo e a uma metamorfose da personalidade. A palavra ‘espiritual’ permite entender bem que esses exercícios são obra não somente do pensamento, mas de todo o psiquismo do indivíduo” (2014, p. 56).

um fim. Por consequência, algumas escolas, como a epicurista, utilizavam sentenças curtas e simples como meio de guarnecer os indivíduos com lições a serem lidas e reproduzidas como ações no cotidiano (SPINELLI, 2009).

Nesse contexto, o discurso filosófico era um suporte para a vida filosófica, pois se recorria a ele como um meio de convencer os indivíduos a aderirem a um novo modo de vida, bem como para a explicitação dos valores, das ideias e das regras inerentes à essa forma de vida (HADOT, 2014; ONFRAY, 2008). O discurso filosófico e a vida filosófica não eram uma só coisa, dado que o primeiro se constituía por uma estrutura formal e a segunda por uma postura existencial.<sup>3</sup>

De um lado, o discurso enquanto se dirigia a um discípulo ou a si mesmo, isto é, o discurso ligado a um contexto existencial, a uma práxis concreta, discurso que é efetivamente exercício espiritual; de outro lado, o discurso considerado abstratamente em sua estrutura formal, em seu conteúdo inteligível. (HADOT, 2014, p. 336-7).

É comum que muitos historiadores afirmem que apenas nas escolas helenísticas, tais como o epicurismo e o estoicismo, a filosofia foi pensada e empregada como uma prática existencial. Em certa medida, é viável considerar que, no contexto de crise social e cultural gerado pela ascensão do Império Macedônico (334-323 a.C.), no qual surgem o cinismo, o epicurismo e o estoicismo, a filosofia foi utilizada como uma atividade por meio da qual os indivíduos conseguiram sublimar e resistir às crises e aos reveses de seu tempo. Constata-se que apesar do aspecto prático e cotidiano da filosofia ser largamente aprofundado nesse contexto, essa não foi uma característica originada e restrita às escolas desse período.

Com Sócrates (470/469 – 399 a.C.), que viveu em um contexto histórico, social e cultural anterior ao das escolas helenísticas, a filosofia já se afigurava como um modo de vida voltado para o aprimoramento de si, que apregoava a busca pelo conhecimento e o afastamento em relação às crenças lastreadas na ignorância (causa de males). Em Sócrates, (cf. *Apol.* 36d-37a), a verdadeira filosofia ultrapassava a simples oratória, cujo uso e o aprendizado não culminavam com o aprimoramento do homem, pois não o conduzia ao aperfeiçoamento de sua conduta em relação à vida.

Sócrates recomendava que a coletividade, composta em seu contexto por comerciantes, cortesãos, escravos, generais, entre outros, valorizasse mais as virtudes e o conhecimento da

---

<sup>3</sup> Segundo Hadot: “[a] filosofia não consistia no ensino de uma teoria abstrata, ainda menos na exegese de textos, mas numa arte de viver, numa atitude concreta, num estilo de vida determinado, que engloba toda a existência. [...] Ela o faz passar de um estado de vida inautêntico, obscurecido pela inconsciência, corroído pela preocupação, para um estado de vida autêntico, no qual o homem atinge a consciência de si, a visão exata do mundo, a paz e a liberdade interiores” (2014, p. 22).

verdade do que o cuidado com o corpo ou com a aquisição de riquezas. Logo, para Sócrates, a filosofia era uma atividade por meio da qual os homens aprendiam a utilizar a razão, cultivar as virtudes e usufruir da *eudaimonia* (felicidade). A filosofia constituía-se, assim, como vida filosófica, e renunciar à filosofia significava renunciar a um modo de vida voltado ao conhecimento da verdade e ao aprimoramento de si.

A aderência a uma doutrina filosófica representava na antiguidade uma completa transformação individual. A transformação operava-se pela ruptura em relação à alienação da consciência individual constantemente dominada pelas paixões e pela irreflexão, a qual se consubstanciava como causa de padecimentos (HADOT, 2014). Ao converter-se à vida filosófica, os indivíduos se comprometiam com a construção de uma existência individual baseada em um projeto ético.

