

## Epicuro e os *tetrapharmakon*

Flavia Bruno \*

**Resumo:** Epicuro nos apresenta a filosofia como a medicina que trata da turbção da alma. Seu ensinamento ético prescreve quatro remédios para as quatro principais causas da infelicidade humana, as quais são: temer a cólera dos deuses, apavorar-se diante da morte, escolher mal os objetos de desejo e angustiar-se ante o sofrimento.

**Palavras-chave:** Epicuro. Ética. *Tetrapharmakon*.

## Epicure and the *tetrapharmakon*

**Abstract:** Epicurus presents the philosophy as the medicine that takes care of the disorder of the soul. Its ethical teaching prescribes four remedies for the four main causes of the misfortune human being: to fear the gods, to be terrified ahead of the death, to choose desire objects badly and to become distressed themselves before the suffering.

**Key words:** Epicurus. Ethics. *Tetrapharmakon*.

---

\* Doutora em Filosofia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Professora da Universidade Cândido Mendes, RJ (Campus Centro), e da Faculdade de São Bento, Rio de Janeiro. E-mail: fbruno@candidomendes.edu.br

Na Atenas do século V a.C., no período áureo da democracia ateniense, todo cidadão em algum sentido era príncipe. O velho demos governava o império ateniense. Enquanto cidadão, o ateniense era senhor de si mesmo, pois a constituição da vida democrática se dava pela participação efetiva dos cidadãos, que deviam decidir sobre o destino coletivo.

A participação integral de cada cidadão em todos os aspectos da vida comum persistiu até a tomada do Império Macedônio. Vencida pelo império macedônio, a polis renuncia em parte à sua autonomia e os cidadãos à sua soberania (MOSSÉ, 1999). A partir de então, desempenhar um papel político não era mais participar do poder coletivo do povo, mas pôr-se a serviço do soberano ou do seu governante em Atenas.

Esses fatos marcam a necessidade histórica de se pensar uma nova ética. Diferentemente do que ocorria na ética aristotélica, comprometida com o ideal da polis, nessa nova concepção ética o homem devia encontrar em si mesmo o princípio de sua liberdade. Aliás, esse será um traço de todas as filosofias helenísticas: o desinteresse pela política.

O epicurismo respondeu a essa questão propondo o recuo da ágora para o jardim (*kepos*). A escola de Epicuro era composta de uma casa e de um jardim, que era uma espécie de horta ou horto onde se concentravam seus alunos e adeptos. Este era o conhecido jardim de Epicuro ou jardim dos prazeres, concebido como um refúgio. Cícero, torcendo a verdade, chamava-lhe “um jardim de prazer onde os discípulos languesciam em gozos refinados” (FARRINGTON, 1968, p. 27). Mas a proposta de Epicuro era que lá fosse possível viver livremente, entre amigos, sem déspotas, numa nova forma de comunidade. A casa e o jardim foram adquiridos para servir de meios que permitissem a vida intelectual e material dos membros da escola.

O pensamento de Epicuro era dirigido aos problemas práticos de sua época. O objetivo do filósofo consistia em “dissipar a angústia mental que a ignorância acerca dos deuses, a ignorância da natureza e a ignorância da alma podem produzir” (FARRINGTON, 1968).

Foi principalmente pela originalidade da síntese operada entre a física atomista de Leucipo e Demócrito e a ética hedonista defendida pelos cirenaicos que Epicuro passou à posteridade como um grande filósofo. O pensamento de Epicuro está associado ao hedonismo (que elege o prazer – *hedoné* – como bem supremo) e ao atomismo (que afirma que tudo aquilo que existe é composto de átomos e do vazio).

Epicuro se baseia no suposto fato de que todos os seres vivos, desde o nascimento buscam o prazer e querem elidir a dor. Para ele reconhecemos no prazer um bem primário e inato em nós (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 129).

Não é preciso explicar a ninguém o que é o prazer. Nascemos chorando pelo leite e calor maternos. Buscamos o prazer e fugimos da dor. Buscamos o prazer que nos traz a supressão da dor. Em outras palavras, o prazer é a concretização do que é bom para nós e a dor, do que é mau para nós.

Mas essa vida de prazer que Epicuro recomenda não é a vida de entrega ao gozo sensual censurada por Platão e Aristóteles. O ponto fundamental aqui é a interpretação dada à palavra prazer. O prazer não consiste em deleitar-se, não está relacionado com “a voluptuosidade dos dissolutos e com os gozos sensuais, como pensam alguns ignorantes por preconceito ou má compreensão, mas sim na pura ausência de dor no corpo e perturbação na alma” (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 131). Para elevar ao máximo o prazer o essencial é evitar a dor.

