



LE FILOSOFIE ELLENISTICHE: UN MODELLO GNOSEOLOGICO E TEORETICO PER LE PRATICHE FILOSOFICHE

di

*R. Loredana Cardullo, Nunziatina Sanfilippo**

1. *Premessa*

Come ha affermato la studiosa americana Martha Nussbaum, fino al XX secolo si è attinto poco dalla filosofia ellenistica, nonostante i notevoli influssi che essa ha avuto sul pensiero filosofico successivo¹. La sua ripresa e la sua diffusione si devono principalmente agli studi condotti da Foucault² e all'importante interpretazione che lo studioso francese ha dato del pensiero filosofico ellenistico, concependolo come complesso "insieme di pratiche" volte a forgiare uno specifico soggetto³.

Ma il ritorno ai filosofi ellenistici – stoici, epicurei, scettici – si inserisce anche all'interno di un più ampio fenomeno socio-culturale affermatosi sempre più dalla seconda metà del secolo scorso, quello della "svolta pratica" della filosofia⁴: una metamorfosi del pensare filosofico, che cerca di uscire dall'ambiente chiuso delle aule scolastiche e universitarie, dall'attività editoriale e pubblicistica, per ritornare a vivere nei luoghi presso cui è nato, la

* L'articolo è opera di Nunziatina Sanfilippo, PhD in *Processi formativi, modelli teorico-trasformativi e metodi di ricerca applicati al territorio*, Università di Catania, Dipartimento di Scienze della formazione. R. Loredana Cardullo ha elaborato la premessa.

¹ Cfr. M. Nussbaum, *Terapia del desiderio. Teoria e pratica nell'etica ellenistica*, trad. it., Milano, Vita e Pensiero, 1998.

² Cfr. M. Foucault, *Storia della sessualità. La cura di sé*, trad. it., Milano, Feltrinelli, 2014.

³ Nel periodo ellenistico e in quello romano, per Foucault, lo scopo della filosofia diventa quello di dotare l'uomo di un equipaggiamento per poter affrontare la vita e i suoi accidenti. La forma di sapere che si persegue non è quella sul mondo, sulla natura, non si tratta dunque di un sapere tecnico o professionale, bensì di una forma di sapere utile per raggiungere la sicurezza dell'individuo. Un sapere che prepara alla vita e che si acquisisce attraverso tecniche pratiche. Cfr. M. Foucault, *Ermeneutica del soggetto*, corso al Collège de France (1981-1982), trad. it., Milano, Feltrinelli, 2003.

⁴ Cfr. D. Miccione, *Ascetica da tavolo. La svolta pratica della filosofia e il bene comune*, Bologna, Diogene Multimedia, 2019.

strada e le piazze. È un ritorno a una filosofia che si spoglia delle vesti accademiche, che ritorna al servizio della persona, che diventa esercizio quotidiano per l'uomo comune e che sposa modalità non convenzionali del filosofare: da qui il variegato proliferare delle *pratiche filosofiche*⁵.

Le pratiche filosofiche si presentano con una natura eterogenea, data dal contesto culturale in cui sono nate, dalle tecniche e dai metodi di lavoro utilizzati e, indubbiamente, dai modelli gnoseologici e teoretici a cui esse si ispirano. I modelli teoretici che esse riprendono sono diversificati e fanno riferimento anche a discipline non filosofiche: da autorevoli filosofi come Socrate, Epicuro, Dewey, Pierce – per citarne alcuni – si arriva in campo psicologico ad autori come Freud, Jung e Rogers. Tuttavia è possibile, tra i vari modelli gnoseologici e teoretici, individuarne alcuni che, in maniera esplicita e meno esplicita, sembrano ispirare le varie pratiche. Modelli che sono diventati tali per la loro vicinanza alla “quotidianità”, elemento che per molto tempo è stato dimenticato dalla filosofia e che oggi è riabilitato dalle pratiche filosofiche, perché si parte dal presupposto che sia proprio la vita quotidiana a fornire il “materiale grezzo” al pensiero filosofico: *è la vita che si fa problema filosofico*.

È interessante notare come, nel panorama odierno, questa nuova dimensione del pensiero filosofico riprenda in maniera consistente alcune filosofie del passato che, in alcuni casi, vengono addirittura considerate come “forme embrionali” di pratica filosofica. Nello specifico si prendono in considerazione le prospettive di pensiero delle scuole ellenistiche, le quali hanno sicuramente molto insistito sull'analisi e sulla descrizione del comportamento umano, suggerendo anche pratiche specifiche per condurre saggiamente la vita dell'individuo.

⁵ Generalmente «si definisce pratica filosofica ogni attività che si proponga di produrre effetti di trasformazione (nella vita delle persone, delle organizzazioni, dei corpi sociali, delle istituzioni ecc.) attraverso il ricorso a materiali a qualsiasi titolo riconducibili alla tradizione filosofica. Sul piano epistemologico le pratiche filosofiche mettono in atto una modalità di rapporto al reale che non è più soltanto di tipo speculativo e che di conseguenza assegna tematicamente alla filosofia un ruolo di tipo trasformativo [...]; la finalità principale delle pratiche filosofiche non è data dalla produzione di conoscenza ma dall'intervento in una situazione problematica determinata [...]. Diremo allora che la filosofia si costituisce come pratica ogni qualvolta l'esercizio del pensiero non mira in modo prioritario alla produzione di conoscenza ma alla produzione di effetti di tipo trasformativo, terapeutico, educativo o critico». R. Frega, *Che cos'è l'epistemologia delle pratiche?* in *Pratiche filosofiche e cura di sé*, cur. C. Brentari, R. Madera, S. Natoli e L.V. Tarca, Milano, Mondadori, 2006, pp. 213-218. Per restituire il complesso di quelle che oggi comunemente sono identificate come pratiche filosofiche riportiamo di seguito le più diffuse: la Consulenza filosofica di G. Achenbach, la *Philosophy for children* di M. Lipman, il Dialogo socratico di L. Nelson, i *Cafè Philo* di M. Sautet.

