



ISSN: 2176-5960

Προμηθεύς

Journal of Philosophy

n. 50, Janeiro-Abril 26



## APRESENTAÇÃO E TRADUÇÃO DA DIATRIBE 4.12 DE EPICTETO DE HIERÁPOLIS: SOBRE A ATENÇÃO<sup>1</sup>

INTRODUCTION AND TRANSLATION OF DIATRIBAM 4.12.  
OF EPICTETUS OF HIERAPOLIS: ON ATTENTION

*Danilo Ulhano Patutti<sup>2</sup>*

*Qualquer que seja o poder de um homem,  
ele jamais será capaz de adular-se para atingir a felicidade  
enquanto ele quiser sair de si mesmo*

...  
*Ver todos os seus desejos satisfeitos  
sem jamais ver as suas aversões endireitadas,  
eis a quimera que o mundo persegue em vão.*

Théodore Colardeau

**RESUMO:** Este artigo oferece uma breve introdução à filosofia de Epicteto de Hierápolis, seguida de uma análise da diatribe *Sobre a Atenção*. Por fim, apresenta uma tradução dessa diatribe para a língua portuguesa, baseada no texto original em grego, que é disponibilizado na íntegra.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atenção. Epicteto. *Prosokhe*. Tradução.

**ABSTRACT:** This study offers a concise introduction to the philosophy of Epictetus of Hierapolis, followed by an analysis of the diatribe *On Attention*. Lastly, it presents a translation of the diatribe into Portuguese, based on the original Greek text, which is provided in its entirety.

**KEYWORDS:** Attention; Epictetus; *Prosokhe*; Translation.

---

<sup>1</sup> Agradecimentos: ao amigo e companheiro de estudos André C. G. Santana pela revisão deste trabalho e suas valiosas contribuições, e ao amigo, professor e orientador Aldo Dinucci pelas valiosas correções e raríssimo ensino de *philosophia*.

Agradeço ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) do Brasil pelo apoio a este trabalho.

<sup>2</sup> Professor e pesquisador de Filosofia. Pesquisa a educação da atenção e a filosofia de Epicteto de Hierápolis. Formado em Filosofia (USP), Mestre em Educação (USP), Graduando em Língua e Literatura Grega (USP) e Doutorando em Metafísica (UnB-PPGμ).

E-mail: patutti.danilo@gmail.com . ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4423-5464>.

### **Apresentação: I-IV**

A diatribe 4.12, intitulada *Sobre a atenção*, é a penúltima de *As Diatribes de Epicteto*<sup>3</sup>. Parece ter sido intencionalmente posicionada próxima ao final da obra porque condensa as principais ideias da filosofia de Epicteto sob o prisma de uma das mais significativas contribuições ao pensamento ocidental<sup>4</sup>. É o texto mais enfático acerca da importância da capacidade de atenção e, até o momento, mantém-se como o mais antigo registro histórico da tradição ocidental sobre esse tema<sup>5</sup>.

Epicteto explicitamente afirma que o hábito de não prestar atenção é o pior entre todos os hábitos e que dele decorre o segundo pior, o da postergação do esforço de atenção. Ele conclama os seus ouvintes para não se habituarem à distração nem ao adiamento do exercício de prestar atenção: seria o mesmo que adiar a serenidade, a dignidade e a vida segundo a natureza<sup>6</sup>. Por um lado, não prestar atenção a nós mesmos significa abrir mão de poder exercer certa influência racional sobre as nossas ações. Por outro lado, significa nos abandonar às nossas tendências habituais, aos nossos impulsos, indiscriminadamente. Portanto, necessitamos prestar atenção a nós mesmos para nos guiarmos segundo critérios racionais e sermos livres das influências das coisas externas e das opiniões alheias.

### **I. A finalidade da filosofia**

O *telos* da filosofia para Epicteto é aquele mesmo formulado pelo primeiro Estoicismo<sup>7</sup>: seguir os deuses, ou seja, viver segundo a Natureza<sup>8</sup>. Viver segundo a natureza significa viver em harmonia, ao mesmo tempo, com a Natureza Cósmica e com a natureza individual. Em termos práticos, para o ser humano isso significa desenvolver a sua natureza racional e social trilhando um processo formativo que o conduzirá à sabedoria e à virtude. Este é o projeto e a promessa da filosofia: viver os bens genuínos, como a liberdade, a tranquilidade e a serenidade de modo imutável e constante, pois os bens verdadeiros são plenamente estáveis e seguros.

---

<sup>3</sup> A partir de agora a obra de Epicteto será referida nas notas de rodapé como segue o exemplo: *Diss.* 1.4.1 para *As Diatribes de Epicteto* e *Ench.* §1 para o *Enquirídio de Epicteto*.

<sup>4</sup> Hijmans, Jr. B. L. *ἈΣΚΗΣΙΣ: Notes on Epictetus' educational system.* p.69. Assen: Van Gorcum, 1959.

<sup>5</sup> Basílio de Cesareia escreveu uma homilia intitulada *Preste atenção a ti mesmo*, no século IV da EC.

Cf. Rudberg S.Y., *L'homélie de Basile de Césarée sur le mot 'observe-toi toi-même'*. *Édition critique du texte grec et étude sur la tradition manuscrite.* Stockholm: Almqvist & Wiksell, 1962.

<sup>6</sup> *Aidos*, ou o caráter *aidemon*, ou ainda, a virtude da *aidemosyne*. Cf. KAMTEKAR, R. ΑΙΔΩΣ in Epictetus. *Classical Philology.* v. 93, n. 2, p. 136-160, 1998.

<sup>7</sup> Referimo-nos ao fundador e aos escolarcas subsequentes, respectivamente: Zenão de Cítio, Cleantes de Assos e Crisipo de Solis.

<sup>8</sup> *Diss.* 1.12.5, 1.20.15, 1.30.4.

Epicteto ensina que a matéria própria da filosofia é a vida de cada um<sup>9</sup>, na qual cada um deve, se se deseja praticar filosofia, voltar os olhos para si e trabalhar sobre si mesmo<sup>10</sup>. A finalidade desse trabalho sobre si é a correção da própria capacidade de escolha (*prohairesis*) e da própria razão (*logos*) segundo o conhecimento objetivo da natureza<sup>11</sup>. Embora os seres humanos nasçam com a capacidade racional e com uma capacidade de escolha livre por natureza, nós não nascemos sabendo utilizá-las corretamente e segundo a natureza. Por um lado, usamos mal a razão e concebemos erroneamente quais sejam os bens e os males verdadeiros, por outro lado, devido a esse erro de concepção, nós mesmos nos lançamos à servidão porque escolhemos agir, sem nos dar conta, à serviço de algo que contradiz o nosso próprio desejo pelo bem e pela verdade.

## II. A liberdade

Como dissemos, embora a capacidade de escolha seja por natureza livre e desimpedida, nós não somos naturalmente livres porque submetemos a nossa capacidade de escolha a outros “mestres” sem perceber. Segundo Epicteto, a essência do bem é uma certa qualidade da capacidade de escolha que faz o correto uso das representações que a nossa mente elabora acerca do mundo a partir dos dados sensoriais<sup>12</sup>. A nossa capacidade de escolha atua sobre três tópicos da nossa alma: o desejo e a repulsa<sup>13</sup>, o impulso e o refreamento<sup>14</sup>, o assentimento e a suspensão do assentimento<sup>15</sup>. Quando assentimos à representação<sup>16</sup> de algo como sendo um bem,

<sup>9</sup> Ib. 1.15.2: a filosofia é uma *bion tekhnes*.

<sup>10</sup> Ib. 1.4.18: trabalhar sobre a própria *prohairesis* (capacidade de escolha) para harmonizá-la à natureza.

<sup>11</sup> Ib. 4.8.12: a matéria do filósofo é o *logos* para ter um *ortho logos*.

<sup>12</sup> Ib. 1.30.4.

<sup>13</sup> “A capacidade de desejo (*orexis*) e de repulsa (*ekklisis*)”. *Orexis* é o nome da ação do verbo *orego*, que significa ‘estender ou tender na direção de algo’, donde ‘desejo’, ‘apetite’. *Orexis* se opõe a *ekklisis*, que expressa movimento contrário, o de afastar-se”. Nota 152 in Dinucci, A. *As Diatribes de Epicteto, livro I*, p.46. Imprensa da Universidade de Coimbra: Coimbra, 2020.

<sup>14</sup> “Impulso traduz *horme*, que, em Epicteto, significa a tendência para agir desta ou daquela maneira diante de determinada coisa. *Aphorme* é o contrário de *horme*, daí nossa tradução por ‘refreamento’”. Nota 151 in Dinucci, A. Id. p.47. Cf. Crisipo, *SVF*, 3.42.

<sup>15</sup> Suspensão do assentimento: *epoche*. “O assentimento (*synkatathesis*) está necessariamente envolvido na apreensão cognitiva humana (cf. D.L. 7.49; Cicero, *Academica* 1.40, 2.145). Nos animais racionais, dar assentimento a uma *phantasia* é um ato voluntário, resultante do assentimento a um asserível. Assim, lógica e estritamente falando, o assentimento é dado a um asserível.” In Dinucci, A. Rudolph, K. in *O bem humano em Epicteto*, p.29, in 2021, *O Bem na Filosofia Antiga: Leituras Contemporâneas / The Good in Ancient Philosophy: Contemporary Retrievals*, 2021. T. 77, Fasc. 1, *Revista Portuguesa de Filosofia*.

