

O TÓPOS DA SAÚDE EM PLUTARCO: UM DIÁLOGO COM AS TRADIÇÕES MÉDICA E FILOSÓFICA ANTIGAS*

THE *TOPOS* OF HEALTH IN PLUTARCH: ENGAGING WITH ANCIENT MEDICAL AND PHILOSOPHICAL TRADITIONS

Vanderley Freitas**

RESUMO

O filósofo Plutarco valoriza a saúde como uma harmonia entre corpo e alma. Ao analisar seus *Tratados Morais*, com especial ênfase nos *Preceitos para uma boa saúde*, buscaremos investigar em que medida a reflexão de Plutarco se configura como um diálogo constante entre medicina e filosofia. Nesse diálogo, ele se conecta com tradições como a hipocrática e a platônico-aristotélica, permitindo uma reflexão sobre a saúde e fazendo emergir a importância da *Paidéia* neste âmbito. A abordagem plutarqueana não apenas exalta os cuidados com o corpo, mas também defende a filosofia como a principal "medicina da alma", capaz de guiar o ser humano à virtude e ao bom ânimo (*euthymía*). Nesse contexto, nosso interesse se volta para a análise da emergência do tema da saúde – do corpo e da alma, o papel da interação entre filosofia e medicina, e as fontes medicinais e filosóficas que influenciam o pensamento de Plutarco, de modo a melhor avaliar os corolários próprios de suas reflexões.

PALAVRAS-CHAVE: Plutarco; saúde; alma; corpo.

ABSTRACT

The philosopher Plutarch values health as a harmony between body and soul. By analyzing his *Moral Essays*, with special emphasis on the *Precepts of Health*, we aim to investigate the extent to which Plutarch's reflections constitute a continuous dialogue between medicine and philosophy. In this dialogue, he connects with traditions such as the Hippocratic and the Platonic-Aristotelian, allowing for a reflection on health and highlighting the importance of *paideia* within this framework. Plutarch's approach not only exalts the care of the body but also defends philosophy as the main "medicine of the soul", capable of guiding human beings towards virtue and *euthymia* (good spirits). In this context, our interest turns to analyzing the emergence of the theme of health – of both body and soul, the role of the interaction between philosophy and medicine, and the medical and philosophical sources that influence Plutarch's thinking, in order to better assess the corollaries of his reflections.

KEYWORDS: Plutarch; health; soul; body.

* Artigo recebido em 24/11/2025 e aprovado para publicação em 01/04/2026.

** Doutor em Filosofia pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Professor do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo (IFSP). E-mail: vanderleyfreitas@gmail.com.

INTRODUÇÃO

Plutarco de Queroneia (45-125) foi um dos principais nomes do médio-platonismo, tendo sua obra dividida em dois grandes grupos: os *Tratados morais* e as *vidas paralelas*. O tema da saúde não só é recorrente na obra de Plutarco, como constitui um privilegiado indexador para abordar a bidimensionalidade corpo-alma e seus aspectos distintivos na natureza humana. A tese que orienta Plutarco também foi advogada por outros filósofos, como Platão: se, por um lado, o ser humano é um amálgama de corpo e alma; por outro lado, a medicina e a filosofia são os saberes capazes de manter ou recuperar, respectivamente, a saúde do corpo/*sôma* e da alma/*psyché*. Como veremos, tão importante quanto a influência platônico-aristotélicas reflexões de Plutarco, é aquela que decorre também do diálogo com a tradição médica. São muitos os termos e referências mobilizados pelo filósofo para estabelecer um inventário dos sintomas da saúde ou da doença, e alguns deles nos ajudam como guias no quadro de nosso exame dos diversos *tópoi* da reflexão sobre a saúde em Plutarco. Em nosso levantamento, os termos recolhidos e os radicais identificados atestam a importância conferida à temática na obra do queronense. Aqui estão os principais no contexto da nossa enquete: 132 ocorrências de ἀρμονία (referente a “equilíbrio/harmonia”); 63 ocorrências de ὑγίεια (“saúde”); 38 ocorrências de εὖθυμος, εὖθυμέω e εὖθυμία (“bom ânimo”); e 35 ocorrências de ὑγιεινός (“saudável”). Pretendemos evidenciar como emerge, na confluência da medicina e da filosofia, o elogio da virtude¹ e a censura dos vícios, os quais se manifestam, nos escritos do filósofo, pelo exame das ações e omissões humanas. Buscaremos investigar certo estatuto da *therapeia* das afecções proposta por Plutarco, tendo em vista a conquista do bom ânimo/*euthymia*². Para

¹ Tal correlação também é considerada por Galeno. No apanhado de Matsui, o autor desenvolve que: “no âmbito moral, o médico deve cultivar as “virtudes hipocráticas”, tais como, o amor ao trabalho (*philoponon*) e à moderação (*sophrosynesphilos*), o companheirismo da verdade (*aletheiashetairos*), autodomínio (*egkrates*), justiça (*dikaion*) e domínio sobre as riquezas (*chrematonkreittona*). Por via negativa, o profissional da saúde não deve ser escravo de comidas, bebidas e nem dos prazeres sexuais. [...] De acordo com Galeno, as virtudes andam juntas e não é possível que uma pessoa conquiste uma e não tenha outra, pois elas estão como que ligadas em uma única corda. Essa analogia aparece também no *De Placitis Hippocratis et Platonis* (4.7.24) relacionada à doutrina das virtudes de Platão. No diálogo, Sócrates e Protágoras concordam que a virtude é una e as qualidades são partes dela (Pl. Prt. 329 c-d), ao que Sócrates as compara às partes do ouro (iguais entre si) e Protágoras às partes do rosto (diferentes entre si)” (2018, p. 37).

² Sobre o termo na economia do pensamento greco-romano, é relevante o apanhado de P. H. Silveira, que explica que era comum às diversas escolas da antiguidade identificar a felicidade com a tranquilidade da alma (p. 140). O autor expõe que: “O conceito *euthymia*, o bom *thymós*, pode significar tranquilidade ou bom ânimo. Lembre-se que Cícero traduz a expressão *perieuthymia* por *beata vita* {Sobre o supremo bem e o supremo mal, V, XXVIII}” (2005, p. 10). Neste trabalho, traduziremos o termo por “bom ânimo”, pois acreditamos ser sobretudo este o teor que Plutarco lega em seu *Peri euthymias*.

tanto, faremos o exame de alguns passos dos tratados *Das doenças do corpo e da alma: quais as mais nefastas?*, *Do Controle da Ira*, *Da educação das crianças*, *Da Tranquilidade da Alma* e, sobretudo, do seu *Preceitos para uma boa saúde*. Interessados em trazer à tona as fontes nas quais o filósofo da Queroneia se inspira para postular algumas de suas teses, recorreremos, em alguns momentos, à outras expressões da medicina e filosofia antigas, de modo a melhor avaliar as influências que se encontram na origem dos corolários próprios às suas reflexões.

Tendo em vista compreender o contexto em que se estabelece a relação entre medicina e filosofia na cultura antiga³, é preciso que se considere o ser humano na bidimensionalidade de sua natureza enquanto composto corpo-alma. Em que pese o elogio de Plutarco à força física, o louvor do estado corpóreo não deve suplantiar o lugar de importância do intelecto: “se alguém se orgulha da força do corpo, logo que se dá conta do engano compreende a força da inteligência. Pois, qual é o poder da força humana comparado com o dos outros animais? Como o dos elefantes, dos touros e dos leões?” (*Lib. Educ.* 8D-E).

O tratado *De tuenda sanitate praecepta* (*Preceitos para uma boa saúde*) compreende diversos aspectos que convergem imediatamente com os nossos propósitos relativamente ao tema da saúde e da doença⁴. Assim sendo, embora venhamos a recorrer a outros textos de Plutarco em nossa abordagem deste tópico, o *De tuendasan.* será o fio condutor do nosso exame. Como bem notou Wellmann (1908), Plutarco se vale, neste tratado, dos ensinamentos de Asclepiades de Bitínia, médico grego que exerceu a arte médica em Roma e que recomendava, sobretudo, tratamentos baseados em *diatai*, mais do que aqueles que compreendiam a ingestão de *phármakoi*, usualmente empregados pela medicina corrente. É precisamente este o modelo que dá o tom às prescrições que fará Plutarco ao longo do seu

³ Como lembra Ribeiro: “Bem antes dos filósofos pré-socráticos e dos médicos hipocráticos, entre a segunda metade do século VIII a.C. e o final do século V a.C., observações ocasionais e isoladas de autores leigos sugerem que já se pensava na saúde como algo que transcendia a simples ausência de doença. [...] Em nossos dias, a diferença entre médicos e não médicos é simples de estabelecer, pois os médicos recebem educação e treinamento específicos e são ligados a Conselhos de Medicina, que estabelecem requisitos e parâmetros definidos para a prática da profissão. Entre os gregos antigos, por outro lado, o termo “médico” era usado de forma relativamente ampla” (2007, p. 2).

