

Rui Maia Rego 

*Universidade de Lisboa*

*rrego@campus.ul.pt*

## **Ética epicurista – *Tetraphármakos*: Algumas inquirições no pensamento filosófico português<sup>1</sup>**

### **Resumo:**

Poderemos alcançar uma vida boa, suportar a dor e eliminar o medo da morte? Qual o papel da filosofia e do filósofo ante inquietudes práticas e especulativas? A filosofia de Epicuro (341-270 a.C.) visa “a saúde da alma” através do rigoroso conhecimento do Universo. O presente artigo procura analisar a proposta ética do filósofo – o seu *tetraphármakos* (quádruplo remédio para libertar o homem). Apresentam-se, seguidamente, duas objeções ao seu pensamento: por um lado, Agostinho da Silva, criticando a filosofia epicurista enquanto método meramente defensivo da dor; e, por outro lado, a caracterização do legado epicureu como ir-realizável enquanto ambição prático, tal como propõe o heterónimo de Fernando Pessoa, Ricardo Reis.

**Palavra-chave:** ética, Epicuro, *Tetraphármako*, Agostinho da Silva, Fernando Pessoa

---

<sup>1</sup> Este trabalho é financiado por fundos nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto SFRH/BD/119664/2016. Parte desta investigação decorreu enquanto beneficiávamos de uma bolsa de investigação concedida pela Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa no âmbito de um projeto de investigação do Centro de Literaturas e Culturas Lusófonas e Europeias (CLEPUL-FLUL).

**Abstract:****Epicurean Ethics – *Tetraphármakos*: Some Inquiries in Portuguese Philosophical Thought**

Can we achieve a good life, endure pain and eliminate the fear of death? What is the role of philosophy and the philosopher in the face of practical and speculative concerns? The philosophy of Epicurus (341-270 BC) aims at “the health of the soul” through the rigorous knowledge of the Universe. This article aims at analysing the ethical proposal of the philosopher – his *tetraphármakos* (quadruple remedy to liberate the man). Below, two objections to his thinking are presented: on the one hand, Agostinho da Silva, criticizing Epicurean philosophy as a merely defensive method of pain; on the other hand, the characterization of the Epicurean legacy as unrealizable as a praxis ambition, as proposed by Fernando Pessoa’s heteronym, Ricardo Reis.

**Keywords:** ethics, Epicurus, *Tetraphármakos*, Agostinho da Silva, Fernando Pessoa

**A Filosofia como Fármaco: um Aporte Metodológico**

Poderemos alcançar uma vida boa, suportar a dor e eliminar o medo da morte? Quais os temores humanos e qual a sua fonte? Qual o papel da filosofia e do filósofo ante inquietudes práticas e especulativas? Epicuro (341-270 a.C.), no Jardim (nome por que ficou conhecido o lugar do seu ensino, onde eram admitidas mulheres e escravos), propunha o rigoroso conhecimento do Universo como método propiciatório para alcançar “a saúde da alma” (2009: 111). O presente artigo visa analisar a proposta ética do filósofo, especificamente o seu *tetraphármakos* (quádruplo remédio para libertar o homem)<sup>2</sup>, apresentando em seguida duas objeções ao seu pensamento: por um lado, Agostinho da Silva, que disputa as limitações da filosofia epicurista enquanto

---

<sup>2</sup> «O célebre *tetraphármakos*, o quádruplo remédio, cujo enunciado sintético, lapidar no sentido próprio como no figurado, foi gravado, no século II da nossa era, num pórtico da sua cidade, pelo epicurista Diógenes de Enoanda: “Dos deuses nada devemos temer; da morte nada devemos temer; podemos atingir a felicidade; podemos suportar a dor”. A terapia ética é uma só, porque estes remédios são solidários uns com os outros.» Cf. João Moraes, *in* Epicuro, 2017: 70.

filosofia negativa, *i.e.*, como uma proposta meramente defensiva ante a vida, que visa suprimir as maiores dores e sofrimentos humanos; e, por outro lado, a caracterização do legado epicureu como irrealizável enquanto ambição práxica, restando apenas a possibilidade de um “epicurismo triste”, *i.e.*, uma busca por prazeres ilusórios, tal como propõe o heterônimo de Fernando Pessoa, Ricardo Reis.

