



OBSERVAÇÕES SOBRE A ATENÇÃO NA FILOSOFIA DE EPICTETO¹²

Danilo Patutti
Mestrando USP

RESUMO: Apresentaremos em linhas gerais os princípios educacionais de Epicteto e a sua concepção de filosofia. Utilizamos a noção de exercícios espirituais de Pierre Hadot para destacar a dimensão existencial e o caráter prático de sua educação filosófica. A principal característica pedagógica de seu ensinamento é, sem dúvida, a educação da vontade através do treinamento nos três *topoi* da capacidade de escolha (*προαίρεσις*), segundo o teorema ontológico. Entretanto, parece haver outra característica importante, a saber, o desenvolvimento da atenção (*προσοχή*). Embora o termo seja pouco frequente nas *Diatribes de Epicteto* e no *Enquirídio de Epicteto*, a atenção é pressuposta no estudo de si mesmo e na preparação de si mesmo para o bom uso das representações. Epicteto discorre sobre ter à mão (*πρόχειρον*) os princípios filosóficos e a regra de vida, para não aceitarmos as representações sem antes examiná-las, isto é, sobre a prontidão (*προχειρότης*) necessária para observá-las com distanciamento, evitando o arrebatamento da razão. No capítulo intitulado *Sobre atenção* (*Περὶ προσοχῆς*), Epicteto afirma explicitamente que o pior hábito dentre todos é o de não prestar atenção e, em seguida, o hábito de *diferir a atenção*. Segundo ele, se não se relaxa nunca a atenção é possível tender constantemente ao não cometimento de erros; com efeito, inferimos que as expressões mais utilizadas para indicar prontidão, como “ter à mão” e “lembra-te!” indicam uma atitude de vigilância de si mesmo. O treinamento da atenção parece ser tão importante quanto o da vontade, pois as operações voluntárias da *proairesis* não ocorrem isoladas da atenção, ao contrário, dela necessitam. O presente artigo tentará demonstrar que há no ensinamento de Epicteto uma *educação da atenção*, tão fundamental e urgente, quanto o aprendizado do uso da capacidade de escolha segundo a natureza (*κατὰ φύσιν*).

PALAVRAS-CHAVE: Atenção. Educação. Epicteto. Filosofia Antiga.

ABSTRACT: We will present in general terms the educational principles of Epictetus and his conception of philosophy. We use Pierre Hadot's notion of spiritual exercises to highlight the existential dimension and practicality of his philosophical education. The main pedagogical characteristic of his teaching is undoubtedly the education of the will through training in the three *topoi* of the capacity of choice (*προαίρεσις*), according to the ontological theorem. However, there seems to be another important characteristic, namely the development of attention (*προσοχή*). Although the term is infrequent in the *Diatribes of Epictetus* and in the *Enchiridion of Epictetus*, attention is presupposed in the study of oneself and in the preparation of oneself for the good use of representations. Epictetus discusses having at hand (*πρόχειρον*) the philosophical principles and the

¹ O presente trabalho foi originalmente uma comunicação no III Colóquio Brasileiro Sobre Epicteto, em março de 2018.

² O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

rule of life, in order not to accept the representations without first examining them, that is, on the readiness (*προχειρότης*) necessary to observe them with detachment, avoiding the rapture of reason. In the chapter entitled *On Attention* (*Περὶ προσοχῆς*) Epictetus explicitly states that the worst habit among all is *not paying attention* and then the habit of *deferring attention*. According to him, if one does not relax one's attention one can constantly tend to not commit mistakes; in fact, we infer that the expressions most used to indicate readiness, such as "having at hand" and "remember!" indicate an attitude of self-vigilance. The training of attention seems to be as important as that of the will, since the voluntary operations of *proairesis* do not occur isolated from attention, on the contrary, they need it. The present article will attempt to demonstrate that there is in Epictetus' teaching an *education of attention* as fundamental and urgent as the learning of the ability to choose according to nature (*κατὰ φύσιν*).

KEYWORDS: Attention. Education, Epictetus, Ancient Philosophy.