<sup>16</sup> O conceito de *phantasia* é de fundamental importância para a compreensão da filosofia estoica por relacionar questões lógicas, éticas e epistemológicas. Para a língua portuguesa ele é vertido pela palavra “representação”, tomando como sentido filosófico geral o seguinte: “conteúdo concreto apreendido pelos sentidos, pela imaginação, pela memória ou pelo pensamento”. Cleantes e Crisipo concordam em

concomitantemente engendramos o desejo por esse bem e o impulso de ação na sua direção para obtê-lo. Nesse sentido, o filósofo acredita que podemos atuar diretamente sobre esses tópicos da nossa alma e educá-los corretamente, isto é, segundo a natureza humana e cósmica. Para isso, devemos examinar a nós mesmos, ininterruptamente, inspecionando se todas as nossas opiniões sobre a vida e o mundo, e juízos de valor resistem ao discernimento da regra de vida. Para realizar esse exame precisamos aprender a prestar atenção em nós mesmos, em particular, às nossas representações, e ainda mais precisamente, aos desejos e impulsos da nossa alma.

A regra de vida epictetiana consiste na distinção entre as coisas que estão sob o nosso encargo (*eph'hemin*) e as coisas que não estão (*ouk eph'hemin*)<sup>17</sup>. Sob o nosso encargo estão somente os três tópicos da filosofia de Epicteto, além das opiniões e dos juízos que formulamos a partir dos nossos assentimentos<sup>18</sup>. Segundo Epicteto, o nosso bem se encontra dentro de nós, na qualidade do uso da nossa capacidade de escolha<sup>19</sup>. Porque é somente através do seu uso correto é que podemos assegurar, continuamente, os nossos bens. Para que um bem seja plenamente seguro e imutável ele deve depender apenas de si mesmo e o bem moral é o único que depende apenas de nós mesmos ou, segundo Epicteto, apenas da nossa capacidade de escolha<sup>20</sup>. Conceber os bens morais como sendo os únicos bens verdadeiros é o único caminho para a liberdade e, ao mesmo

---

considerar a *phantasia* como uma alteração, ou modificação, da parte diretriz da alma humana (*hegemonikon*), embora discordem sobre o significado dessa mudança. Segundo Crisipo, Cleantes teria uma concepção ingênua de *phantasia*, segundo a qual as representações sensíveis são cópias das qualidades que os objetos representados possuem, tal como a impressão do sinete sobre a cera. Crisipo afirma não ser o caso, porque além dos dados sensoriais as *phantasiai* também são articuláveis em forma linguística ou proposicional – contém um dizível, *lektón*, ou um asserível, *axioma*. A concepção de Crisipo foi adotada pelo estoicismo desde então: a *phantasia* tem duas facetas, a saber, uma sensível, ou corpórea, (pois, é uma modificação da parte diretriz da alma) e outra virtual, ou incorpórea, (isto é, aquilo que é articulável em forma linguística, o sentido que lhe é atribuído pelo pensamento). Cf. nota 144 in Dinucci, A. Id. p.45-46. Cf. Dinucci, A. Rudolph, K. in *O bem humano em Epicteto*, p.28, in Id., 2021. Cf. D.L. 7.50. Assim, “Essa dualidade é expressa por Crisipo por meio de sua analogia entre representação e luz: assim como a luz mostra tanto a si mesma quanto as coisas iluminadas, da mesma maneira a representação também mostra a si mesma e a coisa que a produziu (Aëtius, 1874, 4.12.1-5)” in Dinucci, A. Rudolph, K. *O uso das representações e os três tópicos da filosofia de Epicteto*, p.17, Revista *Nuntius Antiquus*, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 1-38, 2024.

<sup>17</sup> *Ench.* §1.

<sup>18</sup> “Os três tópicos da filosofia de Epicteto são três vieses distintos da lida com as representações: no primeiro tópico, aquele do juízo ou do desejo, realinhamos nossas concepções sobre o mundo através das distinção entre coisas que estão e não estão sob o nosso encargo e reencontramos nosso lugar no Cosmos e na humanidade; no segundo tópico, referente ao impulso e à ação conveniente, moderamos nossos impulsos naturais e orientamos nossas ações de acordo com nossos papéis no mundo; no terceiro tópico, reservado aos que dominaram teórica e praticamente os dois primeiros, cuidamos do assentimento em relação às representações persuasivas e intensas (que podemos chamar de ‘tentações’)” in Dinucci, A. Rudolph, *Idem*, p.3-4, ver também p.27-31.

<sup>19</sup> *Diss.* 1.8.16.

<sup>20</sup> *Ib.* 2.1.4.

tempo, para a felicidade, a serenidade, a tranquilidade e todas as outras excelências morais<sup>21</sup>. Pois, essa concepção, ao mesmo tempo, proporciona um desprendimento com relação aos bens materiais e um ordenamento dos movimentos interiores da alma – impulsos e desejos – com relação a si mesmo.

O filósofo parte do princípio de que todos os seres humanos desejam viver seguros, felizes, fazendo tudo aquilo que se deseja sem impedimentos nem constrangimentos<sup>22</sup>. No entanto, segundo Epicteto, buscamos o nosso bem onde ele não está. Concebemos as coisas materiais, as riquezas, as honrarias, a estima pública e as opiniões alheias como sendo os verdadeiros bens quando, na verdade, estas coisas têm apenas um valor relativo e determinado pela maneira como as utilizamos<sup>23</sup>. O valor das coisas externas vem do modo como escolhemos fazer uso delas, e o modo como escolhemos valorizar e fazer uso das coisas externas depende da nossa compreensão sobre qual seja o verdadeiro bem<sup>24</sup>.

Por um lado, para Epicteto, a circunstância é o maior dos senhores da maioria das pessoas, pois quem comanda a circunstância comanda aqueles que amam as coisas materiais<sup>25</sup>. Por outro lado, o bem moral é o único caminho verdadeiro para a liberdade, a única saída da servidão, porque podemos assegurar a qualidade da nossa ação, ou seja, o nosso valor moral – a nossa dignidade – independentemente das influências externas<sup>26</sup>. Não estaríamos sujeitos às perturbações e inquietações como a ansiedade e o medo – definidas como movimentos desordenados e irracionais da alma –, pois não temeríamos perder nenhum dos nossos bens, já que nós mesmos os conservamos e os garantimos conforme a nossa escolha<sup>27</sup>. Em última instância, o próprio corpo não é nossa propriedade, mas um intermediário entre quem somos e as coisas externas<sup>28</sup>. O seu valor está no uso que fazemos dele, cuidamos e beneficiamos a sua saúde, mas jamais podemos garanti-la. A liberdade estoica não é uma liberdade absoluta, não é ser livre das leis da natureza nem das contingências sociais e históricas. Trata-se aqui da liberdade moral e, nesse sentido, da liberdade interior. É o poder de determinar o próprio valor como ser humano, a qualidade do próprio ser – em suma, afirmar a própria

---

<sup>21</sup> Ib. 4.1.100-101, 111-112.

<sup>22</sup> Ib. 4.1.46.

<sup>23</sup> Ib. 2.5.1.

<sup>24</sup> Ib. 2.5.6.

<sup>25</sup> Ib. 4.1.59.

<sup>26</sup> Ib. 4.1.131.

<sup>27</sup> Ib. 4.1.77, Cf. 2.17.31: *apathe*, isto é, livre das emoções negativas.

<sup>28</sup> Ib. 3.7.2, 2.22.19, 1.9.12.

dignidade livre e independentemente das circunstâncias quaisquer que elas sejam. Isso significa, na prática, ser capaz de governar a si mesmo: de conseguir escolher entre os impulsos e os desejos quais manifestar e a quais resistir, conforme a regra de vida aplicada ao exame das representações.

A essência do bem é uma capacidade de escolha de certa qualidade. A essência do mal é uma capacidade de escolha de certa qualidade. (2) Então o que são as coisas externas? Materiais para a capacidade de escolha que, segundo seu comportamento quanto a elas, construirá seu próprio bem ou mal. (3) Como construirá seu bem? Se não admirar os materiais. Pois as opiniões sobre os materiais, se forem corretas, tornam boa a capacidade de escolha; mas se forem tortas e distorcidas, tornam-na má. (4) Deus estabeleceu essa lei e disse: “Se quiseres um bem, toma-o de ti mesmo”. Tu dizes: “Não, o tomarei de outro”. Não, toma-o de ti mesmo! (5) De hoje em diante, quando um tirano ameaçar e me acusar, eu direi: “A quem ele ameaça?” Se ele disser “Acorrentar-te-ei”, eu direi, “Ele ameaça as pernas e os pés”. Se ele disser “Decapitar-te-ei”, eu direi “Ele ameaça o pescoço”. (6) Se ele disser “Lançar-te-ei na prisão”, direi “Ele ameaça meu diminuto corpo por inteiro”. E se me ameaçar com o exílio, a mesma coisa.