Dois notas introdutórias, mas substantivas, destacam-se. Em primeiro lugar, denota-se que a filosofia epicurista não visa apenas os estritos limites da especulação teórica. Uma vez que, provida de reflexão acerca da Natureza e do critério de verdade para o conhecimento desta, visa promover o reto prazer vital para uma vida boa, atacando mitos e temores que obstaculizam uma vida feliz. O pensamento de Epicuro está de acordo, metodologicamente, com a pretensão que em seu entender a filosofia deve ter: a de eliminar a dor da mente humana. O filosofar seria vão se não curasse nenhum sofrimento humano e não auxiliasse, pela reflexão, a eliminação dos temores humanos (Epicuro, 1926: 132-133). Para Epicuro, a causa do medo reside em opiniões falsas sobre o real. Por sua vez, a filosofia, como terapêutica, visa desfazer as causas do medo que perturbam a mente humana e impedem a sua tranquilidade (ou *ataraxia*): “Não se deve fingir que se filosofa, mas filosofar realmente, pois não é de aparentar que estamos sãos que necessitamos, mas sim de estar sãos de verdade” (Epicuro, 2009: 136).

Numa segunda nota, sublinha-se a existência de uma unidade sistemática na filosofia de Epicuro. Entre as propostas filosóficas gregas antigas de pensar as condições necessárias para uma vida boa, a sua proposta de caminho para uma vida feliz (configurando o conjunto destas reflexões a sua Ética) integra-se em duas outras categorias filosóficas: na Física, que visa compreender a estrutura da Natureza, e na Canónica, enquanto ponderação acerca do critério de verdade para se conhecer sem erro. A leitura da sua filosofia convoca e exige a coerência entre estas distintas categorias. Conhecer o intento farmacológico da filosofia epicurista e a combinação de áreas diversas para o mesmo socorro do homem, entregue aos seus temores, é fundamental para se compreender os diferentes passos desta proposta filosófica.

## **O Prazer: o Hedonismo Epicureu e a sua ligação à Cosmologia Atomista**

O hedonismo epicureu traduz-se, primeiramente, na afirmação de que a felicidade coincide com o prazer. Todavia, o primado do prazer (como finalidade) não implica que todo o prazer seja conducente à felicidade:

Se as coisas que originam os prazeres dos dissolutos desvanecessem os temores do pensamento a respeito dos fenómenos celestes, da morte e do sofrimento, se, além disso, ensinassem o limite dos desejos, jamais teríamos motivos para os censurar, [já que viveriam] saciados de prazer e sem dor nem tormento algum, o que significa, precisamente, livres do mal. (Epicuro, 2009: 122).

O prazer é definido como ausência de dor e, considerando a exposição supracitada, nem todo o prazer (v.g.: “os prazeres dos dissolutos”) permite eliminar a dor. A dor pode ser causada: ou por falsas opiniões acerca da realidade (v.g.: a opinião de que a morte constitui um mal para aquele que morre ou a opinião de que os deuses interferem nos assuntos humanos) ou por um cálculo desaconselhado quanto à correta satisfação de certos desejos (v.g.: o desejo de imortalidade ou o desejo de refeições sumptuosas). Primeiramente, apresentam-se algumas distinções acerca dos desejos e do prazer.

Para se alcançar a tranquilidade da alma, nem todos os desejos devem ser satisfeitos. Deve conhecer-se a natureza dos desejos, pois não são todos equivalentes. Uns são vãos e outros naturais (sendo que entre estes últimos podem distinguir-se entre necessários e meramente naturais): “Não se deve forçar a natureza, mas persuadi-la. Ora, persuadi-la-emos satisfazendo os desejos necessários, os naturais que não sejam prejudiciais e repelindo duramente os nocivos” (Epicuro, 2009: 134). Deve, igualmente, conhecer-se a natureza do prazer. Este pode ser cinético (em movimento), quando se busca satisfazer um desejo ou eliminar uma dor, ou catasmático, surgindo após a eliminação da dor (consistindo este num prazer estável). A título de exemplo considere-se a fome (enquanto desejo), que perturba o corpo e a mente. Durante

a satisfação deste desejo, experienciamos um prazer cinético e, quando, finalmente, desfrutamos da sensação de saciedade, alcançamos um prazer catasmático. Sendo que saciar o desejo por alimento (movido pela fome) é um desejo necessário e procurar comidas sofisticadamente temperadas constitui um desejo vão e nocivo: “Consideramos a auto-suficiência um grande bem, não porque tenhamos sempre de fazer uso de pouco, mas para que, se não tivermos muito, o pouco nos baste” (Epicuro, 2009: 114). O hedonismo epicurista impõe limites, porque não é permitido que um prazer implique uma dor maior. O prazer não deve exceder a supressão da dor (assim, não se aconselham alimentos faustosos e abundantes, mas apenas os suficientes, pois aqueles não saciam a fome de modo mais eficaz do que o alimento menos sofisticado). “Nenhum prazer é em si mesmo mau. Contudo, as coisas que produzem alguns prazeres trazem consigo perturbações que são muito maiores do que os prazeres” [Epicuro, 2009: 122 (*Máximas Capitais*, VIII)], v.g., a ingestão desmedida de comida, bebidas alcoólicas, etc.

