

*Filosofie dell'esercizio* ①



## *Filosofie dell'esercizio*

*collana diretta da*

Luca Mori (Università di Pisa)

*comitato scientifico internazionale*

Roberto Alciati (Università di Firenze)

Daniele Cuneo (Université Paris 3)

Islam Dayeh (Freie Universität Berlin)

Christoph Emmrich (University of Toronto)

Stefano Franchini (Istituto Italiano di Studi Germanici)

Oliver Freiburger (The University of Texas at Austin)

Marco Mazzeo (Università della Calabria)

Luca Mori (Università di Pisa)

Gianni Pellegrini (Università di Torino)

Emiliano Rubens Urciuoli (Università di Bologna)

Federico Squarcini (Università di Venezia)

1. Luca Mori, *Gli esercizi di Socrate. L'arte di migliorare se stessi*, 2023, pp. 112.
2. Federico Squarcini, *Gli esercizi di Patañjali. Contro la vorticosità delle affezioni della vita abitudinaria*, 2023, pp. 152.
3. Roberto Alciati, *Gli esercizi di Evagrio. Un prontuario cristiano per vedere Dio*, 2023, pp. 112.

Luca Mori

Gli esercizi di  
**Socrate**

L'arte di migliorare se stessi

*visualizza la scheda del libro sul sito [www.edizioniets.com](http://www.edizioniets.com)*



Edizioni ETS



[www.edizioniets.com](http://www.edizioniets.com)

© Copyright 2023

EDIZIONI ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

[info@edizioniets.com](mailto:info@edizioniets.com)

[www.edizioniets.com](http://www.edizioniets.com)

*Distribuzione*

Messaggerie Libri SPA

Sede legale: via G. Verdi 8 - 20090 Assago (MI)

*Promozione*

PDE PROMOZIONE SRL

via Zago 2/2 - 40128 Bologna

ISBN 978-884676398-3

## Introduzione

C'è un solo testo su Socrate, tra quelli arrivati fino a noi, risalente certamente agli anni in cui il filosofo era ancora in vita. Si tratta della caricatura di lui e della sua scuola proposta nelle *Nuvole* di Aristofane, portate in scena nel 423 a.C., in cui si trovano anticipati alcuni punti delle accuse centrali nel celebre processo che si sarebbe svolto molti anni più tardi, conclusosi con la condanna a morte del 399 a.C.<sup>1</sup>. Come è stato notato, quando ancora era in vita «l'insistente attacco dei comici sdoppiava la persona reale» di Socrate «in personaggio letterario», mentre in seguito, dopo la sua morte, «un irresistibile moto di idealizzazione e di favoleggiamento doveva fare di lui un personaggio di leggenda dai volti innumerevoli e contraddittori»<sup>2</sup>. Anche a proposito del filosofo presentato nei dialoghi platonici – fonte fondamentale per ricostruirne il profilo, assieme ai *Memorabili* di Senofonte – si è dibattuto su quanto debba essere considerato un ritratto fedele del Socrate storico e non, piuttosto e *in primis*, un personaggio letterario. Il dubbio circolava già nell'antichità, come suggerisce una testimonianza di Diogene Laerzio, dalla quale si ricaverebbe

<sup>1</sup> Cfr. M.M. Sassi, *Indagine su Socrate. Persona filosofo cittadino*, Einaudi, Torino 2015, p. 40. Il testo delle *Nuvole* arrivato fino a noi è quello di una riscrittura successiva di qualche anno alla prima rappresentazione.

<sup>2</sup> M. Montuori, *Socrate. Fisiologia di un mito*, Vita e Pensiero, Milano 1998<sup>3</sup>, pp. 12-13.

tra l'altro che Platone iniziò a scrivere i suoi dialoghi quando il maestro era ancora in vita: «dicono pure che Socrate, dopo aver sentito la lettura del *Liside* fatta da Platone, abbiamo esclamato: "Per Eracle! Quante menzogne mi fa dire il giovinetto". Perché non poche affermazioni Platone attribuì a Socrate, pur non avendole questi mai fatte»<sup>3</sup>.

