

Giuseppe D'Acunto
Il Giardino dei piaceri
Epicuro e la felicità

Abstract: Il contributo in questione consiste in una lettura della *Lettera a Meneceo* di Epicuro, incentrata sul motivo per cui il raggiungimento della felicità richiede ripetuto esercizio, nonché educazione all'ascolto di una voce cui noi prestiamo scarsamente attenzione: la voce incorrotta e incontaminata della natura, la quale, ben prima che facciamo ricorso alla ragione, ci indica inconfutabilmente ciò che è buono e qual è il fine ultimo che dobbiamo perseguire.

Come si sa, sulla figura di Epicuro pesa, da lungo tempo, un giudizio radicalmente negativo: fondamentalmente, gli si rimprovera di aver presentato il piacere – sensualisticamente inteso – come il sommo bene e il fine ultimo della vita umana, ossia come ciò nel cui conseguimento noi attingiamo lo stato di felicità più pieno. Questo giudizio, che sarà accreditato, nella civiltà latina, anche da Orazio e da Cicerone, circolava già presso i contemporanei del filosofo, tant'è che, proprio nella *Lettera a Meneceo*, egli, sentendosi in dovere di rettificarlo, risponde così ai suoi denigratori:

Quando noi dunque diciamo che il fine è il piacere, non intendiamo i piaceri dei dissoluti e dei gaudenti – come credono certuni, ignoranti o dissidenti o che mal ci comprendono – ma il non soffrire quanto al corpo e il non essere turbati quanto all'anima¹.

Per Epicuro, il piacere è sì, dunque, principio (*arche*) e fine (*telos*) della vita felice, in quanto è il bene fondamentale e naturalmente congenito per l'essere vivente², ma esso non degenera mai in puro e semplice edonismo, in quanto consiste nella conquista di quella condizione “beata” caratterizzata dall'assenza di dolore nel corpo (*aponia*) e di turbamenti nell'anima (*ataraxia*). E dico conquista non a caso, proprio perché il raggiungimento di un tale stato richiede ripetuto esercizio, nonché educazione all'ascolto di una voce cui noi prestiamo scarsamente attenzione: la voce incorrotta e incontaminata della natura, la quale, ben prima che facciamo ricorso alla ragione, ci indica inconfutabilmente ciò che è buono e qual è il fine ultimo che dobbiamo perseguire³.

¹ Epicuro, *Lettera a Meneceo*, in Id., *Opere, Frammenti, Testimonianze sulla sua vita*, a cura di G. Giannantoni, Laterza, Roma-Bari 2003, pp. 31-35: p. 34.

² A. Pellegrino, nell'Introduzione all'ed. it., da lui curata, della *Lettera sulla felicità*, Einaudi, Torino 2012, pp. V-XV, scrive che Epicuro indica il piacere come principio e fine della vita felice, perché, per l'uomo, come «in principio è il piacere», così egli «tende istintivamente a mantenere il suo stato naturale di benessere» (p. VII). Sul piacere, in Epicuro, come una cosa che «non è [...] diversa dalla vita», anzi, «è la nostra stessa vita», cfr. anche J. Fallot, *Il piacere e la morte nella filosofia di Epicuro*, tr. it. di A. Marietti Solmi, Einaudi, Torino 1977, p. 7.

³ Sull'*ataraxia*, in Epicuro, come «uno stato d'animo da coltivare, per raggiungere il quale sono necessarie una disciplina e un'educazione sistematiche», cfr. R. P. Harrison, *Giardini. Riflessioni sulla condizione umana*, tr. it. di M. Matullo e V. Nicoli, Fazi, Roma 2009, p. 90 (cap. 7: «Il Giardino di Epicuro», pp. 87-99). Non a caso, Pierre Hadot, colui che ha individuato negli “esercizi spirituali” la cifra inconfondibile della filosofia antica (cfr. *Esercizi spirituali e filosofia antica*, a cura di A. I. Davidson, tr. it. di A. M. Marietti, Einaudi, Torino 2005²), ha indicato, proprio nella *Lettera a*

Si tratta, in sostanza, di riguadagnare quella frugalità e sobrietà che è il tratto tipico dell'età dell'infanzia, quando il bambino non conosce ancora bisogni indotti, ma asseconda solo desideri naturali, quando egli a tal punto è assorbito festosamente dal piacere che al dolore non concede nessun varco per entrare nella sua anima. E proprio questo motivo per cui il bambino funge da modello di felicità per il saggio epicureo è molto originale, dal punto di vista storico, in quanto rovescia completamente il giudizio tanto di Platone, che vede il bambino in balia di desideri esclusivamente smodati, quanto di Aristotele, secondo il quale può essere detto felice solo chi dispone dell'uso completo della ragione⁴.