(*Diss.* 1.29.1-6. Tradução de Dinucci, A., 2020).

### III. As ações apropriadas

Na seção anterior, enfatizamos o aspecto pessoal da liberdade, a saber, o poder de manter-se independente das influências externas e de agir de maneira constante e invariável, segundo a natureza, por meio do exame das representações utilizando a regra de vida epictetiana. No entanto, essa perspectiva está incompleta, faz-se necessário destacar o aspecto social da liberdade e de todos os bens genuínos. Segundo os estoicos e Epicteto, os humanos são por natureza racionais e comunitários<sup>29</sup>. A realização da natureza humana não ocorre com o desenvolvimento de uma razão abstraída e desvinculada do mundo, mas com a formação de uma racionalidade que se compreende e que atua como parte de uma totalidade empírica. O estoico não vive isolado porque viver separado da sociedade é viver contrariamente à natureza e, portanto, irracionalmente. Nesse sentido, uma ação estoica jamais será uma ação que se circunscreve a si mesma, ao contrário, será sempre e necessariamente comunitária.

As excelências morais, ou seja, os bens genuínos são ações, compõem uma atividade, o saber viver, e não se resumem a saber discursar sobre belas ideias. Isso ocorre porque elas são, antes de mais nada, conhecimentos sobre a realidade que modificam o ser daquele que a conhece e, logo, age de acordo com o seu saber. Em

---

<sup>29</sup> *Ib.* 1.23.

Epicteto, a natureza racional no ser humano coincide com a sua natureza social, pois os bens que são próprios aos humanos somente podem ser usufruídos em benefício dos outros, além do pessoal<sup>30</sup>. Desse modo, o saber viver é saber conduzir-se segundo as ações apropriadas a cada circunstância<sup>31</sup>. As ações apropriadas podem ser percebidas pela nossa função na relação que temos com os outros<sup>32</sup>. Por natureza, não nascemos com um bom pai, mas com um pai, e caberá unicamente a ele ser bom, pois não é nosso encargo. Do mesmo modo, é nosso encargo ser um bom filho, um bom cidadão, um bom vizinho, um bom professor, um bom padeiro etc. Porque é a nossa escolha sermos bons. Por outro lado, ninguém é senhor da capacidade de escolha do outro e ninguém pode fazer o outro ser bom ou mal.

É importante destacar que, para os estoicos e Epicteto, agir em benefício pessoal se identifica com o agir em benefício social, porque o bem é a ação moral justa e excelente, enquanto o mal é a ação moral injusta e viciada. Segundo Epicteto, a natureza humana é dupla: compartilha da carne com os animais irracionais e compartilha da racionalidade e da inteligência com Deus<sup>33</sup>. Quem se inclina à primeira, age como um animal, porque obedece somente aos impulsos naturais de autopreservação e atua, supostamente, em benefício próprio, impedindo o desenvolvimento dos impulsos morais. Quem se inclina à segunda, age com a racionalidade que compreende as suas ações em relação com uma totalidade comum. E, nesse sentido, desenvolve os impulsos de busca pelos bens morais, porque se compreende como uma parte da comunidade humana e cósmica, mesmo que isso contradiga os impulsos de autopreservação e conduza à própria morte<sup>34</sup>. Quem concebe os bens materiais como sendo os bens verdadeiros jamais desenvolverá a virtude, porque eles são limitados e objetos de disputa entre os humanos. Nesse sentido, enquanto o bem for compreendido como sendo algo exterior, não haverá harmonia nem paz social, mas competição, divisão e rivalidade.

#### **IV. A diatribe *Sobre a atenção***

---

<sup>30</sup> Cf. Dinucci, A. Koinonia cósmica e antropológica em Epicteto, in *Cosmópolis: mobilidades culturais às origens do pensamento*, p. 85-88. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2016.

<sup>31</sup> *Diss.* 4.9.16.

<sup>32</sup> *Ench.* §30.

<sup>33</sup> *Diss.* 1.6.

<sup>34</sup> *Ib.* 1.3.7.

A palavra *prosokhe* é utilizada somente oito vezes nos quatro livros que nos chegaram de *As Diatribes de Epicteto* e apenas uma vez no *Enquirídio de Epicteto*<sup>35</sup>. No *Stoicorum Veterum Fragmenta* o termo aparece uma única vez<sup>36</sup>, no qual Crisipo, segundo o relato de Estobeu, estabelece uma distinção entre bens que são em movimento (*en kinesei*) e bens que são em uma condição estacionária (*en skhesei*), estáveis, como a “atenção viril” (*prosokhen epantron*). Apesar desse uso de *prosokhe* por Crisipo, a obra de Epicteto ainda é o mais antigo registro conservado na tradição do pensamento ocidental, a discorrer explicitamente sobre o valor filosófico da capacidade de atenção.

O valor da diatribe *Sobre a atenção* pode ser ainda mais apreciado quando temos em conta que talvez seja não apenas o mais antigo, mas um dos poucos, se não o único, texto filosófico da antiguidade ocidental sobre este tema. Depois de Epicteto, mas em outro registro do pensamento ocidental, no da filosofia cristã no fim da antiguidade, há a homilia de Basílio de Cesareia intitulada *Presta atenção a ti mesmo*, na qual o autor discorre sobre a prática de prestar atenção a si mesmo no interior do ensinamento cristão<sup>37</sup>. Observamos que o arcabouço lexical deste último é marcadamente estoico, no entanto, a sua análise ficará para ser feita em outro trabalho.

Apesar dos poucos documentos atestando o valor da prática da atenção na filosofia estoica, Pierre Hadot, por exemplo, afirma que “a atenção é a atitude espiritual fundamental do estoico”<sup>38</sup>. Sem dúvida, é uma das atitudes fundamentais do estoico. Mais ou menos diretamente as ideias de estar atento, de prontidão e de vigilância permeiam outros textos da tradição, mas com o uso de outros termos. A seguir, vamos nos deter nos parágrafos da diatribe em questão e realizar uma breve análise.

**Parágrafos 1 a 6: sustentar a atenção continuamente.** Nas primeiras linhas da diatribe, Epicteto afirma ser um erro (ἀμαρτάνω) relaxar (ἀφίημι) a nossa capacidade de atenção porque não nos será mais possível, mesmo se quisermos (θέλω), mobilizar a nossa atenção. De modo que todas as nossas atividades e afazeres se tornarão piores, porque as realizaremos desatentamente. Imediatamente a seguir, no parágrafo 2, Epicteto nomeia o “pior dentre todos os hábitos” (τὸ πάντων χαλεπώτατον ἔθος): o hábito de não prestar atenção (μὴ προσέχειν). Relaxar a atenção é um erro porque significa o mesmo que cultivar o hábito de não prestar atenção e esse é o pior de todos,

<sup>35</sup> Ib. 1.10.20, 1.20.10, 3.16.15, 3.22.105, 4.12.1, 4.12.2, 4.12.4, 4.12.19; *Ench.* §33.6.

<sup>36</sup> *SVF* 3.111.

<sup>37</sup> Basílio de Cesareia, *Op.cit.*, 1962.

<sup>38</sup> Hadot, P. *Exercícios espirituais e filosofia antiga*. p.25. São Paulo: É Realizações, 2014.

porque prejudica todas as partes da vida humana. Acaso há alguma tarefa na vida, por menor que seja, mais bem realizada com distração do que com atenção?

Além desse, um segundo hábito também é engendrado: o hábito de adiar o esforço de atenção (*ἀναβάλλεσθαι τὴν προσοχὴν*). Ainda nesse parágrafo, Epicteto equivale o adiamento do esforço de atenção com o adiamento (*ὑπερτίθεσθαι*) da vida segundo a natureza e o adiamento do bom fluxo de vida (*τὸ εὐροεῖν*). Ou seja, ele equipara o adiamento do esforço por prestar atenção ao adiamento da prática dos princípios mais fundamentais do estoicismo, a saber, conduzir-se e viver segundo a natureza. Além disso, ele afirma ser o mesmo que adiar a *euroia*, termo caro a Epicteto, no qual sintetiza os princípios teóricos e os resultados da prática do ensinamento. Pois, segundo ele, a atividade própria da excelência é a *euroia*, é viver em um fluxo harmonioso<sup>39</sup>.

Entre os parágrafos 3, 4 e 5, em um tom decisivo, o filósofo afirma que se a postergação do esforço de atenção para um outro momento, ou o dia seguinte – esforço aqui subentendido como sinônimo de prática da filosofia estoica – for considerado algo vantajoso, que se abandone completamente esse esforço! Caso contrário, deveríamos sustentar continuamente a nossa atenção (*διηνεκῆ τὴν προσοχὴν φυλάσσεις*). Pois, nenhuma atividade nos impede de fazê-lo seja, por exemplo, brincar, jogar ou cantar. Não há nenhuma parte da vida sobre a qual o ato de atenção não possa se estender (*διατείνει τὸ προσέχειν*). Acaso um carpinteiro ou um piloto trabalhariam melhor e com mais segurança desatentamente? Nada é realizado pior atentamente e melhor distraidamente.

