

## O PRAZER SOMÁTICO COMO FIM (*TÉLOS*) DA AÇÃO E COMO FONTE DE PERTURBAÇÃO SEGUNDO EPICURO

Rogério Lopes dos Santos<sup>1</sup>

Epicuro afirma, em sua *Carta a Menecceu*, que o início [*arché* – ἀρχή] e o fim (*télos* – τέλος) de uma vida feliz é o *prazer* sob os termos da *hedoné* (ἡδονή), ou seja, os prazeres ditos somáticos, corporais (EPICURO, 2002, p. 37). Tal afirmação tem como fundamento a ideia de que, ao menos primariamente, toda escolha humana é sempre em prol daquilo que gera prazer, e não dor. Entretanto, isso não significa que todo tipo de prazer deva ser almejado, uma vez que há situações em que determinados prazeres são acompanhados de perturbações (dores). Como exemplo, podemos ressaltar o ato de se alimentar: ingerir a quantidade necessária para saciar a fome promove uma sensação prazerosa, visto que a carência de alimento foi suplantada. Buscar aumentar essa sensação ingerindo mais alimento é, no entanto, um equívoco, pois, empanturrados, nos encontraríamos em uma condição de perturbação devido ao excesso. Embora a comida promova uma sensação prazerosa, isso não significa que é lícito comer exageradamente. Há um limite a ser considerado e que é demarcado pela supressão da carência.

---

<sup>1</sup> Aluno do Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM).  
rogeriolopes06@hotmail.com

Para Epicuro, a busca pelo prazer deve obedecer a um pré-requisito básico, a saber: “avaliar todos os prazeres e sofrimentos de acordo com o critério dos benefícios e dos danos” (EPICURO, 2002, p. 39). Isso significa que, se uma sensação prazerosa promove *mais danos* (dores, perturbações) do que bens, então ela deve ser deixada de lado<sup>3</sup>. Há, por assim dizer, um *meio termo* na busca pelo prazer, tendo em vista que essa busca não está pautada pelo excesso. Desse modo, Epicuro está propondo que o prazer o qual ele toma como *fim* da ação não é aquele almejado pelos intemperantes. Na verdade, o prazer proposto como *fim* não é nem mesmo o prazer que consiste no “gozo dos sentidos”, mas o prazer que é “ausência de sofrimentos físicos e de perturbações da alma” (EPICURO, 2002, p.43) e que é representado pelo conceito grego *ataraxia* (ἄταρξία). O prazer sob os termos da *hedoné* é tomado como início (*arché*) e *fim* (*télos*) de uma vida feliz apenas na medida em que é a base sobre a qual nossas escolhas são feitas (acolhemos o que nos proporciona prazer e rejeitamos o que não o proporciona), pois o prazer que é visado, de fato, por Epicuro, como *télos* humano, consiste no resultado proveniente desse ‘saber escolher’. Apresentar aqui a relação entre *hedoné* e *ataraxia* se faz de extrema importância.

Alcançar o estado de *ataraxia* exige o reconhecimento dos limites do prazer. Ou seja, para Epicuro, atingir o estado de imperturbabilidade físico e mental – no que diz respeito ao gozo dos prazeres somáticos – exige o reconhecimento de até que ponto uma determinada ação (por exemplo, comer e beber) promove prazer. O intuito é não cair em excessos. Nesse sentido, a

---

<sup>3</sup> Contudo, é importante ressaltarmos que Epicuro não desconsiderou a possibilidade de acolhermos sensações dolorosas quando delas nos advém, futuramente, sensações prazerosas. Cf. EPICURO. *Carta a Meneceu*, p. 39 Trad. Álvaro Lorencini e Enzo Dell Carratore. São Paulo: Unesp, 2002. Lucrécio ilustrou bem esse passo da Filosofia de Epicuro ao colocar a questão da seguinte forma: [...] assim como os médicos, quando tentam dar às crianças o repugnante absinto, primeiro põem, no bordo da taça, loiro, fluido e doce mel, de modo que, pela idade imprevidente e pelo engano dos lábios, tomem a amarga infusão do absinto e, não significando este engano prejuízo, possam deste modo readquirir saúde [...]. LUCRÉCIO, Tito Caro. *Da Natureza*, 1, vv. 935. Trad. Agostinho da Silva. São Paulo: Abril Cultural, 1973.