Comunemente, l'idea di associare le odierne pratiche filosofiche agli "abiti filosofici" della filosofia ellenistica nasce dal fatto che quest'ultima rappresenta uno degli esempi più significativi di filosofia che si alimenta a partire dalla "pratica", di filosofia intimamente legata alla vita quotidiana, attraverso l'uso consistente di esercizi spirituali per l'anima⁶. Il rimando alle scuole ellenistiche è anche dato dall'attenzione che queste filosofie rivolgono alla cura di sé, e dunque al benessere dell'individuo, ciò avviene tanto nella prospettiva epicurea che in quella stoica e scettica.

2. *La filosofia come "terapeutica dell'anima"*

Come si evince dall'interessante lettura che ne ha dato Martha Nussbaum⁷, l'elemento comune a tutte le scuole ellenistiche è la caratterizzazione della filosofia come strumento per affrontare i dolorosi problemi dell'uomo e quindi la sua trasformazione in "terapeutica dell'anima". Epicurei, scettici e stoici «guardarono al filosofo come ad un medico compassionevole la cui arte è in grado di curare molte delle sofferenze umane più diffuse. Essi praticarono la filosofia non intendendola alla stregua di una tecnica distaccata e intellettualistica volta a dar mostra di intelligenza, ma come *arte perfettamente calata nel mondo e impegnata a cimentarsi con le miserie umane*»⁸. Non sorprende, dunque, la ripresa in chiave contemporanea cui assistiamo oggi, perché nella produzione del pensiero filosofico occidentale, quella ellenistica è senza alcun dubbio la filosofia che ha più insistito sul malessere dell'esistenza umana provando, in vari modi, a migliorarla. È proprio il suo fine, l'obiettivo verso cui essa tende, a renderla oggi attuale.

Tutte le scuole, accomunate dal fatto di concepire la filosofia come una "terapeutica degli affanni e delle angosce", «ammettono, insieme a Socrate,

⁶ L'espressione "esercizi spirituali" è intesa nel senso esplicitato da Pierre Hadot, ad esempio in *Che cos'è la filosofia antica*, Torino, Einaudi, 2010, p. 7: «definisco in questo modo delle pratiche che potevano essere di ordine fisico, come ad esempio il regime alimentare, oppure discorsivo, come il dialogo e la meditazione, o ancora intuitivo, come la contemplazione; tutte però volte a operare una modificazione e una trasformazione nel soggetto che le praticava». Il termine "spirituale" non viene usato nel senso di "religioso" o "teologico", ma in un senso più ampio, dove *esprit* indica «tutto lo psichismo dell'individuo» (P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, Paris, Albin Michel, 2001, p. 30). L'espressione include pertanto il pensiero, l'immaginazione, la sensibilità e la volontà. «È quindi la denominazione "esercizi spirituali" è in ultima analisi la migliore poiché sottolinea come si tratti di esercizi che impegnano tutto lo spirito» (ivi, p. 70).

⁷ Cfr. M. Nussbaum, *Terapia del desiderio. Teoria e pratica nell'etica ellenistica* cit.

⁸ Ivi, pp. 15-16.

che gli uomini sono immersi nella miseria, nell'angoscia e nel male perché sono nell'ignoranza: il male non è nelle cose. Si tratta, dunque, di curare gli uomini modificando i loro giudizi di valore: tutte queste filosofie pretendono di essere terapeutiche»⁹. Esse, quindi, rappresentano un modello di antica saggezza verso cui tendere perché hanno il merito di aver sviluppato un'etica terapeutica volta a curare i malesseri del pensiero; tutte queste scuole, infatti, «[...] sviluppano delle procedure e delle strategie miranti non solo all'efficacia sul singolo, ma anche alla creazione di comunità terapeutiche, società che vengono a sovrapporsi alla società già esistente, con norme e priorità differenti rispetto ad essa»¹⁰.

La ripresa delle scuole ellenistiche e il loro accostamento alla pratica filosofica odierna nasce principalmente da una caratteristica comune a tutte: rispetto al platonismo e all'aristotelismo – filosofie rivolte a una fascia di utenza in un certo senso elitaria – le scuole ellenistiche si rivolgono a tutti gli uomini: liberi, schiavi, donne, non fanno differenze, perché partono dall'idea secondo cui chi adotta uno stile di vita filosofico può dirsi realmente filosofo. È proprio l'elemento della “libera fruizione della filosofia” che ha portato, difatti, lo storico della filosofia antica Hadot a definirle “filosofie missionarie e popolari”¹¹. Il loro scopo era quello di rendere fruibile e interiorizzabile la filosofia, per questa ragione le discussioni più tecniche, e dunque meno accessibili, erano appannaggio degli specialisti, mentre agli altri studenti la filosofia veniva restituita sottoforma di semplici formule, i dogmi, che si costituivano come regole di vita pratica facili da seguire.

Promotore della filosofia come mezzo per promuovere il benessere dell'individuo è indubbiamente Epicuro, il quale ha il merito di aver esplicitato la “vocazione terapeutica” della filosofia, che diventa terapia delle passioni e quindi “medicina” per l'anima. Epicuro intravede nella filosofia l'unico strumento atto alla liberazione dell'anima dalle passioni per il raggiungimento della felicità, il valore della filosofia è dunque principalmente “strumentale”. Come afferma Hadot, l'obiettivo principale per Epicuro è liberare la “carne” dalla sofferenza¹², quest'ultima generata unicamente dall'ignoranza del vero piacere. La filosofia diventa il mezzo attraverso cui l'uomo riesce a “vivere il piacere”, quello stabile, inteso come stato di equilibrio e diverso dai piaceri mobili. Come noto, quello di Epicuro non è un invito all'uomo ad abbandonarsi al piacere, bensì al calcolo e alla misura dei piaceri. Da qui la necessità

⁹ P. Hadot, *Che cos'è la filosofia antica?* cit., p. 101.

¹⁰ M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 46.

¹¹ P. Hadot, *Che cos'è la filosofia antica?* cit., p. 106.

