

XII CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO IFSP ITAPETININGA

Itapetininga, 19, 20 e 21 de maio de 2026

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Campus Itapetininga

FELICIDADE, SABEDORIA E ÉTICA NO ESTOICISMO DE EPICTETO

Giovana Adrielly de Campos Gonzaga – PIBIC-EM/IFSP¹

Prof. Dr. Fernando Cesar Pilan - IFSP²

Introdução

O presente trabalho visa analisar e refletir as contribuições do estoicismo de Epicteto para o ser humano na contemporaneidade, principalmente no que se refere à busca por sentido e pela felicidade na vida. Os estudos se concentraram inicialmente na obra “Introdução ao Manual de Epicteto”, elaborado pelo autor Aldo Dinucci, na qual é apresentada a tradução da obra “Manual de Epicteto” realizada por Aldo Dinucci e Alfredo Julien e no texto “Uma abordagem do sábio estoico a partir da leitura das Diatribes de Epicteto”, de André Santana. O filósofo Epicteto, nascido na Grécia no ano 55 a.C., propõe uma série de pensamentos e orientações filosóficas que chegaram a nós através de seu aluno Flávio Arriano (cidadão romano de origem grega), o qual compilou as aulas que tinha com seu mestre compondo oito livros. Das chamadas “Diatribes” (discursos) compiladas nos oito livros de Epicteto, apenas os registros de quatro livros sobreviveram até os dias atuais. As Diatribes registradas nestes quatro livros compõe o que se chama Encheirídion, termo que em grego significa “punhal, arma portátil ou livro portátil, manual”. O Encheirídion tornou-se uma célebre obra do estoicismo, fazendo com que Epicteto se tornasse um dos principais pensadores desta corrente filosófica. Em suma, o presente estudo investiga nos Encheirídion, ou, em outras palavras, em seu “Manual”, a relação entre autocontrole, ética e felicidade.

Objetivo

O objetivo deste projeto é investigar como o conceito de ética e autocontrole se entrelaçam no estoicismo de Epicteto, e quais as suas implicações para a noção estoica de bem viver.

Metodologia

Esta pesquisa será de caráter bibliográfico. A análise bibliográfica será realizada para conhecer e explorar os conceitos de felicidade, sabedoria e ética presentes na filosofia estoica de Epicteto. Buscaremos desenvolver reflexões por meio da análise bibliográfica de materiais. De acordo com Severino (2017), a pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir de registros produzidos por pesquisas anteriores e que estão disponíveis para serem consultados. Enquadram-se nesta categorização documentos impressos variados como livros, artigos, teses, dissertações etc. Neste tipo de pesquisa utiliza-se conceitos e categorias já elaborados em outros estudos para corroborar hipóteses a partir da contribuição que estes documentos podem oferecer ao tema a ser investigado. A análise dos textos será realizada por meio de uma leitura filosófica e crítica, buscando identificar

¹Estudante do curso Técnico em Automação Industrial Integrado ao Ensino Médio, Bolsista PIBIC-EM, IFSP – Boituva/SP. E-mail do primeiro autor: adrielly.giovana@aluno.ifsp.edu.br

²Orientador. Mestrado em Filosofia/Doutorado em Educação. IFSP *Campus* Boituva/SP. E-mail do autor: ferpilan@ifsp.edu.br

XII CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO IFSP ITAPETININGA

Itapetininga, 19, 20 e 21 de maio de 2026

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Campus Itapetininga

as principais ideias e contribuições do estoicismo para compreensão da felicidade em uma perspectiva filosófica.

