



Lettera sulla Felicità a Meneceo

EPICURO
Samo, 341 a.C. - Atene 271 a.C.

Lettera sulla Felicità

Questo e-book
è stato prodotto e viene distribuito
seguendo i principi
Creative Commons
riportati a questo
indirizzo web:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/deed.it>

per cui puoi utilizzarlo e distribuirlo
senza fini commerciali
seguendo gli stessi principi

Il testo originale è stato prelevato
dal

Progetto Iperteca – Provincia di Napoli

“Fondare biblioteche è come costruire ancora granai pubblici, ammassare riserve
Contro un inverno dello spirito che da molti indizi, mio malgrado vedo venire.”

Memorie di Adriano

Epicuro **Lettera sulla felicità** **(A Meneceo)**

Si ringrazia l'Associazione Liberliber dal cui sito: www.liberliber.it

questo testo è stato prelevato

" il sapere condiviso è una utopia possibile"

Lettera sulla Felicità

Son felice che tu abbia scaricato questo e-book.

In queste poche pagine scritte più di duemila anni fa troverai alcuni semplici insegnamenti per ri-trovare la tua felicità.

Insegnamenti che ritroviamo in tutte le epoche e in tutte le culture, insegnamenti proposti oggi anche nei moderni corsi motivazionali e questo mi sembra una prova attendibile del fatto che la felicità è disponibile a tutti, e pur con percorsi diversi, la meta, per l'essere umano, è sempre la stessa.

Non può esserci vera felicità fino a quando non si raggiunge la consapevolezza di chi veramente siamo nella nostra vera essenza.

Non servono magie o pratiche esoteriche, basta spogliarsi di tante idee o convinzioni, che abbiamo su di noi e sul mondo; idee o convinzioni che ci offrono un'immagine distorta della realtà indicandoci la felicità là dove non la si può trovare.

La strada della logica e del ragionamento forse non è tra le più semplici da percorrere, ma al momento, è la più facile da distribuire sul web

Buona lettura

Lettera sulla Felicità

a Meneceo

Mai si è troppo giovani o troppo vecchi per la conoscenza della felicità. A qualsiasi età è bello occuparsi del benessere dell'animo nostro.

Chi sostiene che non è ancora giunto il momento di dedicarsi alla conoscenza di essa, o che ormai è troppo tardi, è come se andasse dicendo che non è ancora il momento di essere felice, o che ormai è passata l'età.

Ecco che da giovani come da vecchi è giusto che noi ci dedichiamo a conoscere la felicità. Per sentirci sempre giovani quando saremo avanti con gli anni in virtù del grato ricordo della felicità avuta in passato, e da giovani, irrobustiti in essa, per prepararci a non temere l'avvenire.

Cerchiamo di conoscere allora le cose che fanno la felicità, perché quando essa c'è tutto abbiamo, altrimenti tutto facciamo per possederla.

Lettera sulla Felicità

Pratica e medita le cose che ti ho sempre raccomandato: sono fondamentali per una vita felice. Prima di tutto considera l'essenza del divino materia eterna e felice, come rettamente suggerisce la nozione di divinità che ci è innata.

Non attribuire alla divinità niente che sia diverso dal sempre vivente o contrario a tutto ciò che è felice, vedi sempre in essa lo stato eterno congiunto alla felicità.

Gli dei esistono, è evidente a tutti, ma non sono come crede la gente comune, la quale è portata a tradire sempre la nozione innata che ne ha. Perciò non è irreligioso chi rifiuta la religione popolare, ma colui che i giudizi del popolo attribuisce alla divinità.

Tali giudizi, che non ascoltano le nozioni ancestrali, innate, sono opinioni false. A seconda di come si pensa che gli dei siano, possono venire da loro le più grandi sofferenze come i beni più splendidi. Ma noi sappiamo che essi sono perfettamente felici, riconoscono i loro simili, e chi non è tale lo considerano estraneo.