¹² Ivi, p. 112.

di creare una medicina dell'anima, il quadrifarmaco, attraverso la sistemazione dei dogmi, frasi semplici ed efficaci, che consentono al singolo di esercitarsi per raggiungere la salute dell'anima.

L'immagine di società che Epicuro ci restituisce è un'immagine miserevole: la miseria nascerebbe dall'eterno desiderare dell'uomo, che lo spingerebbe a perseguire oggetti del desiderio effimeri come la fama, la gloria e il denaro, e lo allontanerebbe da quelli auspicabili come la salute dell'anima. Dinanzi all'ignoranza comune, che non permette alla società di elevarsi, il compito autentico della filosofia non può che essere quello di "curare la miseria dell'uomo"; difatti, se gli argomenti filosofici non sono sufficientemente "pratici", al punto da curare l'anima dell'uomo, per Epicuro diventano pressoché inutili.

La filosofia tradizionalmente intesa, quella dialettica, può allora fare ben poco, poiché essa si rivolge a pochi, non è libera e, inoltre, è elitaria anche nei contenuti. La malattia di cui tutti gli uomini sono affetti, per il filosofo, si genera dalla falsa credenza, ed è primariamente su questa che bisogna agire. L'eliminazione delle false credenze, attraverso l'arte curativa della filosofia, consente all'uomo di eliminare il desiderio che arreca turbamento e di raggiungere la vita felice. La cura consiste nell'utilizzo di discorsi filosofici che sono in grado di individuare la falsità delle credenze e di fare spazio alla verità. La filosofia, dunque, non deve essere appannaggio di pochi, proprio perché è "arte del vivere bene" essa deve essere estesa a tutti, nella *Lettera a Meneceo* Epicuro così afferma: «non indugi il giovane a filosofare, né il vecchio se ne stanchi. Nessuno mai è troppo giovane o troppo vecchio per la salute dell'anima. Chi dice che l'età per filosofare non è ancora giunta o è già trascorsa, è come se dicesse che non è ancora giunta o è già trascorsa l'età per la felicità»¹³.

Queste le ragioni per cui non esistevano particolari requisiti per entrare nel Giardino del filosofo, il quale pretendeva soltanto che il futuro allievo abbandonasse le precedenti occupazioni e fosse disposto ad unirsi alla sua comunità, all'interno della quale, sin dal suo primo ingresso, avrebbe vissuto. Far parte della comunità epicurea era un po' come prendere i voti: l'ingresso al suo interno sanciva la piena adesione al tipo di vita condotta e agli ideali comunitari. Difficilmente gli allievi di Epicuro abbandonavano la scuola, Diogene racconta «che una volta un tale chiese ad Arcesilao perché molte persone passassero da altre scuole alla scuola di Epicuro, ma nessun allievo di Epicuro fosse mai passato a un'altra scuola. Arcesilao rispose: "perché

¹³ Epicuro, *Lettera a Meneceo*, in M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 122.

gli uomini possono diventare eunuchi, ma gli eunuchi non possono mai diventare uomini»¹⁴.

Ciò consente di cogliere un aspetto essenziale della comunità epicurea: essa è strutturalmente ordinata, ha una propria religione e anche un capo indiscusso, Epicuro, verso il quale è riservato un vero e proprio culto eroico. Tutti gli argomenti trattati all'interno della comunità epicurea hanno un fine pratico, ovvero l'obiettivo di consentire agli allievi di "vivere bene". I precetti epicurei sono degli strumenti che gli allievi utilizzano tutte le volte che ne hanno bisogno, per questa ragione tutti sono chiamati a recitarli notte e giorno, a impararli a memoria e a interiorizzarli.

Per Epicuro molte delle credenze umane sono collocate in una dimensione profonda e non superficiale dell'anima, gli argomenti filosofici devono essere dunque in grado di "scavare" e individuare tali credenze, devono essere potenti e spingersi in profondità; per queste ragioni è fortemente consigliata la "ripetizione" e la "memorizzazione" dei *dogmata*¹⁵.

Anche la figura del maestro all'interno della comunità è veramente singolare, oltre ad essere il capo indiscusso, egli si comporta come un medico dell'anima; tra i suoi compiti, difatti, vi è quello di diagnosticare la malattia che colpisce l'anima dell'allievo e, inoltre, di selezionare la giusta "medicina", la quale varia in base al caso specifico: «alcuni farmaci sono "amari" o "caustici", altri sono "gentili"»¹⁶. Le terapie farmaceutiche sono i discorsi filosofici, i quali variano per intensità in base ai sintomi,

operando come un medico che decida "in virtù di segni plausibili" che un certo paziente necessita di un purgante, amministrerà un argomento che riscuota un simile effetto evacuante – presumibilmente qualche critica devastante [...] e se la purga non fa effetto la prima volta, egli riproverà con il suo duro trattamento "più e più volte", cosicché se non raggiunge il *telos* la prima volta può darsi che lo raggiunga la successiva¹⁷.

Oltre agli argomenti "purgativi", secondo le informazioni pervenuteci da Filodemo, esistono anche quelli chirurgici, utilizzati per i casi più gravi: il rimprovero, il quale sembrerebbe prevedere un'esposizione in pubblico delle debolezze dell'allievo attraverso la confessione¹⁸.

Nel mondo delle pratiche filosofiche Epicuro è uno tra i filosofi maggiormente citati quando la pratica è intesa come "esercizio della modificazione

¹⁴ M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 145.

¹⁵ Ivi, p. 139.

¹⁶ Ivi, p. 131.

¹⁷ *Ibidem*.

¹⁸ Cfr. M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 132.

del sé e del modo di agire nel mondo”, ovvero quando essa richiama la vocazione terapeutica della filosofia¹⁹.

