

Epicuro.

Introducción.

Epicuro y el epicureísmo.

La filosofía epicúrea queda fijada en la doctrina de su fundador **Epicuro de Samos** mientras que sus discípulos se dedicaron a transmitir las enseñanzas de quien llamaban maestro.

Sus seguidores difundieron el epicureísmo en Grecia, Asia Menor, Egipto e Italia, traduciendo incluso sus textos al latín. Su más destacado seguidor en Roma será **Lucrecio** quien en su poema titulado "De rerum natura" (De la naturaleza de las cosas) hizo una defensa vehemente y bella de las doctrinas epicúreas.

Personaje y doctrina polémicos fueron admirados por algunos y criticados férreamente por otros que les acusaban de *ateísmo*, *materialismo* y de *llevar una vida disoluta*.

Fueron perseguidos por sus ideas que iban en *contra de la religión oficial y supersticiosa* así como *contra la utilización política* de ésta.

Tienen seguidores, aunque minoritarios y entre las capas cultas, hasta el siglo V d. C. El triunfo del cristianismo y su monopolio moral y cultural a lo largo del medievo impidió y reprimió este movimiento ético. En el siglo XVI-XVII se recuperaron sus textos y sus ideas volvieron a ser tenidas en cuenta.

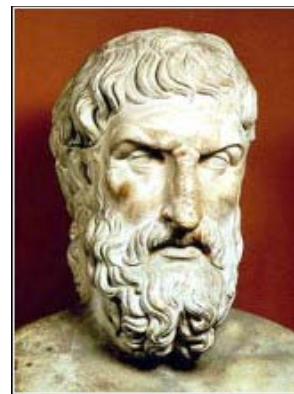
Epicuro y el Jardín.

Epicuro, fundador del epicureísmo, nació en el 341 a. C. en la isla griega de Samos y murió en el año 270 a. C.

En el año 306 a. C. se instala en la ciudad de Atenas donde funda *su escuela* que recibirá el nombre de *El Jardín*. El nombre proviene del jardín que tenía adosado la casa que él compró a las afueras de la ciudad cuando se instaló en Atenas. El Jardín no era, tal como afirmaba Cicerón, un lugar dedicado a la lujuria, sino al contrario, un huerto que proveía de alimentos a la comunidad epicúrea.

Esta comunidad *tenía elementos revolucionarios para la época*:

1. Como consecuencia de su *cosmopolitismo* era una **escuela abierta a todo el mundo sin distinción de raza, sexo o condición social**. Así, **una parte de los miembros que la componen son mujeres y esclavos, y no solamente hombres** a diferencia de otras escuelas.
2. **Para ingresar bastaba con saber leer. No era necesario dominar diversas técnicas o conocimientos filosóficos previos**, sino *solamente aceptar y aprender las enseñanzas del maestro*.
3. Todos ellos están **unidos por el vínculo de la amistad**, *una de las más grandes fuentes de felicidad y refugio contra la soledad dentro de este mundo competitivo que es la sociedad*.



4. Los **valores** como **la competitividad o el triunfo social no tenían sentido en la comunidad**: "*Pasa desapercibido mientras vivas*", era una de sus máximas.

Fuentes.

Debido a ser durante mucho tiempo una filosofía perseguida de Epicuro nos han llegado muy pocas obras y fragmentos, entre ellos cabe destacar: las "*Máximas capitales*", la "*Carta a Meneceo*", la "*Carta a Herodoto*" y la "*Carta a Pitocles*".

Contexto histórico-Cultural.

Es una época de *crisis, inestabilidad y de inseguridad*.