relação entre a *ataraxia* e a *hedoné* pode ser colocada nos seguintes termos: a *hedoné* diz respeito ao prazer cuja sensação é medida para as boas escolhas, ao passo que o prazer extraído da condição de *ataraxia* é a finalidade de tais boas escolhas. Essa medida a qual se faz referência é sempre individual, mesmo porque, somos diferentes uns dos outros, de modo que não há como estabelecer um ‘manual’ capaz de garantir a felicidade para todos. Esse é o motivo pelo qual Epicuro propõe como prazer a satisfação das carências. É sutil o raciocínio: Epicuro não está dizendo que para alcançarmos a felicidade é necessária a ingestão de uma quantia ‘x’ de alimento, mas sim que devemos comer tão somente a quantidade necessária (e que é particular) para a satisfação da fome; o necessário para a supressão da carência que é individual. Tudo o que estiver para além disso é excesso e, portanto, condição de perturbação, distante do almejado estado de *ataraxia*. Note-se que não há uma negação dos prazeres físicos, mas apenas um ‘cuidado’, visto que é tênue a linha entre a satisfação (condição para a *ataraxia*) e o excesso.

Há uma *máxima* de Epicuro que se refere exatamente a isso que buscamos esclarecer:

A carne considera ilimitados os limites do prazer [ἡδονή] e seria necessário um tempo infinito para satisfazê-la. Mas a inteligência [διάνοια] que se tornou capaz de compreender qual é o fim [τέλος] e o limite da carne [...] nos proporciona uma vida perfeita e não sentimos mais necessidade de uma duração infinita (EPICURO, 2006, p. 30).

Quer dizer: devido a natureza do nosso corpo ser de tal forma que ele se encontra em constante carência (e, por esse motivo, inclinado aos prazeres somáticos), Epicuro ‘viu’ na *reflexão* (*diánoia* – διάνοια) o princípio para o reconhecimento de qual seria o *fim* mais viável para a vida (ou seja, a *ataraxia*). Do mesmo modo que torna clara a necessidade de se evitar o excesso no que diz respeito aos prazeres somáticos, esse reconhecimento também extirpa o desejo por uma vida mais longa no intuito de gozar um maior número de

prazeres. Epicuro considerou que, para aquele que coloca o prazer somático como *fim*, a morte surge como um real fator de perturbação, uma vez que a morte é a marca determinante do término de toda e qualquer possibilidade de gozo. É curioso o fato de Epicuro também ter associado o prazer somático (enquanto *télos*) ao medo da morte<sup>4</sup>. Ao fazer tal associação, Epicuro parece particularmente interessado em se desvincular de qualquer relação com o suposto (e problemático) raciocínio empregado por Aristipo de Cirene (435 a.C. – 356 a.C.)<sup>5</sup>.

O problema presente no prazer somático como *fim* e como causa do medo da morte é apresentado por Lucrécio de uma forma muito peculiar. Lucrécio propõe um cenário no qual, se a Natureza (*physis* – φύσις) fosse capaz de pronunciar palavras, ela interrogaria os homens (que veem na morte um mal) da seguinte forma:

Por que choras e te lamentas sobre a morte? Efetivamente, se a vida anterior te foi agradável e se todos os prazeres não foram como acumulados num vaso furado e não correram e se perderam inutilmente, por que razão não há de, tolo, retirar-te da vida como um conviva farto e aceitar com equanimidade um repouso seguro? Mas se tudo aquilo de que gozaste se perdeu em vão e a vida te pesa, por que buscas aumentá-las mais, para que tudo de novo tenha um mau fim e desapareça sem proveito? (LUCRÉCIO, 1973, 3, vv. 935-945).