Utilizando caminhos singulares, cada vertente filosófica propunha a seus adeptos um modo de vida composto por exercícios cotidianos de caráter curativo ou corretivo. Para o cinismo, os homens apenas conseguem auferir a felicidade rompendo com as convenções sociais que restringem a liberdade humana e com os prazeres que geram apego em relação às coisas que são causa de gozo (REALE; ANTISERI, 2003). Ele ainda recomendava, como exercício, a recusa constante do conforto e das comodidades, de tal modo que os indivíduos se limitassem a satisfazerem frugalmente apenas as necessidades mais básicas como comer, beber e vestir. Para os cínicos, à proporção em que suprimem necessidades supérfluas e que se encontram livres das amarras criadas pelas convenções e pelas comodidades sociais, os homens se tornam mais aptos para o comando da própria vida e para a obtenção da felicidade. Conforme Diógenes Laércio:

[o] exercício físico e o espiritual se integram e se completam. As condições físicas satisfatórias e o vigor são elementos fundamentais para a saúde da alma e do corpo. [...] Com efeito, nada na vida se pode obter sem exercício, e este é capaz de sobrepor-se a tudo. Eliminados então os esforços inúteis, o homem que escolhe os esforços requeridos pela natureza vive feliz. A falta de discernimento para perceber os esforços necessários é a causa da infelicidade humana. (LAËRTIOS, 2008, p. 170 [VI, 2, § 70]).

O epicurismo, por sua vez, recomendava como exercício que os indivíduos rememorassem os prazeres que já foram vivenciados como um modo de resistir às angústias e aos receios que momentaneamente obstruem a capacidade dos indivíduos de usufruírem das delícias inerentes à existência, como a amizade e a felicidade. Por outro lado, o estoicismo recomendava que os indivíduos relembassem cotidianamente que a morte é uma realidade comum, da qual cada indivíduo se aproxima após cada momento vivido. Assim, os indivíduos

se lembrariam constantemente que é crucial viver cada momento com serenidade, valorizando o hoje em vez do ontem ou do amanhã; sem adiar compromissos relevantes, como a meditação filosófica, e sem cumprir aspirações vãs, como a cobiça por glória e por poder. A respeito disso, aponta Hadot:

[o] paralelismo entre exercício físico e exercício espiritual está subjacente aqui: do mesmo modo que, pela repetição de exercícios corporais, o atleta dá a seu corpo uma forma e uma força novas, por meio de exercícios espirituais o filósofo desenvolve sua força de alma, modifica seu clima interior, transforma sua visão de mundo e, finalmente, todo o seu ser. (2014, p. 56).

A partir desses exemplos, que retratam exercícios de rememoração, de meditação e de comportamento, utilizados por variadas escolas filosóficas da antiguidade, constata-se que a filosofia se consubstanciou como um aprendizado voltado à vida e à possibilidade do bem viver. Conduzida pela razão, a vida filosófica se opunha à vida passional e irrefletida, pois requeria que o indivíduo se engajasse na construção de uma subjetividade forte e de uma existência feliz, comandada de modo voluntário e consciente, pois, voltada à excelência moral.

Na Idade Média, a filosofia vai deixando gradualmente de se caracterizar como uma atividade prática e cotidiana (HADOT, 2014). O cristianismo apresenta-se como modo de vida e absorve elementos constitutivos da filosofia antiga, tais como os exercícios espirituais presentes nas escolas helenísticas. No mais, ela também deixa de ser o que Hadot chama de uma ciência suprema, pois passa a ser tratada como serva da teologia. Guiada pela fé, a teologia circunscreve os exercícios espirituais a hábitos a serem cumpridos e a reduz à tarefa teórica de fornecer elementos conceituais e retóricos. Verifica-se, assim, um processo por meio do qual a filosofia é destituída de seu caráter prático e limitada ao aspecto teórico. Para Hadot: “[n]a Idade Média [...] a filosofia torna-se então uma atividade puramente teórica e abstrata, ela não é mais uma maneira de viver. Os exercícios espirituais antigos não fazem mais parte da filosofia, mas estão incorporados à espiritualidade cristã” (2014, p. 268).<sup>4</sup>

Apenas com a modernidade, marcada pelo afastamento entre filosofia e teologia, a filosofia voltará, em certa medida, a caracterizar-se como um modo de vida, isto é, como uma maneira de ser. Em Spinoza (1632 – 1677), já na modernidade, a filosofia reaparece como medicina do ânimo, ou seja, como meio de correção do intelecto (SPINOZA, 2014). De modo semelhante, o filósofo da era helenística, Epicuro, também conceituou a filosofia como uma

---

<sup>4</sup> Contrariamente a este argumento, Foucault (2010) sugere que apenas com Descartes (1596 – 1650), na modernidade, a filosofia deixa de ser um exercício espiritual. Esse é um dos pontos de divergência entre Foucault e Hadot (2014).

medicina, e esse conceito representa de modo exemplar aquilo que caracterizou a filosofia durante toda a antiguidade clássica: seu caráter prático, cotidiano, individual e/ou coletivo (EPICURO, 2005).