Anche la scuola stoica diventa un modello al quale poter attingere per la concreta ricerca della saggezza. Centrale, anche per gli stoici, è la metafora medica, che li porta a concepire la filosofia come “arte della cura dell’anima”. L’obiettivo da raggiungere per l’uomo è una piena condizione di felicità attraverso la cura dei mali, e la «filosofia rimane un medico compassionevole che somministra rimedi ai bisogni umani più urgenti»²⁰. La differenza rispetto alla scuola epicurea, però, è data dal profondo rispetto che gli stoici nutrono per la ragione umana che, posseduta indistintamente da tutti, permette al singolo di diventare medico di se stesso. La filosofia è qui intesa come un tonico che stimola le capacità naturalmente possedute dal singolo, le quali consentono poi di lavorare sull’anima. Il possesso universale della ragione consente agli stoici di affermare con certezza che tutti gli individui abbiano libero accesso alla filosofia, senza alcuna distinzione.

Come afferma Nussbaum, «l’atteggiamento centrale che sorregge la terapia stoica è il rispetto per la dignità della ragione in tutti gli esseri umani»²¹. I discepoli, *in primis*, devono imparare questa forma di rispetto verso la propria ragione e quella degli altri, poiché la ragione è fondamento dell’umanità, «si insegnerà che il debito che si ha nei confronti della propria umanità consiste nello sviluppare questa facoltà e nell’usarla bene – proprio come è giusto cercare di mantenere sano il proprio corpo»²². L’allievo stoico, poi, dovrà farsi carico dei propri pensieri e, attraverso un esame scrupoloso, scegliere tra le innumerevoli alternative quella migliore. Diversamente dalla scuola epicurea esiste dunque uno spazio consistente per il vaglio delle alternative possibili, il singolo dovrà vivere in accordo con la propria ragione in maniera attiva, rinunciando alle abitudini e alle convenzioni acquisite passivamente. Lo stato di vigilanza, pertanto, è un’attività necessaria ed è compito del maestro educare l’allievo all’acquisizione di questa abilità. Anche in questo caso il maestro è particolarmente attento al livello profondo dell’allievo,

è un medico – ma un medico che conduce il paziente a un’esatta esplorazione del proprio intimo. Descrivendo in modo curioso ed efficace questa sorta di intimità medica, Crisippo scrive: “Perciò, così come occorre che chi è medico del corpo debba essere ben addentro ai problemi di tutte quelle affezioni fisiche che gli ven-

¹⁹ È il caso della pratica filosofica ideata da Romano Màdera: l’Analisi biografica a orientamento filosofico (<<https://sabof.it/analisi-biografica-a-orientamento-filosofico>>, consultato il 23-9-23).

²⁰ M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 339.

²¹ Ivi, p. 346.

²² *Ibidem*.

gono sottoposte e intendersi bene delle cure per ciascuna di esse, così è anche per il medico dell'anima, che deve essere ben addentro, nel modo migliore, ai due tipi di affezioni e a ciascuna di esse²³.

Anche per gli stoici, dunque, esiste una interiorità che la filosofia deve sondare, un'anima che diventa luogo di segreti e di evasioni. Il soggetto deve abbandonare i pensieri falsi ed è altamente probabile che l'anima si opponga, per questa ragione, la meditazione e l'autoesame diventano tecniche utili, poiché consentono al singolo di indagare la propria anima e in alcuni casi di dominarla.

Il compito della filosofia, anche in questo caso, è quello di colpire la mente, di attivarne i processi, per questa ragione bisogna abbandonare il gergo filosofico e rendere la filosofia comprensibile a tutti. La semplificazione del lessico consente l'estensione dei benefici della filosofia a tutti, perché alla base del pensiero stoico vi è l'idea che chiunque possieda la facoltà di raziocinio sia naturalmente abilitato all'esercizio della filosofia.

Della filosofia stoica, inoltre, il mondo delle pratiche apprezza la presa di coscienza che la vita dell'uomo sia condizionata da forze esterne e che l'infelicità sia data proprio dall'esigenza umana di fuggire da mali che non si possono evitare. L'unica cosa che dipende dall'uomo e che è in suo potere è fare il bene, ovvero vivere secondo ragione.

La realtà umana è costituita da cose che dipendono da ciascuno di noi e da cose che non dipendono da noi. In nostro potere sono: giudizio di valore, impulso ad agire, desiderio, avversione, e, in una parola, tutto quello facciamo in prima persona. Al di là del nostro diretto controllo si situano la corporeità con i suoi accidenti, i beni che possediamo, le opinioni che gli altri hanno su di noi, la nostra posizione sociale e politica, e, in breve, tutto quanto non rientra a pieno titolo nella nostra sfera d'azione²⁴.

La pratica dell'indifferenza stoica risulta attuale perché invita l'uomo a ri-appropriarsi del libero dominio su quanto dipende da lui, ma soprattutto ad acquisire la consapevolezza di cosa rientra in suo dominio, ciò porta a una riduzione della sua sofferenza spirituale. Un esercizio spirituale stoico, ripreso da alcune pratiche filosofiche, è quello della *prosoché*, dell'attenzione consapevole, la quale si genera in seguito a una attenta disamina del proprio vissuto, quindi attraverso l'esame di coscienza, e in seguito alla *prae-meditatio*, un modo per progettare la propria esistenza²⁵. La *prae-meditatio* risulta utile

²³ Ivi, p. 349.

²⁴ Epitteto, *Encheiridion*, 1,1 in AA.VV., *Filosofia praticata. Su consulenza filosofica e dintorni*, Trapani, Di Girolamo Editore, 2008, p. 41.

²⁵ F. Dipalo, *Consulenza filosofica e saggezza antica* (in AA.VV., *Filosofia praticata cit.*, pp. 41-44), indica questo esercizio come utile per la consulenza filosofica.

all'individuo perché gli consente di rappresentare in anticipo le difficoltà che potrebbe incontrare nella sua vita e attutire i possibili traumi generati da queste. Ma come fa notare Hadot, questo esercizio non consente soltanto di "attutire il trauma della realtà", bensì il filosofo «intende, compenetrandosi bene dei principi fondamentali dello stoicismo, ripristinare in se stesso la tranquillità e la pace dell'anima. Non bisogna avere paura di pensare in anticipo gli eventi che gli altri uomini considerano come infausti; si deve anzi pensarvi spesso, per dire a se stessi, prima di tutto, che i mali futuri non sono mali poiché non sono presenti e, soprattutto, che gli eventi come la malattia, la povertà e la morte, che gli altri uomini percepiscono come mali, non sono mali, poiché non dipendono da noi e non appartengono all'ordine della moralità»²⁶.