Um outro impedimento à conquista da felicidade ou do prazer, para além do possível erro no cálculo dos desejos e dos prazeres, são o temor da morte e da intervenção divina. A resposta de Epicuro remete para a física atomista, segundo a qual, tudo o que existe são átomos e vazio. A alma é corporal, pois ela pode afetar e ser afetada. Se não fosse corporal seria vazio, e, se tal fosse o caso, então a alma não afetaria nem seria afetada. A dispersão dos átomos que constituem a alma (que é o mesmo que a morte) implica a ausência de sensações. Se todo o bem e todo o mal estão nas sensações de prazer e dor, então, a morte, enquanto ausência de sensações, não pode ser boa nem má: “A morte nada é para nós; porque o que está dissolvido é insensível e o que é insensível nada é para nós” (Epicuro, 2009: 121). A morte não constitui um mal para quem morre, não devendo ser temida: “pois, enquanto nós existimos, a morte não está presente, e, quando [a morte] está presente, nós já não existimos” (Epicuro, 2009: 112). Os deuses não intervêm no mundo humano, porque tal não convém à sua natureza. O que convém à natureza divina é estar em permanente ataraxia, e por estarem sempre num estado de imperturbabilidade, os deuses não têm qualquer necessidade de intervir nos assuntos humanos.

A finalidade da filosofia consiste em conhecer a natureza do real para eliminar o sofrimento ou as perturbações da mente, revendo criticamente opiniões falsas sobre o real. Neste sentido, alcançar a felicidade ou vida boa (reflexão Ética) convoca, como afirmamos anteriormente, a Física (a concepção atomista do Universo) e a Canónica (as sensações como critério de verdade ou proteção contra o erro), atinente ao princípio segundo o qual: “Não é possível dissolver o temor diante das questões capitais se não se conhecer a natureza do Universo, conjecturando tudo através dos mitos. De modo que sem uma ciência da Natureza é impossível participar dos prazeres puros”. (Epicuro, 2009: 123).

### **Objecções ao Método e Práxis Epicuristas**

Apresentamos duas objeções emanadas do pensamento filosófico português, com Agostinho da Silva (1906-1994) e Fernando Pessoa (1888-1935): retomando a acusação que o primeiro faz à filosofia de Epicuro, como uma filosofia defensiva, e a proposta de “epicurismo triste” apresentada por um heterónimo de Fernando Pessoa, Ricardo Reis, como o único epicurismo hodiernamente viável. Sujeitamos estes autores a uma limitada circunscrição (em apenas duas notas<sup>3</sup>), atacando o método epicurista e a sua viabilidade prática.

A *primeira objeção* consiste na crítica à filosofia defensiva de Epicuro que Agostinho da Silva apresenta na citação mais longa, que se segue:

[...] ao passo que um Sócrates, por exemplo, trabalha pela construção de uma moral que é um conjunto de regras de ação no que respeita a nós e aos outros, que é um sistema de normas que nos permitirá modelar uma existência perfeita, os pensadores da época de que nos ocupamos agora procuram estabelecer um certo número de princípios que permitam aos homens suportarem a vida; nada há neles que exija de cada ser humano

---

<sup>3</sup> Para um mapeamento sumário de algumas críticas apresentadas a Epicuro e ao epicurismo entre pensadores portugueses ao longo da história cf.: Coutinho, Rafael, Rego, Rui, 2018: 559-569.

esforço de criação, energia de ataque, manã que rompa num céu novo; trata-se de tornar a existência suportável a cada um, de fornecer meios de defesa contra uma vida de que desaparecem todos os motivos nobres e sérios que pode haver para que se viva; não se trata de saber como poderemos ser mais viris, mais enérgicos, mais inteligentemente ativos; o ideal é descobrir o meio de se sofrer menos (1943: 5).