⁴ Ao explorar o conceito de saúde como ausência de doença entre os antigos gregos, Ribeiro estabelece o inventário que se segue: “Entre os filósofos pré-socráticos, o fragmento de Alcmeon de Crotona sobre a *isonomia* *tôn dυνάμεων*, ‘isonomia das forças’ contrárias (fr. 4), datado de 500 a.C. ou 450 a.C., aproximadamente, conceitua a saúde em termos fisiopatológicos. Na coleção hipocrática os textos privilegiam, de modo geral, a descrição de tratamentos que visam restabelecer a saúde perdida, como se vê em alguns dos mais antigos tratados da coleção *Da Medicina Antiga* (Hp. VM19), *De Ares, Águas e Lugares* (Hp. Aër.2; 5; 7; 10; 22), *Prognóstico* (Hp. Prog.1) e *Da Dieta nas Doenças Agudas* (Hp. Acut.3; 25). Um tratado posterior, *Περὶ διαίτης ὑγιεινῆς* (lat. *De diaetasalubri*), diz o seguinte: *ἄνδρα δὲ χρὴ, ὅς ἐστι συνετός, λογιζάμενον ὅτι τοῖσιν ἀνθρώποισι σιπλείστου ἄξιόν ἐστιν ἢ ὑγίειν*, ‘o homem sagaz deve considerar que, para os homens, a saúde é o [bem] mais valioso’ (Hp. Salubr. 9 = Aff. 1; cf. VM 3)” (2007, p. 2).

texto. É interessante notar, por exemplo, a particular atenção que ele concede ao consumo de vegetais na manutenção da saúde. Ao analisar a apologia de alimentos vegetais em Plutarco, Pinheiro (2016, p. 369) observa que a motivação para tal apologia é, ao mesmo tempo, médica e filosófica, o que ele reconhece como uma influência do pensamento de matriz pitagórica corrente nos séculos II e III, recorrente em autores que enalteciam a contribuição do vegetarianismo tanto para a saúde corporal, quanto para a ascese moral e ética. Mas o que nos parece mais relevante é a relação de dependência que se estabelece entre o bom estado do corpo e as condições de saúde da alma, quando se trata de examinar o que determina os estados de saúde e de doença.

Ao lado de Asclepiades, é preciso considerar também os preceitos e práticas oriundos da medicina hipocrática⁵, sem perder de vista que estamos falando de um filósofo tributário da tradição platônica. Neste âmbito, é preciso ter em mente, como oportunamente mostrou Sussumo Matsui, que a ligação de Platão com a medicina se dá em duas frentes principais: uma primeira, que é qualificada como “psicológico-salvífica”, que reconhece Platão como um médico de almas, ocupado em tratar a tristeza humana, e, uma segunda, que é qualificada como “físico-biológica”, segundo a qual Platão possuiria uma concepção própria de medicina. Contudo, como observou Matsui (2015, p. 48)⁶, devemos a Galeno o fato de Platão passar a ser visto como uma espécie de seguidor de Hipócrates, como se o ateniense tivesse se apropriado da doutrina do médico de Cós. No caso de Plutarco, como nos empenharemos em mostrar, o recurso ao vocabulário proveniente do campo da medicina terá, sobretudo, uma preocupação de natureza ético-filosófica, mais do que meramente fisiológica. É assim que, a nosso ver, devemos considerar a tese segundo a qual a filosofia seria uma “medicina da alma”, tese que toma forma nos textos do polígrafo da Queroneia.

⁵ Segundo o levantamento de Aguilar (1994, p. 35-45), Hipócrates é nominalmente citado, pelo menos, 12 vezes por Plutarco, e isso sem contar as muitas alusões e paráfrases aos seus tratados.

⁶ O autor argumenta que nem sempre Platão fará um uso elogioso e colaborativo da medicina, e nota, por exemplo, que, no Livro III da *República*, Platão confronta a arte médica. Vejamos o que diz Matsui: “A menção de Platão à medicina não se dá de forma sistemática em todos os diálogos. O que não quer dizer que Platão estaria mudando de ideia, mas ele aplica a medicina conforme seus propósitos. Não é nosso objetivo mostrar como isso se deu em todos os diálogos. A delimitação do tema se dá a partir da crítica à medicina no Livro III da *República*, de onde partiremos com o pressuposto de que Platão não está utilizando a medicina como modelo conforme a tradição afirma, mas polemizando com ela. [...] Deve-se ter sempre em mente que a polêmica platônica à medicina está inserida em um contexto político, onde se investiga o que é a justiça. Platão utiliza a imagem da medicina na *República* de várias formas: como analogia (*craft-analogy*) no debate com Trasímaco; como um *analogon* ou uma metáfora da justiça. Porém, vale ressaltar que mesmo quando ele inclui a medicina em uma metáfora ou analogia, ele o faz de forma polêmica” (2015, p. 49).

UMA SIMBIOSE DE CORPO E ALMA: REFLEXÕES SOBRE A SAÚDE FÍSICA E PSÍQUICA EM PLUTARCO

O tratado *Preceitos para uma boa saúde*, escrito em forma de diálogo – ainda que basicamente tenhamos a voz da personagem Zeuxipo, como se um monólogo fosse –, constitui uma fonte preciosa para se compreender a conexão da filosofia com a medicina na sua abordagem dos temas relativos à saúde. Logo no início desse tratado, Plutarco evoca o personagem Glauco – médico que teria uma personalidade dada às disputas –, que teria defendido, em certa ocasião, a separação ou segregação entre o que viriam a ser as competências próprias à filosofia e à medicina. O que interessa a Plutarco é, principalmente, denunciar o equívoco daquele que pensa serem os temas filosóficos e os da arte médica incongruentes. Para tanto, ele põe em cena os personagens Zeuxipo e Mosquion, representando os filósofos, para criticar a ruptura entre aqueles dois campos proclamada pelo médico Glauco:

Zeuxipo: Ele recentemente se aproximou de nós como um inimigo, gritando desde longe, que não era uma tarefa nem fácil nem apropriada para nós, que faríamos uma confusão das barreiras das ciências nos atrevendo a discutir sobre a maneira de viver saudavelmente, pois ele afirmou que os temas dos filósofos e dos médicos estão tão distantes uns dos outros como ‘as fronteiras de alguns Mísios e Frígios’ e algumas das coisas que haviam sido formuladas por nós sem muita seriedade, porém certamente não sem utilidade, repetindo-as, ele as insultava.

Mosquion: Porém eu, Zeuxipo, destas e de outras coisas seria um ouvinte atento.

Zeuxipo: Porque, Mosquion, você tem uma natureza de filósofo e te irritas com um filósofo que não se interessa pela medicina e te indignas se ele pensa que é mais conveniente ser visto obstinado no estudo da geometria, da dialética e da música, que disposto a investigar e saber ‘o que se passa de mau e bom na morada’, que é seu corpo (*De Tuenda San.* 122 C-D)⁷.

Aludindo a um acontecimento passado, a personagem Zeuxipo acusa o médico Glauco de ter agido tal qual um inimigo, um ser antagônico que se coloca em um lugar de oposição (ἐναντίος⁸), o que se faria notar pela cisão defendida por Glauco entre os campos de atuação do

⁷ -**Ζεύξιππος.** καὶ νῦν ἐναντίος ἐφ’ ἡμᾶς ἐχώρει, βοῶν ἔτι πρόσω θενοῦ μικρὸν οὐδ’ ἐπιεικὲς ἔργον ἢ μὴ σύγχυσιν ὄρων τετολμῆσθαι, διαλεχθεῖσι περὶ διαίτης; ὑγιεινῆς. ‘χωρίς’ γὰρ ἔφη τὰ φιλοσόφων καὶ ἱατρῶν ὥσπερ τινῶν ‘Μυσῶν καὶ Φρυγῶν ὀρίσματα,’ καὶ τινὰ τῶν οὐ μετασπουδῆς, οὐ μὴ νάχρηστος εἰρημένων παρ’ ἡμῶν διαστόματος ἔχω νῆσπάραττεν. - **Μοσχίων.** ἀλλὰ καὶ τοῦ τῶν ἐγὼ γεκαϊτῶν ἄλλων, ὃ Ζεύξιππε, πρόθυμος ἀκροατῆς ἢ δέως ἀνγενοίμην. - **Ζεύξιππος.** φιλόσοφος γὰρ εἶπὴν φύσιν, ὃ Μοσχίων, καὶ τῷ μὴ φιλατροῦν τιχαλεπαίνεις φιλόσοφῳ, καὶ ἀγανακτεῖς εἰμᾶλλον αὐτὸν οἶεται προσήκειν γεωμετρίας καὶ διαλεκτικῆς καὶ μουσικῆς ὃ ρᾶσθαι μετὰ ποιούμενον ἡζητεῖν καὶ μανθάνειν βουλούμενον ὅτι τοι ἐν μεγάροις κακὸν τ’ ἀγαθὸν τε τέτυκται τῷ σώματι.