Por fim, no parágrafo 6, Epicteto pergunta: “Tu não percebes que, quando relaxas o pensamento, não cabe mais a ti recuperá-lo, nem o decoro, nem a dignidade, nem o ordenamento? Mas fazes tudo o que te sobrevém e segues as tuas propensões”. Ou seja, relaxar a atenção é também relaxar, soltar, abrir mão de governar o pensamento (*τὴν γνώμην*). Significa perder o comando sobre o fluxo dos próprios pensamentos, sobre o discurso interior e, conseqüentemente, perder o governo sobre as próprias ações. Pois, segundo Epicteto, todas as nossas ações resultam das nossas opiniões acerca da matéria com relação a qual agimos<sup>40</sup>. Se nos deixamos assentir a qualquer pensamento aleatório por mera influência alheia, como que reféns dos estímulos externos, sem nos

<sup>39</sup> *Diss.* 1.4.5: τί ἔργον ἀρετῆς; εὐροια: “Qual é o trabalho da virtude? A serenidade”.

<sup>40</sup> *Ib.* 3.9.2: παντὶ γὰρ αἴτιον τοῦ πράσσειν τι δόγμα: “A causa de todas as ações é uma opinião”. Em *Diss.* 4.1.110 Epicteto estabelece: não diga que as coisas exteriores são essenciais para você e elas não serão.

guiarmos por princípios próprios, as nossas escolhas e ações serão igualmente aleatórias. Nosso comportamento será instável e desordenado porque subjugados às variações das circunstâncias. Joguetes dos acontecimentos, sem liberdade interior<sup>41</sup>. Com efeito, isso significa abrir mão do decoro e da dignidade, pois não há ordenamento interior para sustentar a coerência dos princípios morais. Nesse sentido, agimos em conformidade ao que nos sobrevém e seguimos as nossas propensões naturais, isto é, desejos e impulsos, tendências habituais de comportamento, como animais irracionais reagindo aos estímulos externos.

**Parágrafos 7 a 14: prestar atenção aos princípios da filosofia.** Exatamente a quê se deve prestar atenção? Aos princípios universais (τοῖς καθολικοῖς). Mantê-los à mão (πρόχειρα ἔχειν) sempre e em todo lugar. Não dormir, não acordar, nem beber nem comer, não conversar com nenhuma pessoa sem estar atento e vigilante aos dois princípios universais. Primeiro, ninguém exerce poder (κύριος) sobre a capacidade de escolha (προαίρεσις) de outra pessoa. Segundo, o nosso próprio bem e mal estão única e exclusivamente no uso que fazemos da nossa capacidade de escolha. Conseqüentemente, ninguém pode nos prejudicar nem beneficiar, porque somente nós mesmos temos autoridade (ἐξουσίαν) para determinar o bem e o mal da nossa vida<sup>42</sup>.

A observância dos princípios garante ao praticante de filosofia, segundo Epicteto, a tranquilidade, a completa ausência de perturbações e de temores. Porque não há razão de se agitar diante das coisas externas (τὰ ἔκτα), sejam elas o poder autoritário de um tirano, a opinião alheia, a doença ou a pobreza<sup>43</sup>. A origem dos bens e dos males não está nelas, mas na própria capacidade de escolha, e esta, por sua vez, é por natureza livre e independente daquelas. Experimenta-se, assim, a segurança (ἀσφαλῆ) interior de quem sabe que o seu valor não é determinado pela presença ou ausência de posses materiais, nem por relacionamentos com pessoas que veem a si mesmas e são vistas por outras, como importantes<sup>44</sup>.

Em suma, nos parágrafos 7 a 10 o filósofo discorre sobre o objeto do ato de atenção, os dois princípios universais. A seguir, embora o parágrafo 11 esteja fragmentado, podemos deduzir o seu significado pautando-se pelo contexto. Ele afirma

---

<sup>41</sup> Em *Diss.* 4.1.100 Epicteto afirma que todas as coisas exteriores estão submetidas à circulação do universo. Essa afirmação está de acordo com a concepção do Cosmos pelos estoicos, seguindo a opinião de Heráclito de Éfeso, segundo a qual tudo está em constante movimento e não há nada que esteja imóvel.

<sup>42</sup> *Diss.* 4.1.82.

<sup>43</sup> *Ib.* 4.1.59-60.

<sup>44</sup> Sobre o valor de si mesmo, Cf. KAMTEKAR, R. *Op.cit.*, 1998.

haver alguém (τίτι) a quem agradar, obedecer e se submeter e diz “Por Deus e segundo ele” e o texto se fragmenta. Poderíamos interpretar que Epicteto estivesse se referindo a Deus. Mas o parágrafo 12 nos faz entender que ele está se referindo a si mesmo, ao dizer que Deus “me pôs no comando de mim mesmo e submeteu a minha capacidade de escolha somente a mim, dando regras para usá-la com retidão”. Com efeito, o filósofo está enfatizando a responsabilidade única e exclusivamente nossa por nós mesmos, ainda que entenda Deus como o provedor da vida e das condições de vida. Destaca, por essa razão, o caráter livre da nossa capacidade de escolha. Livre, inclusive, das influências de Deus<sup>45</sup>.

Quantos aos parágrafos 13 e 14, Epicteto afirma que se nos perturbamos com as acusações e censuras dos outros contra nós é porque não nos exercitamos o suficiente nesse tópico. Tal como os artistas e artesãos, que são mestres no que fazem, não se incomodam, mas ao contrário, riem com as opiniões dos ignorantes a respeito de sua arte, os praticantes de filosofia exercitados nos seus princípios não se incomodarão com aqueles que ignoram a finalidade da filosofia e fazem todo o tipo de comentários aleatórios.

**Parágrafos 15 a 18: aplicações práticas.** Nos parágrafos a seguir, direto ao ponto, Epicteto reitera que todas as nossas ações precisam estar fundadas sobre os princípios universais e nada fazer sem eles. É necessário sustentar o esforço de atenção sobre todo o escopo desses princípios (τετάσθαι τὴν ψυχὴν ἐπὶ τοῦτον τὸν σκοπόν), não apenas teoricamente, mas, principalmente, do ponto de vista prático. Ele encadeia quatro aplicações práticas para orientar o estudante a como realizar o esforço de atenção em circunstâncias concretas.

(i) Primeiro, é necessário conservar diante dos olhos a distinção entre o que está sob o nosso encargo e o que não está sob o nosso encargo. As coisas exteriores, assim como as ações das outras pessoas, são alheias à nossa capacidade de escolha. Nós apenas nos relacionamos com elas, isto é, com as pessoas e os objetos externos, mas todos são por natureza transitórios em relação a nós. Por isso, não devemos perseguir as coisas externas, nem as opiniões das pessoas, para que nós não submetamos a nós mesmos a algo que não seja a nossa vontade. E nos restringir a perseguir somente as coisas que estão sob o nosso encargo, que são passíveis de escolha, a saber, o nosso bem moral. E tudo o que está além de nossa capacidade de escolha, por ser alheio e

---

<sup>45</sup> *Diss.* 1.1.

passageiro, aceitamos como é, seja quando nos é dado, seja quando nos é retirado<sup>46</sup>. Essa é uma lei da natureza, tal como Deus organizou o universo.

(ii) Segundo, precisamos nos lembrar continuamente quem nós somos e qual é o nosso nome: nós somos seres racionais e sociais dotados naturalmente da equipagem necessária para compreender o Cosmos e contribuir ativamente para a harmonia da comunidade universal. Isso significa sustentar o esforço de lembrar a si mesmo para agir segundo critérios racionais e, ao mesmo tempo, sociais. Cada papel social que exercemos na comunidade, seja como professor ou padeiro, mãe ou irmão, ou vizinho, pode ser cumprido segundo os atos adequados, que são medidos pelas relações com as outras pessoas e a comunidade como um todo. Lembremo-nos, o nosso verdadeiro bem está dentro de nós e não nas coisas exteriores, é o nosso bem moral, ou seja, a virtude. E o nosso bem, se é que verdadeiramente o possuímos, por sua vez, somente pode ser usufruído em benefício dos outros, em favor da harmonia social. Nunca apenas de si mesmo.

(iii) Terceiro, “para que os companheiros não nos desprezem e nem nós a eles” precisamos estar atentos à qualidade das relações interpessoais, para não as prejudicar por descuidos de comportamento que poderiam ter sido evitados. Por exemplo, ter sempre em mente o propósito pelo qual nos relacionamos com tais e tais pessoas. Estar atento aos momentos adequados para rir ou fazer chacotas. Assim como às situações nas quais fazer comentários jocosos não é prejudicial, mas adequado para o cultivo de vínculos afetivos e comunitários.

(iv) Por fim, a última orientação de Epicteto é quanto ao esforço por observar e preservar a si mesmo (τηρηῆσαι τὸ αὐτοῦ) nos relacionamentos. É uma recapitulação dos três pontos anteriores, pois a prática do exercício estoico de atenção exige a unidade dos princípios filosóficos. É necessário, ao mesmo tempo, estar atento e vigilante a quem nós somos e qual é o nosso propósito de vida, sempre e em todo lugar, em meio a todas as interações com as pessoas e com o mundo. Em suma, é necessário sustentar a atenção na direção do nosso progresso moral, pois, fundamentalmente, há apenas duas alternativas mutuamente excludentes: tentar atender às exigências da realização da natureza humana ou se abandonar às inclinações habituais e influências externas. Nesse sentido, Epicteto afirma no parágrafo 18: “Quando te desvias de alguns desses

---

<sup>46</sup> Em *Diss.* 4.1.101 Epicteto questiona: por que lutar contra Deus? Por que tentar se apropriar de coisas que são absolutamente impossíveis de serem apropriadas?