Il fatto che il discorso socratico (*lógos sokratikós*) fosse diventato in breve tempo quasi un genere letterario (Aristotele, *Poetica*, 1447b11) non aiuta a definire in modo univoco chi fu davvero Socrate e cosa sostenne, sia perché molte testimonianze sono perdute, sia perché le ricostruzioni superstiti del suo pensiero e del suo modo di conversare e di vivere sembrano divergere su alcuni punti rilevanti. Come ha evidenziato Momigliano, inoltre, il tasso di finzione della biografia antica può risultare imbarazzante per lo storico contemporaneo e gli esperimenti biografici dei Socratici, in particolare, erano attraversati dal «proposito di cogliere le potenzialità piuttosto che le realtà delle vite individuali»: il loro Socrate «non era tanto il vero Socrate quanto il Socrate potenziale», un modello che «serviva da guida per territori ancora inesplorati», al punto che nella biografia socratica si incontra «per la prima volta quel conflitto tra verità superiore e verità inferiore che ha costituito un

<sup>3</sup> Diogene Laerzio, *Vite e dottrine dei più celebri filosofi*, III, 35, testimonianza D77 in G. Giannantoni (a cura di), *Socrate. Tutte le testimonianze: Da Aristofane e Senofonte ai Padri cristiani*, Laterza, Bari 1971, p. 310 (l'opera sarà citata con l'abbreviazione Diog. Laert., con riferimento, ove non altrimenti indicato, alla traduzione italiana a cura di G. Reale con la collaborazione di G. Girgenti e I. Ramelli, Bompiani, Milano 2006). Per i testi di Platone e Senofonte citati in forma abbreviata rimando alla *Lista delle abbreviazioni* posta alla fine di questa introduzione.

grosso problema per gli studiosi dei Vangeli o delle vite dei santi»<sup>4</sup>.

Socrate, tra l'altro, appariva ai contemporanei strano, stravagante, inclassificabile: la sua *atopía*, ricordata in più punti da Platone<sup>5</sup>, contribuì ad attirare su di lui l'attenzione dei giovani ateniesi<sup>6</sup>, ma rendeva al tempo stesso difficile inquadralo, per il suo modo di vivere e di dialogare mettendo alle strette gli interlocutori e portandoli a non trovare più le parole per dare conto di ciò che pensavano di sapere<sup>7</sup>; modo di dialogare che, come confessa Teodoro nel *Teeteto*, non era familiare alle persone non più giovani, che sentivano di non avere l'età per abituarsi (*synethízesthai*, *Theaet.* 146b). Sottolineando la sua *atopía* e l'eccezionalità delle sue caratteristiche, nel *Simpósio* di Platone, Alcibiade mette in guardia i presenti dall'illudersi di conoscere il filosofo (216c-d) e, volendo comunque parlarne e tesserne un elogio, è costretto a ricorrere a paragoni e metafore: Socrate è come le statuette dei sileni che si trovano nelle botteghe degli scultori, che

<sup>4</sup> A. Momigliano, *Lo sviluppo della biografia greca*, Einaudi, Torino 1974, p. 50.

<sup>5</sup> Cfr. Platone, *Symp.* 221d; *Phaedr.* 230c; *Alc. I*, 106a; *Gorg.* 494d; *Theaet.* 149a.

<sup>6</sup> Platone, *Charm.* 156a. Cfr. Platone, *Apol.* 23c, trad. it. p. 59, con il riferimento ai giovani che «si divertono a sentir esaminare gli uomini e spesso anch'essi mi imitano e cercano di esaminare gli altri».