⁸ Ao longo deste trabalho, utilizaremos a grafia do alfabeto grego sempre que estivermos nos referindo aos termos presentes em um texto originalmente em grego e que estejamos examinando. Quando não for este o caso, usaremos os termos transliterados para o alfabeto latino.

filósofo e do médico. Ao evocar a figura de Glauco, Plutarco lança mão de uma imagem que aludiria a uma espécie de “guerra de demarcação de território”. Glauco grita de longe, tal como um exército prestes a atacar o seu adversário, o que pressupõe o reconhecimento de que existiam barreiras interpostas entre filósofos e médicos, tais como aquelas existentes entre os territórios da Mísia e da Frigia. Plutarco intenciona derrubar essas barreiras e defender que os filósofos também deveriam ter como matéria elementar de sua reflexão identificar aquilo que concorre para uma vida saudável (ὕγιεινός). Pontua-se aqui que aquilo que se quer tornar saudável é, antes de tudo, o corpo, e na economia da cultura helênica, aquele a quem caberia atuar em vista da prevenção da doença e da manutenção da saúde do corpo é precisamente o médico (ιατρός), ao passo que aquele a quem compete intervir para se alcançar a saúde da alma é o filósofo.

Plutarco evoca a atitude do personagem-filósofo Mosquion para projetar o caminho a ser seguido por aquele que considera devidamente a importância dos assuntos pertinentes ao campo da medicina: ser um ouvinte atento (πρόθυμος ἀκροατής) ao tema, percebendo que a oportunidade de aprender sobre a arte médica – ou sobre a saúde do corpo – deve mobilizar também a atenção do filósofo. O outro personagem-filósofo, Zeuxipo, que no diálogo é o porta-voz de Plutarco, enfatiza o erro daqueles filósofos que creem dever consagrar o seu tempo e atenção exclusivamente ao aprendizado da tríade constituída pela geometria (γεωμετρία), dialética (διαλεκτική) e música (μουσική), disciplinas tradicionalmente identificadas como campos da atividade filosófica e do exercício intelectual, mas julga de bom tom ignorar os cuidados com o corpo, como se tal dedicação estivesse em uma seara diversa. Interessante lembrar da definição de *iatrós* que propõe Aristóteles na *Política*: “é médico aquele que pratica a arte, o que conhece profundamente a arte e, em terceiro lugar, aquele que foi educado a respeito da arte (pois há alguém desse tipo, por assim dizer, em todas as artes)”⁹ (*Pol.* 1282a). Podemos supor que Plutarco se enquadraria nesta terceira categoria, e que estivesse, a seu modo, convidando os filósofos a integrá-la. Pontua-se que ao longo do tratado Plutarco reforçará a tese de que a alma age em conjunto com o corpo (*De Tuenda San.* 130C, 135E). Em sua reflexão, Plutarco tem no centro de sua atenção o ser humano, cujas dimensões corpórea e psíquica constituem duas faces de uma mesma moeda. Para evidenciar a importância também do cuidado com o corpo, Plutarco busca na *Odisseia* sua inspiração. Em sua interpretação dos versos da epopeia, ele mostra que na literatura grega, desde seus albos, o ser humano é compreendido como um ser composto. Em um passo do poema, no qual o poeta se refere àquilo

⁹ Tradução de Wilson A. Ribeiro Jr. (2007).

“que sucede de bom e de ruim com a nossa morada”¹⁰, Plutarco enxerga uma clara alusão ao cuidado com o corpo, morada que acomoda em si a alma, deixando entrever que o “eu”, aquele que habita na morada¹¹, é exatamente aquilo que se encontra interiorizado no corpo.

Um *tópos* de que se vale Plutarco para evidenciar as singularidades destas duas dimensões humanas e o modo como interagem no desenrolar da vida humana é aquele que se compraz em sua reflexão sobre as afecções. Em uma das teses centrais de seu tratado *Das doenças do corpo e da alma: quais as mais nefastas?*, ele não hesita em julgar que as afecções mais nefastas são aquelas que acometem a alma. Uma das razões aventadas para proceder a tal juízo consiste na constatação da natureza mais oculta dessa sorte de afecções. Plutarco constata que enquanto as doenças do corpo dão sinais como dores, calores ou palpitações, as doenças que acometem a alma são, por assim dizer, mais invisíveis e silenciosas, e acabam por camuflar do seu portador a sua malignidade, privando-lhe da percepção de padecer tal tipo de afecção. Isso levaria a um erro de juízo que impediria uma clara percepção do estado de adoecimento da alma (*An. corp.* 500 D-E). Uma outra razão que pesa na determinação do juízo que profere resulta da avaliação de suas consequências. As doenças da alma são mais devastadoras porque, em virtude de seu caráter refratário ao correto julgamento, aquele que tem a alma assim acometida se verá às voltas com males que se alojam na própria alma, tais como a ira, e se entregará à execução de atos criminosos ou a uma profusão de palavras desprovidas do senso de oportunidade, desencadeando o mal também ao seu redor (*An. corp.* 501D). Quando analisamos a relação que estabelece Plutarco entre as esferas físicas e psíquicas, não podemos deixar de notar a nuance que representa a sua conclusão ao ser confrontada com o tipo de avaliação que se encontrava presente no âmbito da tradição da medicina hipocrática. Ph. Van Der Eijk, ao analisar o conceito de saúde mental na medicina

¹⁰οὔτι τοι ἐν μεγάροισι κακὸν τ' ἀγαθὸν τε τέτυκται (*Od.* IV 392).

¹¹É curioso que Plutarco recorra à imagem do corpo como morada da alma e que o faça referindo-se a uma passagem da *Odisseia*, na qual o poeta não está necessariamente aludindo à relação *sôma-psyché*. Ao examinarmos o contexto da citação de Plutarco, constatamos que o que se encontra em questão são as aflições do herói Odisseu ao se inteirar do que está acontecendo em seu palácio em Ítaca, no qual sua família, que segue acreditando em seu retorno, o espera e se encontrava em apuros. Assim, vemos em um só movimento, o Querônense se apropriar com uma grande liberdade – e deliberadamente – dos versos do poema e aplicá-lo em um contexto diverso daquele que é o seu para corroborar sua reflexão filosófica. A imagem recorrente do corpo como morada da alma, também presente em outras tradições filosóficas anteriores a Plutarco, é aqui associada aos tempos remotos da poesia homérica. Tal procedimento revela uma característica do *modus operandi* de Plutarco na elaboração de seu pensamento, o qual consiste em encontrar – na história, na filosofia, na poesia e na literatura em geral –, alegorias, imagens de toda sorte e procedência, anedotas e sentenças, que sirvam de base para alicerçar suas ideias e enraizá-las no patrimônio cultural dos gregos. Tratar-se-ia de alcançar o escopo da reflexão ético-filosófica sem hesitar em lançar mão de todos os artifícios retóricos que se prestem a conferir inteligibilidade e dar visibilidade aos seus propósitos paidêuticos.

e na filosofia gregas dos séculos V e IV a.C., constata que entre os autores médicos da tradição hipocrática, embora sejam encontradas descrições de estados de perturbação das funções mentais “não há uma categoria separada de saúde ou enfermidade mental enquanto tal”, e conclui que “condições como loucura (*mania*) e epilepsia são atribuídas a causas físicas como a bile ou a fleuma, e o tratamento é coerentemente conduzido inteiramente de modo físico” (2008, p. 21).

