

## O PROBLEMA DA ALEGRIA ENTRE EPICURO E NIETZSCHE

Iara Maria Silva Pereira<sup>1</sup>

**RESUMO:** Este artigo tem intuito de estudar as aproximações e distanciamentos entre Epicuro e Friedrich Nietzsche com relação aos temas ‘alegria’ e ‘felicidade’, fazendo necessário apresentar e discutir o problema da felicidade com relação a Epicuro e, em Friedrich Nietzsche com relação a alegria. Para tanto, buscamos apresentar o ponto de partida de Epicuro, para entender sua proposta de caminho para a felicidade, e de Friedrich Nietzsche com seu foco na alegria, apresentando suas diferenças e analisando, ao final, suas aproximações sobre o tema desenvolvido.

**PALAVRAS-CHAVES:** Alegria. Felicidade. Amor fati. Ética.

**ABSTRACT:** This article aims to study the approximations and distances between Friedrich Nietzsche and Epicurus in relation to the theme ‘joy’ and ‘happiness’, where it is necessary to present and discuss the problem of happiness in relation to Epicurus, and in Friedrich Nietzsche in relation to joy. To this end, we seek to present the starting point of Epicurus, to understand his proposal of the path to happiness, and of Friedrich Nietzsche with his focus on joy, presenting their differences and analyzing, at the end, their approaches on the developed theme.

**KEYWORDS:** Will to Power. Stoicism. Joy. Happiness.

### 1. INTRODUÇÃO

Neste artigo, pretendo submeter os conceitos de “felicidade” e “alegria”, a um esforço de reflexão que visa aproximá-los, tomando como ponto de partida uma interseção contida no filósofo grego Epicuro de Samos e no filósofo alemão Friedrich Nietzsche. Usarei conceitos nietzschianos e a concepção epicurista para interpretar a alegria e a felicidade como um caminho para si mesmo, abrindo, assim, um espaço para uma perspectiva existencial, voltada para uma análise e um novo entendimento do viver. Nesta interseção, penso ser possível apresentar os conceitos em divergência para, em seguida, propor um diálogo entre eles, levando a uma reflexão pertinente, tomando como o condutor os textos particularmente relevantes de Epicuro e Nietzsche.

Existe em Friedrich Nietzsche (1844 – 1900) um ímpeto inicial de suportar as fortes paixões do seu temperamento: a necessidade de transformá-lo, dominá-lo em consciência crítica e conhecimento. Daí a assimilação contínua, quase incorporação, de leituras, em uma notável reflexão crítica e intelectual, uma consecutiva experimentação de escritos e de estilos que pertencem inteiramente à sua voluntária construção de si. Não se deve esquecer que Nietzsche foi filólogo: como tal, ocupou-se por um longo tempo, de fontes, de leituras, das camadas de textos, das forças que os atravessam para decifrá-los e trazê-los à luz.

Por outro lado, no que se refere a Epicuro de Samos (341 a.C. – 271 a.C) é preciso esclarecer que ele parte de uma comparação da existência humana com a vida dos deuses, mostrando a bem-aventurança desses. Considerando que sua filosofia é um caminho para uma

---

<sup>1</sup> Graduanda do oitavo período do Curso Interdisciplinar em Ciências Humanas/Sociologia pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA) Campus São Bernardo. Ex-bolsista do Programa de Iniciação à Docência (PIBID). Aluna ouvinte do Programa de Pós-Graduação em Filosofia da UECE. E-mail: iarasilvapereira@gmail.com.

vida feliz, destaca-se seu caráter prático, como uma forma de chegar à vida bem-aventurada, que, em sua compreensão, é o ponto mais alto da existência humana.

Mediante a filosofia, o homem liberta-se de todo o desejo inquieto e molesto; liberta-se também das opiniões irracionais e vãs e das perturbações que delas procedem. A investigação científica destinada às causas do mundo natural não tem um fim diferente. Epicuro vê na filosofia uma forma de alcançar a felicidade, que é entendida como liberdade das paixões excessivas. Através da filosofia o homem é libertado de toda inquietação e dos desejos que perturbam a alma. Ele também se torna livre de opiniões irracionais e sem sentido e das perturbações resultantes.

O valor da filosofia está, pois, inteiramente em dar ao homem um “quádruplo remédio”:

1. Libertar os homens do temor dos deuses, demonstrando que pela sua natureza feliz, não se ocupam das obras humanas;
2. Libertar os homens do temor da morte, demonstrando que ela não é nada para o homem: quando nós existimos, não existe a morte; quando a morte existe, não existimos nós;
3. Demonstrar a acessibilidade do limite do prazer;
4. Demonstrar a distância do limite do mal, isto é, a brevidade e a provisoriedade da dor.

### 3. EPICURO E A FELICIDADE

Entre os séculos III a II a.C, a Grécia estava sob dominação do império macedônico, havia uma sensação de desamparo, insatisfação generalizada com a política. Diante desse cenário caótico, o estoicismo<sup>2</sup> se dedicou ao fortalecimento do indivíduo no agir de forma virtuosa e no aprimoramento da sua forma de interpretar a realidade a sua volta com o uso da razão. Nesse período, Epicuro sugere o fortalecimento coletivo, a união das pessoas em pequenas comunidades, onde os valores supremos seriam a amizade, a colaboração, a liberdade e o exército da filosofia.

“Você é feliz?”, essa pergunta pode nos confundir, principalmente quando se trata de costumes e tradições. Na sociedade moderna, o significado da cultura é o significado da moralidade, algo que está no domínio da ação. Os antigos gregos não faziam isso. Suas virtudes foram cultivadas recriando o espírito, os costumes e as tradições da comunidade para tornar a comunidade feliz, ou para viver a *eudaimonia*, que é a felicidade, acima de tudo, de ser bom – expandir e enriquecer a vida em todos os níveis. O conceito de *eudaimonia* baseia-se na concretização do *ethos*<sup>3</sup>, o bom comportamento que permite a uma pessoa acompanhar o seu povo. A ética grega antiga não era sobre trabalho, não era sobre “fazer isto” ou “fazer aquilo”, mas uma preocupação para que a sociedade caminhasse em direção à felicidade. As antigas escolas de filosofia gregas diferiam pouco sobre se “o homem busca a felicidade”, mas sim sobre “o que é a felicidade”.

Epicuro é filósofo que define bondade e felicidade, virtude e ordem. Define, também, a meditação como remédio e remédio para a alma. A filosofia traz felicidade e bem-estar, por isso é preciso pedir aos indivíduos quatro remédios para a alma: o *tetraphármakon*: são quatro

---

<sup>2</sup> O estoicismo é uma filosofia antiga que se originou na Grécia no século III a.C; e que se desenvolveu durante o Império Romano. Esta filosofia foi fundada por Zenão de Cítio, e seus principais comentadores foram Epiteto, Sêneca e Marco Aurélio. O estoicismo busca ensinar o indivíduo a viver em harmonia com o mundo, aceitando os problemas da vida com calma e serenidade. Ao praticar o estoicismo, é possível encontrar paz interior e viver uma vida boa e contente. O estoicismo continua relevante hoje, oferecendo um conjunto de princípios e práticas, ajudando a enfrentar desafios e a encontrar a verdadeira felicidade.