<princípios>, imediatamente há prejuízo, não a partir do exterior, mas da própria ação <de se desviar>”<sup>47</sup>.

**Parágrafos 19 a 21: não adiar o esforço de atenção.** Nas últimas linhas da diatribe, Epicteto expõe uma perspectiva empírica sobre o exercício de atenção. A respeito das possibilidades reais de se manter continuamente atento e livre de todos os erros, ele afirma simplesmente: é impossível e impraticável (ἀμήχανον). Parece que o filósofo está falando a partir da própria experiência: embora seja impossível conservar-se atento e sem erros, “é possível continuamente esforçar-se para não errar” (δυνατὸν πρὸς τὸ μὴ ἁμαρτάνειν τετάσθαι διηνεκῶς). Ou seja, é fato e está posto que nos distrairemos e cometeremos erros. No entanto, é possível sustentar o esforço de não errar, quer dizer, é possível sustentar o esforço de prestar atenção para não nos desviar do nosso propósito. Não conseguimos preservar a qualidade da nossa atenção por longas durações de tempo, nem simultaneamente prestar atenção sobre muitas coisas, pessoas e nós mesmos. Epicteto demonstra ciência disso. Contudo, demonstra também saber ser possível, uma vez que tenhamos nos distraído, retomar o esforço de atenção. Embora a nossa força de atenção não sustente sempre a mesma qualidade e quantidade de vigilância, o exercício permitirá o seu desenvolvimento ainda que jamais alcance a perfeição: “É preciso se contentar, se jamais relaxando essa atenção, nos livrarmos pelo menos de uns erros” (εἰ μηδέποτε ἄνιέντες ταύτην τὴν προσοχὴν ὀλίγων γε ἁμαρτημάτων ἐκτὸς ἐσόμεθα).

Por último, o filósofo reforça a importância de não adiar o esforço de prestar atenção, retomando e desdobrando o que foi dito no início da diatribe. Se adiarmos para amanhã o esforço de estar atento e se esse esforço significa cuidar das nossas ações e dos nossos afazeres, em qual estado ficaremos hoje? Adiar para amanhã significa descuidar do hoje e cultivar o hábito do adiamento. O “hoje” do amanhã será igualmente adiado e assim sucessiva e indeterminadamente. Não prestar atenção e descuidar dos princípios filosóficos que nos guiam ao nosso verdadeiro bem, isto é, em direção a nós mesmos, é nos abandonar à servidão das coisas externas e opiniões alheias. É abrir mão de guiarmos a nós mesmos para sermos guiados por outros mestres. Por isso, Epicteto enfatiza, se amanhã será bom prestar atenção, muito melhor é realizar esse esforço hoje. De modo que amanhã, por causa do exercício de hoje, teremos mais possibilidades de nos esforçar e progredir e menos de adiar.

---

<sup>47</sup> Em *Diss.* 4.1.120 Epicteto afirma que a punição, ou o dano (ἡ ζημία), de quem age injustamente é a própria ação injusta.

Segundo o filósofo, tudo o que é exercitado é desenvolvido, assim como o oposto<sup>48</sup>. Se você quer abandonar um hábito será preciso criar um hábito contrário. Se você quer ser um leitor, leia. Se você quer ser um escritor, escreva. Logo, se você quer desenvolver a sua atenção, preste atenção. Enfim, a capacidade de atenção pode ser exercitada e aprimorada desde que, conclui Epicteto, não relaxemos a nossa atenção e nos esforcemos continuamente para prestar atenção e não errar, de maneira a estender a atenção da nossa alma sobre toda a abrangência dos princípios universais.

---

<sup>48</sup> *Diss.* 3.12.

**Diatribes 4.12 – Sobre a atenção**

Sobre a atenção

(1) Quando por pouco tempo relaxas a atenção, não fantasias que, quando quiseres, tu irás recuperá-la. Mas tem à mão isto: por causa desse erro de hoje, necessariamente serão piores os teus afazeres. (2) Primeiro, porque o pior de todos os hábitos, o de não prestar atenção, vai nascer em ti. Depois, <porque> o hábito de adiar a atenção <vai nascer em ti>: assim, de tempos em tempos, habituando-te a adiar o bom fluxo <de vida>, o ser decoroso, o ser e o dispor-se segundo a natureza. (3) Portanto, se a postergação é vantajosa, é mais vantajosa a sua completa postergação! Se não é vantajosa, por que não sustentas continuamente a atenção? (4) “Hoje quero brincar”. Então o que te impede de prestar atenção? “Cantar”. E o que te impede de prestar atenção? Pois não há nenhuma parte da vida a excluir à qual não se estenda o ato de prestar atenção? Pois o que pior tu farás prestando atenção e melhor não prestando atenção? (5) E o que na vida se torna melhor não prestando atenção? O carpinteiro sem prestar atenção <trabalha melhor>? O piloto sem prestar atenção dirige com mais segurança? Dentre as menores tarefas, <há> alguma que se realize melhor com desatenção? (6) Tu não percebes que, quando relaxas o pensamento, não cabe mais a ti recuperá-lo, nem o decoro, nem a dignidade, nem o ordenamento? Mas fazes tudo o que te sobrevém e segues as tuas propensões.

ιβ'. Περὶ προσοχῆς.

(1) Ὄταν ἀφῆς πρὸς ὀλίγον τὴν προσοχὴν, μὴ τοῦτο φαντάζου, ὅτι, ὁπότεν θέλῃς, ἀναλήψῃ αὐτήν, ἀλλ' ἐκεῖνο πρόχειρον ἔστω σοι, ὅτι παρὰ τὸ σήμερον ἀμαρτηθὲν εἰς τᾶλλα χεῖρον ἀνάγκη σοι τὰ πράγματα ἔχειν. (2) πρῶτον μὲν γὰρ τὸ πάντων χαλεπώτατον ἔθος τοῦ μὴ προσέχειν ἐγγίνεται, εἶτα ἔθος τοῦ ἀναβάλλεσθαι τὴν προσοχὴν· ἀ[ι]εὶ δ' εἰς ἄλλον καὶ ἄλλον χρόνον εἰωθας ὑπερτίθεσθαι τὸ εὐροεῖν, τὸ εὐσχημονεῖν, τὸ κατὰ φύσιν ἔχειν καὶ διεξάγειν. (3) εἰ μὲν οὖν λυσιτελεῖς ἢ ὑπέρθεις ἐστίν, ἢ παντελῆς ἀπόστασις αὐτῆς ἐστὶ λυσιτελεστέρα· εἰ δ' οὐ λυσιτελεῖ, τί οὐχὶ διηνεκῆ τὴν προσοχὴν φυλάσσεις; (4) ‘σήμερον παῖζαι θέλω.’ τί οὖν <κωλύει> προσέχοντα; ‘ᾄσαι.’ τί οὖν κωλύει προσέχοντα; μὴ γὰρ ἐξαιρεῖται τι μέρος τοῦ βίου, ἐφ' ὃ οὐ διατείνει τὸ προσέχειν; χεῖρον γὰρ αὐτὸ προσέχων ποιήσεις, βέλτιον δὲ μὴ προσέχων; (5) καὶ τί ἄλλο τῶν ἐν τῷ βίῳ κρεῖσσον ὑπὸ τῶν μὴ προσεχόντων γίνεται; ὁ τέκτων μὴ προσέχων .....; <ὁ κυβερνήτης μὴ προσέχων> κυβερνᾷ ἀσφαλέστερον; ἄλλο δὲ τι τῶν μικροτέρων ἔργων ὑπὸ ἀπροσεξίας ἐπιτελεῖται κρεῖσσον; (6) οὐκ αἰσθάνῃ, ὅτι, ἐπειδὴν ἀφῆς τὴν γνώμην, οὐκ ἔτι ἐπὶ σοί ἐστὶν ἀνακαλέσασθαι αὐτήν, οὐκ ἐπὶ τὸ εὐσχημον, οὐκ ἐπὶ τὸ αἰδῆμον, οὐκ ἐπὶ τὸ κατεσταλμένον; ἀλλὰ πᾶν τὸ ἐπελθὸν ποιεῖς, ταῖς προθυμίαις ἐπακολουθεῖς.