É interessante notar que, no contexto da filosofia imperial, também Sêneca, em uma das *Cartas a Lucílio*, ao tratar da dificuldade de se alcançar o estado de saúde, desenvolve uma reflexão sobre a saúde da alma, realçando suas singularidades: **“O nosso mal não vem do exterior, está dentro de nós, enraizado nas nossas vísceras, e, como ignoramos o mal de que sofremos, só com dificuldade recuperamos a saúde.”**¹² (L, 3-4). Assim, as doenças da alma são mais ocultas e de mais difícil diagnóstico, donde a verve filosófica dos textos de Plutarco apontar a todo momento para a necessidade de se ter atenção aos atos ordinários, encontrando aplicabilidade para as teses que ele propõe. Plutarco não trata seus textos apenas do ponto de vista conceitual e teórico, e diríamos mesmo que o aspecto prático é tanto ou talvez mais importante que o teórico em se considerando o conjunto de sua obra.

Vale notar o que o Queronense escreve em *Da educação das Crianças* ao realizar uma analogia entre a qualidade do discurso e um corpo saudável, sem perder de vista a atenção para com a alma: “Tal como o corpo deve não só ser saudável, mas também forte, da mesma forma o discurso deve estar isento de erros e, ao mesmo tempo, ser vigoroso. A prudência é apenas louvada, enquanto a audácia se admira. Tenho a mesma opinião sobre a disposição da alma” (*Lib. Educ.* 7A-B). Vemos, então, na reflexão paidêutica, a harmonização entre medicina e filosofia, no qual as técnicas são complementares.

O mesmo viés harmonizador veremos, por exemplo, em Galeno. Como explica Peixoto: “Médico e filósofo, Galeno de Pérgamo insiste na conexão necessária entre o exercício da arte médica e a atividade filosófica, chegando a ponto de defender a tese de que o melhor médico é filósofo” (2008, p. 171). Como explica a autora, também Galeno irá defender que, para uma terapia das paixões, é preciso entregar-se a um exercício constante do controle de si, somado a um pedagogo-supervisor, cuja função seria identificar nossos atos passionais e nos ajudar a corrigi-los (2008, p. 173-174). Ora, este mesmo tom paidêutico que indica um jogo entre homens, em que um depura-se servindo-se do *lógos* de outrem, vemos tomar forma também em

¹² Tradução de J. A. Segurado e Campos (2009).

Plutarco. Logo, tal como em Plutarco, também em Galeno, temos a força orientadora da psicologia platônica, que traduz a alma com suas potências, a racional e a irracional, como um guia de suas reflexões médico-filosóficas¹³.

E neste emaranhado de observações e de avaliações acerca dos estados de saúde e doença do corpo e da alma, Plutarco lançará mão do filósofo como sendo aquele que se apresenta como o portador da melhor *technê* de averiguação das fraturas ocultas na alma do ser humano. Plutarco constata, por um lado, não haver dificuldade em se reconhecer as doenças que acometem o corpo, mas, por outro lado, chama atenção para a variedade de equívocos que podem ser repertoriados quando se trata de considerar as doenças relativas à alma: “ninguém chama febre de saúde, nem tísica de boa saúde, nem podagra de rapidez dos pés, nem palidez de rubor, mas impetuosidade muitos chamam de coragem, amor erótico de amizade, inveja de emulação e covardia de segurança”¹⁴ (*An. corp.* 501A).

A prescrição de Plutarco passa ainda por conformar a vida às coisas mais simples, emergindo o louvor da parcimônia. Nesse sentido, um tom de advertência também pode ser lido em seu *De Cohib.*, em que o polígrafo assim estimula o espírito de seu leitor: “menos se decepcionará quem de pouco necessitar” (*De Cohib.* 461C). O queronense preferirá indicar caminhos simples, como o jejum (ἄστυία) que é reconhecidamente uma indicação terapêutica comum no *Corpus Hippocraticum*. Em *Sobre a Arte*, por exemplo, o jejum é elencado como um caminho conhecido pelas pessoas para realizarem uma espécie de autocura, sem a presença do médico. O autor hipocrático defende que, mesmo sem a presença do médico, o paciente usou a técnica própria da medicina. Plutarco chega mesmo a censurar aqueles que temem o jejum: “Quanto às asperezas e amarguras que alguns dizem que o jejum engendra no corpo, se alguém as teme, ou se, como uma criança, pensa que é uma coisa terrível não ter uma refeição servida antes da febre que se avizinha, o beber água é um meio termo adequado” (*De Tuenda San.* 132 E). Em sua análise, R. Rebollo (2003, p. 280) dirá que “Uma das mais fortes evidências de que a medicina é uma arte são as chamadas curas empíricas, aquelas que não resultam do conhecimento técnico médico, mas do acerto e das descobertas acumuladas pelo senso comum”. Na recomendação do jejum como via terapêutica, Plutarco propõe um

¹³Como explica Peixoto (2008, p. 174): “Galeno associa a alma racional ao pedagogo-supervisor, a alma irascível ao homem que se encontra a meio caminho e já é capaz de ouvir lições, e, finalmente, a alma concupiscível, que em razão de suas fraquezas, é incapaz de ser punida ou de raciocinar. Galeno, porém, observa que a alma racional também pode estar deficiente. À deficiência da alma racional, ele chama “erro” (*hamartêma*). Inversamente ao que dizem os estoicos, são quase sempre as paixões que se encontram na sua origem”.

¹⁴ Tradução de Maria Aparecida de Oliveira Silva (2019).

quadro que considera a ausência de alimento e o consumo de água como práticas assertivas, sendo o jejuar¹⁵ o mais adequado. As reflexões sobre os modos de padecimento – do corpo e da alma – exigirão um ser humano desperto para a importância do par medicina-filosofia.

Por toda parte é possível ouvir os ecos da filosofia de Platão nas reflexões que desenvolve Plutarco sobre a saúde. Entre os textos que compõem o *corpus platonicum*, de um em particular encontramos a presença vívida no pensamento de Plutarco. Trata-se do diálogo *Fedro*. Em um trecho que nos parece bastante eloquente nesse sentido, Platão recorre à medicina de viés hipocrático para tecer certas considerações sobre as similaridades entre a arte retórica e a arte médica, o que faz com o intuito de destacar a importância de olhar para a alma sem perder de vista o todo. Essa espécie de diálogo da filosofia de Platão com a medicina hipocrática, constituem a nosso ver um precedente importante e indispensável para se compreender as diversas teses defendidas por Plutarco no campo de sua reflexão sobre a filosofia como medicina da alma. Examinemos, então, o que escreveu Platão no passo 270 b-e do *Fedro*.

Sócrates: A medicina está no mesmo caso da retórica.

Fedro: Que queres dizer com isso?

Sócrates: Em ambas terás de analisar a natureza: na primeira, a do corpo; na outra, a da alma, se quiseres vencer a rotina e a experiência, para alcançar a arte. No caso do corpo, a fim de deixá-lo forte e saudável, graças à alimentação e aos remédios; no da alma, por meio do ensino e das instituições legais, comunicar-lhes convicções e a virtude com que pretendes adorná-la.

Fedro: Tudo leva a crer, Sócrates, que é assim mesmo.

Sócrates: e como te parece: pode-se compreender a natureza da alma sem conhecer a natureza universal?

Fedro: A acreditar no Asclepiade Hipócrates, nem o corpo será possível conhecer, se não for por este caminho. [...]

Sócrates: Sem esse método, qualquer investigação é como o caminhar dos cegos. Porém de forma alguma deverá ser comparado a um cego ou a um surdo quem analisa com arte determinado assunto. É evidente que o ensino da eloquência, quando feito com arte, permite perceber com exatidão a natureza do objeto primacial do discurso. E esse objeto terá de ser a alma¹⁶.

¹⁵Entralgo (1970, p. 158 e 159), ao falar da atividade corporal nos perfis fleumáticos e biliosos, seguindo o apanhado da medicina hipocrática, apresenta o jejum como um dos componentes a serem considerados nos diversos tratamentos. No caso dos biliosos: “Grandes comedores y moderados bebedores; escasa exigencia de alimentación cárnea (Dieta salubre); se sienten bien en ambientes húmedos (Dieta); soportan el ayuno peor que los fleumáticos (Dieta en enfermedades agudas). Las heridas curan bien y no se inflaman.” E no caso dos fleumáticos: “No soportan bien el comer y el beber (Aires), pero sí la alimentación cárnea, y resisten los esfuerzos prolongados mejor que los biliosos (Dieta salubre), así como el ayuno (Dieta enfermedades agudas)” Assim, podemos notar que o jejuar era um ato muito considerado nos diversos tratamentos contra a doença e pela manutenção da saudável medicina antiga.

¹⁶ Tradução de Carlos de Alberto Nunes (1975).