<sup>3</sup> O *ethos* está ligado ao caráter moral e às disposições éticas de uma pessoa ou sociedade. Está relacionado à forma como as pessoas conduzem suas vidas, baseadas em costumes e normas.

remédios para a alma. Neste contexto, Epicuro afirma o conceito de vida feliz, fazendo da sua vida a realização última da filosofia, e, portanto, sua filosofia baseia-se em suas experiências.

A felicidade é o propósito da vida, é um direito, é uma conquista de todos. O autor expõe que o maior de todos os bens é a felicidade, a qual consistia no que conceituou de *ataraxia*<sup>4</sup>. A escola de Epicuro era uma espécie de comunidade onde seus alunos e seguidores podiam conviver. Dedicavam boa parte do seu dia para o diálogo, para pensar, para a filosofia. O espaço escolhido para essa confraternização e para seus ensinamentos, era o jardim da sua casa, e assim o local passou a ser conhecidos como o jardim de Epicuro. Segundo Vaz (1999, p. 142), “o Jardim é a alternativa epicuriana à polis, ao Estado e à vida política em geral”. Desse modo, o jardim era aberto a qualquer cidadão, desde que esse se comprometesse a seguir os ensinamentos do mestre e vivendo a sua filosofia.

*Carta a Meneceu* (1997) tornou-se um dos textos centrais da escola epicurista, não só porque se refere à compreensão da felicidade numa certa abundância de palavras, como apresentamos, mas também porque define o caminho que deve ser percorrido para alcançar essa “saúde da alma” (Υγεία της ψυχής) conduzindo a uma “vida bem-aventurada”, (Ευλογημένη ζωή) que seria o objetivo final da vida e a perfeição da felicidade, fazendo, assim da filosofia não apenas um conhecimento teórico, mas um conhecimento que direciona o comportamento para o bem-estar, levando a uma vida “abençoada”, como veremos no decorrer deste artigo.

A felicidade age como um sentimento invasivo que permite saber que somos corpo, somos sensações. Estar vivo é sentir, ver, cheirar, escutar, tocar. Se estou vivo, posso sentir. O oposto disso é a morte. A morte para os epicuristas não é nada, é um não sentir. O fim das sensações. Não há uma crença em vida após a morte, em outra realidade, outros planos e reencarnação. Morrer, para os epicuristas, é simplesmente o fim da vida. Da única vida que temos. O fim de todas as sensações. E viver é sentir. E sentir pode ser sensações positivas ou negativa, consistindo numa vida feliz, sendo, assim, uma vida onde cultivamos uma sensação de prazer e nos afastamos das sensações de dor, de medo, e das perturbações. Ou seja, *aponia*<sup>5</sup> e *ataraxia*. Epicuro escreve em *Carta a Meneceu* (1997):

Acostume-se a acreditar que a morte não é nada para nós, pois o bem e o mal implicam consciência, e a morte é privação de toda a consciência; portanto, uma compreensão correta de que a morte não é nada para nós torna a mortalidade da vida agradável, não acrescentando à vida um ilimitado, mas tirando o desejo de imortalidade. Porque a vida não assusta; aqueles que apreendem profundamente que não há nenhum terror em deixar de viver. Tolo, portanto, é a pessoa que diz que teme a morte, não porque ela vai doer quando vier, mas porque dói na expectativa (EPICURO, 1997. p. 27).

A felicidade, portanto, é viver uma vida boa, e como uma vida em que nos afastamos da dor, das perturbações e buscamos o prazer. O prazer no sentido daquilo que nos traz sensações, emoções positivas e contentamento sustentáveis. O conceito epicurista de buscar o prazer e evitar a dor, é, na verdade, um pensamento mais sofisticado. O prazer deve ser uma escolha

---

<sup>4</sup> Espécie de estado de tranquilidade em que haveria a libertação do medo e a ausência de sofrimento corporal.

<sup>5</sup> *Aponia* é um conceito filosófico que significa a ausência de dor, e foi considerado pelos epicuristas como o ápice do prazer corporal. Os epicuristas acreditavam que o objetivo da vida humana era a felicidade. Esta era para ser encontrada na tranquilidade de espírito, que resulta da “*aponia*”, a supressão da dor física, e da *ataraxia*, a eliminação de distúrbios mentais. O prazer era ausência de dor (física e mental) e, portanto, o prazer pode apenas aumentar até o ponto em que a dor está ausente. Além disso, o prazer não pode aumentar ainda mais, e de fato não se pode racionalmente buscar prazer corporal além do estado de *aponia*. Para Epicuro, a *aponia* era um dos prazeres estáticos, isto é, um prazer que se tem quando não há dor ou esta foi removida. Para alcançar um estado tal, tem de se experimentar os prazeres cinéticos, isto é, o prazer que se tem quando a dor está sendo removida.

cuidadosa, racional e sábia, principalmente, a prudência. Devemos refletir se aquele prazer se sustenta ou se seu fim será uma dor, um sofrimento.

Nesse sentido, a *Carta a Meneceu* propõe uma visão prática da experiência real, para tirar felicidade da vida de quem segue as ideias desta escola. Porque a saúde do corpo e a paz da alma, que o conhecimento filosófico permite ao sábio, conduzem-no a uma “vida bem aventurada”.

Isto confirma a importância da clareza das palavras e dos significados dados no texto, o que por vezes não é encontrado nas traduções, especialmente na tradução portuguesa. Conhecer o prazer e valorizar a vida para alcançar uma vida boa, para Epicuro, é motivo de preocupação, pois nem sempre escolhemos um prazer, mesmo que “o nosso primeiro bem deva ser o melhor”. Segundo a diferença entre prazer e dor que nos leva à felicidade, o prazer é o critério de todas as escolhas e de todas as rejeições. “Portanto, todo prazer constitui um bem por sua própria natureza” (LAERTE, 2019. p.129).

Isso não significa que o prazer em si traga felicidade, pois as consequências negativas são maiores do que o prazer que é proporcionado. Além disso, segue a ideia de dor, pois não é necessário evitar toda dor se o prazer for maior após sofrer a dor por um curto período de tempo. O conhecimento do prazer foi mal compreendido na história, e ele foi visto como uma pessoa afetada pelos prazeres do desejo.

Na verdade, a identificação do epicurismo com a imagem de uma ética do prazer sensual foi elaborada pelos críticos helenísticos de Epicuro, particularmente pelos filósofos estoicos, cuja ética pretendia libertar os seres humanos de todo desejo e de todo prazer, graças ao controle absoluto da razão sobre a vontade e os apetites. Na perspectiva estoica, Epicuro teria sido ‘mestre do deboche’, e os epicuristas, ‘gente dos prazeres do ventre’, dissipadores que passam a vida em banquetes suntuosos, bebedeiras e fruição sexual de rapazes e raparigas (CHAUÍ, 2010. p.73).

Epicuro ressalta que o prazer, como meta, não se refere ao prazer das pessoas “livres e intemperantes”, o que inclui “as delícias dos sentidos”, mas não a jornada que leva à vida feliz. Pois, ao falar em prazer, Epicuro, não se refere às “delícias dos sentidos”, reduzindo-o a um momento, “mas ao prazer que é ausência de sofrimentos físicos e de perturbações de alma” (LAERTE, 2019. p. 131).

O prazer que o autor defende era o prazer do dia a dia, das coisas simples e saudáveis, que não trazem outra consequência, senão a felicidade, as boas recordações, a tranquilidade, a consciência leve, a saúde, a ausência de dor e a ausência de perturbações. Porém, há contraposição: a vida poderia ficar monótona, mas essa sensação dependia de como o indivíduo estaria acostumado a extrair prazer de coisas amenas.