Segundo a interpretação de Pierre Hadot sobre a filosofia antiga grega (2008, 2014), ela consistia em uma arte de viver, em um modo de vida baseado em práticas existenciais. Ao conjunto dessas práticas ele denominou “exercícios espirituais” por se tratarem de exercícios interiores com um grande potencial de transformação da totalidade do psiquismo humano. Esses exercícios trabalham direta e indiretamente sobre várias funções e faculdades humanas tais como a imaginação, a força de vontade, o desejo, o impulso, a memória, a sensibilidade e a força de atenção. Nesse sentido, as antigas escolas filosóficas ofereciam um modo de vida fundamentado em princípios existenciais práticos, em especial, segundo o princípio de tratamento (*θεραπεία*) das paixões e das desarmonias do psiquismo³ (*ψυχή*). Cada uma das doutrinas oferecia um método próprio de aplicação desses exercícios sobre si mesmo, para serem praticados e vivenciados cotidianamente. Já os discursos filosóficos eram os produtos das reflexões realizadas a partir dos dados recolhidos pelas observações dos resultados concretos desses exercícios. Os discursos teóricos eram secundários e obedeciam sempre a meta primordial da apropriação concreta dos princípios filosóficos. Eles eram escritos porque haviam sido pensados no seio da experiência vivida e por isso, continham em si elementos pedagógicos e informativos úteis para a transmissão das ideias dos ensinamentos, e de forma alguma eram pensados para serem escritos.

Tendo isso em consideração, Pierre Hadot buscou compreender qual era a essência, por assim dizer, da prática dos exercícios espirituais. Segundo ele, o coração dessas práticas consiste em uma espécie de retorno a si mesmo e sobre si mesmo, isto é, em um “ato de conversão” em direção a si (HADOT, 2014, p. 25). Ele afirma que o ato filosófico era por excelência um ato de conversão, no qual o filósofo se coloca a si mesmo diante do próprio

³ Preferimos conservar a etimologia da palavra grega *psyché* e traduzi-la por “psiquismo”, embora em alguns momentos utilizamos a própria transliteração.

olhar, em um ato de atenção sobre si. Esse olhar para si mesmo somente é alcançado após um rigoroso e disciplinado treinamento diário. Por exemplo, um exercício – que segundo Hadot se encontrava nos ensinamentos de todas as escolas antigas – como a meditação sobre a morte necessita ser aplicado diariamente e continuamente para surtir efeito, isto é, para conduzir o praticante à sensação real do fato da própria mortalidade. Ele identifica no interior desse ato de conversão dois aspectos fundamentais, o retorno à natureza original de si mesmo (*ἐπιστροφή*) e uma profunda reviravolta de toda a estrutura do ser (*μετάνοια*) (Ibidem, p. 203). Como seria de se esperar, essa conversão significa o desenraizamento do mundo exterior, o libertar-se da exterioridade e do apego passional aos objetos exteriores, para se voltar sobre si mesmo, em busca da própria natureza e de uma transformação radical dos padrões habituais de pensamento e de sentimento (Ib., p. 211). É pelo ato de desenraizamento do mundo exterior que o homem pode se voltar para si mesmo e descobrindo a sua interioridade, buscar a liberdade e a felicidade interiores (Ib., p. 212).

Embora os exercícios espirituais tenham como propósito primordial abrir caminho e desvendar para si a dimensão da própria interioridade, os ensinamentos antigos não buscavam com isso isolar o homem do mundo exterior, mas, ao contrário, proporcionar-lhe uma nova visão sobre o mundo a partir desse novo lugar. Nessa direção, Pierre Hadot argumenta que há no ato de conversão dois movimentos da atenção ocorrendo complementarmente (Ib., p. 205), o primeiro é o de concentração em si, de retorno e de interiorização, o segundo é o de expansão de si, de exteriorização e de expressão, no qual o sujeito responde às demandas da vida e se relaciona com o mundo exterior considerando-o em toda a sua amplitude real. Por exemplo, por um lado, a meditação sobre a morte é um exercício de concentração sobre si e por outro lado, funcionando como o seu complemento pedagógico, o exercício de imaginação do tamanho real do Cosmos é um exercício de expansão de si. Percebe-se que o olhar do sujeito sobre o mundo e sobre si mesmo se desloca completamente, pois agora ele considera a um só tempo a sua finitude existencial diante da infinitude do tempo e do espaço da realidade. Nesse sentido, o ato de atenção sobre si é uma atenção que se volta, ao mesmo tempo, sobre a interioridade e sobre a exterioridade.