A esta altura do diálogo, Fedro e Sócrates conversam sobre a arte retórica¹⁷ e a arte médica. Sócrates reflete sobre o lugar ocupado e o papel desempenhado pela medicina e pela retórica. Não caberia aqui fazer uma minuciosa análise do diálogo ou mesmo do passo em questão, o qual, precisamente no que diz respeito à referência direta feita a Hipócrates e à correlação estabelecida entre retórica e medicina, já foi examinado de maneira mais aprofundada por diversos autores, entre os quais destacamos E. Asmis (1986), H. Yunis (2005) e Ch. Kanh (2013). O que mais nos interessa neste passo é mostrar a influência que ele pode ter tido na gênese das teses de Plutarco.

Neste passo do diálogo, Sócrates examina os diferentes tipos de retórica e aproxima da arte médica aquela retórica que se revela capaz de distinguir os tipos de alma, de identificar qual é o melhor discurso para se dirigir a cada tipo de *psyché*. É somente esta a retórica que apresenta uma similitude com os princípios que regem a medicina. Um médico, ao realizar um diagnóstico, deverá estar atento para prescrever aquilo que é mais propício para a natureza de um determinado corpo, buscando o melhor e mais oportuno alimento ou remédio. Aquele que possui a arte/*technê* capaz de atuar em vista de favorecer o corpo para que ele possa alcançar ou restabelecer a saúde age observando um método, um caminho que leva em conta a singularidade de cada corpo/paciente que se lhe apresenta. Por essa razão ele não irá recomendar um mesmo alimento ou remédio para todo e qualquer ser humano, mas refletirá acerca do que deverá prescrever em cada caso. De maneira análoga, o filósofo dispõe de um *pharmakón* peculiar, a palavra, de forma que a arte retórica deve identificar o *lógos* específico para cada tipo de alma - homem e, também, considerar o momento oportuno/*kairós* para “ministrá-lo”, ou seja, para proferir o seu discurso e exercer a sua *psychagôgia* em vista de conduzir a alma à virtude. Assim, o destinatário do discurso do filósofo é a alma, de tal sorte que a esperança de sua saúde estará também ligada à capacidade e à *technê* daquele que concebe e executa o *lógos* adequado a cada tipo de alma.

É interessante notar que com o personagem Fedro, Platão deixa entrever a relação simbiótica que há entre corpo e alma, e, nesse caso, entre as diferentes possibilidades de se intervir sobre estas duas dimensões. Ao responder a Sócrates quanto à necessidade de se conhecer a natureza do todo (ὅλου φύσεως) para se conhecer bem a natureza da alma, Fedro

¹⁷ Em sua análise, Câmara (2018, p. 168) destaca que “É importante notar que, para Platão, uma arte retórica digna desse nome não deve buscar somente a persuasão, mas deve ser um meio para alcançar um objetivo maior, i.e., a virtude. Portanto, somente aquele que for capaz de diferenciar os tipos de indivíduos, por já ter feito a distinção das espécies de almas, e tendo feito as distinções entre os diferentes tipos de discursos, sabe, então, reunir esses dois conhecimentos e aplicar o discurso certo, do modo certo a cada indivíduo”.

recorre a Hipócrates, aqui apresentado como um “Asclepiáde”¹⁸, para dizer que nem o corpo seria passível de ser corretamente conhecido se não fosse por certo caminho (μέθοδος)¹⁹. Mas Fedro acaba por constatar haver maior dificuldade em se conhecer a natureza da alma do que a natureza do corpo, assim como o pressuposto conhecimento da natureza do todo.

Sendo o *Fedro* um diálogo no qual se evidencia a importância da *psychagogia*, ou seja, do ato de condução da alma, quando Plutarco afirma ser o filósofo aquele que é encarregado de estabelecer ou restabelecer a saúde da alma, ele está reconhecendo também que é, por um lado, em virtude de ser o filósofo um dialético²⁰ que ele se encontra capacitado para produzir o melhor *lógos* para cada tipo de alma, e, por outro lado, por ter familiaridade com as “ferramentas” da medicina, que ele reconhece o seu papel na aplicação de sua arte para guiar e sanar as almas.

No combate que empreende Platão à sofística, fica evidente que a arte retórica é uma espécie de “faca de dois gumes” ou, para ficar no registro que aqui nos interessa, um *phármakon*: se mal administrada, como reconhece ocorrer entre os sofistas, ela atuaria como um veneno para a alma²¹, tal como um médico negligente que se equivoca ao prescrever as dosagens de um fármaco para restaurar a saúde de seus pacientes extirpando os males do corpo²².

Tal como um médico realiza diagnósticos e prognósticos, Plutarco também lançará mão de homens veneráveis por seu modo de lidar com seu corpo e sua alma. Será no *éthos* de

¹⁸ Em referência a Asclépio, o deus grego da medicina, os médicos eram chamados de “asclepiádes”, ou seja, aqueles que exercem o ofício que constituía o atributo do divinizado médico.

¹⁹ Os métodos indicados na fala de Sócrates são inspirados nos métodos da medicina, este caminho a ser seguido é assim exposto no *Fedro*: “Inicialmente, decidir se é simples ou múltiplo o objeto que desejamos dominar por meio da arte e ensinar aos outros; de seguida, no caso de ser simples, examinar suas propriedades e o modo de atuar naturalmente sobre determinados objetos, ou o inverso: como sofre a influência destes. Vindo a ter muitas formas, começar por enumerá-las e determinar para cada uma o que foi feito antes para a forma única: ver como e em que atua por sua natureza ou por que coisas e em que condições ela pode ser afetada” *Fedro*, 270d, (Tradução de Carlos de Alberto Nunes, 1975).

²⁰ Na análise da dialética apresentada no *Fedro*, Müller diz que: “A dialética vem a ser o núcleo do método que o personagem Sócrates propõe para atender às condições básicas da boa retórica, que são o conhecimento da verdade do assunto a ser tratado no discurso (259e4-6; 260e5-7; 270d1-7) e também, mais tarde, o conhecimento da alma das pessoas a serem persuadidas pelo discurso (271c10-e2; 273d8-e4)” (Müller, 2012, p. 64-65).

²¹ Ao analisar a linguagem como *phármakon* no *Fedro*, M. A. P. Montenegro levanta a possibilidade de compreender tal diálogo como sendo “um movimento de ilustração da duplicidade do termo *pharmakon*, de modo a não parecer insensato supor que não apenas a escrita pode ser pensada como veneno, mas a própria linguagem, desde que empregada de forma vazia, como fazem os logógrafos e sofistas. A filosofia adquire, à medida que é identificada à retórica e à dialética, uma dimensão terapêutica, um trabalho de cura da alma mediante a produção de discursos vivos e não de discursos destituídos de conhecimento, como os daqueles; nessa condição, a filosofia também não pode, por outro lado, equivaler-se a uma doutrina fixa, concernente a uma fundamentação última da verdade, exterior e, conseqüentemente, além da capacidade humana de conhecer” (Montenegro, 2009, p. 94).

²² Em sua análise da presença da medicina hipocrática em Platão, Frias escreve: “as doutrinas médicas foram de suma importância para a explicação de certos estados caracterizados por Platão como *mania* – exceto a loucura divina - e por Aristóteles como *melancolia*. Assim, a causação do que hoje denominamos doenças mentais era, desde a Grécia clássica, atribuída aos distúrbios do *sôma*, ao desequilíbrio entre os humores constituintes do corpo” (Frias, 2005, p. 12).

filósofos, políticos, militares e poetas que poderemos observar os melhores e piores métodos/caminhos a serem seguidos para se angariar a saúde, desenhando-se os traços para uma terapia. Acerca da ideia de terapia na antiguidade, Brandão (2013, p. 527) destaca que “alguns pensadores antigos propunham uma terapia filosófica das paixões [...]. Para alguns, como os aristotélicos e médio-platônicos, o ideal era a *metriopáttheia* (moderação das paixões). Para outros, como os estoicos, a meta era a *apáttheia*, (ausência de paixões)”. Plutarco deixará entrever a natureza psíquica e somática nos gestos de seus personagens, bem como nos juízos emitidos acerca deles. A tese segundo a qual a saúde é expressão de um estado de equilíbrio corpo-alma pode ser examinada na relação direta dos desejos provenientes da alma em sua relação com o corpo. Entrevê-se uma espécie de guerra. Nesse sentido, é relevante o paralelo que Plutarco faz em *Do Controle da Ira* entre corpo e alma frente à alimentação e à razão, dizendo que a razão não deve ser evacuada da alma, tal qual o alimento o é do corpo, reforçando no consoante à razão que “sua força não é igual à dos medicamentos, mas sim a dos alimentos saudáveis, pois permitem o bom temperamento e dão suporte aos que reta e habitualmente a utilizam” (*De Cohib.* 453D). Assim, podemos ver que é neste movimento de corpo-alma do ser humano que se expressam conjuntamente seu estado de saúde e de doença, resistindo ou padecendo.