<sup>7</sup> D. Susanetti, *La via degli dei. Sapienza greca, misteri antichi e percorsi di iniziazione*, Carocci, Roma 2017, pp. 115-116: «Ma l'*atopía*, l'incomprensibile stravaganza è, per l'appunto, la strategia necessaria e insieme l'effetto auspicabile per avviare la "cura di sé": occorre uscire dai canoni, perdere i riferimenti, spostarsi in un altro "luogo" da cui ricominciare a guardare le cose e sé stessi. L'*atopía* non è solo una caratteristica di Socrate, ma ciò che deve provare e sentire chi vuol prendersi cura di sé: un totale spaesamento come possibilità di un nuovo inizio, uno smarrirsi per trovare un altro spazio e un altro tempo nel cuore della vita».

in contrasto con l'aspetto esteriore, animalesco, nascondono immagini di dei al loro interno (215a); è come le Sirene (216a), da cui si cerca di difendersi allontanandosi e tappandosi le orecchie, dal momento che i suoi discorsi mettono l'anima e il corpo in subbuglio – fanno sussultare il cuore e salire lacrime agli occhi, fanno vergognare – e sono a loro volta paragonabili a morsi di vipera (217e-218a); Socrate, inoltre, è come il satiro Marsia, capace di incantare chiunque lo ascolti, non con strumenti musicali, bensì con le nude parole: «Per opera di questo Marsia qui, invece – dice Alcibiade – più volte già mi son trovato in tale disposizione d'animo, da sembrarmi che non fosse più il caso di vivere, nella mia condizione presente»<sup>8</sup>. Altra celebre immagine è quella proposta da Menone, che nell'omonimo dialogo paragona Socrate alla torpedine marina: «Prima di incontrarti, Socrate, avevo sentito dire che non fai altro che cacciare te stesso e gli altri nelle difficoltà. Anche adesso, mi pare, tu mi stregghi, mi affascini, mi incanti in modo tale che sono pieno di perplessità. E mi pare, se è consentito scherzare un po', che tu sia completamente simile nell'aspetto e nel resto alla piatta torpedine marina. Essa fa intorpidire chi le si accosta e la tocca; e mi sembra che anche tu ora abbia prodotto su di me lo stesso effetto. Sono veramente intorpidito nell'anima e nella bocca e non so più che cosa risponderti. Eppure, migliaia di volte ho pronunciato discorsi sulla virtù, davanti a molta gente e molto bene, mi parve. Ma adesso non so neanche dire che cos'è»<sup>9</sup>.

Singolare figura quella di Socrate, perché oltre ad intorpidire è capace di scuotere dal torpore e di svegliare

<sup>8</sup> Platone, *Symp.* 215e-216a, trad. it. p. 101.

<sup>9</sup> Platone, *Men.* 79e-80b, trad. it. pp. 488-489.

(*egéirein*) dal sonno, dalla condizione di veglia apparente a cui si ridurrebbe una vita non esaminata. Lo si ricava dal paragone con il tafano intento a pungolare e stimolare un grande e nobile cavallo, che lo stesso Socrate propone ai giudici e ai cittadini ateniesi, secondo la ricostruzione del processo offerta da Platone (*Apol.* 30e-31a). In un altro dialogo platonico, poi, Socrate confida al giovane interlocutore Teeteto – che mostra di essere gravido di pensieri e di “avere le doglie” – di esercitare come la madre l’arte della levatrice (*Theaet.* 149a). Si tratta di un’arte (*téchne*) difficile, che comporta esercizi per mettere alla prova (*basanízein*) il pensiero: «la nostra arte ha questo di fondamentale: la capacità di mettere in ogni modo alla prova il pensiero (*diánoia*) dei giovani, per vedere se genera idoli e falsità oppure figli fertili e verità»<sup>10</sup>.

Col passare dei secoli altri paragoni sono stati proposti, come quello con Gesù e con Buddha<sup>11</sup>, ma non tutti sono davvero convinti che si possa dire qualcosa a proposito del pensiero del Socrate storico. C’è chi ha osservato che tutto ciò che sappiamo della sua biografia si riduce, in ultima analisi, alle accuse di Anito, Meleto e Licone riportate nelle *Vite dei filosofi* di Diogene Laerzio, secondo

<sup>10</sup> Platone, *Theaet.* 150b, trad. it. p. 21. Cfr. D. Susanetti, *La via degli dei*, cit., p. 129: «partorendo parole e pensieri, ognuno non fa che generare e rigenerare sé stesso. Nella via che Socrate propone, partorire implica sempre, come fine ultimo, l’atto di mettere al mondo un altro e nuovo sé stesso».