Al riguardo, ricordiamo che la *Lettera* inizia proprio dichiarando che la conoscenza della felicità (*philosophēin*) non richiede un'età precisa, nel senso che può coltivarla non solo l'uomo maturo, ma anche il giovane, il quale ne trae così la forza e il nutrimento per prepararsi a non temere il futuro. Come a dire che l'abito della virtù comincia a formarsi già nell'infanzia, così che nelle età successive della vita noi provvediamo solo a consolidarlo. E consolidandolo ne facciamo sempre più un nostro possesso saldo e inalienabile, un luogo in cui la nostra anima può sentirsi finalmente al sicuro, in quanto sottratta al contatto con ogni movimento, proveniente dall'esterno, che la renda vacillante e la perturbi.

Abbiamo così acquisito che il vero piacere di cui parla Epicuro ha un profilo di tipo non cinetico o «“dinamico”», come godimento dei sensi da inseguire per tutta la vita, ma [...] “statico”» o, come lui stesso usava dire, “catastematico” (letteralmente: in riposo), coincidente con «la pace dell'animo, l'eliminazione del dolore, il raggiungimento di un equilibrio interiore»⁵.

Ora, chi ha messo bene in evidenza la grande importanza che rivestono i temi nel cui segno inizia la *Lettera a Meneceo* è stato Michel Foucault, il quale sottolinea come qui il suo autore argomenti chiaramente tre tesi: 1) filosofare significa prendersi cura della propria anima, 2) prendersi cura della propria anima significa essere felici, nonché 3) praticare un esercizio che non deve mai conoscere interruzioni nella nostra vita. Circa il fatto che, per il giovane, prendersi cura della propria anima significhi, in particolare, «prepararsi a non temere il futuro», egli poi precisa che tutto ciò è pensato come il dotarsi di una vera e propria armatura con cui far fronte a ogni incognita sgradita che possa riservarci l'avvenire⁶.

Meneceo di Epicuro, il testo che illustra in modo più semplice e chiaro l'idea, prima greca e poi romana, della filosofia come modo di vivere (cfr. *La filosofia come modo di vivere. Conversazioni con J. Carlier e A. I. Davidson*, tr. it. di A. C. Peduzzi e L. Cremonesi, Einaudi, Torino 2008, p. 187).

⁴ Cfr. F. De Luise – G. Farinetti, *Storia della felicità. Gli antichi e i moderni*, Einaudi, Torino 2001, pp. 110-111.

⁵ R. Radice, *Epicuro*, RCS MediaGroup, Milano 2014, p. 19. A proposito della distinzione qui in gioco, scrive A. Lambertino, *Valore e piacere. Itinerari teoretici*, Vita e Pensiero, Milano 2001: «Mentre il piacere “cinetico” è l'atto momentaneo della soddisfazione del bisogno, il piacere “catastematico” è lo stato di appagamento, in cui soltanto si ha completa rimozione del dolore. Il massimo piacere insorge non già nell'eccitazione, ma nello *status* di diseccitazione; è posto lì dove il desiderio, non già è più intenso, ma si è completamente placato» (p. 49).

⁶ Cfr. M. Foucault, *L'ermeneutica del soggetto. Corso al Collège de France (1981-1982)*, a cura di F. Gros, tr. it. di M. Bertani, Feltrinelli, Milano 2003, pp. 78, 85 e 212. Per la tesi secondo cui la

Epicuro paragona la conquista dell'imperturbabilità dell'anima a quello stato di assenza di vento in mare detto bonaccia. Quest'ultima, però, non sta per una semplice metafora di calma piatta, ma anzi – proprio come nel *Fedone* di Platone – per quel momento in cui l'imbarcazione, non potendo più contare nel favore di una spinta esterna che la muova, deve far affidamento solo nelle forze dei suoi marinai.