- a) **En el plano político.** Entre los años 307 y 261 a. C. *se suceden diversas guerras y revueltas*, el gobierno cambia siete veces de mano, *los partidos se disputan el poder por métodos poco ortodoxos: asesinatos, incendios, pillaje*, etc. **Ninguno se siente protegido, la miseria y la muerte alcanzan a todos sin distinción.**
- b) **En el plano cultural.** Esta inseguridad se refleja culturalmente en el **auge de la superstición y de las religiones sentimentales**, en una **búsqueda por conocer el futuro, el destino ante la crisis**. El sentimiento de inseguridad ante el destino se intenta mitigar recurriendo a **técnicas adivinatorias (mántica)**. Existe por otra parte una **utilización política de la religión** (que ya tenía precedentes de Platón) que intenta atemorizar al vulgo para evitar así sus quejas o insurrecciones. **Desde ella se fomenta la creencia en la providencia** (los dioses intervienen en la vida de los seres humanos), **la existencia de un juicio post-mortem** y la creencia **en fantasmas y otros seres terroríficos**. A ello se le añade la creencia tradicional griega en la "*moira*" o destino (**la fatalidad**) que está incluso por encima del poder de los dioses.

La propuesta epicúrea: El Hedonismo.

Describimos aquí los **rasgos fundamentales de definen la filosofía epicúrea**:

"Epicuro a Meneceo, salud.

Ni el joven sea remiso en ponerse a filosofar, ni el viejo se canse de ello. No se es demasiado joven ni demasiado viejo para la salud del alma. El que dice que no ha llegado todavía la edad de filosofar, o ya ha pasado, se asemeja al que dice que para la felicidad o no ha llegado todavía la edad, o ya ha pasado. Así que debe filosofar el joven y el viejo: éste, para que al envejecer, rejuvenezca con los bienes que le acarrea el recuerdo del pasado; aquél, para que sea a la vez joven y hombre maduro por la impavidez ante los sucesos futuros. Hay que meditar, pues, sobre las cosas que procuran la felicidad, ya que cuando ella está presente, lo tenemos todo, y cuando ausente, todo lo hacemos por llegar a poseerla."

Epicuro: Carta a Meneceo

1. **Eudemonismo.** El *objetivo de su ética es posibilitar la felicidad del ser humano*. La felicidad será el fin último que se persiga, como en Aristóteles, pero mientras que en aquél se identificaba con el obrar de la razón conforme a la virtud *en Epicuro se identifica con el placer*.

"Todo lo que hacemos persigue este fin: la supresión del dolor y del miedo. Una vez que éstos se producen en nosotros, se desencadena toda la tempestad del alma, no pudiendo el ser viviente dirigirse, por así decirlo, a algo que le falta, ni a buscar otra cosa que llenar el bien del alma y del cuerpo. Porque tenemos la necesidad del placer

precisamente cuando, por no hallarse él presente, sentimos dolor. Cuando no sentimos ningún dolor no necesitamos ya del placer; y por eso decimos que el placer es el principio y fin de la vida feliz.”

Epicuro: Fragmentos

2. **Hedonismo.** La felicidad se identifica con el placer (de hedoné en griego): *"El placer el principio y el fin de una vida feliz". Por naturaleza intentamos ser felices y lo hacemos evitando las sensaciones dolorosas y buscando las placenteras.* Sócrates, Platón y Aristóteles habían hecho consideraciones al respecto de índole principalmente negativa (Por ejemplo para Aristóteles es sólo un fin más, menos perfecto que la felicidad pues no es el fin último) Epicuro replantea el tema salvando las dificultades. Puesto que el placer es el fin último que nos puede proporcionar una vida feliz pero *hay distintos tipos de placeres habremos de saber escoger entre ellos para constituir una cultura razonable de placeres que nos permita ser felices.*
3. **Intelectualismo.** Adquirir esa cultura razonable de placeres, así como, por extensión, ser feliz, es *sólo posible a través del saber, de la razón.* Por ello, en último extremo, *su propuesta será un ideal de sabio: aquél que a través de su sabiduría (razón) sabe elegir entre los distintos placeres aquellos que producen la felicidad.*
4. **Propedéutica.** Está asociada a su intelectualismo. Es un *camino previo a toda cultura razonable de placeres, es una preparación.* Para fundamentar su ética es *imprescindible establecer una visión del mundo que destruya falsos mitos.* Se trata de *componer una imagen de la realidad que sea compatible con la felicidad humana.*
 - a) **El Tretafármaco** (remedio para los cuatro males) *La función de la filosofía, para Epicuro, no es la obtención de un saber puramente teórico sino que tiene una función eminentemente práctica el conseguir liberar al ser humano de sus turbaciones de cara a encaminarlo hacia la serenidad y el dominio de sí mismo.* **Los cuatro principales males, o turbaciones que la filosofía tiene la función de curar son:** *el temor a los dioses, el miedo a la muerte, los deseos insatisfechos de placeres y las penas por los sufrimientos.* Para superar estos males es preciso un conocimiento seguro sobre la realidad natural y la situación del ser humano en ella. En parte lo conseguimos desde la propedéutica y en parte desde su teoría ética.