Segundo os estoicos, a felicidade não vem de prazeres externos ou de posses materiais, mas é uma questão de paz interior e de aceitação da vida como ela é. Acreditam que a felicidade é uma escolha pessoal que vem do autocontrole e está em harmonia com a vida, a natureza e a razão. O controle emocional é essencial no estoicismo porque nos ensina a aceitar o que não pode ser mudado e a focar no que está sob nosso controle, promovendo a calma e reduzindo as emoções negativas que atrapalham a felicidade. Viver o presente com estoicismo significa focar no momento presente sem se preocupar muito com o passado ou o futuro. Ajuda a reduzir a ansiedade e a insatisfação e promove um estilo de vida mais equilibrado.

Analisando a visão epicurista, não temos medo da morte, temos medo das punições dos deuses pós morte. O autor não negava a existência dos deuses, mas não acreditava na relação entre deuses e seres humanos. Os deuses não teriam consciência da vida dos seres humanos, por isso, não se preocupavam com punições. Todo seu ensinamento, todo seu agir filosófico, deve ser para que o indivíduo encontre a saúde do espírito. O espírito deve estar saudável. Neste

aspecto, o indivíduo deveria atentar apenas ao seu espírito, pois o diálogo da saúde do espírito que o leva à felicidade.

Sendo a morte o mais terrível perigo da vida humana, conhecer a futilidade do medo é o ponto de partida para evitar problemas e obter uma vida feliz e bem-aventurada.

Então, o mais terrível de todos os males, a morte, não significa nada para nós, justamente porque, quando estamos vivos, é a morte que não está presente; ao contrário, quando a morte está presente, nós é que não estamos” (EPICURO, 1997. p. 125).

Com isso, Epicuro percebe que teria que superar um problema fundamental para poder viver “como um deus entre os homens”, porque era absurdo o medo da morte, pois a sua presença não causa dor, mas sua espera. O desejo de imortalidade, ou seja, a adição do tempo eterno, nega o que é “vida efêmera, vida mortal” ao homem. Ao superar o medo da morte, o homem supera a “agitação, perturbação da alma” e não permite que nada inconsistente com sua natureza, como o desejo de imortalidade, entre na consciência.

## 2. FRIEDRICH NIETZSCHE E A ALEGRIA

Em *O Andarilho e sua sombra* (2017), menciona a liberdade do espírito à reabilitação das coisas mais próximas como condição de alívio do peso da vida, a partir do fortalecimento das condições para suportá-lo. Como apenas ao homem enobrecido pode-se dar esta liberdade; apenas dele se aproxima o alívio da vida, uma espécie de bálsamo em suas feridas. E, ligando a alegria com a capacidade de aceitação e afirmação das coisas mais próximas, Nietzsche continuou argumentando que será o primeiro a poder alegar que vive pela alegria e por nenhuma outra meta; e em qualquer outra boca seu lema seria perigoso. Consistia em: paz ao meu redor e boa vontade com todas as coisas próximas. Mas de que tipo de “coisas próximas” tratou Nietzsche?

No fragmento 332, de *O Andarilho e sua sombra*, Nietzsche destaca “três coisas boas” conhecidas pelo pensador como parte do modo de vida cotidiano e até da paisagem de sua residência, referidos como calma, grandeza e luz solar. A “trindade da alegria” estaria no bom uso dessas vivências cotidianas, abstraindo-se da agitação moderna para experimentar a elevação, a claridade e a calma que fazem parte da arte de viver. Com elas, se quer harmonizar o pensamento e a vida, antes contrapostos:

*As três coisas boas.* – Calma, grandeza, luz do sol – essas três coisas abrangem tudo o que um pensador deseja e também requer de si mesmo: suas esperanças e obrigações, suas pretensões na esfera intelectual e moral, até no modo de vida cotidiano e mesmo na paisagem de sua residência. A elas correspondem, primeiro, pensamentos que *elevam*, depois, *que sossegam*, em terceiro lugar, *que iluminam* – em quarto lugar, no entanto, pensamentos que partilham todas as três características tudo terreno se transfigura: é o reino onde vigora a grande *trindade da alegria* (NIETZSCHE, 2008. p. 249).

A alegria aqui exposta não é derivada de uma contemplação do fixo, ao contrário, daquilo que muda e passa e que se reconhece em sua mobilidade sem desejar qualquer permanência. O Nietzsche andarilho assim não se constituía por desejo ou “estilo de vida”, mas pela necessidade de sobrevivência. Andar para não parar. Se o lugar é de vacância, se Deus está morto de fato, se os homens e sua cultura são decadentes, então qual é o lugar para esse filósofo? O lugar torna-se sempre aquele onde não se está: vacância como condição. Daí sua afirmação, em tom de confissão, de que as consequências são da ordem de “[...] calafrios e angústia do isolamento, a que toda incondicional diferença do olhar condena quem dela sofre[...].”

(NIETZSCHE, 2000. p. 04). O horror na forma de sofrimento físico, fisiológico e a constatação de que as consequências desse tipo de pensar “pesado” levam à constante obrigação de encontrar abrigos tornam Nietzsche um homem nômade.

No início do aforismo 638 de *Humano, Demasiado Humano* (2000), ele sentencia: “Aquele que em alguma medida alcançou uma liberdade de razão não pode se sentir senão um andarilho sobre a Terra[...]”<sup>6</sup>. Ou seja, aquele que aprendeu a suspeitar através de um certo exercício de liberdade do pensamento não tem outra escolha senão tornar-se um nômade, na medida em que o próprio ofício de pensar exige esse constante ocupamento/desocupamento dos lugares. Seguir e não necessariamente continuar; insistir tal qual a pulsão exige, e obter como resultante a condição de errante. A dimensão do olhar lhe é vital ainda que sua visão lhe falhe de forma continuada. Um olhar vigilante que não permite ao seu coração fixar-se em algum tipo de causa ou organização, por supor que nada merece ser levado a rigor suficientemente para operar como objeto de estancamento do movimento.

Aqui, a alegria vem da constante e inefável mudança. A alegria vem pela própria passagem. Se o radical tem em Nietzsche um lugar, é sempre pela via da transformação, da transposição, da transfiguração, da transportação, da transvaloração em detrimento da transcendência. Todo o movimento é transformador de si e permanece na esfera do *devenir*. Portanto, transfere-se de si para si, ou melhor, transmuta-se invariavelmente em *devenir*. Não há outra coisa senão deslocamento do mesmo. No entanto, esse deslocamento transforma o mesmo, diferencia-o. De toda maneira, o movimento é sempre imanente, não busca complementaridade ou filiação em alguma alteridade. Por não ter endereço fixo, o andarilho é um inventor de novas moradas.