Per Epicuro e per gli Stoici, la salute dell'anima dipende quindi dall'acquisizione di determinate credenze che consentono la liberazione dell'anima dal turbamento. Si parte dal presupposto che gli allievi debbano necessariamente possedere determinate credenze riguardo al mondo per vivere una vita buona.

Riprendendo la metafora medica, anche la scuola scettica crede che la malattia che affligga l'uomo sia principalmente legata al giudizio, ma diversamente dagli Epicurei e dagli Stoici, essa non crede che la soluzione possa risiedere nell'abbandono di alcune credenze e nell'acquisizione di altre. Il problema principale risiede proprio nell'umana attività del giudicare, la malattia è il giudizio stesso, l'uomo deve rinunciare a qualsiasi tipo di impegno conoscitivo: questa è l'unica cura possibile per gli scettici. Lo Scetticismo, difatti, «consiste nella facoltà di contrapporre i fenomeni e le percezioni intellettive in qualsivoglia maniera, per cui, in seguito all'egual forza dei fatti e delle ragioni contrapposte, arriviamo, anzitutto, alla sospensione del giudizio, quindi all'imperturbabilità»²⁷. La scuola scettica rifugge il dogma, credendo che l'uomo debba fare appello a ciò che gli è più naturale: la liberazione dal turbamento dovuto al giudizio. La sospensione del giudizio diventa quindi la terapia da seguire per l'individuo afflitto dai comuni malesseri e per raggiungere l'atarassia, la liberazione dal turbamento. L'*epoché* scettica, che non equivale all'assenza di giudizio, rappresenta un rifiuto delle categorie filosofiche dogmatiche, una sospensione del giudizio che deriva dall'impossibilità di confermare o negare la verità di qualsiasi cosa. L'*epoché* è accolta dalle pratiche filosofiche perché rappresenta uno strumento utile per tenere sotto controllo i propri giudizi, per non orientare o compromettere il lavoro sui concetti, azione fondamentale per buona parte delle pratiche, che hanno co-

²⁶ P. Hadot, *Che cos'è la filosofia antica?* cit., pp. 133-134.

²⁷ M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 305.

me obiettivo principale fare in modo che l'interlocutore, senza alcun condizionamento, avvii la problematizzazione dei propri pensieri.

3. *Pratiche filosofiche e filosofie ellenistiche*

La ripresa contemporanea della filosofia ellenistica nasce dai notevoli guadagni metodologici degli argomenti terapeutici delle scuole ellenistiche, i quali ci portano oggi a concepire in maniera nuova il metodo e la procedura filosofica. Primo fra tutti l'attenzione rivolta al bisogno e alla motivazione di un approccio medico alla vita umana: la filosofia, in questo caso, non è mero esercizio accademico, ma nasce dai dubbi e dai problemi concreti dell'individuo.

Secondo elemento, l'attenzione rivolta al linguaggio della filosofia, il quale se caratterizzato esclusivamente dal rigore non riesce più a rivolgersi a un gruppo esteso di persone. «Perché rigore e precisione innestati su un linguaggio accademico arido, pedante o appesantito dagli usi gergali non lanceranno mai l'allievo nella ricerca della verità, non penetreranno in ciò che pensa sulle questioni della vita in modo tanto profondo da permettergli di distinguere ciò che realmente pensa e ciò che realmente lo turba»²⁸.

Terzo, il fatto che quelle ellenistiche, senza alcun dubbio, sono le prime scuole nella storia filosofica dell'Occidente ad aver parlato dell'esistenza di pensieri e motivazioni inconsci e ad aver rivolto un'attenzione particolare alla dimensione più profonda e intima dell'uomo.

Come abbiamo avuto modo di appurare, ciò che accomuna le diverse scuole ellenistiche è l'analogia tra medicina e filosofia: come la medicina ha come scopo quello di espellere le malattie dal corpo, allo stesso modo la filosofia ha come obiettivo quello di abbattere le malattie dell'anima. Ragion per cui, come afferma Epicuro, «è vuoto l'argomento di quel filosofo che non riesce a guarire alcuna sofferenza dell'uomo»²⁹. È chiaro come "l'argomento terapeutico" sia un elemento ricorrente e importante, al punto da diventare uno strumento euristico per le scuole. Le malattie dell'anima si generano dalle false opinioni e la filosofia si rivela come l'unica arte capace di soccorrere l'anima. I discorsi filosofici risultano essere validi, non più soltanto per la loro correttezza logica, ma se riescono "praticamente" ad agire sul malessere dell'uomo.

In breve, tutte e tre le scuole potrebbero accettare quella che è la definizione epicurea della filosofia: "La filosofia è un esercizio che può attuare la vita felice con di-

²⁸ Ivi, p. 509.

²⁹ Ivi, p. 21.

scorsi e ragionamenti”. E tutte e tre sarebbero d’accordo nel sottoscrivere che un argomento rigoroso dal punto di vista logico ma che non sia tagliato su misura per i suoi uditori, un argomento vuoto e meramente accademico, incapace di coinvolgere gli ascoltatori nella pratica, risulta essere un *argomento filosofico difettoso*³⁰.

È sicuramente vero che il discorso filosofico ellenistico si appella al ragionamento logico, e di conseguenza alla chiarezza e alla coerenza, caratteristiche imprescindibili per la filosofia, ma da solo è insufficiente; se l’obiettivo è terapeutico il filosofo dovrà fare uso di altre tecniche per mirare al coinvolgimento psicologico dell’allievo da curare. «Dovrà trovare delle vie per esplorare nel profondo il mondo interiore dell’allievo, usando esempi avvincenti, tecniche narrative, richiami alla memoria e all’immaginazione – tutto allo scopo di coinvolgere l’intera vita del paziente nel processo investigativo»³¹, la sola argomentazione dialettica risulterà insufficiente. Da qui l’ampio uso degli esercizi filosofici, pratiche che consentono di modificare il modo di essere di chi li pratica.