Ideia semelhante se encontra em uma das *máximas* do próprio Epicuro: “O prazer na carne não aumenta uma vez suprimido o sofrimento proveniente da

---

<sup>4</sup> No epicurismo, o medo da morte é mais comumente associado à falsa crença em uma vida além-túmulo. Isso pode ser verificado na segunda *máxima* que compõe o *tetraphármakon* (remédio quádruplo) de Epicuro: “A morte nada é para nós [Ὁ θάνατος οὐδὲν πρὸς ἡμᾶς]. Com efeito, aquilo que está decomposto é insensível e a insensibilidade é o nada para nós”. EPICURO. *Máximas Principais*, p. 12. Introdução, tradução e notas de João Quartim de Moraes. Campinas (SP): IFCH/UNICAMP, 2006 (Coleção Clássicos da Filosofia: Cadernos de Tradução, nº 13).

<sup>5</sup> Segundo o doxógrafo Diógenes Laércio (aprox. III d.C.), Aristipo teria proposto como *fim* da ação justamente o prazer somático, o que lhe rendeu sérios problemas (filosóficos e pessoais). Epicuro, por sua vez, ao não desconsiderar o prazer somático em sua proposta filosófica, logo se viu associado a Aristipo, motivo pelo qual era constantemente compelido a explicar os fundamentos de sua Filosofia. Sobre a Filosofia de Aristipo: Cf. LAÉRCIO, Diógenes. *Vidas e Doutrinas dos Filósofos Ilustres*, II, 65. Trad. Mário da Gama Kury. Brasília: Editora Universidade de Brasília, 2008.

carência; ele pode somente diversificar-se” (EPICURO, 2006, p. 28). Em ambas as passagens citadas (a de Lucrecio e a de Epicuro), o objetivo é demonstrar que o critério determinante para a felicidade não é a quantidade de prazer físico gozado. Epicuro, em especial, intensifica essa ideia ao afirmar que o prazer não sofre gradações, apenas diversificações.

Parece evidente o fato de que quanto maior o tempo de vida, maior também será a quantia de sensações prazerosas diversificadas possíveis de se gozar. Entretanto, a intenção aqui é demonstrar que, para além do fator ‘tempo’, o crucial para se alcançar uma vida boa é o exercício racional (filosófico) sobre o prazer. Dispor de um longo tempo de vida não é, necessariamente, o critério que possibilita a alguém ter uma vida boa. Para o epicurismo, tornar claro esse princípio filosófico garantiria a possibilidade de se extirpar mais um dos fatores de perturbação mental que impedia os homens de alcançar a *ataraxia*.

Tanto a condição do jovem quanto a do idoso é um bom exemplo quando a discussão gira em torno da quantidade de tempo como critério necessário para qualificar uma vida como ‘boa’. Ser jovem e, portanto, dispor de um longo tempo de vida pela frente, não implica em uma vida aos moldes da *ataraxia*. Nesse caso, não há a certeza da conquista dessa condição física e mental, mas apenas uma possibilidade aparentemente maior quando comparado a alguém de idade avançada e que, por não ter desfrutado de sua vida (no sentido de ter gozado do tempo passado com sabedoria; com o reconhecimento dos momentos prazerosos, felizes), deixa de viver seu presente na medida em que o consome com lamentações, buscando, no passado, a fonte de sua ‘felicidade’<sup>6</sup>. Essa questão acerca da ignorância daquilo

---

<sup>6</sup> Nas palavras de Lucrecio: “Envelheces depois de ter gozado de todos os bens da vida. Mas, como sempre desejas o que está longe e desprezas o presente, passou-te a vida incompleta e sem gosto, e chegou-te a morte à cabeceira, sem tu a esperares, antes de poderes retirar-te saciado, cheio das coisas”. LUCRÉCIO, Tito Caro. *Da Natureza*, 3, vv. 955-960. Trad. Agostinho da Silva. São Paulo: Abril

que pode promover a felicidade também estava presente, de forma similar, já nos pressupostos filosóficos de Aristóteles (384 a.C. – 322 a.C.). Na *Ética a Nicômaco*, Aristóteles faz uma interessante observação sobre a felicidade (*eudaimonía* – εὐδαιμονία) ao afirmar que as pessoas – em sua maioria – estão de acordo com a ideia de que a felicidade é o *fim* de todas as ações, e que ela é algo em si mesmo boa. Contudo, quando se trata de definir o que é a felicidade essas mesmas pessoas divergem em suas opiniões, surgindo, então, as mais diversas definições:

A maioria pensa que se trata de algo simples e óbvio, como o prazer, a riqueza ou as honrarias; mas até as pessoas componentes da maioria divergem entre si, e muitas vezes a mesma pessoa identifica o bem com coisas diferentes, dependendo das circunstâncias – com a saúde, quando ela está doente, e com a riqueza quando empobrece (ARISTÓTELES, 1992, I, 1095a, p. 19).

Ignorar aquilo que é capaz de promover a felicidade culminaria, tanto para Epicuro quanto para Aristóteles, na incapacidade do gerenciamento da vida com sabedoria e, conseqüentemente, deixaria esse ignorante à mercê de qualquer um que, aparentando deter grande conhecimento, lhe dissesse o que fazer e como fazer. Ainda nas palavras de Aristóteles: “côncias, porém, de sua ignorância, elas admiram aqueles que propõem [como definição de felicidade] alguma coisa grandiosa e acima de sua compreensão” (ARISTÓTELES, 1992, I, 1095a, p. 19). O raciocínio empregado por esses dois filósofos se faz ecoar ainda nos dias atuais sob dois aspectos: (a) a busca na religião (seja na figura dos sacerdotes, do próprio Deus ou em qualquer um que não seja a própria pessoa) a fonte para a solução de todos os problemas (físicos e mentais)<sup>7</sup>; (b)

---

Cultural, 1973. Algo semelhante é apresentado nas *Sentenças Vaticanas*: Cf. EPICURO. *Sentenças Vaticanas*, 17, p. 25. Texto, tradução e comentários João Quartim de Moraes. São Paulo: Loyola, 2014 (Coleção Clássicos da Filosofia).

<sup>7</sup> É preciso deixar claro que Epicuro não tinha uma ‘postura destrutiva’ em relação à religião. Quer dizer: ele não aspirava pela extinção da religião, mas sim pela extinção do uso perverso da prática religiosa. Nesse sentido, podemos apontar aqui para dois aspectos sob os quais o presente filósofo construiu suas críticas: (a) os sacrifícios com vistas à conquista de favores divinos e, conseqüentemente, benefícios nos

sob os signos do dito popular: “A grama do vizinho é sempre mais verde”, na medida em que, de certa forma, exprime essa ideia de insatisfação permanente das pessoas sobre suas condições, levando-as a atribuir um valor (nesse caso, a felicidade; o bem-estar) a coisas que elas geralmente não possuem, o que resulta na impossibilidade de se reconhecer aquilo que seria capaz de proporcionar a felicidade.

Para finalizar, elencamos aqui uma das considerações feitas por James Warren (2009) acerca do tempo de vida como critério para a conquista da felicidade. Segundo esse comentador, o ponto de vista “anti-epicurista” mais famoso defende que a morte seria um mal, pois impede aquele que morreu de experimentar os bens da vida que seria capaz de desfrutar caso tivesse morrido em um momento posterior (WARREN, 2009, p. 245). Esse argumento “anti-epicurista” desconsidera, portanto, a ideia segundo a qual tudo o que precisamos para nos tornarmos felizes independe do tempo de vida disponível. Dizendo de outro modo: esse argumento desconsidera o fato de que, para aquele que desfruta do tempo de vida que lhe é possível aos moldes da Filosofia de Epicuro, os supostos bens dos quais é privado com a morte lhe são indiferentes. Na verdade, como bem pontua Warren, é difícil até mesmo pensar o morto privado de algum bem se isso significa que ele está os “perdendo”. Depois da morte, parece estranho conceber uma “perda”, quando não há mais sujeito que possa ganhar ou perder (WARREN, 2009, p. 245-246).