<sup>11</sup> Cfr. ad esempio A.E. Taylor, *Socrate*, trad. it. di M. Tioli-Gabrieli, La Nuova Italia, Firenze 1969, p. 3 (Socrate e Gesù sono le «due personalità storiche la cui influenza sulla vita dell’umanità è stata più profonda»); A. Banfi, *Socrate*, Mondadori, Milano 1963 (Socrate scopre «la pura forma ideale della moralità» come «Cristo scoprirà il puro problema religioso»); R. Nozick, *Puzzle socratici*, in Id., *Puzzle socratici*, trad. it. di D. Zoletto, Raffaello Cortina, Milano 1999, pp. 173-185, in particolare p. 184: «Socrate insegna con la sua persona. Buddha e Gesù fecero altrettanto. Socrate è l’unico a farlo fra i filosofi».

cui il filosofo non riconosceva gli dei della *polis*, introduceva nuove divinità e corrompeva i giovani<sup>12</sup>. C'è chi ha sostenuto che tutto ciò che di lui si racconta, oltre al fatto che prese parte ad alcune spedizioni militari e fu condannato a morte, andrebbe letto come una creazione poetica, come se il Socrate di Platone e Senofonte fosse il personaggio di una *fiction*<sup>13</sup>. Da una prospettiva differente, pur riconoscendo che è difficile resistere «all'impressione che il personaggio di Socrate, in Platone, non sia che un elemento di una finzione, per quanto meravigliosamente congegnata», De Magalhães-Vilhena ha suggerito che dev'esserci una complessità di fondo sottesa alle «immagini multiple» consegnateci dalla tradizione, da ricostruire tenendo conto dei “fuochi incrociati” di partigiani e avversari, ed ha ritenuto che proprio Platone sia l'autore che lascia intravedere più di ogni altro questa complessità, oltre la sua *dramatis persona*<sup>14</sup>.

In risposta alle posizioni più scettiche sulla possibilità di pronunciarsi sul Socrate storico sono stati influenti gli studi di Vlastos, che trovano nei primi dialoghi di Platone una base per tentare di ricostruire un ritratto attendibile del pensiero e del carattere di Socrate<sup>15</sup>. Oltre che

<sup>12</sup> W.K.C. Guthrie, *A History of Greek Philosophy*, vol. III, Cambridge University Press, Cambridge 1969, pp. 323-507, trad. it. *Socrate*, Il Mulino, Bologna 1986.

<sup>13</sup> O. Gigon, *Sokrates. Sein Bild in Dichtung und Geschichte*, Francke, Bern 1947. Eugène Dupréel arrivò addirittura a sostenere, senza argomenti convincenti, che la vita, l'opera e la morte di Socrate narrate da Platone e dai cosiddetti Socratici sarebbero frutto di pura finzione letteraria, a partire da materiali prodotti dai Sofisti (E. Dupréel, *La Légende socratique et les Sources de Platon*, Robert Sand, Bruxelles 1922).

<sup>14</sup> Cfr. V. De Magalhães-Vilhena, *Le problème de Socrate: le Socrate historique et le Socrate de Platon*, PUF, Paris 1952, p. 458.

<sup>15</sup> Cfr. G. Vlastos, *Socrates*, «Proceedings of the British Academy», 74, 1988, pp. 89-111, ristampato in W.J. Prior (ed.), *Socrates. Critical*

dell'opera platonica, in questo libro tengo conto di Senofonte e della «riabilitazione del suo valore di fonte sulla morale di Socrate»<sup>16</sup>, che rende nuovamente attuale il quesito di Schleiermacher, relativo a «che cosa può essere stato Socrate, oltre a ciò che ci dice di lui Senofonte, senza tuttavia contraddire i tratti di carattere e le massime di vita che Senofonte presenta nettamente come socratiche, e che cosa deve essere stato, per dare a Platone diritto a rappresentarlo come egli fa nei suoi dialoghi»<sup>17</sup>.