E arriviamo così al motivo per cui la piena libertà del saggio consiste nell'essere interamente padroni di se stessi (*autarkeia*), nel discernere e nel ponderare, di volta in volta, che cosa a noi è più utile in vista del mantenimento della massima stabilità esistenziale. Momento, questo, che coincide con l'assunzione più radicale della nostra finitezza, in quanto, scoprendo con la ragione che i veri bisogni sono pochi e limitati, prendiamo anche coscienza del fatto che non ci serve a niente disporre di un tempo illimitato per goderne.

Dominare il tempo è, [...] per Epicuro, essenziale per la felicità, che solo nella stabilità diventa perfetta⁷.

Qui, si fa particolarmente chiaro come la stabilità che deriva dall'aver acquisito un dominio sul tempo significhi disporre della capacità di dislocare la nostra mente. Stornandola dall'area colpita attualmente dal dolore e dirigendola, all'occorrenza, verso il passato o il futuro, noi così non le facciamo perdere la sua innata sensibilità alla gioia, ma provvediamo affinché essa si sviluppi nel ricordo oppure nell'aspettativa⁸.

Parlavamo del modello di felicità che, per il saggio epicureo, è rappresentato dal bambino. Ebbene, non è l'unico, perché ce n'è un altro cui egli deve rifarsi: la vita eterna e infinita che gli dei conducono lassù. Quest'ultima, fungendo da polo di orientamento finale per l'azione virtuosa, ci porge esempi compiuti e sommamente perfetti di essa: esempi che noi dobbiamo sforzarci il più possibile di attualizzare⁹. Se, infatti, la felicità è ciò che ci «rende migliori», prendere a modello la vita degli dei, ossia il massimo grado in cui la prima si esplica, non significa altro che conformarsi, per quanto più si è capaci, all'«ordine naturale dei doveri»¹⁰.

Fra l'altro, proprio la presa di coscienza dei limiti strutturali che ci affliggono, dovuta al fatto che il modo di vita degli dei ci appare come una soglia, da noi, infinitamente distante, produce il primo effetto benefico nella terapia di cura della nostra anima: sgombrando il campo da ogni rappresentazione antropomorfa di essi,

Lettera a Meneceo di Epicuro sarebbe imperniata su un'idea della filosofia intesa come un «esercizio permanente della cura di sé», cfr. anche M. Foucault, *La cura di sé*, tr. it. di L. Guarino, Feltrinelli, Milano 1991, p. 49.

⁷ F. De Luise – G. Farinetti, *Storia della felicità*, cit., p. 116.

⁸ Cfr. *ivi*, p. 118.

⁹ Al riguardo, C. Horn, *L'arte di vivere nell'antichità. Felicità e morale da Socrate ai neoplatonici*, ed. it. a cura di E. Spinelli, Carocci, Roma 2004, scrive quanto segue: «La funzione degli dei epicurei consiste, in particolar modo, nell'essere modelli esemplari di quella condizione che il discepolo epicureo spera, a poco a poco, di raggiungere: l'atarassia» (p. 93).

¹⁰ J. Fallot, *Il piacere e la morte nella filosofia di Epicuro*, cit., p. 9.

ci liberiamo anche dalla paura che possano interferire minacciosamente nelle faccende umane, infliggendoci un carico doloroso di pene e di punizioni.

Fra le virtù il cui esercizio assolve il compito di promuovere la felicità ce n'è una che, per Epicuro, più di tutte lo fa: l'amicizia (*philia*).

L'amicizia tutta intorno trascorre la terra, lanciando a noi tutti l'appello di destarci all'encomio della felicità¹¹.

Essa è stata il principio nel cui segno era organizzata la sua scuola filosofica, la quale, rifiutandosi di avere un carattere aristocratico, voleva presentarsi, piuttosto, come una comunità di amici, aperta a tutti, al di là del ceto e del livello di istruzione, perfino alle donne e agli schiavi¹². Se, infatti, la «prudenza (*phronesis*)» è «origine di tutte le altre virtù»¹³, ebbene, una condizione necessaria affinché la prima si espliciti in tutta la sua ampiezza è data proprio dalla benevolenza e dall'affetto degli altri.