---

negócios; (b) o uso perverso que a *Pólis* (πόλις) fazia da religião ao tomá-la como instrumento de controle político a partir do medo que os castigos divinos inspiram no povo. Na *Carta a Meneceu*, Epicuro não deixa dúvidas quanto à sua postura em relação ao divino. Eis alguns trechos: “Os deuses de fato existem e é evidente o conhecimento que temos deles; já a imagem que deles faz a maioria das pessoas, essa não existe [...] Ímpio não é quem rejeita os deuses em que a maioria crê, mas sim quem atribui aos deuses os falsos juízos dessa maioria”. EPICURO. *Carta a Meneceu*, p. 25. Trad. Álvaro Lorencini e Enzo Dell Carratore. São Paulo: Unesp, 2002. São inúmeros os trabalhos que discutem essa questão. A título de bibliografia elencamos aqui as seguintes obras: *Epicure et ses Dieux* (André-Jean Festugière, 1997); *Epicuro* (Carlos García Gual, 2002); *Os Caminhos de Epicuro* (Miguel Spinelli, 2009).

Seja como for, esse tipo de argumento não parece comprometer os pressupostos de Epicuro.

O objetivo de Epicuro, no que diz respeito ao problema aqui tratado, pode ser colocado resumidamente da seguinte forma: colocar em crise a ideia de que a felicidade estaria no gozo dos prazeres somáticos, na medida em que propõe como necessário o reconhecimento, a partir da reflexão filosófica, daquilo que de fato contribuiria para a conquista de uma vida feliz. Nesse sentido, Epicuro surge também como alguém interessado em tornar clara a ideia de que a felicidade não se encontra fora do homem, ou seja, nas coisas, propriamente ditas, que satisfazem seus desejos. A felicidade se encontraria dentro do homem. Sobre esse ponto há duas *máximas*, em especial, que sintetizam a presente ideia: (a) “O sábio, acostumado ao necessário, está mais disposto a oferecer do que a receber; tal é o tesouro que ele encontrou: depender de si mesmo” (EPICURO, 2014, p. 45); (b) “É preciso que a aprovação dos outros ocorra espontaneamente; mas cabe a nós cuidar de nossa cura” (EPICURO, 2014, p. 63). O sábio epicurista é, portanto, aquele que reconhece seus limites e possibilidades enquanto humano e, na medida em que é capaz de fazê-lo, busca em si mesmo os mecanismos necessários para a conquista da sua felicidade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARISTÓTELES. *Ética a Nicômacos*. Trad. Mário da Gama Kury. Brasília: UnB, 1992.

EPICURO. *Carta a Meneceu*. Trad. Álvaro Lorencini e Enzo Dell Carratore. São Paulo: Unesp, 2002.



\_\_\_\_\_. *Máximas Principais*. Introdução, tradução e notas de João Quartim de Moraes. Campinas (SP): IFCH/UNICAMP, 2006 (Coleção Clássicos da Filosofia: Cadernos de Tradução, nº 13).

\_\_\_\_\_. *Sentenças Vaticanas*. Texto, tradução e comentários João Quartim de Moraes. São Paulo: Loyola, 2014 (Coleção Clássicos da Filosofia).

FESTUGIÈRE, André-Jean. *Epicure et ses Dieux*. Paris: PUF, 1997.

GUAL, Carlos García. *Epicuro*. Madrid: Alianza Editorial, 2002.

LAÉRCIO, Diógenes. *Vidas e Doutrinas dos Filósofos Ilustres*. Trad. Mário da Gama Kury. Brasília: Editora Universidade de Brasília, 2008.

LUCRÉCIO, Títo Caro. *Da Natureza*. Trad. Agostinho da Silva. São Paulo: Abril Cultural, 1973.

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

WARREN, James. *The Cambridge Companion to Epicureanism*. New York: Cambridge University Press, 2009.