No ensinamento estoico, o ato de conversão entendido no seu duplo movimento de concentração e de expansão de si é facilmente identificado. O estudante desse ensinamento deve aprender a voltar a atenção sobre si no esforço de observar a si mesmo, para compreender os mecanismos interiores e as suas manifestações automáticas engendradas pelas representações no seu psiquismo. A partir desse conhecimento será possível trabalhar

para purificar e aperfeiçoar o funcionamento da razão individual segundo um método. É somente através dessa atenção sobre si que o sujeito descobre a sua natureza original, isto é, a sua própria razão (*λόγος*) como parte da Razão (*Λόγος*) divina e universal que é comum a todos os seres humanos e subjacente ao Cosmos. É se reconhecendo, como fragmento dessa Razão objetiva e comum que o estoico poderá viver, agir, pensar e sentir em harmonia com a Razão universal (Ib., p. 131). O cosmopolitismo estoico é resultado dessa identificação da razão individual com a Razão objetiva que organiza e comanda a natureza. É esta identificação que permite ao estoico julgar objetivamente as representações com a sua razão interior, agir com justiça e a serviço da comunidade humana a partir da razão comum a todos os seres humanos, e a aceitar os acontecimentos impostos pela razão cósmica que independem da sua vontade (Ib., p. 168). Com efeito, a conversão filosófica provocada pelos exercícios espirituais se funda em um ato de atenção sobre si mesmo que leva em consideração a um só tempo, tanto a interioridade do sujeito quanto a sua exterioridade imediata. É voltando-se, sobre si, colocando a atenção sobre si, que o sujeito pode observar as reações das operações internas de seu psiquismo diante de uma situação do momento presente e, assim, aprender sobre o funcionamento dessas operações para melhor utilizá-las na vida.

Até aqui reconstruímos em linhas gerais a argumentação de Pierre Hadot sobre a prática filosófica grega na Antiguidade, para demonstrar e contextualizar o importante lugar que a atenção ocupa no ensino dos exercícios espirituais. A partir de agora argumentaremos que há no ensino filosófico de Epicteto uma educação da atenção tão importante quanto as educações da faculdade racional e da capacidade de escolha, pois, as três capacidades, a atenção, a razão e a vontade, precisam trabalhar conjuntamente para se alcançar a meta pedagógica do bom uso das representações.

Para Epicteto a filosofia é um ensinamento prático com um propósito fundamentalmente educativo. A teoria filosófica também tem lugar e é importante enquanto utilizada para favorecer e ajudar na aplicação dos exercícios filosóficos, assim como para o treinamento do pensamento lógico. O propósito educativo da filosofia é o ensino da arte de viver, a qual tem como matéria-prima a própria vida de cada um (EPICTETO, *Diatribes de Epicteto*, 1.15). O objetivo é alcançar a excelência, a *areté*, buscando um modo de vida de acordo com a Natureza, no qual a razão individual funcione em concordância e harmonia com a Razão universal comum. Em outras palavras, o propósito educacional é o ensino do bom uso da capacidade de nos servirmos das representações, ou seja, da nossa capacidade racional para deliberar sobre o uso de nossas representações segundo critérios objetivos (Ib., 1.15, 1.4,

1.12). Por isso o seu método educacional é voltado para o treinamento do uso da *proairesis*, da razão que a governa e da atenção (Ib., 3.12, 4.12).

Parece-nos que o governo da razão sobre as operações da vontade depende diretamente da atenção que se tem sobre a origem da representação no instante em que ela aparece. Porque é pela constatação do aparecimento da representação que a sua origem pode ser evidenciada imediatamente ou, senão, imediatamente submetida ao exame da razão. Por outro lado, caso não haja atenção suficiente no momento do aparecimento da representação pode acontecer, e muito provavelmente acontecerá, da representação arrebatá-la e arrastar a razão para seguir na direção que a representação imprime no psiquismo no momento de seu aparecimento. Nesse caso, o princípio diretor (*hégemonikon*), portanto, é conduzido pela representação sem ter fornecido o seu consentimento consciente sobre o conteúdo dela, ou seja, o seu consentimento foi fornecido, mas automaticamente forçado.