## O conceito de filosofia em Epicuro

O filósofo Epicuro, além de caracterizar a filosofia na antiguidade como uma terapia, afirmava que a sua utilidade consistia na capacidade de suprimir o sofrimento humano e de aumentar a potência dos indivíduos de usufruírem dos prazeres (EPICURO, 2005). Apesar de situar-se sob o conceito comum de filosofia de sua época e de apreendê-la como uma prática de vida, seu pensamento apresenta uma grande singularidade que consiste em estabelecer uma relação de reciprocidade entre a filosofia e a vivência dos prazeres.

Situada no contexto histórico de ruína da cidade-Estado Atenas, ocasionada pela expansão do Império Macedônico, a filosofia de Epicuro surge em um ambiente de grandes agitações sociais, culturais e políticas. Tentando responder a essas crises, Epicuro fundou uma comunidade agrária, composta por amigos, situada nas cercanias de Atenas e que ficou conhecida como *O jardim*. Para ele e os adeptos de sua doutrina, a vida filosófica se constituía pelo afastamento das agitações da vida coletiva e pelo cultivo dos prazeres e dos amigos (FARRINGTON, 1968).

Segundo Epicuro (2005), o prazer é o único caminho para a felicidade. Entretanto, a ignorância constantemente limita os homens a prazeres instáveis, advindos da satisfação de desejos ilusórios e que culminam em sofrimento e em servidão, como o gozo relacionado à ostentação de riquezas. O indivíduo, cuja vida voltou-se a este prazer, é mais vulnerável em relação aos golpes da sorte, pois a causa dos seus prazeres está vinculada a bens externos, dos quais o indivíduo pode ser subtraído/afastado repentinamente. Para o autor em questão:

[t]odo prazer constitui um bem por sua própria natureza; não obstante isso, nem todos são escolhidos; do mesmo modo, toda dor é um mal, mas nem todas devem ser sempre evitadas. Convém, portanto, avaliar todos os prazeres e sofrimentos de acordo com o critério dos benefícios e dos danos. (EPICURO, 2002, p. 33).

Os indivíduos aprendem, então, a zelar dos prazeres cujo gozo é constante, seguro e superior ao acaso, que é imprevisível e inexorável. Para Epicuro, a ausência de sofrimento em relação ao corpo (*aponia*) e a ausência de aflições em relação a alma (*ataraxia*) constituem-se como um gênero de prazer, cuja fruição depende apenas do indivíduo. Dito de outro modo, é

por meio da vida filosófica que os indivíduos são conduzidos pela razão, que os capacita a usufruírem de prazeres estáveis que corroboram com a conquista da felicidade. Com efeito, Epicuro sugere uma hierarquia entre desejos e prazeres que servia de regra para a condução da vida de seus seguidores:

Consideremos também que, dentre os desejos, há os que são naturais [como comer] e os que são inúteis [comer comidas refinadas]; dentre os naturais, há uns que são necessários e outros, apenas naturais; dentre os 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 essa é a finalidade de uma vida feliz. (EPICURO, 2002, p. 35)

Em Epicuro, é por meio do aprimoramento da razão que os indivíduos conseguem selecionar os prazeres e os desejos de modo adequado, isto é, utilizando um cálculo racional. Aqui, é crucial salientar que assim como alguns prazeres céleres e volúveis são causa de sofrimentos, alguns sofrimentos também são causa de prazeres constantes e longevos. Apenas o cálculo racional resguarda os indivíduos de agirem sob a égide das paixões e da ignorância. Mais do que isso, é pelo cálculo racional que o epicureu construirá para si uma vida de prazeres intensos. Para Epicuro: “[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” (2002, p. 35).