Da ciò si evince una figura nuova di filosofia, intesa come procedura primariamente atta alla modificazione del singolo e del mondo, una filosofia che ha la pretesa di intervenire “praticamente” nel mondo.

Ma Nussbaum si chiede:

una procedura come quella appena delineata è ancora filosofia? [...] una procedura così indirizzata verso il mondo e verso il suo cambiamento può ancora essere quell’attività riflessiva, critica, autocritica e intellettuale che quella tradizione intellettuale iniziata in Grecia con Socrate e Platone chiamo “filosofia” [...] La filosofia, nelle mani dei pensatori ellenistici, non contemplò più con calma il mondo: si immerse nel mondo e ne divenne parte. Tutto ciò cambiò la filosofia. Ci si deve domandare se, nel momento in cui guadagnava in impegno, perdeva qualcosa del suo potere di riflessione³².

Le interessanti intuizioni della Nussbaum ci consentono di fare una riflessione sulla diffusa e contestabile associazione tra pratiche filosofiche e filosofie ellenistiche. Il modello terapeutico, cuore della filosofia ellenistica, infatti, la porta ad essere più vicina al mondo della psicoterapia che a quello delle pratiche filosofiche, per le seguenti ragioni:

- la filosofia ellenistica insiste molto sull’esistenza di una dimensione profonda dell’anima, all’interno della quale risiederebbero credenze, passioni ed emozioni. Questi elementi, notoriamente considerati irra-

³⁰ Ivi, p. 23.

³¹ Ivi, p. 25.

³² Ivi, pp. 42-43.

zionali, diventano oggetto della filosofia, che per gli ellenistici è l'unica arte in grado di diagnosticarli e modificarli. Le passioni e le emozioni traggono la loro linfa vitale dalle convinzioni e dagli argomenti, la loro natura non è dunque irrazionale, poiché esse hanno una base cognitiva. Le convinzioni, che nascono per mano della società, vanno a collocarsi in una dimensione profonda nel soggetto, è come se si trincerassero, ma continuassero ad agire indisturbate sul pensiero e sull'azione dell'uomo. Da questa concezione si sviluppa l'idea di una filosofia che possa, attraverso l'argomentazione, agire "in profondità" sulle emozioni. L'interiorità è concepita come qualcosa di veramente complesso e profondo, al punto che «uno scambio dialettico educato e superficiale non può bastare per affrontare in maniera soddisfacente né l'emozione né qualsiasi convinzione. L'origine dell'attenzione che l'Ellenismo presta a tecniche come il richiamare alla memoria, la "confessione" e il quotidiano esame di coscienza va ricercata in questa psicologia affatto nuova e complessa: il problema non è endemico all'emozione in quanto tale, ma alla struttura cognitiva dell'intera persona. Nell'io non c'è elemento inaccessibile all'argomentazione razionale; ma le argomentazioni devono scavare in profondità "per diventare forti" nell'anima, come direbbe Epicuro»³³.

La filosofia ellenistica, difatti, utilizza buona parte dei suoi metodi per portare alla superficie ciò che risiede nella dimensione più profonda dell'anima, ciò che è inconscio è riportato in superficie per essere attenzionato e analizzato. «Questo significa che la filosofia non può essere semplicemente svolta in modo accademico, così da occupare una parte relativamente ristretta della nostra vita. Essa richiede, invece, uno sforzo lungo e paziente, e un'attenzione vigile ad ogni giornata e ai momenti di ogni giornata, oltre che il sostegno della comunità filosofica e dell'amicizia filosofica [...] *i pensatori ellenistici sono in un certo qual modo gli antenati della moderna psicanalisi*, pur non avendo svolto alcun lavoro empirico con bambini reali, il che renderebbe una pratica di questo tipo ben fondata in senso evolutivo»³⁴;

- le filosofie ellenistiche presentano un obiettivo primario, quello della cura, il quale sembrerebbe sovrastare ogni esigenza di argomentazione filosofica. Secondo Nussbaum le scuole ellenistiche subordinerebbero la verità e il buon ragionamento all'efficacia terapeutica. Tutte le scuole, difatti, sembrano essere fortemente legate all'effetto principalmente

³³ Ivi, p. 46.

³⁴ Ivi, p. 513 (corsivo mio).

terapeutico della filosofia, la quale se non è capace di raggiungere questo obiettivo è addirittura considerata inutile e vana. La ragione, per esempio, nella scuola epicurea ha una funzione strumentale e ciò dipende dalla sua impostazione dogmatica. Per Nussbaum c'è una tensione tra autonomia e manipolazione coercitiva nella cura dell'allievo nelle filosofie ellenistiche, «tutte, inoltre, considerano la società esistente malata nelle sue convinzioni e nelle sue preferenze, e l'allievo contagiato da queste malattie. Ciò conduce, naturalmente, al desiderio di intervenire nel processo di pensiero razionale dell'allievo, per perforare ciò che la società ha impartito al fine di pervenire fino ai giudizi veri che sono, a loro parere, sepolti nell'anima sotto tutto questo materiale»³⁵. Quasi tutte le scuole riducono lo spazio in cui l'allievo può analizzare le alternative, e il rischio è quello della manipolazione del risultato. L'autrice riprende la filosofia epicurea per evidenziare come si assista alla scomparsa del soggetto agente, l'allievo non fa leva su stesso, ma sul potere salvifico della dottrina del maestro. «L'allievo viene incoraggiato a non aver fiducia in se stesso e a fare affidamento sulla saggezza dell'insegnante [...] separato dalla città e dall'influsso che essa esercita sulla conoscenza, soggetto a un regime quotidiano di memorizzazione, ripetizione e confessione, privato della possibilità di considerare imparzialmente delle visioni alternative, non è che all'allievo rimanga grande autonomia»³⁶;