Dentro desse contexto, a alegria é entendida como uma força desprovida de qualquer fundamento metafísico, uma vez que não traduz nenhuma energia racional e sequer algum diagnóstico sobre a realidade. A alegria se apresenta como euforia e se deixa apreender no contentamento com o habitual, como uma jovialidade que ganha expressão pelo riso indispensável à vida, e não como radicalmente independente das condições existenciais, assim como menciona em *Assim Falou Zaratustra* (2011):

Alguma vez dissestes sim a uma alegria? Ó meus amigos, então dissestes ao mesmo tempo sim a todas as dores. Todas as coisas estão encadeadas, misturadas, amorosamente enlaçadas. Alguma vez desejastes que alguma coisa se repetisse? Alguma vez dissestes: ‘agrada-me felicidade, piscar de olhos, instante!’? Então desejastes o retorno de todas as coisas, voltando todas de novo, todas eternas, encadeadas, misturadas, amorosamente enlaçadas. Oh, foi assim que amastes o mundo! Vós próprios eternos, vós o amais eternamente e sempre; e à dor dizeis: ‘Passa, mas regressa!’ Porquê alegria quer a eternidade! (NIETZSCHE, 2011, p. 307).

No livro IV de *A Gaia Ciência* (2016), Nietzsche descreve Sócrates como aquele que não soube aproveitar a vida como matéria do conhecimento, pois interpretou como tristeza e negação:

*Sócrates moribundo.* — Eu admiro a bravura e a sabedoria de Sócrates em tudo o que ele fez, disse — e não disse. Esse zombeteiro e enamorado monstro e aliciador ateniense, que fazia os mais arrogantes jovens tremerem e soluçarem, foi não apenas o mais sábio. Quisera que também no último instante da vida ele tivesse guardado silêncio — nesse caso, ele pertenceria talvez a uma ordem de espíritos ainda mais

---

<sup>6</sup> *Ibid.* p. 181

elevada. Terá sido a morte, ou o veneno, ou a piedade, ou a malícia — alguma coisa lhe desatou naquele instante a língua, e ele falou: “Oh, Críton, devo um galo a Asclépio.” Essa ridícula e terrível “última palavra” quer dizer, para aqueles que têm ouvidos: “Oh, Críton, *a vida é uma doença!*”. Será possível? Um homem como ele, que viveu jovialmente e como um soldado à vista de todos — era um pessimista? Ele havia apenas feito uma cara boa para a vida, o inteiro ocultando seu último juízo, seu íntimo sentimento! Sócrates, Sócrates *sofreu da vida!* E ainda vingou-se disso — com essas palavras veladas, horríveis, piedosas e blasfemas! Também um Sócrates necessitou de vingança? Faltou um grão de generosidade à sua tão rica virtude? — Ah, meus amigos, nós temos que superar também os gregos! (NIETZSCHE, 2016, p. 229, §340).

Sócrates transformou a vida numa doença e espalhou esse veneno. É, portanto, um personagem dessa moral da compaixão e por isso precisaria ser superado. Segundo Nietzsche, Sócrates aprendeu a morrer pois fez de sua própria vida um leito de morte, um lugar de anulação e de negação daquilo que a vida tem de superior. Só pela alegria se pode garantir a afirmação da vida, tal como, de forma contrária, pela dor se chega unicamente à negação da vida. O valor dessa afirmação toma proporções gigantescas, e o valor é aquilo que podemos confiar, que produz efeito no mundo. A vida não pode ser avaliada porque ela não se esgota nas possibilidades humanas; ela pode ser infinitas possibilidades, e o caso Sócrates não pode ser um critério por ser um fracasso.

No parágrafo 172 de *Aurora* (2007), temos, de forma explícita, o porquê dos indivíduos, profundamente magoados com a vida, suspeitarem de toda alegria, como se esta alegria sempre fosse ingênua e pueril. Demonstrando a irracionalidade, indo a partilha da dor e a seriedade da vida:

Os homens de uma disposição de espírito guerreira, como os gregos da época de Ésquilo, são difíceis de comover e quando a compaixão triunfa uma vez sobre sua dureza, uma espécie de vertigem se apodera deles, semelhante a uma “força demoníaca” — eles se sentem então constrangidos e abalados por uma emoção religiosa. A seguir, experimentam uma reticência em relação a esse estado; enquanto estão mergulhados nele, usufruem do êxtase que lhes proporciona a embriaguez e o maravilhoso, mesclado ao absinto mais amargo do sofrimento: essa é verdadeiramente uma bebida para os guerreiros, algo raro, perigoso, doce e amargo que não se partilha facilmente. — A tragédia se dirige às almas que sentem desse modo a compaixão, às almas duras e guerreiras que dificilmente vencemos, seja pelo temor, seja pela compaixão, mas para as quais é útil ser abrandadas de tempos em tempos. Mas que pode dar a tragédia àqueles que estão abertos aos “sentimentos simpáticos” como a vela o está ao vento? Quando os atenienses se tornaram mais ternos e mais sensíveis, na época de Platão — ah! como estavam ainda longe da falsa sensibilidade dos habitantes de nossas grandes e de nossas pequenas cidades! — os filósofos já se queixavam, contudo, do caráter nocivo da tragédia. Uma época cheia de perigos, como aquela que começa neste momento, em que a bravura e a virilidade aumentam de preço, talvez torne lentamente as almas bastante duras, para que poetas trágicos lhes sejam necessários: mas, entretanto, estes são antes supérfluos — para utilizar o termo mais moderado. — Talvez chegue assim para a música uma época melhor (será certamente mais maldosa!), aquela em que os artistas músicos tiverem de se dirigir a homens rigorosamente pessoais, duros em si mesmos, dominados pela seriedade sombria de sua paixão própria: mas que pode trazer a música a essas almazinhas de hoje, nascidas com uma idade feita, excessivamente agitadas, de crescimento imperfeito, pessoais pela metade, curiosas e ávidas de tudo? (NIETZSCHE, 2007, p. 161, §172).

Nesse aforismo, contrapôs novamente a alegria à compaixão ao afirmar que tais pessoas enxergavam, por baixo de todas as rosas, túmulos ocultos e dissimulados; divertimento,

agitação, música festiva lhes parecia o resoluto engano de si mesmo, sendo o autoengano como um grande obstáculo para a verdadeira compreensão. A capacidade de auto enganar permite que indivíduos evitem verdades dolorosas, mantendo ilusões reconfortantes sobre si mesmas e sobre o mundo. Estas medidas de saúde mental destinam-se a poupar dinheiro, mas muitas vezes têm o custo de retardar o crescimento e a autoconsciência. Segundo o autor, é importante compreender e superar o autoengano para realmente obter uma compreensão mais profunda do homem e do seu lugar no mundo. Esse julgamento sobre a alegria não é outra coisa que a refração dela no fundo escuro do cansaço e da doença: é ele mesmo algo tocante, irracional, que leva à compaixão, é inclusive algo ingênuo e pueril, mas vindo daquela segunda infância que segue a velhice e antecede a morte.

Nietzsche empreende uma crítica radical das tendências culturais dominantes em seu tempo, caracterizados por uma confiança ingênua nas ideias de evolução e progresso lógico ou natural, no curso dos quais a humanidade teria alcançado o estágio de desenvolvimento em que estaria em condições de, humanizando a natureza e racionalizando a sociedade, aproximar-se do ideal de felicidade universal (GIACÓIA, 2000, p. 17).

A festa era o espaço da alegria, pois o ambiente da celebração dionisíaca da existência, alheia aos conceitos e aos limites da plástica apolínea. Não à toa, Nietzsche associava a virtude da alegria aos homens gregos arcaicos, os quais davam festas a todas as suas paixões e, em uma perspectiva cristã, más inclinações naturais; e chegaram a instituir uma espécie de programa oficial festivo do seu demasiado humano<sup>7</sup>. O autor agrega a noção de festa ao que é demasiado humano, a um deixar “escorrer” do contentamento que os gregos sentiam em relação a si mesmos. A realidade era composta pelo conflito, por misturas, complexidades e pela turbulência entre a ordem e a desordem. Essas duas tendências, o apolíneo e o dionisíaco<sup>8</sup>, correspondem a dimensões complementares da realidade, segundo o filósofo, sendo igualmente necessárias.