A ignorância afigura-se como uma ameaça real no que concerne ao gozo dos prazeres e à construção de uma vida feliz. Para Epicuro (2005), duas grandes adversidades obstruem a liberdade do homem e aumentam sua vulnerabilidade e seus sofrimentos em relação à vida, a saber: o medo em relação à morte e ao sofrimento; as superstições religiosas relativas à vida e à natureza.

Por temerem a morte, os indivíduos a concebem como um mal e sofrem muito, tanto por saberem que vão morrer em algum momento quanto por verem a morte daqueles que os cercam. Enquanto são vítimas de superstições, os indivíduos também vivem angustiados pelo receio de castigos e de condenações sobrenaturais e sempiternas. A doutrina epicurista, de caráter materialista e reformador, afirma, assim, a limitação cronológica da vida humana, condicionada à existência momentânea do corpo e da alma. A vida é regida unicamente pela livre vontade dos indivíduos, e sua liberdade não sofre nenhuma coerção por parte dos deuses. Para além disso, Epicuro (2005) conceitua a morte como um processo natural por meio do qual

todas as coisas e seres surgem e se transformam.<sup>5</sup> E esse processo se caracteriza pela ausência de sensações, pois aquele que morre não sofre nem usufrui. Portanto, a morte não se caracteriza como um mal, nem deve ser causa de angústia.

Por meio da filosofia, Epicuro propõe o quádruplo remédio, o *tetrapharmakon*, lições éticas sintetizadas em aforismos por meio das quais os indivíduos conduzem a conservação e o convalescimento da própria alma. Para Miguel Spinelli, o quádruplo remédio se constitui pelas seguintes lições: “1) ‘não há nada a temer dos deuses’; 2) ‘é desnecessário temer a morte’; 3) ‘a felicidade é possível’; 4) ‘podemos fugir da dor’” (2009, p. 135). Enquanto técnica relativa ao cuidado de si,<sup>6</sup> os quatro remédios afiguram-se como exercícios a serem praticados continuamente, como respostas frente às circunstâncias da vida e que tendem a guarnecer e, por consequência, fortalecer os indivíduos diante das mesmas.

Com a superação da ignorância e do cultivo da sabedoria, a conquista da felicidade também requer dos indivíduos a *autarkeia*, isto é, a autossuficiência.<sup>7</sup> Para Epicuro (2005), a autossuficiência se caracteriza pela capacidade dos indivíduos de cuidarem de si mesmos, de governarem a própria vida e de se conduzirem sem apego à exterioridade constantemente sujeita às oscilações súbitas e radicais. Por meio da autossuficiência, os indivíduos são mais livres e mais aptos para usufruírem do prazer consigo mesmo, obtido em repouso.

Os prazeres do repouso são àqueles obtidos na ausência de grandes movimentos e que surgem por meio da estabilidade do corpo (SOUZA; MELO, 2013). A autossuficiência, à medida que suprime o apego às coisas supérfluas tais como riquezas, comidas requintadas e roupas opulentas (desejos e prazeres que envolvem sofrimento), intensifica o gozo de prazeres verdadeiros que o indivíduo obtém consigo mesmo, como o aprendizado da cautela, a rememoração de prazeres já vivenciados e a busca pela sabedoria.

A filosofia caracteriza-se, assim, como um caminho para a felicidade porque se constitui, ela mesma, como uma fonte segura de prazeres.

---

<sup>5</sup> Para Epicuro (2005), a existência humana de cada indivíduo é um fenômeno raro e finito. Assim, como vivem apenas uma única vez, cada indivíduo tem a obrigação de viver o mais prazerosamente que conseguir, e isso só é viável por meio da edificação de uma subjetividade forte, livre de medos, de desejos fúteis e de sofrimentos autoimpostos. Mais do que isso, ele sugere que a vida ocorre sempre no instante presente, asseverando a completa inutilidade de arrependimentos relativos ao passado e de temores relacionados ao futuro.

<sup>6</sup> Para Revel: “[a] expressão “cuidado de si” [em Foucault], que é uma retomada do *epimeleia heautou* que se encontra, em particular, no *Primeiro Alcibiades*, de Platão, indica, na verdade, o conjunto das experiências e das técnicas que o sujeito elabora e que o ajuda a transformar a si mesmo” (REVEL, 2005, p.33).

<sup>7</sup> Segundo Spinelli: “A *autarkeia* designa um estado de ânimo mediante o qual o indivíduo se vê responsabilizado por si mesmo, como alguém que (com liberdade e independência) deve gerir seu destino ou sua própria vida. Bastar-se a si mesmo corresponde, antes de tudo, a aprender a *ser a si mesmo*, no sentido de não vir a ser um peso para os demais” (2009, p. 83).