(7) Então, a que me é preciso prestar atenção? – Primeiro, àqueles <princípios> universais e tê-los à mão e não dormir, não acordar, não beber, não comer, não <se> reunir com os humanos sem eles: que ninguém <exerce> poder sobre a capacidade de escolha de outro e que nela, somente, jaz o bem e o mal. (8) Então, ninguém <tem> poder nem para me fazer um bem nem para me envolver num mal. Mas, nesses assuntos, somente eu tenho autoridade sobre mim mesmo. (9) Quando então essas coisas <estão> seguras para mim, que <motivos> eu tenho para ser agitado pelas coisas externas? Qual tirano será temível, qual doença, qual pobreza, qual obstáculo? (10) – Mas não agradei a fulano. – Por acaso ele é obra minha, é um juízo meu? – Não. – Então por que ainda te preocupas <com isso>? – Mas parece ser alguém <importante>. (11) – Por um lado, ele se vê <assim>, e a outros <assim> parece. Por outro lado, eu tenho alguém que me é preciso agradar, alguém <a quem me> submeter, alguém para obedecer: Por Deus e segundo ele ..... (12) Ele me pôs no comando de mim mesmo e submeteu a minha capacidade de escolha somente a mim, dando regras para usá-la com retidão. E, quando as sigo, não me perco nos silogismos de nenhuma das coisas ditas por outro, não levo em consideração as colocações ambíguas de ninguém. (13) Então por que os acusadores me incomodam tanto? Qual é a causa dessa perturbação? Não é outra coisa senão que não me exercito neste tópico. (14) Já que toda a tua ciência é desdenhosa quanto à ignorância e aos ignorantes, e não apenas

as ciências, mas também as artes. Toma o sapateiro que quiser, e ele rirá acerca do que os muitos <acham> sobre o seu trabalho. Toma o carpinteiro que quiser.

(7) Τίσιν οὖν δεῖ με προσέχειν; — Πρῶτον μὲν ἐκείνοις τοῖς καθολικοῖς καὶ ἐκεῖνα πρόχειρα ἔχειν καὶ χωρὶς ἐκείνων μὴ καθεύδειν, μὴ ἀνίστασθαι, μὴ πίνειν, μὴ ἐσθίειν, μὴ συμβάλλειν ἀνθρώποις· ὅτι προαιρέσεως ἀλλοτρίας κύριος οὐδεὶς, ἐν ταύτῃ δὲ μόνη τὰγαθὸν καὶ κακόν. (8) οὐδεὶς οὖν κύριος οὐτ' ἀγαθόν μοι περιποιῆσαι οὔτε κακῶ με περιβαλεῖν, ἀλλ' ἐγὼ αὐτὸς ἐμαυτοῦ κατὰ ταῦτα ἐξουσίαν ἔχω μόνος. (9) ὅταν οὖν ταῦτα ἀσφαλῆ μοι ᾗ, τί ἔχω περὶ τὰ ἐκτὸς ταράσσεσθαι; ποῖος τύραννος φοβερός, ποία νόσος, ποία πενία, ποῖον πρόσκρουσμα; (10) — Ἄλλ' οὐκ ἦρεσα τῶ δεῖνι. — Μὴ οὖν ἐκεῖνος ἐμὸν ἐστὶν ἔργον, μή τι ἐμὸν κρίμα; — Οὐ. — Τί οὖν ἔτι μοι μέλει; — Ἀλλὰ δοκεῖ τις εἶναι. (11) — Ὅψεται αὐτὸς καὶ οἷς δοκεῖ, ἐγὼ δ' ἔχω, τί μοι δεῖ ἀρέσκειν, τί μοι ὑποτετάχθαι, τί μοι πειθεσθαι τῶ θεῶ καὶ μετ' ἐκείνων ..... (12) ἐμὲ ἐκεῖνος συνέστησεν ἐμαυτῶ καὶ τὴν ἐμὴν προαίρεσιν ὑπέταξεν ἐμοὶ μόνῳ δοῦς κανόνας εἰς χρῆσιν αὐτῆς τὴν ὀρθήν, οἷς ὅταν κατακολουθήσω, ἐν συλλογισμοῖς οὐκ ἐπιστρέφομαι οὐδενὸς τῶν ἄλλο τι λεγόντων, ἐν μεταπίπτουσιν οὐ φροντίζω οὐδενός. (13) διὰ τί οὖν ἐν τοῖς μείζουσιν ἀνιῶσί μοι οἱ ψέγοντες; τί τὸ αἴτιον ταύτης τῆς ταραχῆς; οὐδὲν ἄλλο ἢ ὅτι ἐν τούτῳ τῶ τόπῳ ἀγύμναστος εἰμι. (14) ἐπεὶ τοὶ πᾶσα ἐπιστήμη καταφρονητικὴ ἐστὶ τῆς ἀγνοίας καὶ τῶν ἀγνοούντων καὶ οὐ μόνον αἱ ἐπιστῆμαι, ἀλλὰ καὶ αἱ τέχναι. φέρε ὄν θέλεις σκυτέα καὶ τῶν πολλῶν καταγελᾶ περὶ τὸ αὐτοῦ ἔργον· φέρε ὄν θέλεις τέκτονα.

(15) Primeiro, portanto, tem à mão essas coisas e nada faça sem elas, mas tenciona a tua alma sobre todo o escopo: perseguir nenhuma das coisas exteriores, nem o que pertence a outros, mas as coisas passíveis de escolha, conforme aquele que detém o poder as dispôs; e dentre as coisas alheias, <aceite-as> tal como foi dado. (16) Além disso, lembrar quem nós somos e qual é o nosso nome, para tentar guiar as <nossas> capacidades pelas relações e os atos adequados: (17) qual é o momento de cantar, qual é o momento de brincar, na presença de quem? Isso estará de acordo com a situação? Para que os companheiros não nos desprezem e nem nós a eles: quando fazer comentários jocosos quando e com quem gracejar, quando e com quem se relacionar e por qual razão; por fim, como observar a si mesmo nos relacionamentos. (18) Quando te desvias de alguns desses <princípios>, imediatamente há prejuízo, não a partir do exterior, mas da própria ação <de se desviar>.

(19) E então? Já é possível ser <alguém> sem erros? Não, impraticável. Mas isto é possível: continuamente esforçar-se para não errar. E é preciso se contentar, se jamais relaxando essa atenção, nos livrarmos pelo menos de alguns erros. (20) Mas quando você fala “amanhã prestarei atenção”, sabe que é isto o que dizes: “Hoje serei impudente, inoportuno, submisso! Estará sob o encargo dos outros me afligir! Hoje ficarei irado e invejarei”. (21) Veja quantos males

voltas contra ti mesmo. Mas se amanhã é bom para ti, tanto melhor hoje! Se é vantajoso amanhã, muito mais hoje, para que possas também <prestar atenção> amanhã e não adiar novamente uma terceira vez.

(15) Πρῶτον μὲν οὖν ταῦτα ἔχειν πρόχειρα καὶ μηδὲν δίχα τούτων ποιεῖν, ἀλλὰ τετάσθαι τὴν ψυχὴν ἐπὶ τούτων τὸν σκοπὸν, μηδὲν τῶν ἔξω διώκειν, μηδὲν τῶν ἀλλοτρίων, ἀλλ’ ὡς διέταξεν ὁ δυνάμενος, τὰ προαιρετικὰ ἐξ ἅπαντος, τὰ δ’ ἄλλα ὡς ἂν διδῶται. (16) ἐπὶ τούτοις δὲ μεμνησθαι, τίνες ἐσμὲν καὶ τί ἡμῖν ὄνομα, καὶ πρὸς τὰς δυνάμεις τῶν σχέσεων πειρᾶσθαι τὰ καθήκοντα ἀπευθύνειν· (17) τίς καιρὸς ᾠδῆς, τίς καιρὸς παιδι[ε]ϊᾶς, τίνων παρόντων· τί ἔσται ἀπὸ τοῦ πράγματος· μή τι καταφρονήσωσιν ἡμῶν <οἱ> συνόντες, μή τι ἡμεῖς αὐτῶν· πότε σκῶσαι καὶ τίνας ποτὲ καταγελάσαι καὶ ἐπὶ τίνι ποτὲ συμπερινεχθῆναι καὶ τίνι, καὶ λοιπὸν ἐν τῇ συμπεριφορᾷ πῶς τηρῆσαι τὸ αὐτοῦ. (18) ὅπου δ’ ἂν ἀπενεύσης ἀπὸ τίνος τούτων, εὐθὺς ζημία, οὐκ ἔξωθέν ποθεν, ἀλλ’ ἐξ αὐτῆς τῆς ἐνεργ<ε>ίας.

(19) Τί οὖν; δυνατὸν ἀναμάρτητον ἤδη εἶναι; ἀμήχανον, ἀλλ’ ἐκεῖνο δυνατὸν πρὸς τὸ μὴ ἀμαρτάνειν τετάσθαι διηνεκῶς. ἀγαπητὸν γάρ, εἰ μηδέποτ’ ἀνιέντες ταύτην τὴν προσοχὴν ὀλίγων γε ἀμαρτημάτων ἐκτὸς ἐσόμεθα. (20) νῦν δ’ ὅταν εἴπῃς ‘ἀπαύριον προσέξω’, ἴσθι ὅτι τοῦτο λέγεις ‘σήμερον ἔσομαι ἀναίσχυντος, ἄκαιρος, ταπεινός· ἐπ’ ἄλλοις ἔσται τὸ λυπεῖν με· ὀργισθήσομαι σήμερον, φθονήσω’. (21) βλέπε, ὅσα κακὰ σεαυτῷ ἐπιτρέπεις. ἀλλ’ εἴ σ<οἱ> αὔριον καλῶς ἔχει, πόσω κρεῖττον σήμερον· εἰ αὔριον συμφέρει, πολὺ μᾶλλον σήμερον, ἵνα καὶ αὔριον δυνηθῆς καὶ μὴ πάλιν ἀναβάλλῃ εἰς τρίτην.