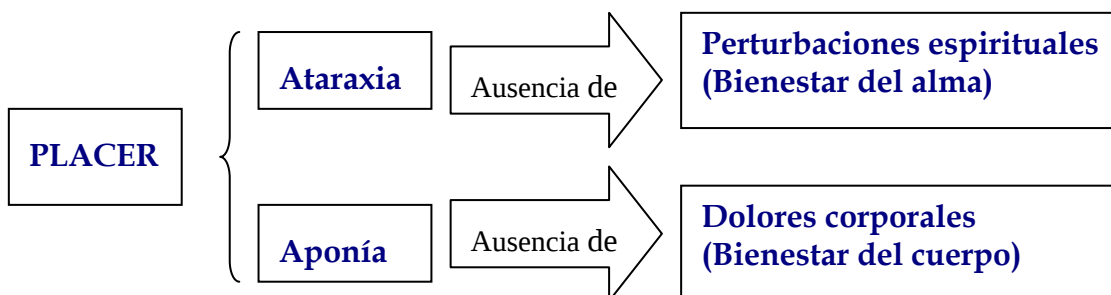
Teoría del placer: aproximación negativa.

Epicuro afirma que *"El ser humano por naturaleza busca el placer y huye del dolor"* como principio genérico, pero ésta es una afirmación que hay que llenar de contenido pues *hay que determinar ¿qué es el placer?*

“Cuando decimos que el deleite es el fin más importante, no lo queremos equiparar a los placeres sensuales de los disolutos, como nos achacan muchos que no nos conocen o quienes pertenecen a otra escuela de diferente criterio. Estos nos censuran injustamente. Lo que nosotros entendemos por placer es la liberación del dolor del cuerpo y de la angustia en el espíritu. Esto es lo que nosotros llamamos una vida agradable, imposible de ser alcanzada con el continuo beber y divertirse, o satisfaciendo nuestra lujuria con niños y mujeres, o en banquetes en casa del rico, sino por el uso sensato de la razón, por una paciente búsqueda de los motivos que nos impulsan a elegir o rechazar, y zafándonos de las falsas opiniones que sólo sirven para turbar la paz del espíritu.”

Epicuro: Fragmentos

Epicuro hará *dos caracterizaciones*, ahora veremos *la primera de ellas* que podemos denominar *negativa* pues en ella *se define el placer como ausencia de su opuesto, el dolor*:



La felicidad es imposible sin la ataraxia y la aponía.

1. **Para eliminar las perturbaciones espirituales generadas por la visión dominante en la época** desarrollará **la propedéutica** (apoyada en su teoría del conocimiento y su física)
2. **Para conseguir la aponía** deberá **desarrollar una ciencia que permita atajar el dolor corporal cuando aparezca o permita saber evitarlo.**

Esta definición negativa no es suficiente pues *la felicidad no es la indiferencia de los cadáveres* sino **también saber escoger entre los distintos placeres aquellos que son más estables y producen más felicidad**. Así pues, **para completar esta teoría del placer desarrollará su definición positiva** en la que teorizará acerca de esa **cultura razonable de placeres que es la que distingue al ser humano sabio y feliz.**

La propedéutica.

Tiene como misión *eliminar los temores, misterios, angustias y miedos que producía la visión dominante de la época* ya que ellos imposibilitan una vida feliz al perturbar el alma impidiendo la ataraxia.

Crítica a la religión supersticiosa.