Per quanto riguarda la biografia del filosofo, incrociando diverse fonti si può dire che Socrate nacque ad Atene nel 470/469 a.C., da Fenarete, abile levatrice, e da Sofronisco, artigiano della pietra e scultore. Fece parte della seconda spedizione per l'assedio a Potidea, nel 432 a.C., e partecipò ad altre due campagne militari durante la guerra del Peloponneso, a Delio nel 424 e ad Anfipoli nel 422 a.C., dando prova di coraggio, capacità di resistenza e padronanza di sé. Secondo la tradizione più citata ebbe tre figli dalla moglie Santippe (ma un'altra tradizione fa riferimento ad un secondo matrimonio, con una

*Assessments*, 4 voll., Routledge, London 1996 (vol. 1, pp. 136-155); R. Waterfield, *The Quest of the Historical Socrates*, in J. Bussanich, Nicholas D. Smith (eds.), *The Bloomsbury Companion to Socrates*, Bloomsbury, London-New York 2013, pp. 1-19. Gli scritti platonici a cui maggiormente si guarda per trarne indicazioni sul Socrate storico sono *Apologia*, *Carmide*, *Critone*, *Eutifrone*, *Ippia maggiore*, *Ippia minore*, *Lachete*, *Liside*, *Protagora*, *Alcibiade I*, il primo libro della *Repubblica*, *Menesseno*, *Menone*, *Eutidemo*, *Gorgia*, *Ione*. Lampert ritiene che *Fedone*, *Parmenide* e *Simposio*, accomunati dal fatto di non essere narrati da Socrate, contengano indicazioni su come Socrate “divenne Socrate” (cfr. L. Lampert, *How Socrates Became Socrates. A Study of Plato's Phaedo, Parmenides, and Symposium*, The University of Chicago Press, Chicago and London 2021).

<sup>16</sup> Sassi, *Indagine su Socrate*, cit., p. X.

<sup>17</sup> Cfr. F. Schleiermacher, *Ueber den Werth des Sokrates als Philosophen* (1815), in Id., *Sämmtliche Werke*, vol. III.2, Berlin 1838, pp. 297-298.

donna di nome Mirto, da cui avrebbe avuto due dei tre figli attribuiti solitamente a Santippe). Per la sua *atopía*, per il modesto tenore di vita, per l'aspetto trascurato, per l'abitudine a camminare scalzo, per il suo modo di conversare e di insegnare fu preso di mira dalle opere di alcuni comici, tra cui spiccano, come abbiamo visto, le *Nuvole* di Aristofane, che sintetizzò nel suo personaggio le caratteristiche del filosofo naturalista e del sofista<sup>18</sup>. Ebbe rapporti con i sofisti, con Euripide e con il circolo di Pericle. Si dice che abbia avuto come maestro Archelao, discepolo di Anassagora, che per primo introdusse la filosofia naturalistica ad Atene. Nell'autoritratto che Platone gli fa delineare, nel *Fedone*, Socrate racconta in effetti di essere stato «straordinariamente attratto», da giovane, da «quella forma di sapere che viene chiamata 'scienza della natura'», desideroso di «conoscere le cause di ciascuna cosa, il perché della sua generazione, il perché della sua corruzione e il perché della sua esistenza»<sup>19</sup>. Deluso dalla lettura di Anassagora – di cui l'aveva attratto la dottrina dell'intelligenza (*nous*) quale causa ordinatrice di tutte le cose, possibile base per una «scienza del meglio e del peggio»<sup>20</sup> – iniziò la sua ricerca sulla verità guardando ai ragionamenti, all'interno dei *logoi*<sup>21</sup>, conversando con gli amici, con cittadini o con stranieri in visita in città e vivendo, come scrive Senofonte, «sotto gli occhi di tutti» (*Mem.* I 6, 10).

I dati biografici, da soli, dicono poco sul perché Socrate sia stato considerato fin dall'antichità uno spartiacque

<sup>18</sup> G. Giannantoni, *Che cosa ha veramente detto Socrate*, Ubaldini Editore, Roma 1971, pp. 64-65.