## Epicuro e a filosofia na contemporaneidade

Na contemporaneidade, a filosofia deixou gradativamente de ser um modo de vida, uma maneira de ser e afigura-se, em certa medida, como um saber unicamente teórico e acadêmico. Para Onfray (2008), é urgente resgatar, como contraponto, o sentido que marca o surgimento da filosofia na antiguidade: a prática de vida.

O risco constante que ameaça a filosofia contemporânea surge a partir do momento em que ela se restringe ao campo do discurso acadêmico, enquanto estrutura formal, e deixa de ser uma prática ativa relacionada ao cuidado de si e à transformação da própria vida (ONFRAY, 2008; HADOT, 2014).

No mais, na Idade Média e com os séculos de apogeu da escolástica, a filosofia deixou de ser uma atividade do homem comum, servo, camponês ou comerciante, entre outros, e se restringiu aos intelectuais dos mosteiros e das universidades.

Uma das características da universidade é que ela é formada por professores que formam professores, de profissionais que formam profissionais. O ensino não se dirige mais, portanto, a homens que se quer formar para que sejam homens, mas a especialistas para que aprendam a formar outros especialistas. É o perigo da ‘escolástica’ que havia começado a se desenhar no final da Antiguidade, que se desenvolve na Idade Média e cuja presença pode-se ainda reconhecer na filosofia de hoje. (HADOT, 2014, p. 269).

De acordo com Rachel Gazolla (2011), o contraste entre a filosofia na antiguidade e na contemporaneidade se consolida sobretudo pela institucionalização da filosofia, dado que, na universidade, a filosofia é ensinada e aprendida como um saber operacional. Para a filósofa, o aprendizado e a vivência da filosofia e do filosofar requerem condições e circunstâncias singulares como o contato com a coletividade ou a ruminância de leituras.<sup>8</sup> Condições e circunstâncias essas que são muitas vezes asfixiadas pelos imperativos institucionais. Sobre isso, a autora assinala:

[t]udo o que a universidade regra, obriga, espera – desde as disciplinas elencadas, o tempo de aula, a avaliação de trabalhos, as datas de entrega e demais passos – é o contrário do cuidado de si; são simples imposições que o nosso ‘paradigma para a escolaridade’ obriga, determinações distantes do laço que une alguém a um texto ou

---

<sup>8</sup> Para Gazolla: “[f]ilosofar e aprender filosofia – e ensinar filosofia – é algo paradoxal: não pode ser uma função cívica, mas deve ocorrer nas cidades em meio a cidadãos. A questão embaraçosa é que estamos atrelados, quer se queira ou não, quer se perceba ou não, à maneira de as instituições públicas funcionarem, e elas dizem de ‘onde’ se fala e ‘como’ se deve falar. Saber desse entrosamento institucional, dessa rotina não nos embaraça? Não chega a constranger o fato de que a repetição no ensino universitário da filosofia é uma cosmética?” (2011, p. 19).

a uma pessoa. Passos programáticos obsessivos ditam ofícios para cidadãos que irão exercê-los de modo previsto para um mercado quantitativo. (2011, p. 21).

No mais, o modo como a filosofia é ensinada e aprendida nas universidades corrobora com a criação e a sustentação de chavões e de generalizações apressadas que tratam a filosofia como um saber complexo demais para os indivíduos comuns, não capazes de respirarem nos cumes rarefeitos da reflexão (GRAMSCI, 1978). Além de uma linguagem por vezes hermética, a filosofia teórica é indissociável da universidade, e se configura como um saber feito por um especialista para outro, inextrincável e impenetrável não apenas para a coletividade além da universidade, como também para discentes de outros cursos.

No entanto, é crucial pensar a universidade como um campo de forças, composto por forças sedentárias e autoritárias que convergem com o *status quo*, e por forças criativas e subversivas que constantemente apontam para grandes rupturas e grandes construções. Nesse contexto, fazer com que as primeiras forças sejam suplantadas pelas segundas pressupõe a reabertura do debate relativo ao lugar que a filosofia deve ocupar dentro da universidade, da vida coletiva e individual.