Torna-se um o povo alegre quando o elemento moral era excedido e ocorre uma transferência da felicidade para um mundo divino e inacessível ao homem. A alegria é um antídoto contra a vergonha. É o que aparece, por exemplo, em *Aurora* (2007):

Esses homens sérios, sólidos, leais, de uma sensibilidade profunda que ainda hoje são cristãos de coração: devem experimentar eles próprios uma vez, durante certo tempo, viver sem cristianismo; devem à sua fê fixar assim domicílio “no deserto” — a fim de adquirir o direito de ser juizes na questão de saber se o cristianismo é necessário. Esperando, ficam apegados a sua gleba e amaldiçoam o mundo que está além: irritam-se até mesmo quando alguém dá a entender que é justamente no além que se encontra o mundo inteiro, que o cristianismo não passa, no final das contas, de um recanto! Não, seu testemunho não terá peso senão quando vocês tiverem vivido durante anos sem cristianismo, com um leal desejo de poder, ao contrário, existir sem ele: até que estiverem longe, bem longe dele. E se não for o mal da terra que os faça voltar, mas um juízo fundado numa comparação rigorosa, seu regresso significará alguma coisa! — Os homens do futuro agirão um dia assim com todos os juízos de valor do passado;

<sup>7</sup> *Humano, demasiado humano: Ursprung der moralischen Empfindungen* [“Origem dos sentimentos (ou sensações, ou impressões) morais”]. Ver nota sobre “sensação” e “sentimento” em *Além do bem e do mal* (trad., notas e posfácio Paulo César de Souza, São Paulo, Companhia das Letras, 1992, pp. 228-9; 2005, pp. 215-6).

<sup>8</sup> “Apolo representa o lado luminoso da existência, o impulso para gerar as formas puras, a majestade dos traços, a precisão das linhas e limites, a nobreza das figuras. Ele é o Deus do princípio de individuação, da sobriedade, da temperança, da justa medida, o Deus do sonho e das belas visões. Dionísio, por sua vez, simboliza o fundo tenebroso e informe, a desmedida, a destruição de toda figura determinada e a transgressão de todos os limites, o êxtase da embriaguez. Apolo é o patrono das artes figurativas, Dionísio é o Deus da música” (GIACÓIA, 2000, p. 19).



é necessário revivê-los voluntariamente ainda uma vez e de igual modo seus contrários — para ter, enfim, o direito de passá-los no crivo (NIETZSCHE, 2007, p. 66, §61).

A infelicidade só é o contrário da alegria se ela for transformada em um amontoado de castigos, punições e culpas, ou seja, em cada infelicidade o propugnador da moral, da compaixão, passa a ver na vida o resultado de uma punição e, portanto, de uma culpa. Infelicidade e culpa foram postas pelo cristianismo na mesma balança, e o resultado paradoxal é um erro a respeito do que seja mesmo a felicidade. Tema amplamente tratado em *A Gaia Ciência* (2016), a felicidade é apresentada por Nietzsche, em sentido geral, como:

O caminho da felicidade. — Um sábio perguntou a um tolo qual o caminho para a felicidade. Este respondeu sem hesitação, como se lhe perguntassem o caminho para a aldeia mais próxima: “Admire a si mesmo e viva nas ruas!”. “Um momento”, exclamou o sábio, “você exige demais; basta admirar a si mesmo!” Então replicou o tolo: “Mas como é possível admirar sempre, sem desprezar sempre?” (NIETZSCHE, 2016, p. 252, §213).

A revelação parece paradoxal porque o sábio-viajante, à procura de uma meta, esquece que é justamente na procura que ele é feliz vivendo nas ruas ou becos alguém vive como andarião, com tempo para admiração do percurso que ele mesmo é. A alegria faz os indivíduos iguais, porque celebram juntos sua mesma condição existencial e se tornam eles mesmos criadores.

Eu sou corpo e alma — assim fala a criança. E por que não havemos de falar com as crianças? (...) O corpo é uma grande razão, uma multiplicidade com um só sentido, um estado de guerra e paz, um rebanho e seu pastor. Essa pequena razão a que dás o nome de teu “espírito”, ó meu irmão, é apenas um instrumento do teu corpo, e um bem pequeno instrumento, um brinquedo da tua grande razão. (...) O eu sente alegria e se pergunta como há de fazer para experimentar ainda muitas vezes a alegria — é para esse fim que lhe deve ser o pensamento (NIETZSCHE, 2011, p. 34).

O pensamento servia para favorecer a alegria e o aumento de nossa vontade potência<sup>9</sup>. Assim, Nietzsche propôs que os afetos e o acaso não têm um poder absoluto sobre nós, colocando que só é possível pelo fato de entenderem que corpo e mente são aspectos de um mesmo indivíduo, e que este é em relação, inserido no mundo, um modo de ser da substância: o acaso, o devir, nos atravessa, é o movimento da vida, bem como o tempo, que constitui e é constituído por nossa vontade de potência. Conhecer nossos afetos é preservar um

---

<sup>9</sup> Do alemão *Der Wille zur Macht*, a Vontade de Potência, Segundo Friedrich Nietzsche, é o poder supremo de cada elemento. Isto inclui pessoas, animais e outras forças naturais. Essa energia de uma pessoa pode ser usada para alcançar a realização, a ambição e o esforço para alcançar a vida desejada e ampliada. Para explicar seus conceitos, ele explicou as relações que existem na natureza. Conectando os sinais da multiplicidade do mundo, da multiplicidade dos indivíduos e, em última análise, da multiplicidade das formas de viver a vida. Friedrich Nietzsche diz que o mundo é o desejo de poder, e ele diz isso com frequência. É um mundo onde cada um cria suas próprias necessidades, desejos e maneiras. Contextualizando, Vontade de Potência não é algo que se cria ou se produz. É a realidade habitual própria da vida; do mundo, e é uma resultante da vontade de potência construída, jamais simplesmente produzida. Na obra *Vontade de Potência*, Friedrich Nietzsche dizia: “[...] este meu mundo dionisíaco do criar eternamente a si mesmo, do destruir eternamente a si mesmo, este mundo misterioso da dupla volúpia, este meu “além de bem e mal”, sem fim, se não há um fim na felicidade do círculo, sem vontade, se não há boa vontade no anel que torna a si mesmo – vós quereis um nome para este mundo? Uma solução para todos os seus enigmas? Uma luz também para vós, ó mais escosos, mais fortes, mais desassombrosos, mais ínsitos à meia-noite? Este mundo é a vontade de poder – e nada além disso! E também vós mesmos sois essa vontade de poder – e nada além disso!” (NIETZSCHE, 2008, p. 512 - 513).

conhecimento intuitivo das relações que estabelecemos com e no mundo no qual nos constituímos.

