

## *Sophrosyne*: guida dell'anima e della città\*

CARLA IULIANO

**L**a *sophrosyne* costituisce un concetto molto importante nell'antica cultura greca, presente già nei testi omerici. Col tempo, il significato è andato ampliandosi e ha assunto varie accezioni in base al periodo storico e al contesto socio-politico di riferimento. Il termine è composto dall'aggettivo σῶς che significa 'sano' e dal sostantivo φρήν che indica il 'diaframma', organo che, nel linguaggio omerico, è connesso alle funzioni di tipo intellettuale. Non si tratta ovviamente di un caso: infatti, nonostante le varie oscillazioni semantiche il termine ha sempre individuato uno stato mentale positivo, caratterizzato dal controllo e dall'equilibrio, che determina dunque azioni positive nel vivere quotidiano. Nei poemi omerici la *sophrosyne* è un dono divino, che porta ad accettare il proprio ruolo, i propri limiti e avere temperanza. Questa qualità tuttavia era subordinata ad altri valori tradizionali, di tipo prestazionale e competitivo, connessi all'*andreia* e all'*arete*, importanti per il raggiungimento della gloria e dell'affermazione bellica.

La *sophrosyne* assume maggiore importanza a partire dal VII secolo, quando essa rientrò tra le massime dei Sette Sapienti, figure mitiche considerate dai Greci simbolo di saggezza e origine della propria cultura. Essi sono ritenuti gli autori delle massime quali «niente di troppo», «la misura è la cosa migliore», «conosci te stesso», che sarebbero state scolpite sulla facciata del tempio di Delfi dedicato ad Apollo, considerato la divinità depositaria della *sophrosyne*. È significativo il maggiore consolidamento della struttura cittadina di questo periodo, alla luce del quale il termine assume un ruolo più importante, poiché invita a una buona condotta di vita non solo il singolo in quanto tale, ma come parte di una collettività inevitabilmente influenzata dai comportamenti individuali.

Non è un caso che per il drammaturgo Eschilo, la *sophrosyne* non significa solo rispetto nei confronti dei limiti, ma anche nei confronti di quelli posti dalla legge.

Se la *sophrosyne* si identifica inizialmente con il rispetto dei propri limiti e con la temperanza, importante per un'ulteriore elaborazione di questo concetto è sicuramente la visione di Pitagora del piacere e del controllo delle spinte appetitive. Questo tipo di precettistica fu elaborata nel VI secolo nella scuola pitagorica, e invita a guardarsi dall'*edonè*, il piacere, in quanto elemento che distoglie l'uomo dal compiere il bello e il buono. L'*edonè*, assieme al *thymos*, l'impulso, va controllato dal *noos*, la mente. Per fare ciò, è necessario conoscere la parte dell'uomo che deve essere controllata. Di conseguenza è evidente la piena consapevolezza dei pitagorici della compresenza, nell'uomo, della mente e della corporeità, del fatto che i piaceri non possono venire eliminati, ma al massimo controllati e dunque, della grande complessità dell'apparato psichico umano.

A mostrare la conflittualità, caratteristica dell'interiorità umana, fu Euripide, drammaturgo del V secolo a.C. In particolare, nella *Medea* e nell'*Ippolito*, è evidente la lotta dei personaggi contro gli impulsi, le

---

\* Il presente lavoro è il frutto delle attività messe in atto nell'ambito dei *Percorsi per le competenze trasversali e orientamento* (ex *Alternanza Scuola-Lavoro*).