<sup>19</sup> Platone, *Phaed.* 96a-c, trad. it. p. 173.

<sup>20</sup> Ivi, 97e, p. 177.

<sup>21</sup> Ivi, 99e-100a, p. 183.

nella storia della filosofia. A titolo di esempio, ci limitiamo qui a ricordare che Aristotele lo individuò come il primo a tentare la formulazione di definizioni universali delle virtù etiche e gli attribuì la scoperta dei ragionamenti induttivi e delle definizioni universali quali basi della scienza (*Metafisica* M 1078b27-30; cfr. A 987b1-6). Secondo Cicerone, Socrate «fu il primo a richiamare la filosofia dal cielo e la collocò nelle città e la introdusse anche nelle case e la costrinse ad indagare sulla vita e sui costumi, sul bene e sul male»<sup>22</sup>. Diogene Laerzio scrisse che Socrate introdusse l'etica in filosofia, pur ricordando che Archelao, considerato suo maestro, si occupò di etica e fece ricerche sulle leggi, sul bello e sul giusto; dunque «Socrate, che apprese da lui, per il fatto di averla sviluppata e portata al culmine, fu considerato il suo inventore»<sup>23</sup>. In tempi più recenti, Hegel presentò Socrate come «la figura più interessante della storia della filosofia antica», come un «rilevante punto di svolta nella coscienza del mondo»<sup>24</sup>, capace di segnare il passaggio dal comportamento basato sull'accettazione dei valori tradizionali, «incorporati» nel costume, alla *morale* basata sulla consapevolezza di sé e sulla riflessione razionale sulle proprie azioni. Tra gli storici del pensiero antico, per fare solo alcuni esempi, Socrate è stato presentato come «l'incarnazione, nel grado più alto, di una nuova forma di vita: l'individualismo etico-intellettuale»<sup>25</sup>, come figura

<sup>22</sup> Cicerone, *Tusc.* V, 4, 10, testimonianza D203 in Giannantoni (a cura di), *Socrate. Tutte le testimonianze*, cit., p. 355.

<sup>23</sup> Diog. Laert. II, 16, trad. it. p. 161.

<sup>24</sup> G.W.F. Hegel, *Lezioni sulla storia della filosofia*, a cura di R. Bordoli, Laterza, Roma-Bari 2013, p. 193.

<sup>25</sup> W. Jaeger, *Paideia. La formazione dell'uomo greco*, vol. II, trad. di A. Setti, La Nuova Italia, Firenze 1967, p. 125.

chiave dell'«età dei lumi» nel mondo greco, con il suo impegno nel sostituire «alle rappresentazioni confuse e alle nozioni oscure dei concetti esattamente delimitati e delle vedute chiare»<sup>26</sup>; come colui che «creò la concezione dell'*anima* che da allora ha sempre dominato il pensiero europeo»<sup>27</sup>.

Passando ad una questione ancor più direttamente correlata all'oggetto di questo libro, Pierre Hadot ha scritto: «Probabilmente la pratica degli esercizi spirituali si radica in tradizioni che risalgono a tempi memorabili. Ma è la figura di Socrate a farla emergere nella coscienza occidentale, poiché questa figura è stata e rimane il richiamo che desta la coscienza morale»<sup>28</sup>. La centralità che Socrate attribuisce alla massima delfica “conosci te stesso” conferma la precedente considerazione, perché, secondo Hadot, «[s]e è difficile individuare il significato originario di questa formula, non resta meno vero che essa invita a un rapporto di sé con sé che costituisce il fondamento di ogni esercizio spirituale», da attuare con «attenzione a sé» correlata alla pratica dell'«esame di coscienza»<sup>29</sup> e al dialogo, altrettanto fondamentale perché, in termini generali,