Di tutti i beni che la saggezza (*sophia*) ci porge per la felicità di tutta la vita, sommo sopra ogni altro è l'acquisto dell'amicizia¹⁴.

Non solo, ma, rispetto alla stessa *sophia*, l'amicizia è, addirittura, superiore:

bene mortale l'una, l'altra immortale¹⁵.

Sul tema dell'amicizia, in Epicuro, delle riflessioni molto puntuali le ha svolte, ancora una volta, Foucault, il quale la riconduce al motivo più generale della cura di sé. Muovendo dal fatto che «l'amicizia è desiderabile solo in quanto essa fa parte della felicità», si solleva così il problema di che cosa debba intendersi propriamente per quest'ultima. Ebbene, visto che la felicità non è altro che «la certezza di essere [...] indipendenti rispetto ai mali», tale indipendenza ci viene assicurata da un certo numero di cose, tra le quali la fiducia che dai nostri amici noi possiamo ricevere, all'occorrenza, aiuto¹⁶.

¹¹ Epicuro, *Sentenze Vaticane* [LII], in Id., *Opere, Frammenti, Testimonianze sulla sua vita*, cit., p. 87.

¹² «I discepoli di Epicuro nell'antichità non hanno mai avuto altri nomi che “i suoi amici”»; «la morale di Epicuro è una teoria e un elogio dell'amicizia»: una vera e propria «filosofia degli amici». Cfr. J. Fallot, *Il piacere e la morte nella filosofia di Epicuro*, cit., pp. 37-38. Diogene Laerzio, *Vite dei filosofi* (L. X), a cura di M. Gigante, Laterza, Roma-Bari 1975, scrive che Epicuro ebbe in vita un numero di amici tale che «non potrebbero essere rintracciati e contati in intere città» (p. 403). Infine, circa il fatto che il Giardino di Epicuro è «la prima scuola [dell'antichità] a godere di quella che oggi definiremmo “libertà accademica”», cfr. R. P. Harrison, *Giardini*, cit., p. 88.

¹³ Epicuro, *Lettera a Meneceo*, cit., p. 34. E lo è proprio in quanto essa permette «un giusto discernimento dei piaceri e dei dolori», come scrive anche F. Lenoir, *La felicità. Un viaggio filosofico*, tr. it. di A. M. Lorusso, Bompiani, Milano 2014, p. 48.

¹⁴ Epicuro, *Massime capitali* [XXVII], in Id., *Opere, Frammenti, Testimonianze sulla sua vita*, cit., p. 39.

¹⁵ Epicuro, *Sentenze Vaticane* [LXXVIII], in *ivi*, p. 89.

¹⁶ Una delle *Sentenze Vaticane* [XXXIV] recita, infatti, così: «Non tanto ci occorre aiuto dagli amici, quanto confidare del loro aiuto» (*ivi*, p. 85).

La saggezza si circonda di amici, e questo proprio perché essendo l'obiettivo fondamentale della saggezza quello di mettere stabilmente l'anima [...] in uno stato che dipende dall'atarassia, vale a dire dall'assenza di turbamenti, potremo trovare negli amici, e nel fatto di poter confidare nella loro amicizia, una delle garanzie della stessa atarassia e della stessa assenza di turbamento. [...] [In tal modo,] nella concezione epicurea dell'amicizia viene rispettato e mantenuto, fino in fondo, il principio secondo il quale nell'amicizia non si cerca altro che se stessi, o comunque la propria felicità. L'amicizia [...] continua a fare integralmente parte dell'ordine della cura di sé, perché è proprio in funzione della cura di sé che bisogna avere degli amici¹⁷.

Felicità come prendersi cura di sé, della propria anima e ciò ininterrottamente, nonché in una maniera tale che deve rifrangersi in ogni nostro modo d'essere e comportamento: è questa, dunque, la prima e ultima parola dell'insegnamento di Epicuro.

¹⁷ M. Foucault, *L'ermeneutica del soggetto*, cit., pp. 172-173.