Resultados

O manual de Epicteto nos apresenta o seu pensamento a partir do Encheirídion, trazendo assim uma introdução ao estoicismo e um manual de ética prática que funciona de forma parecida com um guia do bem viver, sendo focado no pensamento racional e na conformidade com os ditos, "males" naturais (que de males nada tem além da perspectiva que temos deles). Vale salientar que Epicteto não deixou registros escritos e que todos os registros que temos do mesmo são uma herança deixada por seu aluno Lúcio Flávio Arriano Xenofonte. Epicteto acreditava que todas as coisas são indiferentes por natureza, sendo vistas como boas ou más unicamente pela sua relação com o homem. Exemplos: um remédio que te cura, em uma dose alta pode trazer inúmeros riscos à saúde, e a água, que nos hidrata e nos mantém vivos, pode nos matar afogados, os tornando assim indiferentes e não inerentemente bons ou maus. Ele nos mostra que até mesmo a morte, sendo tão temida e odiada, não é má, podendo se tornar até melhor do que a vida em algumas ocasiões, e que só utilizando-se da sabedoria (*Sophia*) podemos bem viver e bem morrer. Uma parte muito importante da perspectiva do bem viver trazido por Epicteto é a ideia de encargos, ou seja, aquilo que nos compete controlar, e aquilo que foge ao nosso domínio. Como já dito antes, Epicteto considera as coisas e os acontecimentos da vida como sendo algo indiferente, que se torna bom ou ruim de acordo com a nossa imagem delas. O autor também as separa em duas categorias: o que é nosso encargo e o que não é nosso encargo. Essas categorias funcionam da seguinte forma: 1. É nosso encargo o juízo, "o juízo, o impulso, o desejo, a repulsa - em suma, tudo quanto seja ação nossa", sendo não os acontecimentos ou as coisas mas como nos sentimos e como escolhemos lidar com elas. Elas são tudo aquilo que depende exclusivamente de nossa escolha, estando assim sob nosso controle e responsabilidade, sendo por natureza livres, desobstruídas e sem entraves. 2. Não é nosso encargo "o corpo, as posses, a reputação, os cargos públicos - em suma, tudo quanto não seja ação nossa", sendo "débeis, escravas, obstruídas e de outrem". Ou seja, tudo aquilo que não depende de nós, pode ser afetado por influências externas como: a vontade de outras pessoas, a natureza ou até mesmo o acaso. Tomando como base os exemplos anteriormente citados, o corpo pode ficar doente, a reputação pode ser manchada, os cargos podem ser destituídos e, portanto, não estando sob nosso controle absoluto. (Dinucci, 2012). De acordo com Epicteto: "Das coisas existentes, algumas são encargos nossos; outras não. São encargos nossos o juízo, o impulso, o desejo, a repulsa - em suma: tudo quanto seja ação nossa. Não são encargos nossos o corpo, as posses, a reputação, os cargos públicos - em suma: tudo quanto não seja ação nossa. Por natureza, as coisas que são encargos nossos são livres, desobstruídas, sem entraves. As que não são encargos nossos são débeis, escravas, obstruídas, de outrem. Lembra então que, se pensares livres as coisas escravas por natureza e tuas as de outrem, tu te farás entraves, tu te afligirás, tu te inquietarás, censurarás tanto os deuses como os homens. Mas se pensares teu unicamente o que é teu, e o que é de outrem, como o é, de outrem, ninguém jamais te constrangerá, ninguém te fará obstáculos, não censurarás ninguém, nem acusarás quem quer que seja, de modo algum agirás constrangido, ninguém te causará dano, não terás inimigos, pois não serás persuadido em relação a nada nocivo." (Arriano, 2012, p. 15) Do exposto até aqui é possível entender que Epicteto propõe o