Além disso, ao erigir o prazer (*hedoné*) em bem supremo, Epicuro não sustenta que o bem é aquilo que parece bom a cada qual, nem que a felicidade consiste em buscar todo e qualquer prazer. Todo prazer é bom, mas nem todo prazer deve ser escolhido; toda dor é má, mas nem toda dor deve ser evitada. A satisfação dos desejos é coisa boa porque elimina a razão da inquietude, mas às vezes é melhor não ceder a esse impulso se essa satisfação, boa em si, se revelar fonte de perturbações ainda maiores.

A missão ética é ensinar a discriminar os prazeres “com o cálculo daquilo que é útil e a ponderação do que é prejudicial, porque em certas

circunstâncias o bem é um mal e o mal é um bem para nós” (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p.129). A conquista da felicidade resulta de escolhas nas quais freqüentemente é preciso renunciar a certos prazeres, não porque seriam intrinsecamente maus (nenhum prazer em si é um mal), mas porque provocam grandes inconvenientes.

Epicuro vinculou essa ética emancipadora à física atomística. Sua idéia central é a de que compreendendo a ordem cósmica como efeito mecânico do entrelaçamento de átomos, libertamo-nos do terror supersticioso e do temor da morte.

O atomismo diz que os átomos constituem com o vazio a realidade em sua totalidade. Os átomos são a menor partícula da matéria, existem em quantidade infinita e estão em movimento desde sempre, entrecrocando-se ao acaso, formando aglomerações e dissoluções, que são os fenômenos a que assistimos. A matéria composta muda por acréscimo ou perda de átomo. Todas as coisas nascem dos átomos imperecíveis, que se movem eternamente no vazio e nelas são novamente decompostos.

O princípio ontológico da física Epicurista é que o substrato último de todas as coisas visíveis e invisíveis são partículas corpóreas indivisíveis e eternas, cuja junção e separação no vazio infinito constrói e desconstrói os mundos que foram, são e serão (pois os átomos não foram todos consumidos na formação de um só mundo nem de um número limitado de mundos). Em consequência desse princípio físico, Epicuro edifica o princípio ético que afirma que por isso mesmo o cosmo não tem

[...] nenhum *telos*, nenhuma finalidade ou intenção imanente ou transcendente, natural ou divina. A morte é meramente a separação dos átomos que nos compõem. A vida não anuncia, portanto, nem castigos nem recompensas para os homens. Daí que não devemos temer nem a morte nem as punições infernais inventadas pela ignorância e pela superstição (MORAES, 1998, p. 8).

Para o filósofo, sem que se compreendam os mecanismos da natureza, permaneceremos atormentados pelo medo dos deuses, pelo temor da morte e pela ansiedade resultante de não controlarmos adequadamente nossa atitude em face dos sofrimentos e satisfações da vida.

A sabedoria tem como propósito ajudar a suprimir os temores da sorte do corpo, cuja causa são as opiniões falsas acerca dos deuses, dos corpos celestes e de seus fenômenos e a respeito da morte.

Para suprimir tais temores há um quádruplo remédio – os *tetrapharmakon*.<sup>1</sup>

1) Não devemos temer os deuses – os deuses não são temíveis, pois aqueles que são felizes e eternos (os deuses) “não têm preocupações, nem outro ser perturba; por isso é imune a movimento de ira ou de gratidão, pois todo movimento deste tipo implica fraqueza” (EPICURO, 1996, Máximas Principais, I). Não devemos temer os deuses nem nada esperar deles pela simples razão de que, vivendo em eterna satisfação, eles conosco não se preocupam.

Os deuses são modelos de felicidade. São imortais, livres e bem-aventurados. Residem nos espaços vazios colocados entre os mundos (intermundos), longe das vicissitudes dos homens e da terra. A menor preocupação com este nosso mundo seria contrária à sua perfeita natureza. A própria formação deste mundo exclui qualquer intervenção divina.

São incorruptíveis e indestrutíveis: não sofrem nenhuma afeição, pois não estão em contato com algo que possa modificá-los, isto é, agregá-los ou dissolvê-los. Não são nem criadores nem senhores de nenhum destino, nem juízes dos mortos. Na Carta a Heródoto (1996, p. 77-78), Epicuro rejeita a idéia de uma providência divina que regeria o mundo presente. Então, após a morte, não haverá uma justiça divina, no sentido de que não há uma mente que ordene e preveja o desenvolvimento das coisas.