- un altro elemento importante è dunque il rapporto tra maestro e allievo, paradigmatico nella scuola epicurea ma più o meno presente in tutte le altre scuole. Se la metafora chiamata in causa è quella medica il rapporto non può che essere asimmetrico. Il discepolo, che ha un ruolo passivo, consegna la sua vita nelle mani del maestro, al quale deve obbedire necessariamente. Sembrerebbe mancare la libertà di opposizione, come fa notare Nussbaum: a Epicuro non importa l'esperienza assiologica dell'allievo, non intraprende con lui un percorso investigativo che lo porterà a scoprire la verità³⁷, ma fornisce lui le concezioni corrette tenendolo lontano da quelle alternative, «in effetti, l'etica normativa epicurea sembrerebbe, a giudicare dai testi in nostro possesso, assai dogmatica e dedicata all'uso di formulazioni generali simili avere e proprie regole. “Il saggio insegnerà dottrine dogmatiche e non parlerà per aporie»³⁸. La fi-

³⁵ Ivi, p. 515.

³⁶ Ivi, p. 516.

³⁷ Cfr. ivi, p. 130.

³⁸ Ivi, p. 133.

losofia ellenistica, con i suoi esercizi, è una filosofia che abbandona la libertà del filosofare socratico, poiché essa si organizza all'interno di circoli chiusi e tutto ruota intorno alle dottrine insindacabili dei maestri, le quali autoritariamente indicano ai propri discepoli il modo in cui condurre la propria vita. Famoso è il precetto, considerato basilare nella scuola epicurea, "Comportati sempre come se Epicuro ti vedesse". La Nussbaum ci fa notare come le filosofie ellenistiche proponessero ai loro discepoli concezioni dogmatiche intorno all'uomo e alla natura, allontanandoli dalla filosofia come libera ricerca, «ciascuna scuola asserisce di dare al discepolo una vita in accordo con la natura. Tutte fanno affermazioni riguardo alla natura, derivandole da una qualche sorta di indagine dell'essere umano, dei suoi bisogni e delle sue capacità. In tutte, la nozione di natura è *normativa*, piuttosto che *descrittiva*»³⁹.

Verso la stessa direzione vanno le riflessioni di Miccione e Pollastri, autori appartenenti al mondo delle pratiche filosofiche, che affermano in maniera decisa che non sia possibile associare le pratiche filosofiche alle scuole ellenistiche. Davide Miccione spiega come molto spesso Epicuro sia citato e ripreso per l'originalità e l'apertura della sua scuola, la quale «consisteva nel rivolgersi a tutti gli uomini, anche a quelli incolti, [...] nonché nell'accogliere schiavi o donne, persino cortigiane»⁴⁰, ma in realtà quella di Epicuro era un'inclusione parziale, perché la sua filosofia era rivolta a tutti quelli che avrebbero aderito ai dogmi della scuola.

Le filosofie ellenistiche sono anche solitamente riprese, dal mondo delle pratiche filosofiche, per acuire la differenza tra il mondo delle pratiche, che vive in strada ed è principalmente legato alla filosofia come modo di vivere, e il mondo accademico, dedito all'accrescimento della filosofia come *corpus* disciplinario e scisso dalla vita. Miccione fa notare come in realtà, anche le filosofie ellenistiche, in un certo senso, si siano allontanate dal filosofare all'aperto di Socrate, dalla sua filosofia in purezza, difatti Epicuro colloca la filosofia in uno spazio isolato lontano dall'*agorà*, fonda un Giardino e una scuola con dogmi da seguire⁴¹.

Ma soprattutto la filosofia ellenistica sembrerebbe essere lontana dalla concezione odierna della pratica filosofica principalmente per il suo carattere dogmatico. Se si pensa all'epicureismo, per esempio, è possibile associarlo più a una forma di associazionismo religioso che alla libera pratica filosofica.

³⁹ M. Nussbaum, *Terapia del desiderio* cit., p. 520.

⁴⁰ P. Hadot, *La felicità degli antichi*, trad. it, Milano, Raffaello Cortina, 2011, p. 115.

⁴¹ D. Miccione, *Ascetica da tavolo* cit., p. 109.

Epicuro rappresentava una divinità alla quale la scuola si proclamava fedele, al punto che gli scolari durante la sua vita e anche dopo la sua morte, gli tributarono onori quasi divini. All'interno della pratica filosofica odierna, salvo qualche eccezione, non esiste nulla di tutto questo, non vi sono dei precetti dogmatici da seguire né tantomeno una figura di maestro così dominante. Per le filosofie ellenistiche l'insieme dei dogmi fondamentali della scuola rappresentava un sistema unico e intoccabile, la cui non accettazione comportava una scelta di vita "non filosofica". Nel mondo delle pratiche filosofiche è invece abbastanza comune una tendenza ecumenica alle dottrine, le pratiche si rifanno indubbiamente a determinate prospettive filosofiche ma queste non sono le uniche, non rappresentano la ragion d'essere della pratica. È dunque sicuramente vero che le pratiche odierne riprendono molto dalle pratiche ellenistiche, ma le prime si distinguono principalmente perché non richiedono forme di ortodossia filosofica o fedeltà esclusiva a un'impostazione filosofica.