Por isso, parece-nos haver não apenas uma *paideia* da *proairesis*, mas, também e complementarmente, uma *paideia* da atenção no sistema educacional de Epicteto. Ele talvez seja o único filósofo da Antiguidade ocidental que fala explicitamente sobre a importância da atenção. Entretanto, sem considerar o capítulo *Sobre atenção (Peri prosochés)*, há apenas nove⁴ aparições da palavra *prosochés* ao longo das *Diatribes de Epicteto* e apenas uma aparição no *Enquirídio de Epicteto*. Contudo, este capítulo, *Sobre atenção*, enfatiza fortemente e explicitamente a importância da atenção na prática da filosofia. Também Hadot, reconhece a importância central da atenção nos exercícios espirituais e afirma que ela, de algum modo, é o segredo da prática desses exercícios (2014, p. 26). É a partir daí que ele desenvolve a sua tese sobre o ato filosófico ser, essencialmente, um “ato de conversão” se pautando para isso também sobre os termos *μετάνοια*, *ἐπιστροφή* e *φύλαξις*⁵. Por sua vez, Hijmans argumenta que o estado mental de alerta ocupa um lugar central no método epictetiano, pois, afinal, ele diz, as paixões decorrem de um uso descuidado e precipitado do assentimento da razão sobre as representações (1959, p. 68). Em seguida ele argumenta que essa vigilância somente pode ser uma ajuda para lutar contra as coisas externas se ela for um hábito (*ἔθος*). E que essa atitude de atenção é um *tónos* (*τόνος*) do psiquismo produzido por uma espécie de retesamento (*τετάσθαι τὴν ψυχὴν*)⁶, sendo esta a sua explicação física. Enfim, ele argumenta que o termo *πρόχειρον*, ter à mão, certamente pressupõe a atenção vigilante, pois, sem a atenção não seria possível ter à mão, imediatamente à disposição, os princípios

⁴ 1.20.9; 3.16.15, 22.104, 23.22 e 4.3.7.

⁵ Mudança de pensamento, retorno a si e vigilância.

⁶ 4.12.15.

que nos guiam no bom uso das representações.

Epicteto faz uma analogia entre o esforço de atenção que devemos sustentar na vida para conservar o progresso quanto ao bom uso das representações, e o esforço que o piloto de uma nau deve ter para mantê-la em segurança após zarpar. Para que o piloto afunde a nau ele não precisa dos mesmos preparativos que ele precisaria para conservá-la em segurança, mas basta-lhe uma pequena distração e tudo estará arruinado. E assim também é na vida, pois uma única representação pode nos pegar distraídos e nos arrebatá-lo, retirando-nos todo o progresso até então acumulado.

[3] Lembrando-se disto [do teorema ontológico *ἐφ' ἡμῶν καὶ οὐκ ἐφ' ἡμῶν*]⁷ colocarás a salvo em toda situação o teu caráter como deve tê-lo. Senão, veja, tu perdes teu tempo em vão, e tudo quanto guardou em ti mesmo, tu desperdiçarás e arruinarás. [4] Pouco é necessário para arruinar e desperdiçar tudo: apenas um pequeno desvio da sua razão. [5] Para que o piloto afunde a sua nau ele não necessita da mesma quantidade de preparo que ele precisa para mantê-la a salvo. Mas se a desvia um pouco contra o vento, está arruinado. E se o faça sem querer, devido uma pequena distração, está arruinado. [6] Algo assim também se passa aqui: se adormeceres um pouco, tu perdes tudo o que reuniu até agora. Portanto, preste atenção às representações, fique desperto. [7] Não são pequenas as coisas que guarda, senão a honestidade, a lealdade, o equilíbrio, [8] a impassibilidade, a ausência de tristeza, de temor, a imperturbabilidade. Em uma palavra: a liberdade. Em troca do que vai vender isto? Veja quanto vale (4.3.3-8)⁸.

[3] τούτων μεμνημένος πανταχοῦ διασώσεις τὸ σαυτοῦ πρόσωπον οἷον ἔχειν σε δεῖ. εἰ δὲ μή, σκόπει, ὅτι ἀπόλλυται οἱ χρόνοι εἰκῆ καὶ ὅσα νῦν προσέχεις σεαυτῷ, μέλλεις ἐκχεῖν ἅπαντα ταῦτα καὶ ἀνατρέπειν. [4] ὀλίγου δὲ χρεῖα ἐστὶ πρὸς τὴν ἀπόλειαν τὴν πάντων καὶ ἀνατροπὴν, μικρὰς ἀποστροφῆς τοῦ λόγου. [5] ἵνα ὁ κυβερνήτης ἀνατρέψῃ τὸ πλοῖον, οὐ χρεῖαν ἔχει τῆς αὐτῆς παρασκευῆς, ὅσης εἰς τὸ σῶσαι: ἀλλὰ μικρὸν πρὸς τὸν ἄνεμον ἂν ἐπιστρέψῃ, ἀπόλετο: κὰν μὴ αὐτὸς ἐκόν, ὑποπαρενθυμηθῆ δ', ἀπόλετο. [6] τοιοῦτόν ἐστὶ τι καὶ ἐνθάδε: μικρὸν ἂν ἀπονυστάξῃς, ἀπῆλθεν πάντα τὰ μέχρι νῦν συνειλεγμένα. πρόσεχε οὖν ταῖς φαντασίαις, ἐπαγρύπνει. [7] οὐ γὰρ μικρὸν τὸ τηρούμενον, ἀλλ' αἰδῶς καὶ πίστις καὶ εὐστάθεια, [8] ἀπάθεια, ἀλυπία, ἀφοβία, ἀταραξία, ἀπλῶς ἐλευθερία. τίνων μέλλεις ταῦτα πωλεῖν; βλέπε, πόσου ἀξίων (4.3.3-8).