“Pon en práctica las cosas que te he recomendado continuamente, y medítalas, estimándolas como los elementos de la vida feliz. En primer lugar, considera a la divinidad como un viviente indestructible y feliz, como lo indica la noción común de lo divino, y no le atribuyas nada extraño a la inmortalidad o inconciliable con la felicidad; piensa, en cambio, respecto de ella, en lo que es capaz de preservar su felicidad unida a la inmortalidad. Porque los dioses existen, es evidente su conocimiento, mas no existen como los más se los imaginan, pues con esa manera de concebirlos, suprimen su existencia. No es impío el que suprime los dioses del vulgo, sino el que atribuye a los dioses las opiniones del vulgo, pues no son nociones adquiridas por los sentidos, sino falaces presunciones, las declaraciones del vulgo sobre los dioses. De ahí se derivan de parte de los dioses los mayores daños y ventajas: entregados de continuo a sus propias virtudes, reciben a sus semejantes, considerando como extraño a lo que no es tal”

EPICURO: Fragmentos

Hay **dos objetivos** en la **crítica a la concepción religiosa predominante en la época**:

1. La crítica a una cierta **teología basada en el terror y la superstición**.
2. La crítica a una cierta **utilización de la religión como ideología**, tal como aparece en las *Leyes* de Platón.

Los dioses de Epicuro.

Con su concepción Epicuro pretende eliminar el temor que los dioses producían en la gente.

En **primer lugar**, desde la **comprensión científica de la naturaleza**. La explicación del origen y el desarrollo del mundo se realiza por medio del choque entre átomos, en consecuencia, *los dioses no han creado el mundo. Las fuerzas de la naturaleza se explican por causas mecánicas* y no por fuerzas externas al sistema.

En **segundo lugar**, desde la **crítica a la concepción vulgar de los dioses**. **No se critica a los dioses sino las falsas ideas que los seres humanos se hacen de ellos** y que les hunden en el terror. **Al contrario de las acusaciones que se les hacían de ateos los epicúreos defienden la existencia de los dioses e incluso su conocimiento directo**. Tenemos un conocimiento evidente pues nos llegan de ellos imágenes sutiles. Su **modo de concebirlos** es diferente a la del vulgo, según ellos, **están compuestos de átomos sutiles en constante renovación, sin decadencia ni desgaste. Son eternos y felices, felicidad divina que no es compatible con su intromisión por dirigir los asuntos humanos**. Los dioses viven felices y alejados en el Olimpo sin ocuparse constantemente por la vida de los seres humanos. En consecuencia **se elimina la concepción providencialista de los dioses** que era una fuente de superstición y terror para las personas de la época.

La religión de Epicuro.

La religión no ha de ser un elemento represivo ni una fuente de temores. Ha de ser la evidencia tranquila de la existencia de unos seres felices que viven apartados de la complicada vida de los seres humanos.

Crítica al temor a la muerte.

“Acostúmbrate a pensar que la muerte no es nada para nosotros, ya que todo bien y todo mal está en la sensación, y la muerte es la privación de la sensación. Por lo cual, el conocimiento de que la muerte no es nada para nosotros hace gozosa nuestra condición de mortales, no añadiendo un tiempo infinito, sino suprimiendo el deseo de inmortalidad. Nada es, en efecto, temible en la vida para el que está sinceramente convencido de que no hay nada temible en el no vivir más. Es, por tanto, necio el que dice que la muerte es de temer, no porque sea dolorosa su presencia, sino porque lo es su espera: lo que, presente, no molesta, neciamente contrista esperado. Así que el más terrible de los males, la muerte, no es nada para nosotros, pues cuando nosotros existimos, la muerte no existe, y cuando la muerte existe, nosotros no existimos. No es nada, por tanto, ni para los vivos ni para los muertos; para aquéllos no existe, y éstos ya no existen. Pero el vulgo unas veces huye de la muerte como del mayor mal, otras la busca como el fin de los males de la vida. En cambio, el sabio, ni desea la vida, ni teme la muerte, porque ni es contrario a la vida ni estima un mal el no vivir. Y como en los manjares no busca los más abundantes, sino los mejores, así en el tiempo, no se goza con el más largo, sino con el más placentero. El que exhorta al joven a vivir bien y al viejo a bien morir, es un simple, no sólo por lo que hay de placentero en la vida, sino

porque es uno mismo el ejercicio del vivir bien y del morir bien. Pero mucho peor el que dice:

"Bello no haber nacido; o nacido, franquear cuanto antes las puertas del Hades"

Pues si dice eso tan convencido, ¿por qué no deja la vida? Eso está en su mano, si es ésa su firme opinión; y si se chancea, tontamente loase en cosas que no son al propósito"

EPICURO: *Fragmentos*

"La muerte no es nada para nosotros", no debe ser objeto de preocupación. Esta **desmitificación de la muerte está basada en su teoría de la sensación.**

- a) Según su **concepción del alma como algo material y mortal**, cuando el organismo se disuelve, el alma desaparece y puesto que ésta es la causa principal de la sensibilidad, desaparecida ésta, la sensación es imposible.
- b) Por lo tanto, **la muerte no es nada porque es "ausencia de sensaciones"**, y las sensaciones son el principio, no sólo gnoseológico y ético, sino también vital: **estamos vivos porque sentimos.**

Así pues, aún siendo la muerte "*el más terrorífico de los males*", es un mal inevitable del cual no podemos huir. Pero esta imposibilidad de huir de la muerte no impide que el ser humano le pierda el miedo. **El miedo es producido por un sentimiento doble:**

1. **El hecho físico de dejar de vivir.**
2. **El miedo a la vida ultraterrenal que nos podría esperar y el juicio postmortem.**

Pero:

1. **La muerte deja de ser algo ante lo que los mortales deban ponerse a temblar.** Es un problema que no nos concierne puesto que: "mientras que vivimos la muerte no existe y cuando llega a nosotros ya no existimos" (En función de su teoría de la sensación)
2. **Tampoco hemos de temer el más allá**, puesto que **esa unidad total que forman cuerpo y alma desaparece después de la muerte** (que se convierte en un mero hecho fisiológico) Tampoco habrá premios y castigos esperándonos puesto que la muerte del cuerpo conlleva también la del alma (descomposición o disolución de nuestro compuesto de átomos)

Si en el **orfismo** y las **religiones místicas griegas**, así como en **Platón**, "**filosofar es una preparación para la muerte**" (al defender la existencia de un más allá con justicia post-mortem que se valora como la auténtica vida) en **Epicuro** "**filosofar es aprender a vivir**" alejando de nosotros las supersticiones funestas y los mitos escatológicos (sobre el más allá)

Crítica a la idea de fatalidad.

"Hay que recordar también que el futuro no es nuestro del todo, ni del todo no nuestro, para que no esperemos que absolutamente sucederá ni desesperemos de que absolutamente no va a suceder.

Era mejor creer en los mitos sobre los dioses que someterse a la esclavitud del destino de los físicos, pues aquéllos sugieren la esperanza de poder aplacar a los dioses por el culto que se les da, y éste, en cambio, tiene una necesidad implacable. Por lo que hace a la fortuna, no la estima, como el vulgo, como una divinidad –pues el dios no hace nada sin orden –, ni como una causa sin fundamento sólido, pues no piensa que ella dé a los

hombres el bien y el mal que originan la vida feliz, sino que de ella provienen los principios de los grandes bienes y males. Estima mejor ser sabiamente infortunado que neciamente afortunado, ya que es preferible que en nuestras acciones el dictamen prudente no sea favorecido por la fortuna a que el dictamen imprudente sea premiado por ella.

Todas estas cosas y las emparentadas con ellas medítalas día y noche dentro de ti mismo y con el que sea semejante a ti mismo, y jamás, ni en vela ni en sueño, tendrás turbación alguna, sino que vivirás más como un dios entre los hombres. Pues no se parece en nada a un mortal el hombre que vive entre bienes inmortales”

EPICURO: Fragmentos

La idea de *destino* y más en su vertiente trágica entendido como fatalidad estaba muy interiorizada en los griegos. Baste recordar la tragedia de "Edipo rey" en la que el protagonista lucha contra su destino incansablemente de forma vana para acabar cumpliéndolo. Es esta también una de las ideas que es fuente de temores y superstición, campo de actuación para adivinos y hechiceros.