Afinal, o recurso à figura do médico se presta a aludir àquele que cura os males, com a peculiaridade de que as doenças do corpo são mais visíveis e evidentes, enquanto aquelas que se apoderam da *psyché* se apresentam como invisíveis ou de mais difícil diagnóstico e prognóstico. Contudo, Plutarco guiará seu leitor por caminhos que indicam uma maior possibilidade de se obter a boa saúde e, neste intento, alguns ingredientes parecem ocupar um lugar especial, como é o caso dos alimentos, do exercício físico e dos discursos. Em um tratado dedicado à saúde como *De Tuenda San.*, o queronense não deixará de louvar a importância de se ter uma vida ativa e, ao fazê-lo, acaba por trazer à tona certas implicações para a saúde psíquica, bem como elenca personagens que mostrariam sua importância também para a melhor expressão da atividade intelectual:

De fato, a saúde não se compra com ócio e inatividade, que são precisamente os maiores males que se somam a doenças, e não há nenhuma diferença entre aquele homem que, para conservar seus olhos, deixa de ver, o que para preservar a voz deixa de falar, e aquele que acredita salvar a saúde através da inércia e do repouso, pois a nada melhor se poderia dedicar, sendo saudável, do que a muitas atividades úteis aos homens. De modo algum, se pode pensar que a ociosidade seja saudável, se destruir o objeto da saúde, e não é verdade que aqueles que vivem em descanso sejam veneráveis: pois nem Xenócrates era mais saudável que Phocion, nem Teofrasto que

Demétrio, e de nada serviu a Epicuro e seus seguidores, para atingir a sua tão falada estabilidade corporal, a fuga de toda atividade que flertasse com a honra. Senão que devemos preservar a constituição natural de nossos corpos, reconhecendo que toda vida admite tanto a doença quanto a saúde (*De Tuenda San.* 135 B-C)²³.

Se as diversas doenças são males a serem evitados, Plutarco acrescentará a estas dois outros grandes inimigos da saúde: a ociosidade (ἀργία) e inatividade (ἀπραξία). Para construir a ideia da necessidade da atividade física, o autor lembra que nem a visão de quem evitasse usar os olhos seria melhor, nem a voz de quem deixasse de falar seria mais conservada; de maneira análoga, o repouso do corpo não implicará um melhor vigor físico. Pelo contrário, será elogiado exatamente aquele que se entrega às diversas atividades físicas e políticas, pois a inatividade contribuirá para a destruição daquilo que seria mais propriamente o “objeto da saúde”, aquele para o qual se direcionam as ações que executamos, tendo em vista a saúde e o que desejamos preservar: notadamente o corpo do ser humano, sendo, portanto, aquilo que a saúde visa e para o qual devemos voltar nossa atenção para que não seja corrompido (εἰ τὸ τῆς ὑγιείας τέλος ἀπόλλυσι).

Para emular no leitor a fecundidade de suas ideias, Plutarco lançará mão de diversas figuras que demonstrariam sua tese. Defradas notará que o queronense elenca um filósofo da Academia de Platão (Xenócrates) e outro do Liceu de Aristóteles (Teofrasto), junto de dois homens de estado atenienses: Pócio, que foi político e militar, tendo sido também discípulo de Platão e do próprio Xenócrates, e Demétrio de Falere, que foi político e orador, tendo sido também discípulo de Aristóteles e do próprio Teofrasto (2003, p. 311). Tratar-se-ia de reconhecer que a saúde daqueles que não tinham uma vida ativa não era a mais exemplar.

Para além desta precisão observada por Defradas em relação às figuras elencadas aqui por Plutarco, acreditamos que o artifício comparativo utilizado pelo filósofo apresenta alguns outros pormenores que demonstram como a vida ativa também era objeto de louvor na cultura grega. É relevante ter em vista que, de acordo com o relato de Xenofonte em seu *Memoráveis*, também Sócrates fazia um inequívoco elogio do exercício físico. Segundo o general Xenofonte, Sócrates teria censurado um jovem que “embora fosse jovem, tinha corpo em más condições

²³ οὐ γὰρ ἀργίας ὄνιον ἡ ὑγίεια καὶ ἀπραξίας, ἄγε δὴ μέγιστα κακῶν ταῖς νόσοις πρόσεστι, καὶ οὐδὲν διαφέρει τοῦ τὰ ὄμματα τῷ μὴ διαβλέπειν καὶ τὴν φωνὴν τῷ μὴ φθέγγεσθαι φυλάττοντος ὁ τὴν ὑγίειαν ἀχρηστία καὶ ἡ συχία σφάζειν οἰόμενος: πρὸς οὐδὲν γὰρ ἑαυτῷ χρήσαι τ' ἄντις ὑγιαίνοντι κρεῖττον ἢ πρὸς πολλὰς ὡς σὺ φιλανθρώπους πράξεις. ἥκιστα δὲ τὴν ἀργίαν ὑγεινὸν ὑποληπτέον, εἰ τὸ τῆς ὑγιείας τέλος ἀπόλλυσι, καὶ οὐ δ' ἀληθές ἐστι τὸ μᾶλλον ὑγιαίνειν τοὺς ἢ σὺ χίαν ἄγοντας: οὐ γὰρ Ξενοκράτης μᾶλλον διυγίαινε Φωκίωνος οὔτε Δημητρίου Θεόφραστος, Ἐπίκουρόν τε καὶ τοὺς περὶ Ἐπίκουρον οὐδὲν ὤνησε πρὸς τὴν ὑμνουμένην σαρκὸς εὐστάθειαν ἢ πάσης φιλοτιμίας ἐχούσης πράξεως ἀπόδρασις. ἀλλὰ καὶ ἐτέραις ἐπιμελείαις διασωστέον ἐστὶ τῷ σώματι τὴν κατὰ φύσιν ἔξιν, ὡς παντὸς βίου καὶ νόσον δεχομένου καὶ ὑγίαν.

físicas”, a quem advertiu “como se nota que o teu corpo está destreinado, Epígenes!”²⁴ (3.12.1), de onde podemos entrever que o filósofo Sócrates, notadamente preocupado com a alma bem doutrinação de seus discípulos, não deixará de estimular a robustez do corpo. A partir daquela censura ao jovem Epígenes, segundo Xenofonte, Sócrates diz que também é vergonhoso envelhecer sem cuidar do corpo e ele explica as consequências de uma vida sem a devida atenção aos cuidados para com a morada da alma, uma vez que aquele que passa pela vida sem dar o devido valor aos exercícios físicos resulta “sem saber que tipo de homem se poderia ter vindo a ser com um corpo mais belo e mais forte. Só que quem não tiver tal preocupação também não poderá conhecer tais resultados, porque não acontecem de forma automática” (3.12.8).

Sócrates ressalta, assim, não só a importância da ginástica como a necessidade de que o ser humano se empenhe em dar lugar à educação física em sua vida, uma vez que os resultados não ocorrem espontaneamente, mas exigem um esforço pessoal. O filósofo chega a criticar a *paidéia* ateniense que, ao contrário de Esparta, não daria o mesmo valor à atividade física de seus cidadãos²⁵. Em um passo do seu *Da educação das crianças*, o polígrafo advoga que: “os homens inventaram duas ciências sobre o cuidado do corpo: a medicina e a ginástica. Uma traz a saúde, a outra o vigor físico. Para a alma que sofre de uma enfermidade, a filosofia é o único remédio” (*Lib. Educ.* 10D). Ao pensarmos neste elogio da atividade física – sem perder de vista o papel da filosofia na cura da alma, é relevante ter em conta o pano de fundo em que o Plutarco escreve, tratando-se de um grego que escreve sob a égide do Império Romano. Marrou (1973, p. 384), ao tratar sobre como Roma adotou a educação grega, destacará a oposição que ocorrerá ao atletismo, dizendo que este não entrará nos costumes latinos, permanecendo para os romanos como uma marca específica do helenismo. Segundo Marrou, os romanos chocavam-se com a nudez, tendo em vista que os gregos tinham por hábito exercitarem-se nus nos ginásios. As

²⁴ Tradução de Ana Elias Pinheiro (2009).