Resgatar o sentido da filosofia antiga, tal como ela foi vivenciada e ensinada por Epicuro, isto é, enquanto remédio contra a ignorância e o sofrimento, pressupõe o retorno à filosofia enquanto prática de vida. Para tanto, é crucial que a filosofia volte a servir à vida e à coletividade, não no sentido de se conformar à vontade vigente, mas de apresentar-se como um meio de resistência em um mundo repleto de opressões; como um caminho real para a afirmação da felicidade (ONFRAY, 2008).

Utilizando Epicuro como referencial teórico, Onfray (2010) se propõe a apresentar a filosofia como uma atividade útil, libertadora e democrática. A filosofia é útil porque apresenta-se como um meio de autoajuda através do qual os indivíduos aprendem a lidar com seus afetos e com sua história pessoal de modo mais racional e alegre; libertadora porque afasta os indivíduos da servidão representada pelas crenças religiosas que geralmente condenam o corpo, que hostilizam os prazeres, que santificam o sofrimento e que fazem a apologia da culpa; democrática porque é feita pelo povo e para o povo, e não por uma elite intelectual composta por especialistas.

Onfray (2010) propõe ainda que a filosofia volte a ser uma realidade cotidiana, um modo de ser no mundo capaz de apresentar respostas efetivas às linhas de força que estrangulam a vida na universidade, na ciência, na política e nas relações sociais. A filosofia afigura-se como uma potência relativa à vida humana, uma potência por meio da qual os indivíduos podem

afirmar a vida, o corpo, o aqui e o agora e romperem com as amarras representadas pelas ideias, pelos valores e pelos discursos que propagam e reforçam a servidão.

É útil salientar que a filosofia para Onfray (2010), ainda que cultivada como um modo de vida, não se concentra em uma reforma repentina, radical e coletiva do mundo, o que seria um sonho singelo, uma utopia vazia. Tendo como referência a comunidade epicurista, que se organizava em um jardim, um refúgio para a fruição da felicidade e do prazer, Onfray propõe que a filosofia sirva de lastro para a fundação de jardins, isto é, comunidades de microrresistências, compostas por amigos, voltadas à conquista da ataraxia e capazes de subverter de modo gradativo e constante o *status quo*.

A proposta de restabelecimento da filosofia como modo de vida, na concepção de Onfray, se estrutura por uma série de medidas que visam reposicioná-la dentro das sociedades contemporâneas. Para tanto, o filósofo aponta, entre outras coisas, para a relevância de uma filosofia que seja pensada e compartilhada em uma linguagem menos cifrada, menos austera e mais livre;<sup>9</sup> que esteja voltada também à realidade cotidiana, cultural, social, histórica, geográfica e política do contexto no qual se filosofa; e que possa ser lida e comentada nos ônibus, nas ruas, nas lavanderias, nas cozinhas, por indivíduos de todos os segmentos sociais.

O que é essa *nova* maneira de filosofar? Uma maneira muito *antiga*... pois é a da ágora e do fórum. Ela define a maneira antiga de praticar uma filosofia aberta destinada ao passante comum: Protágoras o doqueiro, Sócrates o escultor, Diógenes o bancário, Pírron o pintor, Aristipo o professor, embora sejam verdadeiros filósofos – criadores de uma visão de mundo, autores de obras teóricas, vivem seu pensamento no cotidiano e levam uma *vida filosófica* – não são profissionais da profissão do tipo pós-moderno. / Também não se dirigem a especialistas que se destinam ao ensino ou a pesquisa filosófica. Falam ao peixeiro, ao carpinteiro, ao tecelão que passa por ali. (ONFRAY, 2008, p. 20).

Enquanto exercício espiritual, constante e cotidiano, é crucial que a filosofia, assim como proposta por Epicuro, esteja sempre à disposição dos indivíduos à medida em que eles vivem e são confrontados com situações que os ameaçam, que os oprimem, que os confundem ou que requer deles respostas racionais, efetivas e construtivas. É útil fazer referência ao exemplo utilizado por alguns epicuristas para os quais os remédios, os unguentos e as ervas medicinais eram guardados em vasos que serviam cotidianamente aos indivíduos no que concerne ao cuidado consigo e com os outros (SPINELLI, 2009). E é esse o lugar que a filosofia

---

<sup>9</sup> Para o Barão d’Holbach: “[p]ara ser útil em todas as épocas e a todos os homens, a filosofia deve ser franca e sincera; aquela que não é inteligível senão para uma época ou para alguns iniciados torna-se um enigma inexplicável para a posteridade” (2014, p. XVIII).

devia ocupar na existência humana, segundo Epicuro (2005), assim como também é o lugar no qual Hadot (2014), Onfray (2010) e Gazolla (2011) tentam recolocá-la.