Poi abituati a pensare che la morte non costi-

Lettera sulla Felicità

tuisce nulla per noi, dal momento che il godere e il soffrire sono entrambi nel sentire, e la morte altro non è che la sua assenza.

L'esatta coscienza che la morte non significa nulla per noi rende godibile la mortalità della vita, senza l'inganno del tempo infinito che è indotto dal desiderio dell'immortalità.

Non esiste nulla di terribile nella vita per chi davvero sappia che nulla c'è da temere nel non vivere più.

Perciò è sciocco chi sostiene di aver paura della morte, non tanto perché il suo arrivo lo farà soffrire, ma in quanto l'affligge la sua continua attesa.

Ciò che una volta presente non ci turba, stoltamente atteso ci fa impazzire.

La morte, il più atroce dunque di tutti i mali, non esiste per noi. Quando noi viviamo la morte non c'è, quando c'è lei non ci siamo noi. Non è nulla né per i vivi né per i morti. Per i vivi non c'è, i morti non sono più.

Invece la gente ora fugge la morte come il peggior male, ora la invoca come requie ai mali che

vive.

Il vero saggio, come non gli dispiace vivere, così non teme di non vivere più.

La vita per lui non è un male, né è un male il non vivere. Ma come dei cibi sceglie i migliori, non la quantità, così non il tempo più lungo si gode, ma il più dolce.

Chi ammonisce poi il giovane a vivere bene e il vecchio a ben morire è stolto non solo per la dolcezza che c'è sempre nella vita, anche da vecchi, ma perché una sola è la meditazione di una vita bella e di una bella morte.

Ancora peggio chi va dicendo: bello non essere mal nato, ma, nato, al più presto varcare la soglia della morte. Se è così convinto perché non se ne va da questo mondo? Nessuno glielo vieta se è veramente il suo desiderio. Invece se lo dice così per dire fa meglio a cambiare argomento.

Ricordiamoci poi che il futuro non è del tutto nostro, ma neanche del tutto non nostro. Solo così possiamo non aspettarci che assolutamente s'avverrà, né allo stesso modo disperare del contrario.

Lettera sulla Felicità

Così pure teniamo presente che per quanto riguarda i desideri, solo alcuni sono naturali, altri sono inutili, e fra i naturali solo alcuni quelli proprio necessari, altri naturali soltanto.

Ma fra i necessari certi sono fondamentali per la felicità, altri per il benessere fisico, altri per la stessa vita.

Una ferma conoscenza dei desideri fa ricondurre ogni scelta o rifiuto al benessere del corpo e alla perfetta serenità dell'animo, perché questo è il compito della vita felice, a questo noi indirizziamo ogni nostra azione, al fine di allontanarci dalla sofferenza e dall'ansia.

Una volta raggiunto questo stato ogni bufera interna cessa, perché il nostro organismo vitale non è più bisognoso di alcuna cosa, altro non deve cercare per il bene dell'animo e del corpo.

Infatti proviamo bisogno del piacere quando soffriamo per la mancanza di esso. Quando invece non soffriamo non ne abbiamo bisogno.

Per questo noi riteniamo il piacere principio e fine della vita felice, perché lo abbiamo riconosciuto bene primo e a noi congenito.

Lettera sulla Felicità

Ad esso ci ispiriamo per ogni atto di scelta o di rifiuto, e scegliamo ogni bene in base al sentimento del piacere e del dolore.

E' bene primario e naturale per noi, per questo non scegliamo ogni piacere. Talvolta conviene tralasciarne alcuni da cui può venirci più male che bene, e giudicare alcune sofferenze preferibili ai piaceri stessi se un piacere più grande possiamo provare dopo averle sopportate a lungo.

Ogni piacere dunque è bene per sua intima natura, ma noi non li scegliamo tutti.

Allo stesso modo ogni dolore è male, ma non tutti sono sempre da fuggire. Bisogna giudicare gli uni e gli altri in base alla considerazione degli utili e dei danni.

Certe volte sperimentiamo che il bene si rivela per noi un male, invece il male un bene.