Según Epicuro lo que sucede en **el futuro está en parte en nuestras manos** aunque no todo, por supuesto, pero **no existe ningún futuro preestablecido**. Para romper aquella idea determinista recurre a la **idea del azar** que introduce en la física de Demócrito a través del concepto de “*clinamen*” y **posibilita hablar de la libertad humana**.

Conclusiones.

Mediante la propedéutica establece una nueva visión del mundo y de la realidad que caracteriza al Jardín como un ámbito sin misterios ni revelaciones, sin promesas trascendentes ni milagros, sin sombras fantasmales.

Ahora puede eliminar de una forma genérica los miedos y terrores que ponían en peligro alcanzar la ataraxia pero será necesario, además, una teoría positiva del placer, una propuesta práctica y activa que nos permita alcanzar la felicidad.

Teoría del placer: aproximación positiva.

Liberado del temor religioso ser humano puede buscar el bien en este mundo. *El bien para Epicuro es el placer*, pero **hay muchos placeres y no todos igualmente buenos**. Hay que **escoger entre ellos los más estables y duraderos**. Así pues se trata de *conseguir a través de la razón una cultura razonable de placeres* que haga feliz al ser humano.

El cálculo hedonista.

"Porque conocemos el placer como bien primero y congénito, y él es principio de todas nuestras elecciones y abstenciones, y a él tendemos, juzgando todo bien por el sentimiento, que tomamos como CANON. Y puesto que éste es el bien primero y connatural, por eso mismo no elegimos todo placer, sino que a veces, pasamos por alto muchos placeres, cuando de ellos se nos sigue una molestia mayor; y, al contrario, juzgamos muchos dolores más excelentes que los placeres porque se sigue para nosotros un placer mayor después que hemos soportado el dolor durante mucho tiempo. Por consiguiente, todo placer es bueno por su naturaleza, aunque no todo placer es elegible; y, recíprocamente, todo dolor es malo, pero no todo dolor es siempre rehuible. En teoría, todo placer es bueno para nosotros, aunque no debemos desearlos todos; todo dolor es un mal, pero tampoco podemos evitarlos todos".

EPICURO: Fragmentos

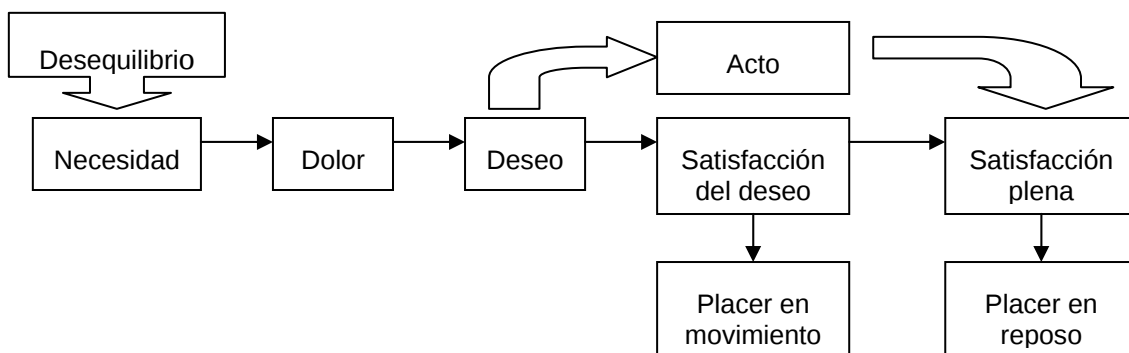
El camino que lleva a la felicidad pasa por disfrutar del "*placer como principio y fin de una vida feliz*", y como objetivo que persigue el ser humano y todos los seres vivos de forma natural.

Para conseguir este objetivo es necesario saber previamente que *hay distintos tipos de placeres* y que *la intensidad y cualidad de estos placeres nos hará ordenarlos según un patrón determinado: la sabia elección de lo que es prudente y conveniente.*

Tipos de placeres.

Epicuro distingue **dos tipos de placeres**:

1. **Placeres en movimiento o dinámicos (cinéticos)** Eliminan el dolor encaminándonos a conseguir sensaciones agradables. *Son más intensos.*
2. **Placeres en reposo o estáticos (catasmáticos)** Son un estado permanente de felicidad que resulta de la posesión de un bien.