Nesta passagem Epicteto afirma que uma pequena distração pode fazer com que a nossa razão se desvie dos seus princípios, arruinando todo o nosso progresso acumulado. Para impedir o desvio da razão é necessário continuamente prestar atenção às representações e assim evitar a mínima distração. Com efeito, não é possível que a razão faça um bom governo sobre os três⁹ tópicos da *proairesis* se não estiver acompanhada da atenção sobre as representações para vigiar as suas origens e os seus conteúdos. É a partir de uma atenção

⁷ O teorema ontológico é o critério objetivo para o bom uso das representações. Ele distingue as coisas interiores das coisas exteriores, separando as “coisas que são nossos encargos das coisas que não são nossos encargos”: τῶν ὄντων τὰ μὲν ἐστὶν ἐφ' ἡμῶν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῶν (*Enquirídio*, §1).

⁸ Em todas as traduções utilizamos como referência a tradução de García e a de Oldfather, contudo, às vezes, fizemos grandes modificações.

⁹ Somente as nossas ações são nossos encargos e elas são divididas em três tópicos: desejo e repulsa, impulso e refreamento, assentimento e suspensão do assentimento. Ou seja, a nossa capacidade de escolha (*proairesis*) somente tem poder de ação dentro destes três campos. Tudo o que está fora deste terreno não depende de si mesmo.

sobre as representações ou por meio de uma atividade simultânea da razão junto com a atenção sobre as representações que a razão poderá submetê-las ao seu crivo.

Quanto à terminologia da frase, “portanto, preste atenção às representações, fique desperto”, a expressão “preste atenção” está traduzindo o verbo *πρόσεχε*¹⁰ da 2ª pessoa do singular do presente do imperativo ativo. Esta palavra segundo o dicionário *Liddell-Scott-Jones* nos seus dois usos mais comuns significa “segurar/guardar” e “trazer/conduzir”, e apenas no seu terceiro uso mais comum significa “ter atenção sobre alguma coisa” (1996, p. 1309). O *πρόσεχε* é um verbo recorrente nas diatribes quanto aos dois primeiros significados, entretanto, tal como nesse exemplo, ele também significa “ter atenção”. Em algumas passagens o seu significado é bastante evidente, como é o caso do seu uso no capítulo *Sobre atenção*, no qual Epicteto se utiliza várias vezes do verbo *πρόσεχε* para se referir sobre a necessidade de se trabalhar a atenção. Neste capítulo, *Sobre atenção*, Epicteto de modo simples e direto afirma logo nos dois primeiros parágrafos o seguinte:

[1] Quando relaxas um pouco a atenção, não imagine que irá recuperá-la quando quiseres, mas tem à mão isto, que, devido ao erro de hoje, é necessário que os seus afazeres piorem. [2] Pois, em primeiro lugar, nasce o pior de todos os hábitos, o de não prestar atenção. E em seguida, o hábito de diferir a atenção. E sempre se acostumarás a adiar o instituir a serenidade, a compostura, o estar e o viver segundo a natureza (4.12.1-2).

[1] ὅταν ἀφῆς πρὸς ὀλίγον τὴν προσοχήν, μὴ τοῦτο φαντάζου, ὅτι, ὅποταν θέλῃς, ἀναλήψῃ αὐτήν, ἀλλ’ ἐκεῖνο πρόχειρον ἔστω σοι, ὅτι παρὰ τὸ σήμερον ἀμαρτηθὲν εἰς τὰλλα χεῖρον ἀνάγκη σοι τὰ πράγματα ἔχειν. [2] πρῶτον μὲν γὰρ τὸ πάντων χαλεπώτατον ἔθος τοῦ μὴ προσέχειν ἐγγίνεται, εἶτα ἔθος τοῦ ἀναβάλλεσθαι τὴν προσοχήν: ἀεὶ δ’ εἰς ἄλλον καὶ ἄλλον χρόνον εἴωθας ὑπερτίθεσθαι τὸ εὐροεῖν, τὸ εὐσχημονεῖν, τὸ κατὰ φύσιν ἔχειν καὶ διεξάγειν (4.12.1-2).