XII CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO IFSP ITAPETININGA

Itapetininga, 19, 20 e 21 de maio de 2026

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Câmpus Itapetininga

autocontrole como algo fundamental para o ser humano, justamente porque é desta atitude humana frente ao curso natural das coisas que depende a paz e a tranquilidade que elevam o ser humano a uma condição sábia e racional de felicidade. O autocontrole é a atitude humana denominada *ataraxia*: a condição de imperturbabilidade, de tranquilidade da alma, que pode ser alcançada por meio do controle racional sobre as emoções e paixões, que promove no ser humano a aceitação de que apenas a maneira como interpretamos os acontecimentos está sob o nosso controle, e tudo o mais que está fora de nossa capacidade de decisão, deve ser ignorado, porque não é nem algo bom, nem algo mau, mas são apenas acontecimentos. Para demonstrar o caráter prático da filosofia, Epicteto se utiliza de um personagem muito importante e recorrente no estudo da filosofia estoica: o sábio. O sábio é um personagem utilizado para representar um ser capaz de utilizar com excelência o caráter teórico e prático da filosofia, sendo ela a responsável por moldá-lo e garantir que ele guie suas ações de forma que viva de acordo com a sabedoria que adquiriu, conquistando assim uma vida ética, virtuosa, em harmonia com a natureza, e conseguindo exercer de forma livre sua capacidade de escolha, ou seja, sua *prohairesis*. A *prohairesis* (virtude da escolha moral) só pode ser alcançada quando se entende o que é seu encargo e o que não é, pois esse entendimento permite que o sábio trate como indiferentes às coisas exteriores que não são seu encargo, não sendo acometido pelas paixões, pois só quer o que pode ser alcançado e só direciona a sua aversão para o que pode ser repellido, alcançando a liberdade das paixões, a *apatheia* (apatia, que pode ser traduzida como sem *pathé* (sem emoção), mas é interpretada como a ausência de emoções que levam a estados mentais negativos e perturbam a razão, pois, ao conquistar a *apatheia*, o sábio estoico desenvolve exclusivamente boas emoções). É viver dessa forma o que permite que o sábio alcance a *eudaimonia* (felicidade). (Santana, 2024) Ela, diferente da felicidade momentânea que é baseada em fatores externos, é um estado de bem viver que se mantém, pois não depende das circunstâncias, e sim da forma como o indivíduo conduz sua vida, sendo assim uma consequência do domínio da *prohairesis*, da compreensão dos encargos e da conquista da *apatheia*. Quando levamos em consideração que coisas exteriores (que não são nosso encargo) são tratadas com indiferença, é suposto que o sábio não se interesse pela vida em sociedade, mas Epicteto nos traz uma perspectiva diferente. Para ele, o sábio deve agir em prol da sociedade, movido pelo senso de união com o cosmos. Essa união se dá pela última fase do desenvolvimento do *oikeiosis* (pode ser definido como o vínculo de afeto que temos uns com os outros; ele descreve o processo pelo qual o ser humano passa a se reconhecer e, com o tempo, a reconhecer os outros, entendendo-se assim como parte da sociedade). Isso nos mostra que o sábio não quer se distanciar do mundo, e sim ocupar o seu lugar, desempenhando de forma adequada seu papel, pois entende o peso que suas ações têm em uma sociedade onde tudo está interligado.

Conclusão

A filosofia de Epicteto nos mostra que o bem viver não está nas circunstâncias externas, mas na forma como lidamos com elas. E que a partir da distinção dos encargos, do domínio da *prohairesis* e da busca pela *apatheia*, o indivíduo pode conquistar uma vida guiada pela razão e em conformidade com a natureza. Mesmo que o ideal do sábio estoico represente um padrão elevado e difícil de alcançar plenamente, ele funciona como uma forma de nos mostrar que o bem viver não é sobre controlar o mundo, mas sim de aprender a agir

XII CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO IFSP ITAPETININGA

Itapetininga, 19, 20 e 21 de maio de 2026

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Campus Itapetininga

corretamente dentro dele, sendo esse o caminho para a verdadeira *eudaimonia* (felicidade, vida plena).

Referências

ARRIANO, Flávio. **O Manual de Epicteto**. Tradução do texto grego: Aldo Dinucci; Alfredo Julien. Introdução e notas: Aldo Dinucci. São Cristóvão. Universidade Federal de Sergipe, 2012.

DINUCCI, Aldo; JULIEN, Alfredo. **Introdução ao Manual de Epicteto**: Introdução e notas. São Cristóvão. Universidade Federal de Sergipe, 2012.

SANTANA, André. Uma abordagem do sábio estoico a partir da leitura das Diatribes de Epicteto. In: DINUCCI, Aldo; BUENO, Taynam(Orgs.). **Ensaio sobre filosofia antiga e estoicismo**. Toledo: Instituto Quero Saber, 2024. p. 115-130.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do Trabalho Científico**. 24° ed. São Paulo: Cortez, 2017.