

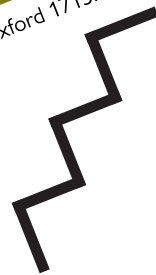
Incontro Presentazione **Conferenza Vernice mostra**  
Spettacolo Concerto Premiazione **Giornata cantonale**



**«Sustine  
et abstine»**

**Il precetto di Epitteto per affrontare  
le passioni, le sofferenze e i piaceri**

Fonte: Ritratto immaginario di Epitteto, da Epicteti Enchiridion, Oxford 1715.



**Biblioteca cantonale Bellinzona**  
**Giovedì 7 maggio 2026, ore 18:30**



## «Sustine et abstine»

Il precetto di Epitteto per affrontare le passioni, le sofferenze e i piaceri

Giuseppe Tomasi di Lampedusa scrive nel *Gattopardo* che il principe di Salina, in una delle sue riflessioni, «pensò ad una medicina scoperta da poco negli Stati Uniti d'America, che permetteva di non soffrire durante le operazioni più gravi, e di rimanere sereni fra le sventure. (...) Morfina lo avevano chiamato questo rozzo sostituto dello stoicismo antico».

È uno splendido paragone, che illustra l'essenza del messaggio stoico: esso vuole essere il farmaco spirituale che lenisce i dolori e che permette la serenità anche nelle sventure.

Lo schiavo-filosofo **Epitteto** (ca. 50-138 d.C) lo dimostra meglio di qualsiasi altro stoico del mondo antico nelle sue opere, che hanno avuto, nella storia dell'Occidente, una grande fortuna. Il suo celebre motto «*sustine et abstine*», sopporta i dolori e astieniti dai piaceri, riassume l'atteggiamento

di indifferenza nei confronti delle passioni elementari ed è presentato come ricetta infallibile per raggiungere l'apatia e l'imperturbabilità. Questo atteggiamento etico è diverso da quello platonico che nelle virtù del coraggio e della temperanza vedeva piuttosto una moderazione delle passioni (metriopatia) e non una loro negazione.

Intervengono: **Giuseppe Girgenti**, professore ordinario di Filosofia nell'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano; **Benedino Gemelli**, presidente dell'Associazione Italiana di Cultura Classica – Delegazione della Svizzera italiana (AICC–DSI).

Introduce la serata **Stefano Vassere**, direttore delle Biblioteche cantonali.

Biblioteca cantonale di Bellinzona  
viale S. Franscini 30a, 6501 Bellinzona  
091 814 15 00 / [bcb-cultura@ti.ch](mailto:bcb-cultura@ti.ch)  
fermate bus: Biblioteca, Espocentro,  
Piazza Orico

In collaborazione con

Associazione Italiana  
di Cultura Classica  
Delegazione  
della Svizzera Italiana