## ιβ'. Περὶ προσοχῆς.

1

Ὅταν ἀφῆς πρὸς ὀλίγον τὴν προσοχήν, μὴ τοῦτο φαντάζου, ὅτι, ὁπότεν θέλῃς, ἀναλήψῃ αὐτήν, ἀλλ' ἐκεῖνο πρόχειρον ἔστω σοι, ὅτι παρὰ τὸ σήμερον ἁμαρ-  
 5 τηθὲν εἰς τᾶλλα χεῖρον ἀνάγκη σοι τὰ πράγματα ἔχειν. πρῶτον μὲν γὰρ τὸ πάντων χαλεπώτατον ἔθος τοῦ μὴ 2 προσέχειν ἐγγίνεται, εἶτα ἔθος τοῦ ἀναβάλλεσθαι τὴν προσοχήν· ἀ[ι]εὶ δ' εἰς ἄλλον καὶ ἄλλον χρόνον εἴωθας ὑπερτίθεσθαι τὸ εὐροεῖν, τὸ εὐσχημονεῖν, τὸ κατὰ φύ-  
 10 σιν ἔχειν καὶ διεξάγειν. εἰ μὲν οὖν λυσιτελῆς ἢ ὑπέρ- 3 θεσίς ἐστίν, ἢ παντελῆς ἀπόστασις αὐτῆς ἐστὶ λυσιτε- λεστέρα· εἰ δ' οὐ λυσιτελεῖ, τί οὐχὶ διηνεκῆ τὴν προσ- οχήν φυλάσσεις; 'σήμερον παῖξαι θέλω.' τί οὖν <κωλύει> 4 προσέχοντα; 'ἄσαι.' τί οὖν κωλύει προσέχοντα; μὴ γὰρ  
 15 ἔξαιρεῖται τι μέρος τοῦ βίου, ἐφ' ὃ οὐ διατείνει τὸ προσέχειν;| χεῖρον γὰρ αὐτὸ προσέχων ποιήσεις, βέλτιον 168<sup>r</sup> δὲ μὴ προσέχων; καὶ τί ἄλλο τῶν ἐν τῷ βίῳ κρεῖσσον 5 ὑπὸ τῶν μὴ προσεχόντων γίνεται; ὁ τέκτων μὴ προσ- ἔχων . . . . .; <ὁ κυβερνήτης μὴ προσέχων> κυ-  
 20 βερνα̃ ἀσφαλέστερον; ἄλλο δέ τι τῶν μικροτέρων ἔργων

8 cf. Ench. 51, 1.

2 ἀφῆς Kron.: φησί S; ἀφῆς σοι S<sub>b</sub>; ἀφῆς σὺ s; ἀφῆς κἄν Wolf; ἀφῆς σου Meib.; ἀφήσης Cor.; ἀφῆς, φησί, πρὸς ego olim προσοχήν vel προχοχήν S: corr. m. pr. 8 αἰεὶ S: corr. Cor. 8—9 εἴωθας ὑπερτίθεσθαι scripsi: ἰ\*ωθι (vel ἰ\*ωθας) ὑπερτιθέμενος S; εἰώθει (ἐξωθῆ Schw.) ὑπερτιθέμενος (-ον Trinc.) S<sub>b</sub>; εἴωθεν ὑπερτίθεσθαι Wolf; ἀπωθεῖν (ἐξωθεῖν Cor.) ὑπερτιθέμενον Is. Casaubonus; εἰώθει ὑπερτιθέμενον <διαλανθάνειν> r; ὑπορρεῖ ὑπερτιθέμενον R; λήληθας ὑπερτιθέμενος Elter 9—10 <καὶ> τὸ κατὰ φύσιν ἔχον διεξάγειν Meib. 10 λυσιτελῆς S (i corr.) 11 ἔσται Cor. (erit Wolf) 13 <κωλύει> add. C. Schenkl; τί οὖν; <οὐ δεῖ> S<sub>b</sub> 18 ὁ τέκτων] ὁ κυβερνήτης s 18 sq. lacunam

11 αὐτῆς] ἡγουν τῆς προσοχῆς: S<sub>b</sub> inter lin.

- 6 ὑπὸ ἀπροσεξίας ἐπιτελεῖται κρείσσον; οὐκ αἰσθάνη, ὅτι, ἐπειδὴν ἀφῆς τὴν γνώμην, οὐκ ἔτι ἐπὶ σοί ἐστιν ἀνακαλέσασθαι αὐτήν, οὐκ ἐπὶ τὸ εὐσχημον, οὐκ ἐπὶ τὸ αἰδῆμον, οὐκ ἐπὶ τὸ κατεσταλμένον; ἀλλὰ πᾶν τὸ ἐπελθὸν ποιεῖς, ταῖς προθυμίαις ἐπακολουθεῖς. 5
- 7 Τίσιν οὖν δεῖ με προσέχειν; — Πρῶτον μὲν ἐκείνοις τοῖς καθολικοῖς καὶ ἐκεῖνα πρόχειρα ἔχειν καὶ χωρὶς ἐκείνων μὴ καθεύδειν, μὴ ἀνίστασθαι, μὴ πίνειν, μὴ ἐσθίειν, μὴ συμβάλλειν ἀνθρώποις· ὅτι προαιρέσεως ἀλλοτριίας κύριος οὐδεὶς, ἐν ταύτῃ δὲ μόνη τὰ- 10  
8 γαθὸν καὶ κακόν. οὐδεὶς οὖν κύριος οὔτ' ἀγαθόν μοι περιποιῆσαι οὔτε κακῶ με περιβαλεῖν, ἀλλ' ἐγὼ αὐ-  
9 τὸς ἑμαντοῦ κατὰ ταῦτα ἐξουσίαν ἔχω μόνος. ὅταν οὖν ταῦτα ἀσφαλῆ μοι ἦ, τί ἔχω περὶ τὰ ἐκτὸς ταράσσεσθαι; ποῖος τύραννος φοβερός, ποία νόσος, ποία πενία, ποῖον 15  
10 πρόσκρουσμα; — Ἄλλ' οὐκ ἤρεσα τῷ δεῖνι. — Μὴ οὖν ἐκεῖνος ἐμὸν ἐστὶν ἔργον, μὴ τι ἐμὸν κρῖμα; — Οὐ. — Τί οὖν ἔτι μοι μέλει; — Ἄλλὰ δοκεῖ τις εἶναι. — Ὅψε-  
11 ται αὐτὸς καὶ οἷς δοκεῖ, ἐγὼ δ' ἔχω, τίνι με δεῖ ἀρέσκειν, τίνι ὑποτετάχθαι, τίνι πείθεσθαι· τῷ θεῷ καὶ 20  
12 μετ' ἐκεῖνον . . . . . ἐμὲ ἐκεῖνος συνέστησεν ἑμαντῷ καὶ τὴν ἐμὴν προαίρεσιν ὑπέταξεν ἐμοὶ μόνῳ δοῦς κανόνας  
168<sup>v</sup> εἰς χρῆσιν αὐτῆς τὴν ὀρθήν,<sup>11</sup> οἷς ὅταν κατακολουθήσω,

*indic. Upt. cod, in quo <τεκταίνει ἀκριβέστερον; (πελεναῖ κάλλιον Kron.) ὁ κυβερνήτης μὴ προσέχων> suppleta sunt, et Wolf, qui <οἰκοδομεῖ κάλλιον; ὁ κυβερνήτης> suppl.*

1 ἀπροσεξίας S (οσε in ras.) 2 super γνώμην adscr. σοῦ (ut vid.) Sc, sed rursus del. super ἐπὶ σοί adscr. ἦτοι ῥᾶον σοι m. rec. (Sc) 5 ταῖς] πάσαις Cor. ἐπακολουθῶν vel ἐπακολουθήσας Wolf; post ἐπακολουθεῖς sign. interr. pos. Elter 17 ἐκεῖνο Cor. 20 πείθεσθαι; τῷ dist. R 21 <τοῖς> μετ' ἐκεῖνον S<sub>b</sub> (cf. Simpl. ad Ench. 32, p. 156<sup>a</sup> H.); μετ' ἐκεῖνον <τοῖς ἀγαθοῖς ἀνδράσιν (<ἐμοὶ> Diels, <ἑμαντῷ> Kron.) ego 23 sqq. κατ. ἐν συλλ., dist. S corr.

ἐν συλλογισμοῖς οὐκ ἐπιστρέφομαι οὐδενὸς τῶν ἄλλο  
 τι λεγόντων, ἐν μεταπίπτουσιν οὐ φροντίζω οὐδενός.  
 διὰ τί οὖν ἐν τοῖς μελίσσοις ἀνιῶσί με οἱ ψέγοντες; τί 13  
 τὸ αἴτιον ταύτης τῆς ταραχῆς; οὐδὲν ἄλλο ἢ ὅτι ἐν τού-  
 5 τῳ τῷ τόπῳ ἀγύμναστος εἰμι. ἐπεὶ τοι πᾶσα ἐπιστήμη 14  
 καταφρονητική ἐστὶ τῆς ἀγνοίας καὶ τῶν ἀγνοούντων  
 καὶ οὐ μόνον αἱ ἐπιστῆμαι, ἀλλὰ καὶ αἱ τέχναι. φέρε  
 ὄν θέλεις σκυτέα καὶ τῶν πολλῶν καταγελαῖα περὶ τὸ  
 αὐτοῦ ἔργον· φέρε ὄν θέλεις τέκτονα.