<sup>26</sup> T. Gomperz, *Pensatori Greci: Storia della filosofia antica*, vol. II, La Nuova Italia, Firenze 1950, pp. 452-453. Cfr. M. Schlick, *L'école de Vienne et la philosophie traditionnelle*, in *Travaux du IX congrès international de philosophie*, 1937, p. 107, trad. it. di F. Amerio in *Epistemologi contemporanei*, S.E.I., Torino 1952, pp. 135-136: «[...] il vero padre della nostra filosofia è Socrate. Egli, infatti, fu il primo che insegnò ai suoi discepoli l'arte di formulare esattamente i problemi. [...] Egli fu un ricercatore del significato delle proposizioni, particolarmente di quelle con le quali gli uomini sogliono vicendevolmente giudicare la propria condotta morale».

<sup>27</sup> Taylor, *Socrate*, cit., p. 98.

<sup>28</sup> P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica*, a cura di A.I. Davidson, trad. it. di A.M. Marietti, Einaudi, Torino 2005, p. 43.

<sup>29</sup> Ivi, p. 45.

ogni esercizio spirituale ha un «carattere dialogico»<sup>30</sup>. Se si riconosce che almeno i Pitagorici, prima di lui, concepiscono la filosofia come «modo di vivere», l'approccio di Socrate appare tuttavia originale ed innovativo per l'impegno nell'orientare tutta la vita – al fine di renderla migliore e felice rendendosi migliori – in base ai risultati dell'esame costante delle opinioni morali degli altri e dal concomitante esame di sé, nel processo<sup>31</sup>. Senza tentare una ricostruzione complessiva del pensiero di Socrate e del dibattito attorno alla sua figura, questo libro intende illustrare attraverso quali *esercizi* si manifesti e prenda corpo la sua arte della cura di sé, l'arte (*téchne*) di rendere migliori se stessi, basata sulla conoscenza di sé, ossia della propria *psyché*: «Potremmo sapere quale sia l'arte che rende migliori se stessi (*tís téchne beltíō poiéi autón*), se ignoriamo che cosa siamo noi stessi?»<sup>32</sup>.

<sup>30</sup> Ivi, p. 47.

<sup>31</sup> Cfr. J.M. Cooper, *Socrates and Philosophy as a Way of Life*, in D. Scott (ed.), *Maieusis. Essays on Ancient Philosophy in Honour of Myles Burnyeat*, Oxford University Press, Oxford 2007, pp. 20-43, in particolare p. 27. Cfr. John M. Cooper, *Pursuits of Wisdom. Six Ways of Life in Ancient Philosophy from Socrates to Plotinus*, Princeton University Press, Princeton and Oxford 2012, p. 2 e p. 6. Christoph Horn ritiene che la tesi di Hadot sulla filosofia come "esercizio spirituale" non possa essere estesa ai cosiddetti presocratici, con l'eccezione di Pitagora (cfr. C. Horn, *L'arte di vivere nell'antichità. Felicità e morale da Socrate ai neoplatonici*, ed. it. a cura di E. Spinelli, trad. it. di F. Longo e F. Dipalo, Carocci, Roma 2009, p. 34 e p. 42). Sulla possibilità che gli "esercizi filosofici" siano comparsi prima di Socrate, cfr. L. Mori, *Cinetica della psiche. Cura di sé ed esercizi dei filosofi dal mondo antico al XVII secolo*, Edizioni ETS, Pisa 2021, pp. 88-94.

<sup>32</sup> Platone, *Alcib. I*, 128e, trad. it. p. 285.



# Indice

Introduzione	5
Lista delle abbreviazioni	17
<i>Capitolo 1</i>	
Le affezioni e la loro diagnosi	19
<i>Capitolo 2</i>	
La curabilità e l'interruzione delle affezioni	35
<i>Capitolo 3</i>	
L'esercizio della terapia: applicazioni del rimedio	49
<i>Capitolo 4</i>	
Obiezioni e ricezioni della terapia	73
Glossario tecnico	91
Bibliografia	103

Edizioni ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

[info@edizioniets.com](mailto:info@edizioniets.com) - [www.edizioniets.com](http://www.edizioniets.com)

Finito di stampare nel mese di maggio 2023