Neste trecho Epicteto deixa explícito a importância da atenção para o seu método de aperfeiçoamento da razão para o viver segundo a natureza. Relaxar a atenção é algo gravíssimo que compromete todo o propósito educativo, porque isso significa alimentar o pior de todos os hábitos que é o de não prestar atenção. É possível concluir que não treinar a atenção é muito prejudicial, pois não apenas o hábito de não prestar atenção é criado, mas também o hábito de diferir a atenção, ou seja, o hábito de dispersar e de enfraquecer a atenção. Outro ponto importante é que não se pode recuperar a atenção quando se bem entende, ou seja, não temos atenção simplesmente porque queremos ter, mas, pelo contrário, ela é o resultado de um treinamento, de uma educação, pode-se dizer. Para Epicteto, o único modo de se ter atenção é exercitando-a, tentando ter atenção para fortalecê-la e fazer dela um hábito. Assim afirma Epicteto sobre as ações e os hábitos:

¹⁰ Substantivo: *προσέχεια*, ἡ. Cf.: LIDDELL-SCOTT-JONES, 1996, p. 1309.

[1] Todo hábito e faculdade se mantém e se acrescenta por meio das ações correspondentes: a de caminhar, caminhando; a de correr, correndo. [2] Se queres ser leitor, leia; se escritor, escreve. [...] [7] Pois é impossível que deixem de nascer com os atos correspondentes os hábitos que antes não existiam e que não se intensifiquem e se fortaleçam as faculdades (2.18.1 e 7).

[1] πᾶσα ἕξις καὶ δύναμις ὑπὸ τῶν καταλλήλων ἔργων συνέχεται καὶ αὐξεται, ἡ περιπατητικὴ ὑπὸ τοῦ περιπατεῖν, ἡ τροχαστικὴ ὑπὸ τοῦ τρέχειν. [2] ἂν θέλῃς ἀναγνωστικὸς εἶναι, ἀναγίνωσκε: ἂν γραφικὸς, γράφε. ... [7] ἀδύνατον γὰρ ἀπὸ τῶν καταλλήλων ἔργων μὴ καὶ τὰς ἕξεις καὶ τὰς δυνάμεις τὰς μὲν ἐμφύεσθαι μὴ πρότερον οὕσας, τὰς δ' ἐπιτείνεσθαι καὶ ἰσχυροποιεῖσθαι (2.18.1 e 7).

Com efeito, a atenção não pode ser abandonada nunca, mas sustentada constantemente, conservando sua intensidade, por assim dizer, para ser capaz de vigiar o fluxo das representações na mente e permitir que se tenha à mão os princípios fundamentais. Na diatribe *Sobre atenção*, Epicteto afirma que embora seja impossível nunca se equivocar, é possível tender continuamente para não se equivocar, através de um esforço de atenção continuamente sustentado:

[19] Pois, então, é possível, portanto não se equivocar? De jeito nenhum, mas sim é possível tender continuamente a não se equivocar. Pois seria desejável que, sem relaxar nunca essa atenção, deixaríamos de lado ao menos uns poucos erros. Agora, quando dizes [20] 'amanhã prestarei atenção' saiba que o que diz é isto 'hoje serei sem vergonha, impertinente, malvado; dependerá dos outros me entristecer, hoje me irritarei, invejarei' (4.12.19-20).

[19] τί οὖν; δυνατὸν ἀναμάρτητον ἤδη εἶναι; ἀμήχανον, ἀλλ' ἐκεῖνο δυνατὸν πρὸς τὸ μὴ ἀμαρτάνειν τετάσθαι διηλεκῶς. ἀγαπητὸν γάρ, εἰ μηδέποτ' ἀνιέντες ταύτην τὴν προσοχὴν ὀλίγων γε ἀμαρτημάτων ἐκτὸς ἐσόμεθα. νῦν δ' ὅταν εἴπῃς [20] ἀπαύριον προσέξω, ἴσθι ὅτι τοῦτο λέγεις: σήμερον ἔσομαι ἀναίσχυντος, ἄκαιρος, ταπεινός: ἐπ' ἄλλοις ἔσται τὸ λυπεῖν με: ὀργισθήσομαι σήμερον, φθονήσω (4.12.19-20).