#### 4. DE UMA ÉTICA DA FELICIDADE PARA UMA ÉTICA DA ALEGRIA EM NIETZSCHE E EPICURO

Nietzsche escreve sobre Epicuro em diversos momentos, nessa análise, iremos nos ater em dois desses momentos. No livro I de *A Gaia Ciência* (2016), destacou o sofrimento como instrumento de seu belo pensamento sereno:

– Sim, orgulho-me de sentir o caráter de Epicuro diferentemente de qualquer outro, talvez, e de fruir a felicidade vespéral da Antiguidade em tudo que dele ouço e leio: - vejo o seu olhar que se estende por um mar imenso e esbranquiçado, para além das falésias sobre as quais repousa o sol, enquanto pequenos e grandes animais brincam à sua luz, seguros e tranquilos como essa luz e aquele mesmo olhar. Apenas um ser continuamente sofredor pôde inventar uma tal felicidade, a felicidade de um olhar ante o qual o mar da existência sossegou, e que agora não se farte de lhe contemplar a superfície, essa delicada, matizada, fremente pele de mar: nunca houve uma tal modéstia na volúpia (NIETZSCHE, 2016, p. 87, §45).

Da mesma forma, a quinta parte de *Além do bem e do mal* (2002), reitera o mesmo Epicuro, desta vez de um novo ângulo (método de pensamento, aliás, que Nietzsche defende em qualquer investigação, não podendo ser caracterizado apressadamente como contradição). A vontade de serenidade agora é vista como debilidade:

O homem de uma era de dissolução e de mestiçagem confusa, que leva no corpo uma herança de uma ascendência múltipla, isso é, impulsos e escalas de valor mais que contraditórios, que lutam entre si e raramente se dão trégua – esse homem das culturas tardias e das luzes veladas será, por via de regra, um homem bem fraco: sua aspiração mais profunda é que um dia tenha fim à guerra que ele é; a felicidade lhe parece, de acordo com uma medicina é uma maneira de pensar tranquilizante (epicúrea ou cristã, por exemplo), sobretudo a felicidade do repouso, da não-perturbação, da saciedade, da unidade enfim alcançada (NIETZSCHE, 2002. p, 112, §200).

Nietzsche aproxima, assim, nesta passagem, o pensamento de Epicuro ao cristianismo, onde a filosofia de Epicuro enaltecia o prazer e levaria a um aproveitamento da vitalidade e não um arrefecimento da vida, como percebeu no cristianismo. A felicidade epicúrea tem como base o equilíbrio e harmonia como a da natureza, sempre considerando a medida racional:

É por essa razão que afirmamos que o prazer é o início e o fim de uma vida feliz. Com efeito, nós o identificamos como o bem primeiro e inerente ao ser humano, em razão dele praticamos toda escolha e toda recusa, e a ele chegamos escolhendo todo bem de acordo com a distinção entre prazer e dor. Embora o prazer seja nosso bem primeiro e inato, nem por isso escolhemos qualquer prazer: há ocasiões em que evitamos muitos prazeres, quando deles nos advêm efeitos o mais das vezes desagradáveis; ao passo que consideramos muitos sofrimentos preferíveis aos prazeres, se um prazer constitui um bem por sua própria natureza; não obstante isso, nem todos os são escolhidos; do mesmo modo, toda dor é um mal, mas nem todas devem ser sempre evitadas (EPICURO, 1997. p, 38).

No pensamento de Epicuro, o sábio tem a capacidade de viver de acordo com a natureza. Nada mais é do que a fonte do conhecimento para o ser humano entender a realidade na qual está inserido, com o intuito de desfazer esses temores sem qualquer fundamento racional, alcançando a serenidade necessária à felicidade. Desse modo, devemos perceber não apenas os elos, bem como os limites do agir humano, uma vez que a veracidade do conhecimento está em medir as considerações humanas segundo a Natureza:

Dedico incessantemente minhas energias à investigação da natureza, e desse modo de viver tiro principalmente a minha calma [...] É verdadeiro apenas aquilo que se percebe por meio dos sentidos ou se apreende por meio da mente [...] é necessário, isto sim, admitir simplesmente que nada capaz de provocar divergências ou inquietações é compatível com uma natureza imortal e feliz (EPICURO, 2008, p. 168).

Assim, a filosofia de Epicuro, como o mesmo define, é um saber para a vida, o qual o mais sábio é o mais tranquilo, mais livre e mais feliz. E esse equilíbrio é fonte de prazer. Trata-se de uma filosofia baseada na serenidade e sensatez:

De todas essas coisas, a prudência é o princípio e o supremo bem, razão pela qual é a mais preciosa do que a própria filosofia; de onde originaram todas as demais virtudes; ela que nos ensina que não existe vida feliz sem prudência, beleza e justiça, e que não existe prudência, beleza e justiça sem felicidade. Porque as virtudes estão intimamente ligadas à felicidade, e a felicidade é inseparável delas. (EPICURO, 2008, p. 47)

A ética epicurista é, em geral, uma derivação da cirenaica<sup>10</sup>. A felicidade consiste no prazer: “Chamamos o prazer princípio e fim da vida feliz. Com efeito, sabemos que é o primeiro bem, o bem inato, e que dele derivamos toda a escolha ou recusa e chegamos a ele valorizando todo bem como critério do efeito que nos produz”, escreveu Epicuro em sua obra *Cartas, Máximas e Sentenças* (2023). Com efeito, o prazer é o critério da eleição e da aversão: tende-se para o prazer, foge-se da dor. Ele é também o critério com que avaliamos todos os bens. Mas há duas espécies de prazeres: o prazer estável que consiste na privação da dor e o prazer em movimento que consiste no gozo e na alegria.

A felicidade consiste apenas no prazer estável ou negativo, “no não sofrer e no não agitar-se” e é, portanto, definida como *ataraxia* (ausência de perturbação) e *aponia* (ausência de dor). O significado destes dois termos oscila entre a libertação temporal da dor da necessidade e a ausência absoluta de dor. Em polémica com os Cirenaicos que afirmavam a positividade do prazer, Epicuro afirma explicitamente que “o cume do prazer é a simples e pura destruição da dor (ABBAGANANO, 1969, p. 46)

Epicuro escreve que sua ética fundamenta-se na *autárkeia*<sup>11</sup> de cada indivíduo, ou seja, ações baseadas na compreensão da natureza ao invés de reações a tudo o que não é natural nem necessário ao indivíduo (incluindo aí normas e valores da sociedade). Ao que se refere nos libertar dos grilhões dos padrões da maioria, da multidão que posteriormente Nietzsche vem a chamar de “rebanho<sup>12</sup>”.

<sup>10</sup> Aristipo de Cirene foi o fundador da Escola Cirenaica de filosofia, assim denominada devido à cidade de Cirene na qual foi fundada, floresceu entre 400 a.C. e 300 a.C., e tinha como a sua característica distintiva principal o hedonismo, ou a doutrina de que o prazer é o bem supremo. Como os cínicos se desenvolveram para os estoicos, assim os cirenaicos se desenvolveram para os Epicuristas. Link: [Carta 89: Sobre as Partes da Filosofia - O Estoico](#).

<sup>11</sup> “[...] a *autárkeia* é uma qualidade de quem se basta a si mesmo. Daí podemos pensar em alguém que exista ou subsista por si mesmo, e isto é só possível quando sua ação tem o princípio nele mesmo, ou ainda quando a causa da ação esteja nele mesmo” (SILVA, 2003, p. 86).