²⁵ É digno de relevo a seguinte passagem dos *Memoráveis*, de Xenofonte, em que vemos a seguinte reflexão acerca da boa forma do corpo: “Só porque a cidade não obriga a treino físico público, como preparação para a guerra, não implica que em particular se descuide esse treino ou se lhe dedique menos tempo. Podes estar certo, até, de que em nenhum tipo de batalha ou em nenhum momento da tua vida ficarás atrás dos outros por teres treinado bem o teu corpo. Porque o corpo é útil em todas as atividades que o homem realiza e é muito importante que, em qualquer uma dessas situações, ele esteja nas melhores condições possíveis. E mesmo em áreas em que a utilidade do corpo parece mínima, como seja o pensamento, quem é que não sabe que também neste campo se cometem grandes erros por falta de saúde física? É por ausência de saúde do corpo que, muitas vezes, a falta de memória, o desânimo, a irritação ou a loucura tomam conta da mente de muitos, podendo até privá-los de razão. Pelo contrário, corpos bem cuidados trazem grande segurança e nenhum dos riscos que corre aquele cujo corpo é fraco. É provável até que ter um físico saudável lhe venha a ser útil precisamente em situações contrárias às que resultam da falta de saúde física. Ora, quem, na sua perfeita razão, escolheria resultados opostos a estes que estive a anunciar?” (3.12.5-7).

competições atléticas teriam sua prática reservada a profissionais e o autor destaca que “a prática de exercícios gímnicos se integrou na vida romana sob a categoria de higiene, não sob a de esporte, a título de acessório da técnica dos banhos de vapor [...] quanto ao ‘ginásio’ romano, não passa de um jardim de recreio” (1973, p. 385). No entanto, como podemos notar, Plutarco valorizará a importância conferida pelos gregos à ginástica em vista da saúde do corpo. No desenrolar paidêutico do tratado da *Educação das Crianças*, no qual a formação da alma é objeto privilegiado de atenção, a boa formação corpórea nunca é negligenciada, devendo ser considerada como pressuposto para a boa vida: “Não é, certamente, conveniente descuidar-se do exercício do corpo [...] porque a base de uma boa velhice é um correto cuidado físico durante a infância” (*Lib. Educ.* 11C). Tal como um corpo deve ser exercitado para se tornar mais robusto, a alma humana deverá ter suas potências fortalecidas.

Dado o descaminho para aquele que é tomado pelo *pathós* da ira, o queronense indicará o percurso terapêutico para o seu controle e tratamento e, ao fazê-lo, deixará notar a visão da filosofia como modo de vida que identificava em Sócrates, como sendo aquele que, segundo Plutarco, buscava em toda a ocasião o momento oportuno para filosofar (*Anseniresp.* 796D). Um dos *tópoi* propostos por Plutarco para exercitar o controle da ira será na relação que se tem com os subalternos, ao ver, por exemplo, na hierarquia entre senhor e serviçal, o momento oportuno para controlar-se e conformar a afecção da ira: “entre todas as paixões, é contra a ira que nossos serviçais nos oferecem a oportunidade de nos exercitarmos em relação a esta paixão” (*De Cohib.* 459 D). Dumortier, ao analisar o uso que Plutarco faz do tratamento a ser dispensado aos serviçais em *De Cohib.*, diz que o filósofo estaria falando certamente de si mesmo e de como ele usava a sua relação hierárquica para com seus servos para refrear a afecção da ira (2003, p. 52). Tratar-se-ia, a nosso ver, de realizar um exercício de fortalecimento da virtude e de controle do vício, espelhando-se, em certa medida, naquele *modus vivendi* socrático tão elogiado pelo queronense. A bom estado de saúde da alma será capaz de guiar o ser humano rumo à boa vida.

Uma das formas de lograr este intento seria ter presente, como nos lega Plutarco em seu *Da Tranquilidade da Alma*, o potencial das partes superiores da alma na economia das paixões. No tratado em questão, Plutarco usa como objetos de reflexão o estado da alma e o bem-viver, articulando-os:

Para a ausência de tristezas na alma e uma vida sem perturbações, de que adianta a riqueza, a fama ou o poder palaciano, se não estamos satisfeitos com o que temos e a falta do que não temos sempre nos acompanha? Que outra coisa mais poderia ajudar senão uma razão cuidadosamente acostumada a reter rapidamente a parte passional e

irracional da alma quando muitas vezes ela tenta sair de si mesma, e não olhar com indiferença seus desvios e explosões por causa do que lhe falta? (*De Tranq. An.* 465A-B)²⁶.

Identificando um sintoma do bom ânimo com uma alma sem tristezas e uma vida sem perturbações, Plutarco colocará na gênese de tal disposição de espírito a correta orquestração da parte irracional da alma por aquela racional. Ele aponta que, de maneira equivocada, as pessoas costumam crer que o bom ânimo está atrelado à riqueza, à fama ou ao poder político, e, para defender que tal tese é equivocada, lança mão de uma pergunta retórica, advogando que tais bens não necessariamente acarretam a satisfação pessoal, uma vez que o sentimento de falta continua acompanhando o ser humano, seja por não se sentir completo com o que já tem, seja pela aflição causada por aquilo que deseja ter. Os sintomas de que a alma do homem não realiza a justa gestão dos impulsos irracionais devem ser eles mesmos objeto de atenção, pois é dando o devido crédito aos momentos em que o ser humano dá mostras do descontrole da parte irracional da alma que é possível saná-la.

CONCLUSÃO

O convite de Plutarco nos desafia a refletir sobre o papel das afecções humanas e as possibilidades do ser humano que se empenha na gestão cuidadosa de sua alma. No entanto, não basta apenas focar no que ocorre na “morada” da alma: é igualmente essencial que a atenção se volte para o próprio processo de saúde, entendido não como um fim em si, mas como um meio. Na filosofia plutarqueana, a saúde é mais do que um estado desejado; ela é uma condição que possibilita o bom funcionamento da alma. Nesse sentido, cabe à alma bem orientada compreender as interações entre corpo e alma, buscando discernir como essa fronteira guarda as forças que moldam o ser humano em sua busca pelo bom ânimo.

Neste contexto, procuramos estabelecer as relações entre medicina e filosofia, que, desde os primórdios da tradição grega, se apresentam como campos profundamente interligados. Como aponta Jaeger (2001, p. 1001), “de todas as ciências humanas então conhecidas, incluindo a Matemática e a Física, é a Medicina a mais afim da ciência ética de Sócrates”. Assim, a filosofia, compreendida como medicina da alma, assume um papel

²⁶πόθεν γε δὴ πρὸς ἀλυπίαν ψυχῆς καὶ βίον ἀκύμονα χρημάτων ὄφελος ἢ δόξης ἢ δυνάμεως ἓνα ὑλαῖς, ἂν μὴ τὸ χρώμενον εὐχάριστον ἢ τοῖς ἔχουσι καὶ τὸ τῶν ἀπόντων μὴ δεόμενον αἰεὶ παρακολουθῇ; τί δὲ τοῦ τ' ἐστὶν ἄλλο ἢ λόγος εἰθισμένος καὶ με μελετηκῶς τοῦ παθῆ τι κοῦ καὶ ἀλόγου τῆς ψυχῆς ἐξισταμένου πολλάκις ἐπιλαμβάνεσθαι ταχὺ καὶ μὴ περιορᾶν ἀπορρέον καὶ καταφερόμενον ὑπὸ τῶν παρόντων;

terapêutico, orientando os indivíduos na busca pela *euthymía*, o equilíbrio emocional e moral. A *metriopátheia* de Plutarco, entendida como o comportamento equilibrado do ser humano saudável, pressupõe a harmonia entre as potências da alma e o corpo que as sustenta. Em sua visão, não é apenas o corpo que deve ser nutrido e robustecido, mas, sobretudo, a alma, que deve ser lapidada para que possa guiar-se pela razão reta, manifesta em virtudes como sabedoria e temperança. Nesse sentido, surge a importância da *paidéia*, a educação que molda o caráter e as virtudes do indivíduo, guiando-o em seu percurso ético e existencial. A *paidéia* é o vetor que conduz o ser humano a uma vida equilibrada, permitindo-lhe acessar e desenvolver as potencialidades de sua natureza. Assim, a noção de *kairós*, o momento oportuno, se apresenta como uma chave para entender as diversas facetas da vida saudável. Plutarco parece sugerir que a saúde, tanto física quanto moral, reside na interseção entre corpo e alma, e que, para vivê-la plenamente, é necessário um contínuo esforço de autocompreensão e cultivo das virtudes.