10 Πρῶτον μὲν οὖν ταῦτα ἔχειν πρόχειρα καὶ μηδὲν 15  
 δίχα τούτων ποιεῖν, ἀλλὰ τετάσθαι τὴν ψυχὴν ἐπὶ τοῦ-  
 τον τὸν σκοπὸν, μηδὲν τῶν ἔξω διώκειν, μηδὲν τῶν  
 ἀλλοτριῶν, ἀλλ' ὡς διέταξεν ὁ δυνάμενος, τὰ προαιρε-  
 τικὰ ἐξ ἅπαντος, τὰ δ' ἄλλα ὡς ἂν διδῶται. ἐπὶ τούτοις 16  
 15 δὲ μεμνησθαι, τίνες ἐσμὲν καὶ τί ἡμῖν ὄνομα, καὶ πρὸς  
 τὰς δυνάμεις τῶν σχέσεων πειραῖσθαι τὰ καθήκοντα  
 ἀπευθύειν· τίς καιρὸς ῥῶδῆς, τίς καιρὸς παιδ[ε]ϊᾶς, τί- 17  
 νων παρόντων· τί ἐστὶ ἀπὸ τοῦ πράγματος· μή τι κα-  
 ταφρονήσωσιν ἡμῶν <οἱ> συνόντες, μή τι ἡμεῖς αὐτῶν·  
 20 πότε σκῶψαι καὶ τίνας ποτὲ καταγελάσαι καὶ ἐπὶ τίνι  
 ποτὲ συμπεριενεχθῆναι καὶ τίνι, καὶ λοιπὸν ἐν τῇ συμ-  
 περιφορᾷ πῶς τηρῆσαι τὸ αὐτοῦ. ὅπου δ' ἂν ἀπονεύ-

7 sqq. cf. M. Anton. VIII, 50, 1.

20 sqq. cf. Ench. 16.

8 aut καὶ delendum aut καταγελάσεται scribendum esse conii.  
 Cor. 9 αὐτοῦ S: corr. s 10 ἔχειν <δεῖ> s 17 παιδείας S: corr.  
 Upt. cod., Wolf 18—19 καταφρονήσουσιν Schic. 19 <οἱ> suppl.  
 S<sub>b</sub> 20 ποτὲ (corr. m. rec.) - καὶ τίνας ποτε - - ἐπὶ τίνι ποτε - -  
 καὶ τίνι (καὶ τίνι m. rec.) S τίνας; ποτε - - ἐπὶ τίνι; πότε (sim.  
 iam Salm.) Kron. 22 πῶς <χρη> S<sub>b</sub> αὐτοῦ S: corr. Upt.

2 πτώσεσιν S<sub>c</sub>

11 scholion in marg. evanuisse videtur.

169<sup>r</sup> 18 σης ἀπό τινος τούτων, εὐθύς<sup>||</sup> ζημία, οὐκ ἔξωθεν ποθεν, ἀλλ' ἐξ αὐτῆς τῆς ἐνεργ(ε)ίας.

- 19 Τί οὖν; δυνατὸν ἀναμάρτητον ἤδη εἶναι; ἀμήχανον, ἀλλ' ἐκεῖνο δυνατὸν πρὸς τὸ μὴ ἀμαρτάνειν τετάσθαι διηνεκῶς. ἀγαπητὸν γάρ, εἰ μηδέποτε' ἀνιέντες ταύτην 5 τὴν προσοχὴν ὀλλῶν γε ἀμαρτημάτων ἐκτὸς ἐσόμεθα.
- 20 νῦν δ' ὅταν εἴπῃς 'ἀπύριον προσέξω', ἴσθι ὅτι τοῦτο λέγεις 'σήμερον ἔσομαι ἀναίσχυντος, ἄκαιρος, ταπεινός· ἐπ' ἄλλοις ἔσται τὸ λυπεῖν με· ὀργισθήσομαι σήμερον,
- 21 φθονήσω'. βλέπε, ὅσα κακὰ σεαυτῷ ἐπιτρέπεις. ἀλλ' εἴ 10 σ(οι) ἀύριον καλῶς ἔχει, πόσω κρείττον σήμερον· εἰ ἀύριον συμφέρει, πολὺ μᾶλλον σήμερον, ἵνα καὶ ἀύριον δυνηθῆς καὶ μὴ πάλιν ἀναβάλη εἰς τρίτην.

ιγ'. Πρὸς τοὺς εὐκόλως ἐκφέροντας τὰ αὐτῶν.

15

- 1 Ὅταν τις ἡμῖν ἀπλῶς δόξῃ διειλέχθαι περὶ τῶν ἑαυτοῦ πραγμάτων, πῶς ποτε ἐξαγόμεθα καὶ αὐτοὶ πρὸς τὸ ἐκφέρειν πρὸς αὐτὸν τὰ ἑαυτῶν ἀπόρρητα καὶ τοῦτο
- 2 ἀπλοῦν οἰόμεθα εἶναι· πρῶτον μὲν ὅτι ἄνισον εἶναι δοκεῖ αὐτὸν μὲν ἀκηκοέναι τὰ τοῦ πλησίον, μὴ μέντοι 20 μεταδιδόναι κάκεινῳ ἐν τῷ μέρει τῶν ἡμετέρων. εἴθ' ὅτι οἰόμεθα οὐχ ἀπλῶν ἀνθρώπων παρέξιν αὐτοῖς φαν-
- 3 τασίαν σιωπῶντες τὰ ἴδια. ἀμέλει πολλάκις εἰώθασιν λέγειν 'ἐγὼ σοι πάντα τὰμαντοῦ εἴρηκα, σύ μοι οὐδὲν

2 ἐνεργίας S pr. 3 post οὖν dist. Salm. 7 [ἀπ'] αὐ. vel ἐπ' αὐ. Salm.; ἐσαύριον Upt. 10—11 εἴ σοι scripsi: εἰς S; εἰ s 11 εἴ] ἢ Salm. 13 ἀναβαλῆ S (ἢ corr.) εἰς <τὴν> S<sub>b</sub> 15 αὐτῶν S: corr. s 17 πῶς S: corr. Trinc. 20 αὐτὸν] αὐτοῦς Salm. 23 εἰώθασι S corr.

## REFERÊNCIAS

- DINUCCI, A. RUDOLPH, K. Dinucci, A. Rudolph, K. in *O bem humano em Epicteto* in *O Bem na Filosofia Antiga: Leituras Contemporâneas / The Good in Ancient Philosophy: Contemporary Retrievals*, 2021. T. 77, Fasc. 1, *Revista Portuguesa de Filosofia*, p. 21-46, 2021.
- \_. *A persuasividade dos Asseríveis e dos Argumentos no Estoicismo Antigo* in *Revista Archaï* v.32, e-03229, Brasília, 2022.
- \_. *O uso das representações e os três tópicos da filosofia de Epicteto* in *Nuntius Antiquus*, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 1-38, 2024
- EPICTETO DE HIERÁPOLIS. *As Diatribes de Epicteto, livro I. Tradução do grego, introdução e comentário*. Trad. Dinucci, A. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2020.
- \_. *Epicteti Dissertationes ab Arriano digestae. Editio Maior*. Ed. Schenkl, H. Leipzig: B.G Teubner, 1916.
- \_. *Entretiens et Manuel*. In *Les Stoïciens II*. Trad. Bréhier, É. Paris: Gallimard, 1962.
- \_. *O Manual de Epicteto*. Trad. Dinucci, A.; Julien, A. Aracaju: UFS, 2017.
- \_. *The Discourses of Epictetus with The Encheiridion and Fragments*. Trad. Long, G. Londres: George Bell and Sons, 1877.
- HIJMANS, Jr. B. L. *ἈΣΚΗΣΙΣ: Notes on Epictetus' educational system*. Assen: Van Gorcum, 1959.
- KAMTEKAR, R. ΑΙΔΩΣ in Epictetus. *Classical Philology*. v. 93, n. 2, p. 136-160, 1998.
- RUDBERG, S.Y. *L'homélie de Basile de Césarée sur le mot 'observe-toi toi-même'*. *Édition critique du texte grec et étude sur la tradition manuscrite*. Stockholm: Almqvist & Wiksell, 1962.

## DICIONÁRIOS

- BAILLY, A. *Dictionnaire Grec-Français. Le Grand Bailly*. Paris: Hachette, 2000.
- BEEKES, R. *Etymological Dictionary of Greek*. Leiden: Brill, 2010
- CHANTRAINE, P. *Dictionnaire Étymologique de la Langue Grecque: Histoire des Mots*. Paris: Klincksieck, 1999.
- DIGGLE, J. *The Cambridge Greek Lexicon*. Cambridge: Cambridge University Press, 2021.

LIDDELL, H.; SCOTT, R.; JONES, H. *Greek-English Lexicon*. Oxford: Clarendon, 1996.