<sup>12</sup> Moral de rebanho é um conceito da filosofia de Friedrich Nietzsche que afirma a existência de um comportamento humano puramente submisso e irrefletido sobre os valores dominantes da civilização. São eles

O homem sábio, o homem feliz de Epicuro, ao tentar compreender a natureza e seus fenômenos, percebendo seu equilíbrio cheio de conflitos e amores, pode conseguir dominar seus desejos, paixões e ações tendo como base apenas a si mesmo, sem se prender a nenhum dogma ou padrão externo que não lhe sirva. Sem se forçar a aceitar qualquer forma de agir como melhor ou correta, baseando-se apenas no número de homens que assim age e pensa. A vida feliz resulta desse agir livre. No Livro IV, de *Gaia Ciência*, Nietzsche define:

*Amor fati* [amor ao destino]: seja este doravante, o meu amor. Não quero fazer guerra ao feio. Não quero acusar, não quero nem mesmo acusar os acusadores. Que a minha única negação seja desviar o olhar! E, tudo somado e em suma: quero ser, algum dia, apenas alguém que diz Sim! (NIETZSCHE, 2016, p. 187, §276).

Assim, como visão trágica de vida<sup>13</sup>, o *amor fati* é uma postura de amar o acaso e um dizer sim à vida como um todo, não a separando em coisas boas, a serem aproveitadas; e ruins, a serem corrigidas. Tudo o que deveria ser “corrigido” ou “consertado” não pertence ao *pathos* da tragédia, não pertence ao modo de perceber tragicamente o todo. *Amor fati* é amar tudo que foi, é, e será, sem excluir nada. Para quem vê o mundo através do *amor fati*, entende que não há imperfeição na existência, ou seja, não se trata de resignação, de aceitar tudo, até os “erros” passivamente, se trata de uma aceitação sem remorsos.

É uma nova perspectiva, difícil de ser percebida por nós, tão acostumados a divisão de tudo entre bem e mal, acerto e erro. O próprio Nietzsche ligava a resignação à felicidade dos fracos no primeiro aforismo de *O Anticristo* (2022):

Tornamo-nos sombrios, chamaram-nos de fatalistas. Nosso *fatum* [fado, destino] — era a plenitude, a tensão, a contenção das forças. Éramos ávidos de relâmpagos e atos, ficávamos o mais longe possível da felicidade dos fracotes, da “resignação” ... Um temporal estrava em nosso ar, a natureza que somos escureceu — pois não tínhamos caminho. A fórmula de nossa felicidade: um Sim, um Não, uma linha reta, uma meta (NIETZSCHE, 2022, p. 10).

Incapaz de se ver como ativo e criador no mundo, o que resta ao fraco é resignar-se com o que aparece, mesmo achando errado ou injusto, esperando, algumas vezes, uma recompensa futura por este sofrimento, nem que seja após a morte. Sendo assim, uma indisposição ao enfiamento da vida.

Suportar, como o camelo das três transformações de *Assim falou Zaratustra*, o peso que lhe é imposto e ainda orgulhar-se dele. Isso está longe do *Amor fati* de Nietzsche. O resignado pensa que o mundo e a vida têm defeitos a serem corrigidos, mas se vê incapaz de consertá-los,

---

ora, aristocrático cavalheiresco, ora cristão ou burguês e se fizeram presentes na grande massa de homens de todos os tempos. Na moral de rebanho o que move o homem é o hábito, o costume. Adquire-se um modo de ser incorporado, agregado pela civilização, pelas exigências que a sociedade impõe. Este tipo de comportamento é, muitas vezes, aceito por nós que o recebemos e praticamos sem serem refletidos por nós. É recebido de fora para dentro, como algo dado; são conteúdos que incorporamos à rotina, reverenciamos passivamente e se tornam travas ao desenvolvimento pessoal e coletivo. Friedrich Nietzsche, afirma que para que certos princípios, como a justiça e a bondade possam atuar e enriquecer é preciso que surjam como algo que obtivemos ativamente a partir da superação do que nos foi dado. Para essa conquista é que Friedrich Nietzsche ensina a combater a complacência, a mornidão das posições adquiridas, que o comodismo intitula moral, ou outra coisa bem soante que defina a moral de rebanho.

<sup>13</sup> Um dos principais temas presentes no pensamento de Nietzsche consiste em sua crítica ao racionalismo criado por Sócrates, que, em detrimento da forma artística de se tratar a vida, estabelece a predominância da ciência como única formadora de conhecimento, portanto, de verdade. O que ele defende é uma visão trágica do mundo, na qual a arte, com suas características, principalmente a valorização da ilusão e da aparência seja norteadora da vida, inclusive do próprio conhecimento.

e os aceita. O *amor fati* afirma a vida como ela é, querendo-a totalmente em todas as suas expressões e formas.

Na época de Epicuro, essa visão do homem intervencionista na natureza não existia. Sua filosofia buscava a compreensão e não a intervenção na natureza. O homem devia melhorar sua vida ao estudar a natureza, e não corrigir a natureza para melhorar de vida. Assim, pode-se dizer que o esforço preciso a se fazer hoje para conseguir perceber a vida através do *amor fati*, era natural para os gregos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao realizar todo o percurso de compreender o problema da felicidade e da alegria em Epicuro e em Nietzsche, é necessário organizar as filosofias e o disciplinamento dos filósofos para que tenhamos uma noção maior de entendimento, e por fim observar os modos como a alegria e felicidade se interligam. Dispondo conduzir toda a multiplicidade existente, percebe-se que tais termos, palavras usadas, citações, estimativas e coleta de dados é fundamental para a compreensão de ambos.

Nietzsche entendia a alegria como uma força desprovida de qualquer fundamento metafísico<sup>14</sup>, uma vez que não traduz nenhuma energia racional e sequer algum diagnóstico sobre a realidade. A alegria se apresenta como júbilo e se deixa apreender no contentamento com o habitual, como uma jovialidade que ganha expressão pelo riso indispensável à vida, e não como radicalmente independente das condições existenciais.

Epicuro foi um filósofo que desenvolveu uma doutrina centrada na felicidade humana. O filósofo do jardim - mais conhecido por fazer do seu jardim um local para criar e vivenciar sua filosofia - conquistou seguidores que convivem com ele no espaço. O jardim era um lugar de união, amizade e equilíbrio entre corpo e mente. Epicuro e seus seguidores seguiram de perto os ensinamentos em que acreditavam, criando juntos uma vida pacífica sem se opor à ideia. Epicuro desenvolve sua teoria pensando nos átomos, as menores partes da matéria, e analisando os corpos, o vazio e os mundos. Segundo Epicuro, a alma também possui propriedades físicas, mas tem uma relação diferente com o corpo. A razão *Logismós* é um método da alma que se liberta dos erros e equívocos das decisões que toma. Com *Logismós*, é possível superar o ódio, a ira, a inveja e a indiferença.