passioni, i piaceri. D'altra parte anche il valore politico-sociale della *sophrosyne* aumenta nel corso del tempo, e il teorizzatore di ciò è Platone, che nel *Callicle*, nel *Gorgia*, nella *Repubblica*, nelle *Leggi*, elabora il concetto di *sophrosyne* in una visione molto più ampia, senza tralasciare la sua portata psichica. Nel IV libro della *Repubblica* la *sophrosyne* consente, assieme all'*andreia* e alla *sophia*, il raggiungimento della giustizia, nell'anima e nella città. Ma cosa si intende, a questo punto, per giustizia? Per comprendere cosa vuol dire Platone, è necessario capire la scissione che egli individua tanto nell'anima quanto nella città, e l'inevitabile conflitto che essa determina. Nella psiche umana, infatti, sono presenti due elementi di qualità differente, uno peggiore e uno migliore. Il primo è costituito dalle passioni, gli impulsi, i desideri sempre inappagati, i piaceri. Se l'uomo si abbandonasse completamente a questo elemento irrazionale, compierebbe azioni vili ed egoiste, non sarebbe mai pago dei piaceri e di conseguenza soffrirebbe, non solo per la loro mancanza ma anche per la percezione della propria bassezza e dei propri sbagli, dovuti all'assecondare in modo irrazionale i propri impulsi. Questa consapevolezza e il dolore che ne segue, è dovuta proprio alla presenza, nella psiche, di un'altra parte, quella razionale, senza la quale non si soffrirebbe e si vivrebbe come degli animali. È proprio questo che genera una 'lotta' interna, proprio perché questi due elementi sono in contrasto e vogliono due cose diverse. La battaglia interiore di cui Platone parla, è la stessa di quella inscenata da Euripide nelle sue tragedie, che non a caso utilizza un lessico bellico per parlare di passioni da dominare. Considerata questa situazione di conflitto, nella *Repubblica* emerge la nozione di *sophrosyne* come *enkerateia*, controllo sulle spinte appetitive che si realizza a prezzo di uno sforzo, di una battaglia. In base all'esito della battaglia si possono avere diversi comportamenti. È proprio in riferimento a ciò che Platone recupera espressioni come quelle di «più forte di te stesso» e «più debole di te stesso». La prima segnala una situazione positiva, dove a vincere è la *sophrosyne*, e dunque c'è controllo sulla parte irrazionale. Nella seconda, invece, la parte razionale non è riuscita ad avere il controllo ed è dunque più debole. Platone individua nella *paideia*, l'educazione, il mezzo mediante il quale già da fanciulli si può imparare a conoscere sé stessi e ad imparare a discernere in noi ciò che è bene assecondare e ciò che è meglio evitare. In questo modo si dà più forza alla parte che generalmente è più debole, quella razionale, per affrontare il nemico irrazionale e perturbatore.

Come nell'anima, anche nella città c'è una scissione: la maggior parte dei cittadini rappresenta la parte irrazionale, mentre una minoranza di 'migliori' rappresenta la parte razionale. Se nella psiche si raggiunge la giustizia attraverso il controllo della razionalità, ciò avviene anche nella città, quando sono i migliori ad avere il potere. Di ciò Platone parla anche nelle *Leggi*, dove, come nella *Repubblica*, appare evidente il passaggio della *sophrosyne* ad una dimensione più ampia, quella della collettività. Tuttavia questa qualità non viene riconosciuta solo ai migliori, infatti già all'inizio delle *Leggi* essa è definita come accordo, armonia, che può essere raggiunta da tutti nella propria interiorità. È equilibrio, scelta consapevole di ciò che è giusto o sbagliato per la propria vita ed la propria stabilità psichica. Non ha nulla a che vedere con l'estrazione sociale, né tantomeno con la conoscenza o le capacità del singolo, in base alle quali Platone stabilisce la gerarchia al comando della città. Se ciò differenzia i cittadini, poiché determina i ruoli che essi svolgono nella città, è invece la *sophrosyne* che deve accomunarli. Infatti, solo se tutti i cittadini raggiungono equilibrio interiore e consapevolezza, riconoscono che alcuni sono più adatti a comandare, altri ad essere comandati. Così l'assetto gerarchico non è assoggettamento dei più, ma accordo tra tutti i cittadini che instaurano *homonoia*, cioè la concordia, unità di intenti. In questo modo la *sophrosyne* si estende all'intera città che diventa equilibrata. Tuttavia Platone è consapevole dell'eccezionalità di questa situazione e sa bene che il conflitto caratterizza ogni *polis*.