Seguindo as pistas de Plutarco, podemos afirmar que a filosofia e a medicina são duas faces de uma mesma moeda, cujo objeto comum é o ser humano. Da mesma forma que a ausência de um diagnóstico preciso compromete o tratamento adequado de uma doença física, a falta de um diagnóstico claro das doenças da alma dificulta a escolha da terapia apropriada. O autor, assim, nos convida a refletir que, assim como nem todos os homens são médicos, mas todos necessitam da medicina em algum momento, também nem todos são filósofos, mas todos podem se beneficiar da filosofia na busca por uma vida saudável e equilibrada. O prognóstico final da filosofia plutarqueana é a conquista da *euthymía*, um estado de harmonia interior que nos permite enfrentar a vida com serenidade e sabedoria. Esse bom ânimo, no entanto, não é uma mera disposição emocional, mas um reflexo da saúde integral da alma, que, ao ser bem cultivada, permite ao ser humano encontrar equilíbrio mesmo nas adversidades. Para Plutarco, assim como a saúde do corpo depende da atenção cuidadosa e equilibrada aos seus processos, a saúde da alma exige vigilância constante, pois é ela que garante a estabilidade interior necessária para viver com verdadeira sabedoria e autocompreensão. Portanto, o bom ânimo, como culminação de uma vida saudável, não é apenas a ausência de sofrimento, mas a capacidade de agir com razão e virtude, independentemente das circunstâncias externas.



FIGURA 1. Estátua em mármore de Asclépio²⁷, deus da medicina e da cura, cópia romana de um original grego do século V a.C. Museu de Chiaramonti (Vaticano).

²⁷ Asclépio, o “Esculápio” dos Latinos, é simultaneamente o herói e o deus da Medicina. Filho do deus Apolo e Corónis, Asclépio foi confiado pelo pai ao Centauro Quíron, que lhe ensinou a medicina. O deus teria aprendido uma forma de trazer os mortos de volta à vida. Zeus, então, temendo que Asclépio alterasse a ordem do mundo, o fulminou. O culto a Asclépio fixou-se principalmente em Epidauro, no Peloponeso, onde se desenvolveu uma verdadeira escola de medicina, inicialmente com práticas mágicas, mas que abriu caminho para uma medicina mais científica. A arte médica era praticada pelos “Asclepiádes”, ou descendentes de Asclépio. O mais célebre é Hipócrates, cuja família se ligava ao deus. Usualmente as insígnias de Asclépio são serpentes enroladas à volta de um pau, mas também pinhas, coroas de loureiros, eventualmente uma cabra ou um cão (Grimal, P., verbete “Asclépio”).

REFERÊNCIAS

- AGUILAR, R. M. Hipócrates em Plutarco. **Cuadernos de Filología Clásica**, 4, p. 35-45, 1994.
- ARISTÓTELES. **A Política**. Tradução de R. L. Ferreira. São Paulo: Martins Fontes, 2002.
- ASMIS, E. Psychagogia in Plato's *Phaedrus*. **Illinois Classical Studies**, 2, 1986, p. 153-172.
- BRANDÃO, B. L. A filosofia como modo de vida no platonismo imperial e em Plotino. **Mirabilia**, Vitória, v. 17, p. 523-544, 2013.
- CAIRUS, H. F.; RIBEIRO Jr., W. A. **Textos hipocráticos: o doente, o médico e a doença**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005.
- CÂMARA, A. G. **Sobre a unidade do Fedro de Platão: o movimento psicagógico e a arte retórica**. Tese (Doutorado em Filosofia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2018. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/21497>. Acesso em: 05 nov. 2024.
- CORNELLI, G; MATSUI, S. O drama da doença: Tragédia e Medicina na Construção das Dramatis Personae platônicas. **O que nos faz pensar**, Rio de Janeiro, 27, p. 67-83, 2018.
- DUMORTIER, J.; DEFRADAS, J. **Plutarque**. Oeuvres morales, tome VIII Notices première partie. Paris: Les Belles Lettres, 2003.
- EIJK, Ph. Van Der. Os conceitos de saúde mental na medicina e na filosofia gregas dos sécs. V e IV a.C. Tradução de M. Marques. In: PEIXOTO, M. C. D. (org.). **A saúde dos Antigos**. São Paulo: Loyola, 2009, p. 1-32.
- ENTRALGO, P. L. **The Therapy of the Word in Classical Antiquity**. New Haven: Yale University Press, 1970.
- GRIMAL, P. **Dicionário da Mitologia Grega e Romana**. 4. ed. Tradução de V. Jabouille. Rio de Janeiro: Bertrand do Brasil, 2005.
- JAEGER, W. **Paidéia: a formação do homem grego**. Tradução de Artur M. Parreira. São Paulo: Martins Fontes, 2001.
- KHAN, Ch. **Plato and the Post-Socratic Dialogue: The Return to the Philosophy of Nature**. Cambridge: Cambridge University Press, 2013.
- MARROU, H.-I. **História da Educação na Antiguidade**. Tradução de M. L. Casanova. São Paulo: Ed. Universidade de São Paulo, 1973.
- MATSUI, S. Galeno e a “biografia bioética” de Hipócrates: um exemplo de um médico-filósofo a ser imitado. **Prometheus. Journal of philosophy**, 28, p. 27-41, 2018.

MATSUI, S. **Medicina e política**: a polêmica de Platão com a medicina na República. Dissertação de Mestrado em Filosofia. Brasília: UnB, 2015.

MONTENEGRO, M. A. P. A Linguagem como Pharmakon no Fedro de Platão. In: PEIXOTO, M. C. D. (org.). **Saúde dos Antigos**: Reflexões gregas e romanas. 1. ed. São Paulo: Loyola, 2009, v. 1, p. 87-94.

MÜLLER, Nestor Reinoldo. **Reminiscência e dialética no diálogo Fedro de Platão**. 2012. 129 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2012.

PEIXOTO, M. C. D. Cícero, Plutarco e Galeno: Sobre a possibilidade de uma terapêia das paixões. **Hypnos**, São Paulo, 21, p. 153-177, 2008.

PINHEIRO, J. Entre a medicina e a filosofia: a apologia de comer vegetais em Plutarco. In: SOARES, C.; PINHEIRO, J. (orgs.) **Patrimônios Alimentares de Aquém e Além-Mar**. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2016, p. 359-370.

PLATÃO. **Diálogos**: Fedro. Tradução de Carlos Alberto Nunes. Belém: Editora Universidade Federal do Pará, 2007.

PLUTARCO. **Da educação das crianças**. Tradução de J. Pinheiro. Coimbra: CECH, 2008.

PLUTARCO. **Œuvres morales**. Du contrôle de la colère. Tradução de R. Flacelière. Tome I. Paris: Les Belles Lettres, 2003.

PLUTARCO. **Vidas paralelas**: Péricles e Fábio Máximo. Tradução, introdução e notas de Ana Maria Guedes Ferreira, Ália Rosa Conceição Rodrigues. 3. ed. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2013.

PLUTARQUE. **Vies Parallèles**. Tradução de Anne-Marie. Ozanam. Paris: Quarto Gallimard, 2001.

PLUTARCO. Se as paixões da alma são piores que as do corpo. Tradução, introdução e notas de Maria Aparecida de Oliveira Silva. **Revista do Laboratório de Dramaturgia** – LADI/UnB, Brasília, 11, p. 257-271, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.26512/dramaturgias.v0i11.27380>. Acesso em: 01 out. 2023.

REBOLLO, R. A. Considerações sobre o estabelecimento da medicina no tratado hipocrático Sobre a Arte Médica. **Scientia e Studia**, São Paulo, v.1, n.3, p. 275-297, 2003.

RIBEIRO, W. A. A ausência de doença e o conceito de saúde entre os gregos antigos. **Saúde do Homem e da Cidade na Antiguidade Greco-Romana**, Belo Horizonte e Brasília, UFMG e UNB, 2007.

SÊNECA, L. A. **Cartas à Lucílio**. Tradução de J. A. Segurado e Campos. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2009.

SILVEIRA, P. H. F. **Medicina da alma**. Artes do viver e discursos terapêuticos. 2005. Tese de Doutorado - Curso de Filosofia. Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.

TERLIZZI, Regina Helena. **As causas naturais**: a perspectiva da arte médica no Corpus hippocraticum. Dissertação de Mestrado. São Paulo: PUC-SP, 2016.

WELLMAN, M., Asklepiades von Bithynien, von einem herrschenden Vorurteilbefreit'. **Neue Jahrbucher für dasklassische Alterthum**, 21, p. 684-703, 1908.

YUNIS, H. Eros in Plato's *Phaedrus* and the Shape of Greek Rhetoric. **Arion**, 13, 2005, p. 101-126.