---

<sup>1</sup> A rigor o termo *tetrapharmakon* não aparece nos textos de Epicuro que chegaram até nós, mas está presente em uma tradição muito próxima.

Inclusive, essa indiferença dos deuses para com os homens se explica pela própria existência do mal. As doenças, as epidemias, a fome, os animais repulsivos, ferozes e predatórios, as pragas, os terremotos, as inundações são evidências, para quem não quer ser enganado ou enganar a si próprio, que os deuses são indiferentes aos homens. Os deuses não abandonam a condição de absoluta serenidade nem para nos beneficiar nem para nos castigar.

O sábio epicurista, tendo constatado que não está ao nosso alcance (mas somente no dos deuses) sentir apenas prazer e nunca sofrer dor, concentra o esforço na busca de um prazer durável e no controle da dor.

2) É necessário vencer o maior dos medos, que é o medo da morte. A consciência de si depende da união da alma e do corpo. Morte é separação da alma e do corpo e, portanto, o fim da consciência de si mesmo. O que está decomposto é insensível e a insensibilidade, o que está fora de toda sensação, não nos traz riscos. “A morte, o mais aterrador dos males, não é nada para nós. Enquanto estamos presentes, a morte está ausente; quando ela se apresentar, já não mais estamos” (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 125).

Devemos entender que “quando a hora da morte vem, a alma deixa o corpo e os átomos que a compõem se espalham rapidamente no ar, para se dissipar nas alturas” (LÉVY, 1997).

Claro que a morte dos entes queridos nos faz sofrer. Mas justamente sofre quem, permanecendo vivo, sente a falta de quem morreu. Ou seja, a experiência da morte é uma experiência dos vivos.

Nada temos a lucrar vivendo eternamente e temos tudo a lucrar vivendo bem. O que conta é a qualidade da vida e não sua duração (FARRINGTON, 1968). Como afirma Epicuro, “da mesma forma que o sábio não escolhe seus alimentos pela porção maior, e sim pelo mais agradável, o sábio procura aproveitar o tempo mais agradável e não meramente o mais longo” (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 126).

Epicuro diz que todo temor é um temor sobre o nada. É exatamente porque o temor é vazio de toda sensação que ele pode ser um temor. Todos os nossos temores são temores da imaginação. É o antiprazer puro.

3) É preciso reconhecer que a felicidade é possível. Não é difícil atingir o bem, é preciso apenas saber escolher os objetos de desejo. Para Epicuro, a intensidade suprema dos prazeres é a máxima redução de todas as dores. Epicuro reconhece que o prazer não é uma sucessão ininterrupta de banquetes e festas, ou o prazer sexual com meninos e mulheres, ou ainda a degustação de iguarias refinadas oferecidas por uma mesa suntuosa (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 132).

Não é o prazer mais refinado que torna a vida feliz. O mais delicado dos alimentos de vida não nos serviria se não matasse a nossa fome. O prazer que seu refinamento nos proporciona seria sempre menor que o prazer que resultaria da supressão do sofrimento que nos causava o estômago vazio.

Só precisamos do prazer quando sofremos com a sua falta. Mas quando não sofremos, não temos nenhuma necessidade dele. Por isso o prazer é o começo e o fim da vida feliz (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 128).

Lévy (1997, p. 92) nos ensina que nada é suficiente para quem o suficiente é pouco: “Essa sentença define bem o que seria os desejos vãos que possuem a característica da busca patética de uma impossível saciedade.”

4) É possível suportar – Não é difícil suportar o mal com coragem. No tocante à dor e à doença, podemos fortalecer-nos para resistir-lhes ao refletir que, se são fracas, são fáceis de suportar e, se são severas, não são duradouras (EPICURO, 1996, Máximas Principais, IV).

A primeira das virtudes do sábio é a impassibilidade: nada o pode afligir ou abater. É uma espécie de desprezo pelo sofrimento. Agüentar, renunciar, não se deixar afetar.

Lembro-me aqui das palavras de Shelley: “amar e suportar. Esperar. Até que a esperança fabrique de sua própria ruína aquilo que contempla”.

Portanto, para atingir a felicidade, a tranquilidade do espírito é a coisa mais importante, pois, como diz Laértios (1987), a carne é transtornada apenas pelo sofrimento presente, ao passo que a alma, além de sofrer pelo presente, sofre ainda pelo passado e pelo futuro.

Além disso, se há uma fluidez do tempo, se tudo passa e desaparece, se a matéria se transforma, é uma insensatez se dilacerar com tormentos e lamentações. Há uma bela frase de Emerson (1997) que reflete esse ensinamento: “tudo o que a dor me ensinou foi a reconhecer o quanto é rasa”.