## Conclusão

Pelo modo como foi conceituada e vivenciada na antiguidade, a filosofia afigurava-se como uma prática transformadora, por meio da qual os indivíduos se curavam dos males da alma, resistiam às mazelas do mundo e se aprimoravam no uso da razão e das virtudes. Enquanto cuidado de si, como tratada por Foucault (2010), ou como modo de vida, como conceituada por Hadot (2014), a filosofia constituía-se como uma potência subversiva, capaz de reconfigurar a vida humana, as relações que os homens estabelecem consigo, com outros e com o universo que os cerca.

Apesar disso, no período medieval, tal como afirma Hadot (2014), a filosofia foi sendo reduzida gradualmente ao ambiente dos mosteiros e das universidades, deixando de ser uma atividade prática de caráter cotidiano e também coletivo. Na contemporaneidade, a filosofia se vê em uma situação ainda mais constrangedora, dado que o modo acadêmico de ensinar e aprender filosofia (e filosofar) reduz essa atividade ao discurso de especialistas, inextrincável e improfícuo para a grande coletividade.

Mediante essa realidade na qual a filosofia aparece, em grande medida, destituída de sua potência transformadora, cabe considerar a grande relevância do projeto filosófico proposto por Epicuro, na era helenística, e por Onfray, na contemporaneidade. Para ambos, a filosofia deve servir à vida e auxiliar os indivíduos na construção de existências mais prazerosas e mais felizes.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTISERI, D.; REALE, G. *História da filosofia ocidental*. Vol. 5. Trad. Ivo Storniolo. 3ª ed. São Paulo: Paulus, 2003.

EPICURO. *Carta sobre a felicidade*. Trad. Álvaro Lorencini e Enzo Del Carratore. São Paulo: UNESP, 2002.

EPICURO. *Pensamentos*. Trad. Johannes Mewaldt *et al.* São Paulo: Martin Claret, 2005.

FARRINGTON, B. *A doutrina de Epicuro*. Trad. Edmond Jorge. Rio de Janeiro: Zahar, 1968.

FOUCAULT, M. *A hermenêutica do sujeito: curso dado no Collège de France (1981-1982)*. Trad. Márcio Alves da Fonseca e Salma Tannus Muchail. 3ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

GAZOLLA, R. *Pensar mítico e filosófico: estudos sobre a Grécia Antiga*. São Paulo: Loyola, 2011.

GRAMSCI, A. *Introdução à filosofia da práxis*. Trad. Serafim Ferreira. Lisboa: Antídoto, 1978.

HADOT, P. *Exercícios espirituais e filosofia antiga*. Trad. Flavio Fontenelle Loque e Loraine Oliveira. São Paulo: É Realizações, 2014.

HOLBACH, B. *A moral universal ou os deveres do homem fundamentados na sua natureza*. Trad. Regina Schöpke e Mauro Baladi. São Paulo: Martins Fontes, 2014.

LAÉRTIOS, D. *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*. Trad. Mário da Gama Kury. Brasília: UnB, 2008.

ONFRAY, M. *A potência de existir*. Trad. Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

ONFRAY, M. *Contra-história da filosofia: as sabedorias antigas*. Trad. Monica Stahel. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

PLATÃO. *Diálogos socráticos*. Vol. III. Trad. Edson Bini. 2ª ed. São Paulo: Edipro, 2015.

REVEL, J. *Michel Foucault: conceitos e essências*. Trad. Maria do Rosário Gregolin, Nilton Milanez e Carlos Piovesani. São Carlos: Claraluz, 2005.

SPINELLI, M. *Os caminhos de Epicuro*. São Paulo: Loyola, 2009.

SPINOZA, B. *Spinoza: obra completa I: (Breve) tratado e outros escritos*. Trad. J. Guinsburg e Newton Cunha. São Paulo: Perspectiva, 2014.

SOUZA, O.; MELO, J. O hedonismo de Epicuro e o hedonismo da escola cirenaica. In: SEMINÁRIO DO PPE, 2013, Maringá. **Anais** [...] Maringá: UEM, 2013.