Nesse sentido está presente a noção de conversão filosófica de Pierre Hadot no ensino de Epicteto, pois é através de uma constante insistência para se voltar e retornar sobre si mesmo que é possível tender a não se equivocar. Os erros não são completamente evitados, mas a atenção constante sobre si permite o desenraizamento passional dos objetos exteriores, necessário para o bom uso das representações. Epicteto diz que o primeiro objeto da atenção é o teorema ontológico de distinção entre o que é nosso encargo e o que não é nosso encargo (*Diatribes de Epicteto*, 4.12.7). Esta é a importância da atenção. Ela tem como principal objeto a regra fundamental da vida que evidencia os limites dos domínios da exterioridade e da interioridade, através da concentração sobre si, do recolhimento da atenção para dentro dos limites desta distinção, para se voltar sobre aquilo que é de propriedade de si mesmo e livre por natureza, a saber, a razão e as três operações da *proairesis*. É a atenção quem vigia as manifestações interiores e os acontecimentos exteriores imediatos, assim como vigia a relação entre a interioridade e a exterioridade. Sem essa vigilância da atenção sobre a relação do

interior com o exterior, não é possível evitar o arrebatamento da razão pelas representações.

A razão individual é livre por natureza para deliberar sobre o uso das representações que chegam à *psyché*. Contudo, é preciso estar atento diante do surgimento das representações, pois ao surgirem elas exigem uma resposta da *proairesis* e se a razão não está acompanhada da atenção para identificar e compreender a representação que aparece, a força do aparecimento da representação que a imprime na *psyché* empurra a *proairesis* a responder reativamente. Para que o princípio diretor guie a si mesmo através das representações é necessário que a razão não seja arrebatada por elas no instante em que surgem. Por isso é importante que a atenção esteja voltada em direção a si mesmo no momento presente, observando e constatando as representações que emergem na *psyché*, assim como também voltada sobre o corpo para não deixar passar despercebida nenhuma reação automática¹¹ das operações da *proairesis*, isto é, paixões, desejos, repulsas, impulsos e julgamentos, que não tenham passado pelo crivo da razão. Sem essa espécie de distanciamento da razão em relação às representações permitida pela presença da atenção, não é possível evitar o seu arrebatamento.

Hijmans reconhece a importância desse distanciamento inicial da razão em relação às representações (1959, p. 80). Ele assinala que no capítulo 34 do *Enquirídio* Epicteto chama de *ἀναβολή* essa atitude de espera da razão para julgar a representação. E é precisamente esse momento de espera inicial diante da representação que permite afastar qualquer julgamento precipitado da razão sobre a representação e, assim, evitar o possível arrebatamento imediato para poder examiná-la com cuidado. Parece-nos ser a presença da atenção no instante do surgimento da representação que permite à razão esperar, se segurar, por assim dizer, e se afastar da representação para analisá-la com o devido cuidado sem se precipitar. Nas próximas citações temos uma amostra do que significa esse afastamento diante das representações. A seguir um trecho do capítulo *Como se tem que lutar com as representações*:

Hoje não sofri, nem amanhã, nem em dois meses seguidos, nem em três. Mas estive atento ao surgirem algumas irritações (2.18.14).

σήμερον οὐκ ἐλυπήθην οὐδ' αὔριον οὐδ' ἐφεξῆς διμήνω καὶ τριμήνω: ἀλλὰ προσέσχον γενομένων τινῶν ἐρεθιστικῶν (2.18.14).

Vê-se nesta passagem que algumas irritações surgiram, entretanto, o sujeito se manteve atento sobre elas no instante em que surgiram, de tal modo a impedir o

¹¹ São manifestações reativas ou automáticas porque não passaram pelo exame deliberativo da razão, mas que simplesmente seguem a lógica dos próprios dogmas (*δόγματα*) enraizados no psiquismo.

arrebatamento da razão pela irritação no momento em que ela surge no interior da *psyché*. Em seguida, no mesmo capítulo, após Epicteto sugerir que devemos tomar para nós como modelo de vida um dentre os homens honrados que venceram a si mesmos, para nos ajudar a lutar contra as representações, ele diz:

[23] Se opões isto, vencerás a representação, não serás arrastado por ela. [24] Primeiro, não te deixes arrebatado por sua intensidade, senão diz: 'Espere um pouco, representação. Deixas eu ver quem tu és e de que tratas, deixas que eu te ponha a prova'. [25] E depois, não a deixes avançar afirmando o que segue. Se não, tu serás retido para ir onde ela quiser. Mas, ao contrário, introduz em ti outra representação bela e nobre e expulsa a imunda. [26] E se te habituares a desse modo exercitar-se, verás que ombros terás, que tendões, que vigor. Por enquanto são só palavrinhas e nada mais (2.18.23-26).