Consideriamo inoltre una gran cosa l'indipendenza dai bisogni non perché sempre ci si debba accontentare del poco, ma per godere anche di questo poco se ci capita di non avere molto, convinti come siamo che l'abbondanza si gode con più dolcezza se meno da essa dipendiamo.

Lettera sulla Felicità

In fondo ciò che veramente serve non è difficile a trovarsi, l'inutile è difficile.

I sapori semplici danno lo stesso piacere dei più raffinati, l'acqua e un pezzo di pane fanno il piacere più pieno a chi ne manca.

Saper vivere di poco non solo porta salute e ci fa privi d'apprensione verso i bisogni della vita ma anche, quando ad intervalli ci capita di menare un'esistenza ricca, ci fa apprezzare meglio questa condizione e indifferenti verso gli scherzi della sorte.

Quando dunque diciamo che il bene è il piacere, non intendiamo il semplice piacere dei goderci, come credono coloro che ignorano il nostro pensiero, o lo avversano, o lo interpretano male, ma quanto aiuta il corpo a non soffrire e l'animo a essere sereno.

Perché non sono di per se stessi i banchetti, le feste, il godersi fanciulli e donne, i buoni pesci e tutto quanto può offrire una ricca tavola che fanno la dolcezza della vita felice, ma il lucido esame delle cause di ogni scelta o rifiuto, al fine di respingere i falsi condizionamenti che sono per l'animo cau-

sa di immensa sofferenza.

Di tutto questo, principio e bene supremo è l'intelligenza delle cose, perciò tale genere di intelligenza è anche più apprezzabile della stessa filosofia, è madre di tutte le altre virtù.

Essa ci aiuta a comprendere che non si dà vita felice senza che sia intelligente, bella e giusta, né vita intelligente, bella e giusta priva di felicità, perché le virtù sono connaturate alla felicità e da questa inseparabili.

Chi suscita più ammirazione di colui che ha un'opinione corretta e reverente riguardo agli dei, nessun timore della morte, chiara coscienza del senso della natura, che tutti i beni che realmente servono sono facilmente procacciabili, che i mali se affliggono duramente affliggono per poco, altrimenti se lo fanno a lungo vuol dire che si possono sopportare ?

Questo genere d'uomo sa anche che è vana opinione credere il fato padrone di tutto, come fanno alcuni, perché le cose accadono o per necessità, o per arbitrio della fortuna, o per arbitrio nostro.

La necessità è irresponsabile, la fortuna insta-

Lettera sulla Felicità

bile, invece il nostro arbitrio è libero, per questo può meritarsi biasimo o lode.

Piuttosto che essere schiavi del destino dei fisici, era meglio allora credere ai racconti degli dei, che almeno offrono la speranza di placarli con le preghiere, invece dell'atroce, inflessibile necessità.

La fortuna per il saggio non è una divinità come per la massa - la divinità non fa nulla a caso - e neppure qualcosa priva di consistenza. Non crede che essa dia agli uomini alcun bene o male determinante per la vita felice, ma sa che può offrire l'avvio a grandi beni o mali.

Però è meglio essere senza fortuna ma saggi che fortunati e stolti, e nella pratica è preferibile che un bel progetto non vada in porto piuttosto che abbia successo un progetto dissennato.

Medita giorno e notte tutte queste cose e altre congeneri, con te stesso e con chi ti è simile, e mai sarai preda dell'ansia.

Vivrai invece come un dio fra gli uomini.

Non sembra più nemmeno mortale l'uomo che vive fra beni immortali.

Per la tua felicità

Uno dei segreti per far crescere e godere ancor più della propria felicità è quello di condividerla con gli altri, è per questo che ti invitiamo a collegarti a questo indirizzo internet

[Lettera sulla felicità](#)

e lasciare un tuo commento su questo libro.

Un sincero e felice grazie

da

La Palestra della Felicità

Se il link non dovesse funzionare copia e incolla questo indirizzo sul tuo browser

<http://lapalestradellafelicita.com/2010/01/02/gratis-lettera-felicita/>