A modéstia de uma vida nos limites da tranquilidade material, sem a potência constante do risco; o pendor de encolhimento e inibição do homem face à luta e às experiências errantes; a procura da filosofia como terapia apaziguadora; são premissas contrárias às da filosofia de Agostinho, na qual, o homem tem de ser honesto com o que deseja e deve buscar levar a efeito as suas inclinações para a realização mais autêntica da sua liberdade, seja isso o que for, pois o “supremo destino do homem consiste em ser santo e deus, portanto livre” (1989: 76). Concordando com Pedro Calafate, em Agostinho da Silva, “este é porventura o traço mais relevante do seu pensamento e da sua obra: a exigência de santidade, mas num contexto teórico em que a santidade não significa necessariamente ser bom, mas sim ser autêntico” (Calafate, 2006: 167). Neste sentido, a definição mínima dos prazeres para o homem alcançar a tranquilidade não constitui um modelo de homem a ambicionar segundo os intentos de liberdade de Agostinho, sendo a liberdade a concordância, no homem, entre o seu pensamento e a sua ação (2001: 174). A ataraxia, “saúde da alma”, ou tranquilidade defensiva de Epicuro, contrasta com a alacridade otimista, arrojada e criativa defendida por Agostinho. O advento doutrinário epicureu que se propõe conduzir hedonisticamente a ação como “meio de se sofrer menos” consistiria numa filosofia incompleta ou menor por não servir os homens e as suas aspirações mais elevadas, o intento de serem “mais viris, mais enérgicos, mais inteligentemente ativos”.

A *segunda objeção* contesta a eficácia terapêutica da filosofia epicurista ao tempo do heterônimo de Fernando Pessoa, Ricardo Reis, restando a possibilidade de um “epicurismo triste”, onde os potenciais prazeres alcançáveis são ilusórios:

Resume-se num epicurismo triste toda a filosofia da obra de Ricardo Reis. [...] Cada qual de nós [...] Não deve procurar os prazeres violentos, e não deve fugir às sensações dolorosas que não sejam extremas.

Buscando o mínimo de dor ou [...], o homem deve procurar sobretudo a calma, a tranquilidade, abstando-se do esforço e da atividade útil.

Devemos buscar dar-nos a ilusão da calma, da liberdade e da felicidade, coisas inatingíveis [...]. A obra de Ricardo Reis, profundamente triste, é um esforço lúcido e disciplinado para obter uma calma qualquer. (Pessoa, 1966: 386-387)

Para Ricardo Reis (na perspectiva deste texto atribuído ao seu irmão, Frederico Reis), temos o dever, hedonisticamente epicurista, de evitar “prazeres violentos” e buscar “o mínimo de dor”, acrescido do dever de “dar-nos a ilusão da calma, da liberdade e da felicidade”. Por que razão restaria apenas como intento a ilusão dos prazeres e não os prazeres eles mesmos, como defendia Epicuro? A consciência humana da irreversibilidade do tempo, mais do que a consciência da sua brevidade, impediria a compleição com prazeres efetivos (ou não ilusórios):

Não torna ao ramo a folha que o deixou [...]

O momento, que acaba ao começar

este, morreu p’ra sempre (Pessoa, 1994: 154).

Assim, se, segundo Epicuro, o pensamento sobre a morte não deve ocupar o homem porque quando ele é, ela não é, e quando a morte é o homem já não é, para Ricardo Reis a certeza consciente da irreversibilidade do tempo, cujos momentos findam/morrem a cada instante (“O momento [...] morreu p’ra sempre.”), retira a possibilidade de um prazer autêntico. A consciência da irreversibilidade do momento seria uma morte ainda em vida, uma morte que é enquanto ainda somos. Contudo, se assim é, e todos os prazeres são ilusões de prazeres, o que permite considerar, ainda assim, Ricardo Reis como um epicurista, se é que o é de algum modo substantivo? Se acompanharmos Nuno Amado: “quando Reis sugere que é de acordo connosco e não de acordo com Epicuro que devemos ser epicuristas, está a sublinhar,

uma vez mais, a inutilidade que há em modernamente buscar a calma, a liberdade e a felicidade antiga”, dada esta “inutilidade” de buscar a “felicidade antiga” afirma, seguidamente, que “os prazeres que devemos cultivar são os prazeres inúteis” (2016: 268).