[23] ταῦτα ἀντιθεῖς νικήσεις τὴν φαντασίαν, οὐχ ἐλκυσθήσῃ ὑπ' αὐτῆς. [24] τὸ πρῶτον δ' ὑπὸ τῆς ὀξύτητος μὴ συναρπασθῆς, ἀλλ' εἰπέ ἔκδεξάι με μικρόν, φαντασία: ἄφες ἴδω τίς εἶ καὶ περὶ τίνος, ἄφες σε δοκιμάσω. [25] καὶ τὸ λοιπὸν μὴ ἐφῆς αὐτῇ προάγειν ἀναζωγραφούση τὰ ἐξῆς. εἰ δὲ μὴ, οἴχεται σε ἔχουσα ὅπου ἂν θέλῃ. ἀλλὰ μᾶλλον ἄλλην τινὰ ἀντεισάγαγε καλὴν καὶ γενναίαν φαντασίαν καὶ ταύτην τὴν ῥυπαρὰν ἐκβαλε. [26] κἂν ἐθισθῆς οὕτως γυμνάζεσθαι, ὄψει, οἴοι ὅμοι γίνονται, οἷα νεῦρα, οἴοι τόνοι: νῦν δὲ μόνον τὰ λογάρια καὶ πλέον οὐδὲ ἓν (2.18.23-26).

É como se fosse preciso ter literalmente diante dos olhos o teorema ontológico para poder imediatamente não deixar ser arrebatado pela intensidade das representações, para em seguida identificar suas origens e seus conteúdos, distinguindo os dados subjetivos dos dados objetivos de cada uma delas. Para progredir no bom uso das representações se exige grande quantidade e intensidade de atenção sobre si mesmo (*Diatribes de Epicteto*, 3.22.105). Somente tendo como hábito essa atitude de atenção sobre si será possível combater as representações brutas, pois, desse modo, teremos a imediaticidade necessária para não ser tomado pela intensidade de seus aparecimentos e para aplicar os princípios filosóficos diante da força sugestiva das representações. Finalmente, sem atenção sobre si não será possível pedir para a representação esperar um pouco.

Em suma, tentamos demonstrar a importância da atenção para a prática dos exercícios espirituais e indicar, em linhas gerais, o seu lugar no sistema educacional de Epicteto, sugerindo que há no seu ensino uma *paideía* da atenção fundamental para compreender o seu ensinamento e para praticá-lo. Parece que para a razão bem governar as operações da escolha ela *necessita* estar acompanhada da atenção sobre a exterioridade e a interioridade e sobre as representações que emergem. Com efeito, a importância da atenção no estoicismo de Epicteto, aparentemente, é algo simples e evidente, contudo trata-se de um tema complexo e amplo porque permeia toda a sua filosofia e, infelizmente, ainda é pouco investigado. Desse modo, algumas questões ainda precisam ser examinadas, como, por exemplo, a atenção é um aspecto da razão? Ou uma *dýnamis* tal como a razão é uma *dýnamis*? Quais seriam as implicações

para a estrutura psicológica se fosse uma *dýnamis* ou se fosse um aspecto da razão? Seria a atenção uma operação da *proairesis*, assim como são os três *topoi*? Não está claro o que é exatamente a atenção, se ela é um aspecto da razão ou se ela é uma potência do psiquismo ao lado da razão. Seria a razão quem comanda a atenção ou, ao contrário, seria a atenção o próprio hegemônico, isto é, o aspecto mais elevado do princípio diretor?

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- DINUCCI, A.; JULIEN, A.; RODRIGUES, A. *O Manual de Epicteto: Introdução, tradução e notas*. São Cristóvão: EdiUFS. 2017.
- EPICTETO. *The Discourses of Epictetus as reported by Arrian. 2 Volumes, Books I-IV, Encheiridion and Fragments*. London: Harvard University Press, 1956.
- _____. *Disertaciones por Arriano*. Trad. Paloma, O.G. Madrid: Editorial Gredos. 1993.
- _____. *As Diatribes de Epicteto, livro I*. Trad. Dinucci, A. São Cristóvão: 2018. (Obra no prelo).
- HADOT, P. *O que é a filosofia antiga?*. São Paulo: Loyola. 2008.
- _____. *Exercícios espirituais e filosofia antiga*. São Paulo: É Realizações. 2014.
- HIJMANS, B.L. *ἄσκησις, notes on Epictetus' educational system*. Assen: Van Gorcum, 1959.
- LIDDELL, H; SCOTT, R; JONES, H. *Greek-English Lexicon*. Oxford: Clarendon. 1996