Através da meditação, os indivíduos encontram sua própria felicidade. Epicuro não esconde os seus ensinamentos de ninguém, as portas do jardim estão abertas a todos os que queiram seguir os seus ensinamentos. Não há idade para um indivíduo começar a pensar. Não importa a idade de um indivíduo, ele pode guardar as lembranças da vida feliz que teve,

---

<sup>14</sup> Em sua obra *Humano, Demasiado Humano* I, Nietzsche, no capítulo I, Aforismo 9. Mundo metafísico. — É verdade que poderia existir um mundo metafísico; dificilmente podemos contestar a sua possibilidade absoluta. Olhamos todas as coisas com a cabeça humana, e é impossível cortar essa cabeça; mas permanece a questão de saber o que ainda existiria do mundo se ela fosse mesmo cortada. Esse é um problema puramente científico e não muito apto a preocupar os homens; mas tudo o que até hoje tornou para eles valiosas, pavorosas, prazerosas as suposições metafísicas, tudo o que as criou, é paixão, erro; foram os piores, e não os melhores métodos cognitivos, que ensinaram a acreditar nelas. Quando esses métodos se revelaram o fundamento de todas as religiões e metafísicas existentes, eles foram refutados. Então resta ainda aquela possibilidade; mas com ela não se pode fazer absolutamente nada, muito menos permitir que felicidade, salvação e vida dependam dos fios de aranha de tal possibilidade. Pois do mundo metafísico nada se poderia afirmar além do seu ser outro, um para nós inacessível, incompreensível ser-outro; seria uma coisa com propriedades negativas. — Ainda que a existência de tal mundo estivesse bem provada, o conhecimento dele seria o mais insignificante dos conhecimentos: mais ainda do que deve ser, para o navegante em meio a um perigoso temporal, o conhecimento da análise química da água (NIETZSCHE, 2000. p. 13).

prolongando por muito tempo a felicidade de sua alma. Não tendo, assim, motivos para temer o futuro. Por meio da *aponia* e da *ataraxia*, os indivíduos encontram a felicidade experimentando uma sensação de equilíbrio entre corpo e alma. As ações de quem opta por seguir esta filosofia - devem ser guiadas por sua *phrónesis* -, sua sabedoria, para manter o estado de alma. Embora pareça um prazer real, duradouro e verdadeiro, o prazer que vem do desejo causa dor e sofrimento.

Assim, Epicuro viu em sua filosofia uma cura para pensamentos irracionais, a realização do altruísmo. As pessoas são livres para pensar e raciocinar, não dependendo de normas sociais, líderes ou deuses. Isso ocorre porque uma pessoa é independente e pode ditar tudo para si mesma. O homem, pela sua própria natureza, tem o direito de exercer a sua autonomia. Epicuro diz que o ser humano é altruísta, pois sua vontade é atômica, portanto todos os corpos são atômicos.

Nesse artigo, foi expresso pensamentos concernentes à aprovação da vida, amor fati, a vontade de potência, assim se ligam: se afirmo minha vontade de potência, entendo a necessidade de todas as coisas, pois não há como me afetar passivamente em meio ao acaso, não mais imaginando causas para o que acontece; passo a afetar-me ativamente, ou seja, a interagir com o mundo à minha maneira, seguindo meu próprio caminho; aprovo então a vida e seu eterno retorno<sup>15</sup>, o que por sua vez aumenta a potência humana. Portanto, houve uma tentativa em argumentar sobre Epicuro e Nietzsche, observando com interesse suas realidades quase opostas. A escrita da autora do artigo, destacam Epicuro e Nietzsche de forma mais explicativa (ou quase explicativa), para que o conhecimento entre suas filosofias que aqui foram contrapostas seja levado a uma interação mútua entre os futuros leitores. Com isso, há possibilidade que todas as explicações dadas até aqui se façam compreendidas, pois o conhecimento proposto por Epicuro e Nietzsche não é apenas um suporte a nos informar coisas válidas, mas um sentido, uma ação.

## REFERÊNCIAS

ABBAGNANO, N. *História da filosofia*. Volume III. Trad. bras. Armando da Silva Carvalho. Lisboa: Editorial Presença, 1969.

CHAUÍ, Marilena. *Introdução à História da Filosofia: As Escolas Helenísticas*, Vol. II, São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

EPICURO. *Carta a Meneceu*. (Álvaro Lorencini, Enzo Del Carratore). São Paulo: UNESP, 1997.

---

<sup>15</sup> “E se um dia, ou uma noite, um demônio lhe aparecesse furtivamente em sua mais desolada solidão e dissesse: “Esta vida, como você a está vivendo e já viveu, você terá de viver mais uma vez e por incontáveis vezes; e nada haverá de novo nela, mas cada dor e cada prazer e cada suspiro e pensamento, e tudo o que é infelizmente grande e pequeno em sua vida, terão de lhe suceder novamente, tudo na mesma sequência e ordem — e assim também essa aranha e esse luar entre as árvores, e também esse instante e eu mesmo. A perene ampulheta do existir será sempre virada novamente — e você com ela, partícula de poeira!” Você não se prostraria e rangeria os dentes e amaldiçoaria o demônio que assim falou? Ou você já experimentou um instante imenso, no qual lhe responderia: “Você é um deus e jamais ouvi coisa tão divina!” Se esse pensamento tomasse conta de você, tal como você é, ele o transformaria e o esmagaria talvez; a questão em tudo e em cada coisa, “Você quer isso mais uma vez e por incontáveis vezes?” pesaria sobre os seus atos como o maior dos pesos! Ou o quanto você teria de estar bem consigo mesmo e com a vida, para não desejar nada além dessa última, eterna confirmação e chancela?” (NIETZSCHE, 2001, p. 205, §341).

EPICURO. **Epístola a Heródoto. Introducción, traducción y notas por Trinidad Silva y Sebastián Caro.** In: *Onomázein – Revista Semestral de Lingüística, Filología y Traducción*, Santiago-Chile, n. 17, v. 1, p. 135-170, 2008.

EPICURO. **Cartas, Máximas e Sentenças.** Tradução Gabriela Baião. Lisboa: Edições Sílabo: 2ª ed. 2023.

GIACÓIA, Júnior Oswaldo. **Nietzsche.** São Paulo: PUBLIFOLHA, 2000.

LAÉRCIO, Diógenes. **Livro X: Epicuro** – Notas Preliminares e Tradução [Trad. Reina Marisol Troca Pereira]. Em: *LaborHistórico*, Rio de Janeiro, 5(2): 443-51, Jul./Dez. 2019.

NIETZSCHE, Friedrich Wilhelm. **Assim Falou Zaratustra.** Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

NIETZSCHE, Friedrich Wilhelm. **A Gaia Ciência.** Tradução de Inês A. Lohbauer. São Paulo: Martin Claret, 2016.

NIETZSCHE, Friedrich Wilhelm. **Aurora: Reflexões sobre os preconceitos morais.** Tradução: Antônio Carlos Braga. Editora Escala: São Paulo, 2007.

NIETZSCHE, Friedrich Wilhelm. **A vontade de poder.** Tradução do original alemão e notas Marcos Sinésio Pereira Fernandes, Francisco José Dias de Moraes; apresentação Gilvan Fogel – Rio de Janeiro: Contraponto, 2008.

NIETZSCHE, Friedrich. **O anticristo: maldição ao cristianismo.** Vozes de Bolso, 2022.

NIETZSCHE, Friedrich Wilhelm. **Além do Bem e do Mal.** Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2ª ed. 2002.

NIETZSCHE, Friedrich Wilhelm. **Humano, Demasiado Humano I.** São Paulo, Companhia das Letras, 2000.

NIETZSCHE, Friedrich. **Humano, demasiado humano II.** São Paulo, Companhia das Letras, 2008.

SILVA, M. F. **Epicuro: Sabedoria e jardim.** Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2003.

VAZ, Henrique C. de Lima. **Escritos de filosofia IV -Introdução à Ética Filosófica 1.** 3. ed. São Paulo: Loyola, 2006.