As “ilusões de prazeres” não são o mesmo que “prazeres inúteis”, pois nem os prazeres inúteis têm de ser ilusórios (v.g.: o prazer retirado de um “jogo” ou da fruição do calor solar sem qualquer outra finalidade que a fruição no próprio ato não tem de ser ilusório), nem os prazeres ilusórios têm de ser inúteis (v.g.: procurar a felicidade ilusória, “buscando o mínimo de dor”, pode não ser inútil, permitindo obter uma “calma qualquer”). Apesar desta distinção, que não nos parece de somenos relevância, retomemos o raciocínio anterior: «repudiada a seriedade e a gravidade da vida, como Epicuro decerto aconselharia, aquilo a que “o natural impulso dos instintos” deve ceder é ao “inútil gozo” em que consiste “jogar um bom jogo”», *i.e.*, sendo modernamente impossível buscar a “felicidade antiga”, “só nos devemos concentrar nos prazeres inúteis, como aqueles que há num jogo, porque só a perda desses prazeres não acarreta sofrimento” (Amado, 2016: 268). Recuperando a citação acima, o homem deve ir “abstendo-se do esforço e da atividade útil” e assim evitar o sofrimento da perda, concentrando-se nos prazeres inúteis, “como aqueles que há num jogo”, neste particular, seria um “esforço lúcido e disciplinado para obter uma calma qualquer”, como ambicionava o poeta filósofo, associando os prazeres ilusórios a um princípio da inutilidade da ação. Assim, apesar da ligação não ser imediata nem evidente, fica como máxima para a ação o dever de colher/aproveitar o momento<sup>4</sup> dispensando qualquer efeito útil da ação, pois a perda desse resultado útil traria sofrimento.

---

<sup>4</sup> Apesar da possibilidade de buscar a ilusão de calma, liberdade e felicidade ser vaga (Amado, 2016: 465), o *carpe diem* (Horácio, Odes I, 11), “colhe / o dia, porque és ele” (Pessoa, 2013: 134; cf.: Amado, 2016: 159), oferece-se como uma máxima para a ação.

## Conclusão

Pretendemos com este artigo apresentar a filosofia epicurista como um impulso farmacológico perante os sofrimentos e temores que o homem pode enfrentar. *I.e.*, a reflexão filosófica, que para além de esclarecer sobre o prazer, elimina, pela correção que introduz, temores presentes na mente humana, como sejam o medo da morte e da intervenção divina. O hedonismo epicureu traduz-se na afirmação de que a felicidade consiste no prazer (ausência de dor), todavia, esta afirmação tem limites, *i.e.*, a prioridade do prazer (como princípio orientador na reflexão sobre a vida boa) não implica precedência em todas as circunstâncias do princípio do prazer ou ausência de dor. Nem todos os prazeres devem ser procurados, nem todas as dores devem ser evitadas. Procuramos, a título de objecção, resgatar duas frustrações apontadas à filosofia de Epicuro a partir de Agostinho da Silva e de Fernando Pessoa. Não são críticas no sentido forte de uma falha racional, mas traduzem quer a convicção de que a filosofia epicurista não cumpre em todos os casos o papel curativo que prometia, quer por lhe faltar ambição positiva, para além da mera fuga à dor.

## Referências bibliográficas

- AMADO, N. (2016), *Ricardo Reis (1887-1936)*, Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, Lisboa.
- CALAFATE, P. (2006), *Portugal como Problema*, Fundação Luso-Americana/Público, Lisboa.
- COUTINHO, R., REGO, R. (2018), “Anti-epicurismo” em: Franco, J. E., Cardoso, A. (orgs.) *Dicionário dos Antis: A Cultura Portuguesa em Negativo*, Imprensa Nacional-Casa da Moeda, Lisboa.
- EPICURO (2009), *Cartas, Máximas e Sentenças*, Edições Sílabo, Lisboa.
- EPICURO (1926), “Fragmenta” em: Bailey, C., *Epicurus: The Extant Remains*, Oxford University Press, Oxford, pp. 106-139.
- EPICURO (2017), *Sentenças Vaticanas/Máximas Principais*, Levoir, Lisboa.

- 
- PESSOA, F. (2013), *Odes Escolhidas de Ricardo Reis*, Assírio & Alvim, Lisboa.
- PESSOA, F. (1966), *Páginas Íntimas e de Auto-Interpretação*, Ática, Lisboa.
- PESSOA, F. (1994), *Poemas de Ricardo Reis*, Imprensa Nacional – Casa da Moeda, Lisboa [Poema 112].
- SILVA, A. da (1943), *O Pensamento de Epicuro*, Minerva, Vila Nova de Famalicão.
- SILVA, A. da (2001), *Textos e Ensaios Filosóficos I*, Circulo de Leitores, Lisboa.
- SILVA, A. da (1989), *Educação de Portugal*, Ulmeiro, Lisboa.