Em resumo, “os quatro remédios respondem às quatro principais causas da infelicidade humana: temer a cólera dos deuses, apavorar-se diante da morte, escolher mal os objetos de desejo e angustiar-se ante o sofrimento” (MORAES, 1998, p. 66).

Os dois primeiros remédios dirigem-se diretamente ao intelecto, e por isso exercem efeito terapêutico imediato. Basta compreender a natureza das coisas: são os átomos em movimento que regem o universo e não os deuses; a morte é apenas a separação dos átomos que compõem o organismo; primeiro se superam as forças transcendentais porque se eliminam o temor dos deuses malévolos, o horror e a incerteza após a morte. Depois resta ao homem sair das inquietações que eles próprios se causam. Por isso o terceiro e o quarto remédios são remédios propriamente éticos: ensinam a lidar com o prazer e com a dor.

Então, para se conseguir a felicidade, basta seguir a terapia do jardim. A vida boa tem dois constituintes principais: a *aponia* (carência de penalidade), a falta de dor física; e a *ataraxia* (não-perturbação), a ausência de dores espirituais. Esse estado de prazer é íntimo e autárquico, pois não depende de nenhuma causa externa.

A *ataraxia* é a virtude própria do sábio, ela consiste na total ausência de temor. Os deuses realizam a ausência total dos afetos: como são imperturbáveis, são fatalmente felizes. Os deuses são vistos como modelos absolutos de *ataraxia* e, portanto, de felicidade. A imperturbabilidade é a plataforma necessária para a consecução do prazer.

O bem supremo consiste em apartar-se o mais possível da vida e satisfazer as necessidades fundamentais de maneira sossegada e simples. A ética epicurista preconiza o recolhimento do sábio e a concentração da vida comunitária num círculo de amigos escolhidos.



A sabedoria que abre a porta da felicidade exatamente por não constituir nem um dom da natureza nem da graça divina só pode ser atingida através de um esforço perseverante. A felicidade é uma felicidade conquistada. Quem lá chegar nunca sofrerá perturbação e assim viverá como um deus entre os homens. Prazer e dor resultam da relação de nosso corpo (incluída a alma) com os objetos que o afetam. Epicuro nos ensina a bem gerir essa relação.

O prazer fundamental é o sereno equilíbrio da alma. Para a vida ser boa basta que não seja demasiado perturbada por dores e sofrimentos. “Quando atingimos esse objetivo, desaparece toda tempestade da alma” (EPICURO, 1996, Carta a Meneceu, p. 128).

É isso que leva Duvernoy (1993, p. 77) a afirmar que “a filosofia seria uma medicina da alma. A filosofia seria uma medicina que trata das almas doentes que não são naturalmente sábias ou uma medicina que restaura uma saúde perdida”. Ele completa:

É vazio o discurso do filósofo que não trata (therapeuta) de nenhuma paixão humana. De fato, do mesmo modo que o médico de nada serve se não extirpa as doenças do corpo, assim também a filosofia de nada serve se não expulsa para fora da alma as coisas que a afetam (Fragmento Usener 221 – testemunho de Porfírio, apud DUVERNOY, 1993, p. 78).

Quando se trata de resistir às perturbações, que são agressões vindas do exterior, a medicina deve intervir para expulsá-las do corpo; se a turbção afeta a alma, convém expulsá-la por meio de uma disciplina intelectual e espiritual, qual seja, a filosofia.

### **Referências bibliográficas**

DUVERNOY, Jean-François. **O epicurismo e sua tradição antiga**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1993.

EMERSON, R. W. Experiência. CAVELL, Stanley. **Esta América nova, ainda inabordável**. Rio de Janeiro: Editora 34, 1997.

- EPICURO. **Obras completas**. 2. ed. Madrid: Ediciones Cátedra, 1996.
- FARRINGTON, Benjamin. **A doutrina de Epicuro**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1968.
- LAËRTIOS, Diógenes. **Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres**. 2. ed. Brasília: Editora UNB, 1987.
- LÉVY, Carlos. **Les philosophies hellénistiques**. Paris: Le Livre de Poche, 1997.
- MORAES, João Quartim de. **Epicuro e as luzes da ética**. São Paulo: Moderna, 1998.
- MOSSÉ, Claude. **O cidadão na Grécia antiga**. Lisboa: Edições 70, 1999.
- ROWE, Christopher. **Introducción a la ética griega**. Ciudad del México: Fondo de cultura económica, 1993.