Anche Pollastri, accogliendo le intuizioni della Nussbaum, afferma che la filosofia ellenistica si proponga più di costituire una pratica legata alla terapia che alla filosofia, perché l'obiettivo principale è indubbiamente la salute. Inoltre, in virtù della grande idealizzazione del maestro – si riprende ancora una volta l'esempio dell'epicureismo dove il maestro è addirittura sacralizzato – la visione del mondo che questo tipo di filosofia sembra restituire è una visione dogmatica, non soggetta ad alcuna critica. Singolare è anche il fatto che Epicuro, scoperti gli errori dei propri discepoli, fosse autorizzato a isolare il discepolo per depurarlo dalle false credenze⁴². La confessione praticata all'interno del Giardino, comunemente concepita come mezzo attraverso cui poter guidare spiritualmente i propri discepoli, rappresentava un modo attraverso cui il maestro poteva correggere i tentennamenti degli allievi. Anche la memorizzazione e la ripetizione dei dogmi della scuola era volta all'assimilazione "acritica" e dogmatica di una visione del mondo,

il tratto a esse comune è costituito dalla trasformazione della filosofia in prassi terapeutica, che presuppone una ben definita e dogmatica concezione dell'uomo (una sua natura) e del mondo in cui esso vive, nonché un universale e intrascendibile obiettivo da raggiungere – la salute. Queste concezioni abbandonano così il modo di intendere la filosofia proprio di Socrate: le dottrine dei maestri non possono essere sottoposte a critica; le scuole filosofiche sono dei circoli chiusi, comunità dove non si ricerca, non si esamina, ma si apprende – con la mente e con il corpo – come vivere in base a un modello dato autoritativamente dato per buono⁴³.

⁴² Cfr. N. Pollastri, *Il pensiero e la vita. Guida alla consulenza e alle pratiche filosofiche*, Catania, Algra Editore, 2020, p. 224.

⁴³ Ivi, p. 226.

Per Pollastri, dunque, con la filosofia ellenistica si assiste alla nascita dell'agire strumentale, un'anticipazione di quella che poi sarà la psicoterapia⁴⁴. «Per queste ragioni, è necessario porre molta cautela nel considerare queste scuole come dei veri e propri “modelli” di *stili di vita filosofici*, pur con il loro imperituro contenuto di osservazioni sull'umano comportamento e di importantissime indicazioni “pratiche” sulle modalità per favorire la crescita degli individui. Con le scuole ellenistiche siamo piuttosto di fronte alla nascita di un *agire strumentale* avente di mira la *trasformazione tecnica dell'uomo stesso*»⁴⁵.

4. Conclusioni

Le posizioni sopra esposte, con l'aiuto delle acute riflessioni della Nussbaum, sembrano dunque negare l'idea che le filosofie ellenistiche possano realmente rappresentare delle forme “embrionali” dell'odierna pratica filosofica. Ciò perché nelle principali scuole filosofiche dell'antichità, in particolare nelle sue correnti ellenistiche, fosse presente un aspetto psicoterapeutico, anticipatore delle principali pratiche psicoanalitiche. Considerare la filosofia come terapia, dunque, nella società odierna, vorrebbe dire inserirla all'interno della macro-categoria delle moderne psicoterapie e concepirla come una professione di aiuto; da qui la negazione delle filosofie ellenistiche come modello gnoseologico da seguire.

In realtà, è bene precisare che la filosofia intesa come terapeutica, nel mondo delle pratiche filosofiche, rimanda a una riflessione molto accesa che vede gli esperti di pratica filosofica fronteggiarsi sull'accettazione o meno della “natura terapeutica” della disciplina.

È chiaro che l'elemento che fa da *leitmotiv* alla filosofia ellenistica è quello “terapeutico”, associato al grande valore che essa assegna al concetto di cura. Tutto, dunque, sembrerebbe ruotare intorno all'accettazione o meno della cura come obiettivo della filosofia. Le pratiche filosofiche che insistono in maniera significativa sulla dimensione della “cura di sé” sono portate naturalmente alla ripresa della filosofia ellenistica, quelle che non perseguono come obiettivo la cura di sé, intendendo la pratica come puro esercizio filosofico che non presuppone dei risultati specifici da ottenere, rigettano il legame con il pensiero ellenistico.

⁴⁴ N. Pollastri, *Saggezza e vita filosofica nella tradizione pratico-filosofica e consulenziale*, p. 5. (testo inedito, fornitomi direttamente dall'autore).

⁴⁵ Ivi, p. 227.

Ma analizzando bene la questione, se per il pensiero ellenistico la cura è la funzione, se vogliamo, “lenitiva” e “orientativa” della filosofia – ovvero la sorprendente capacità di mitigare o allontanare il dolore scaturito dal disorientamento esistenziale, il suo potere cicatrizzante, e dunque la sua funzione riabilitativa – l’accezione del concetto di cura non è meramente medica. Se la cura è intesa come “attenzione”, come investimento libidico della riflessione verso se stessi, verso gli altri e verso il mondo, risulterebbe dunque sbagliato negare che tra i poteri della filosofia vi sia quello della cura e, inoltre, non attingere da quelle filosofie che della “cura del sé” hanno fatto un vero e proprio complesso di comportamenti pratici che, parafrasando Foucault, la contrassegnano come una vera e propria “tecnica di vita”⁴⁶.

ABSTRACT

Nel panorama culturale odierno assistiamo a una consistente ripresa della filosofia ellenistica.

La sua ripresa e la sua diffusione si devono agli studi condotti da Foucault e all’importante interpretazione che egli ha dato del pensiero filosofico ellenistico, concependolo come complesso insieme di pratiche volte a forgiare uno specifico soggetto. Ma il ritorno ai filosofi ellenistici si inserisce anche all’interno di un più ampio fenomeno, quello della “svolta pratica” della filosofia e della nascita del variegato mondo delle pratiche filosofiche. Questa nuova dimensione del pensiero filosofico riprende in maniera consistente le filosofie ellenistiche che, in alcuni casi, vengono addirittura considerate come “forme embrionali” di pratica filosofica.

In today’s cultural world there is a consistent revival of Hellenistic philosophy.

Its revival and dissemination is due to the studies conducted by Foucault and the important interpretation he has given of Hellenistic philosophical thought, conceiving it as a complex set of practices aimed at forging a specific subject. However, the return to the Hellenistic philosophers is also part of a broader phenomenon, the ‘practical turn’ in philosophy and the development of the variegated world of philosophical practices. This new dimension of philosophical thought consistently takes up the Hellenistic philosophies, which in some cases are even considered as ‘embryonic forms’ of philosophical practice.

⁴⁶ Cfr. M. Foucault, *Tecnologie del sé* in AA.VV., *Un seminario con Michel Foucault - Tecnologie del sé*, Torino, Boringhieri, 1992.