Nella storia della Grecia antica potremmo individuare la situazione che più si avvicina al modello utopico di Platone di *homonoia* nell'esaltazione che Pericle fa, in un'orazione funebre, del regime democratico. Di fatti, nel V secolo, ad Atene si costituì un modello politico che incentivava la partecipazione politica di gran parte dei cittadini. L'orazione funebre fu tenuta da Pericle per onorare i caduti del primo anno della guerra del Peloponneso e potrebbe essere considerata un manifesto di questo modello politico e dello spirito comunitario che lo caratterizza. Infatti il governo viene definito

democratico in quanto favorisce i molti invece dei pochi, poiché «quando un cittadino si distingue, allora esso sarà, a preferenza di altri, chiamato a servire lo Stato», e «la povertà non costituisce un impedimento». In questo modo, la dimensione pubblica e quella privata vanno di pari passo: la prima non annulla l'altra, né la seconda influenza la prima, poiché tutti agiscono nell'interesse della comunità. In quest'ottica, è molto importante interessarsi alla politica e chi non lo fa viene considerato inutile. Di conseguenza la discussione è fondamentale poiché tutti sono in grado di giudicare la politica, nonostante «pochi siano in grado di dare vita ad una politica». Da quest'ultimo passaggio risulta evidente che democrazia non significa appiattimento e accesso indiscriminato al potere. Infatti la maggior parte dei detrattori di questo sistema, tra cui lo stesso Platone, individuano in ciò l'elemento negativo. Tuttavia gerarchia che Platone individuava in base alle capacità, non è negata, almeno in via teorica, poiché è garantita dalla meritocrazia. Inoltre il sistema di elezione basato sul sorteggio, criticato da molti antidemocratici, non vale per le cariche pubbliche che richiedono particolari competenze. Data la grande partecipazione politica, si forma un tessuto cittadino coeso che si identifica nella propria forma di governo e nella comunità più che nel luogo in cui sorge la polis. Ciò è conforme al pensiero di Aristotele per cui la città non è condivisione di un luogo ma condivisione del vivere bene, in cui si formano relazioni compatte. Ciò era possibile nell'Atene periclea per il numero non eccessivo della popolazione, che consentiva anche l'attuazione della democrazia diretta. Significativa è la definizione di Paul Veyne dell'autocoscienza del cittadino ateniese del V secolo come 'militante'. Ciò si manifesta nella piena partecipazione politica che, soprattutto in ambito bellico, determinava una grande compattezza. Infatti il modo di combattere delle milizie cittadine del tempo era la falange oplitica in cui l'omogeneità è fondamentale: non ci si può allontanare, fuggendo per viltà o spingendosi avanti con slancio eroico, poiché ciò determinerebbe disordine ed inefficienza. Determinante risulta quindi essere la *sophrosyne*, intesa in questo ambito come autocontrollo, freno delle pulsioni individuali nella collettività. Dunque è la *sophrosyne* il principio per il quale i cittadini ateniesi del V secolo possono dirsi 'militanti', proprio perché, tramite essa, prevale l'interesse comune e non le pulsioni individuali. Di conseguenza, non c'è comunità senza *sophrosyne* nell'animo dei singoli.

### Riferimenti bibliografici essenziali

*Per il concetto di sophrosyne in età omerica e suo sviluppo in età successive*, M. Vegetti, *L'etica degli antichi*, Roma-Bari 1990 (specie i capp. II, III e IV); S. Gastaldi, 'Sophrosyne', in *Platone. La Repubblica*, vol. III, libro IV, a cura di M. Vegetti, Napoli 1998, 205 e ss.

*Per l'importanza del pensiero pitagorico nell'elaborazione della sophrosyne*, G. Casertano, *Il piacere, l'amore e la morte nelle dottrine dei presocratici*, Napoli 1983, 11 e ss.

*Per un commento al discorso di Pericle in Tucidide*, D. Musti, *Demokratia. Origine di un'idea*, Roma-Bari 1997 (specie cap. I); G. Carrillo, Katechein, *Uno studio sulla democrazia antica*, Napoli 2003, 49 e ss.; L. Canfora, *La democrazia. Storia di un'ideologia*, Roma-Bari 2004, 31 e ss.

*Per le teorie di P. Veyne*, Ch. Meier – P. Veyne, *L'identità del cittadino e la democrazia in Grecia*, Bologna 1999, 73 e ss. [tr. it. di *Kamten die Grieschen die Demokratie*, Berlin 1988].