Cuando el *organismo* sufre un *desequilibrio* experimentamos *dolor*. El *deseo* surge de la *necesidad* y el *dolor* de la *falta de alguna cosa*. A fin de eliminar este dolor, se ha de satisfacer este deseo y esta satisfacción del deseo es placentera (*placer en movimiento*) pero así como este dolor desaparece alcanzamos el *placer estable* que se define como ausencia de dolor.

Por ejemplo: Una persona tiene hambre y quiere comer. El acto de satisfacer el deseo provoca un placer en movimiento, pero si conseguimos satisfacer plenamente el deseo, aparece el placer estable.

Según Epicuro **hemos de buscar el placer estable pues es el que nos proporciona la felicidad**. Hay un *juicio de valor* realizado de la siguiente manera:

1. **Placeres en reposo.** Sugieren *estabilidad, perfección y felicidad*. Nos acercan a la naturaleza y nos sustraen de la locura, del vértigo, del cambio fruto de una civilización decadente. *Son los verdaderos fines, los que realizan la felicidad.*
2. **Placeres en movimiento.** Sugieren la idea de *desequilibrio, imperfección y caos* (desorden) *Son medios en relación con los anteriores, no nos proporcionan la felicidad, pero son necesarios para alcanzar los anteriores.*

La **infelicidad** surge como consecuencia de **dar prioridad a los placeres en movimiento, de hacer de ellos no unos simples medios sino los auténticos fines.**

Tipos de deseos.

Estando relacionado el deseo con el placer *es* también *preciso ser selectivos en todos nuestros deseos* y **saber distinguir** entre **aquello que es necesario** y **aquello que es superfluo**.

Hace la siguiente **clasificación**:

1. **Naturales y necesarios.** Son aquellos que *eliminan el dolor*. Por ejemplo cuando se tiene sed.
2. **Naturales e innecesarios.** *Colorean el placer pero no alejan el sufrimiento*. Por ejemplo los alimentos refinados.
3. **Ni naturales ni necesarios.** *Tienen que ver con los valores sociales, el éxito, el reconocimiento, etc.*

Mediante la filosofía y el saber, el sabio elige -es selectivo- sus deseos, centrándose en aquellos placeres que producen felicidad -la máxima satisfacción y el mínimo dolor-.

No hay que buscar el placer en la abundancia, sino en lo simple y natural

"En orden al cálculo y a la consideración de las cosas útiles y perjudiciales, hay que hacer un discernimiento de todas esas cosas. Pues en ocasiones experimentamos el bien como un mal y, a la inversa, el mal como un bien.

Consideramos como un gran bien la independencia de los deseos, no porque en absoluto debamos tener tan sólo lo poco, sino porque si no tenemos lo mucho, sabemos contentarnos con lo poco, sinceramente convencidos de que disfrutamos con más placer de la abundancia los que menos necesidad tienen de ella, y que todo lo que es natural, es fácil de procurar, y lo vano, difícil de conseguir. Los manjares frugales proporcionan un placer igual que un trato suntuoso cuando ha desaparecido todo el dolor de la necesidad. Pan y agua dan el placer más grande cuando los lleva a la boca quien tiene necesidad. El acostumbrarse a un trato de vida sencillo y frugal, por una parte, ayuda a la salud y hace al hombre más ágil para atender a las tareas necesarias de la vida, y por otra, cuando a intervalos nos damos a la vida refinada, nos hace más dispuestos y más intrépidos para afrontar los lances de la fortuna"

EPICURO: Carta a Meneceo

Siendo **la felicidad** el **horizonte último** del sabio, éste ha de *eliminar todos los obstáculos* que se oponen a ella tomando como **punto de partida los deseos naturales y necesarios** y como el **criterio** en toda **elección o rechazo de deseos** el **perseguir siempre la ataraxia y la aponía**. Así tenemos en relación con:

1. **El cuerpo.** *Satisfacer sus placeres* es una **necesidad básica** porque **el dolor que nos puede causar su privación** (hambre, sed, frío, etc.) **impide el acceso a cualquier otro placer**. El sabio epicúreo sabe, gracias a su prudente moderación, que **satisfacer estas necesidades no es costoso ni difícil**: el pan y el agua se convierten en placeres exquisitos cuando son necesarios. **Es la razón (inteligencia) quien pone límites a los placeres que el cuerpo considera ilimitados**. No se trata de una crítica puritana sino de la fidelidad a una **regla básica del epicureismo: la liberación del dolor es lo que da valor a nuestros actos**. *Ser esclavos de los deseos no nos hace felices*. Por ejemplo: una persona puede disfrutar emborrachándose o haciendo una apuesta, pero el placer derivado de satisfacer sus deseos de bebida o juego se han de contrastar con el sentimiento del día siguiente y con el miedo a perder el dinero.
2. **El alma.** *Existen también unas necesidades espirituales básicas como serían el equilibrio, la calma de nuestra alma, etc.* La **propedéutica** nos procura una visión

del mundo más positiva que *nos acerca a la ataraxia*. Sin embargo también *hay que evitar los dolores que nacen de la ignorancia, las falsas creencias y opiniones de los demás* (en esto se incluye la necesaria **crítica de los valores sociales**)

De esta manera **el sabio suprime los deseos inútiles y es el amo de los deseos naturales y necesarios que utiliza de forma reflexiva. Reduce los deseos a aquello que es puramente necesario** con tal de eliminar la inquietud de poseer.

La felicidad y la sabiduría: el modelo de vida epicúreo.

La sabiduría auténtica es la sabiduría práctica.

La sabiduría auténtica es la sabiduría práctica, la que nos permite alcanzar y asegurar el bienestar del cuerpo y del alma: la felicidad.

La física y su teoría de la religión han servido de fundamento teórico para la ética epicúrea, ahora estamos en condiciones de describir **cuál es el camino de la felicidad y en qué consiste la vida de un sabio epicúreo:**

1. La **sabiduría** implica una **ausencia total de miedos y de angustias**. La **ataraxia** es el estado de aquél que no teme ni a los dioses, ni a la muerte, **es un estado de tranquilidad espiritual, de equilibrio**.
2. Pero **además** de esta ausencia de perturbación **es necesario escoger los placeres que producen la felicidad y cortan el dolor cuando sea posible**.

El sabio suprimirá o evitará *todo lo que se opone a su felicidad, favoreciendo todo lo que contribuya a hacer su felicidad más completa y menos azarosa. Las consecuencias positivas y negativas que previsiblemente han de seguir a la satisfacción de cada deseo han de ser cuidadosamente consideradas para determinar la conveniencia de cada placer*.

El ideal de autarquía: autodomínio e independencia del sabio.

En busca de la **autosuficiencia (autarquía)** el sabio *reducirá sus necesidades al mínimo. Su vida será moderada, casi ascética, pues sólo desde estos presupuestos puede el ser humano ser dueño de su propia vida*.

El sabio vivirá tranquilo, apaciblemente, confiado en medio de las tempestades en las que perecen los demás, y por ello es agradable para él ver a qué males se escapa por su sabiduría.

"Las desgracias de los seres humanos tenían como origen el odio, la envidia o el desprecio, por encima de ellos el sabio se eleva por su razón"

La comunidad epicúrea y la amistad.

El sabio **para conseguir la serenidad** se retirará del bullicio del mundo **evitando la competencia con los demás y no albergando ambiciones**.

La felicidad sólo puede obtenerse en la vida privada, pero no en soledad, lo mejor es vivir, como en el Jardín, **en una comunidad de amigos**.

El sabio epicúreo llevará una **vida tranquila y sencilla**, lejos de las preocupaciones y de la actividad pública, **se contentará con lo que tiene en cada momento y disfrutará en compañía de sus amigos**.

La amistad es la única relación interpersonal necesaria. Al principio surge de la utilidad mutua, pero una vez nacida se hace deseable por sí misma. La utilidad se sublima y se convierte en amor.

"Comer y beber sin un amigo es devorar como un león o un lobo"
--

El amor erótico (amor-pasión) hay que rechazarlo pues no es compatible con la serenidad mental y la imperturbabilidad de ánimo. Un buen antídoto contra ese pernicioso amor es una relativa promiscuidad que nos facilite una satisfacción sexual desapasionada.