



Universidade de Brasília – UnB
Instituto de Ciências Humanas – IH
Departamento de Filosofia – FIL

O conceito de “Cuidado de si” na perspectiva de Michel Foucault

CLÁUDIA REGINA ANTUNES DO NASCIMENTO

11/0026934

BRASÍLIA

2017



Universidade de Brasília – UnB
Instituto de Ciências Humanas – IH
Departamento de Filosofia – FIL

O conceito de “Cuidado de si” na perspectiva de Michel Foucault

CLÁUDIA REGINA ANTUNES DO NASCIMENTO

11/0026934

Trabalho de Conclusão de Curso - TCC
apresentado ao Departamento de Filosofia como
requisito parcial para a obtenção do título de
Licenciatura em Filosofia.

Orientador(a): Dr. Wanderson Flor do Nascimento

BRASÍLIA

2017

CLÁUDIA REGINA ANTUNES DO NASCIMENTO

O conceito de “Cuidado de si” na perspectiva de Michel Foucault

Monografia apresentada como requisito para a
conclusão do curso de Licenciatura em Filosofia
da Universidade de Brasília – UnB.

BANCA EXAMINADORA

Wanderson Flor do Nascimento – Departamento de Filosofia/ UnB

Priscila Rossinetti Rufinoni – Departamento de Filosofia/ UnB

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao “Cuidado de si” manifesto.

A todas as experiências de cuidado.

No cuidado da família.

No aprendizado com o orientador.

Na experiência de Michel Foucault.

No apoio dos amigos.

Na minha experiência.

No meu “Cuidado de si”.

“A partir da ideia que o indivíduo não nos é dado, acho que há apenas uma consequência prática: temos que criar a nós mesmos como uma obra de arte.”

(FOUCAULT, 1984, 50)

SUMÁRIO

1. Introdução - 07;
2. Capítulo 01 – Foucault e a experiência que o conduziu ao “Cuidado de si” – 09;
3. Capítulo 02 – Conceituando a experiência do “Cuidado de si” - 18;
4. Capítulo 03 – O “Cuidado de si” em Foucault enquanto experiência - 28;
5. Conclusão - 39;
6. Referência Bibliográfica - 43.

INTRODUÇÃO

“Existem momentos na vida onde a questão de saber se se pode pensar diferentemente do que se pensa, e perceber diferentemente do que se vê, é indispensável para continuar a olhar ou a refletir.”

(FOUCAULT, 1984, 13)

O “Cuidado de si” integra um conjunto de práticas que tinham grande importância na antiguidade greco-romana e que se tornaram ao longo do tempo um princípio geral e incondicional (FOUCAULT, 2006, 77). Apesar do destaque, essas “Técnicas de si” foram ignoradas ou esquecidas ao longo da história (Ibid., 06), sendo recuperadas e trazidas para a modernidade pelo filósofo francês Michel Foucault (Id., 1984, 16). O tema despertou interesse ao ser acessado na atualidade. Surgiram questionamentos no sentido de apreender o modo como foi estabelecida a relação entre o sujeito Michel Foucault e o “Cuidado de si”, principalmente a forma como ele apresenta a sua conceituação.

O fascínio de Michel Foucault girava em torno do estudo das formas de racionalidade que o sujeito humano aplica a si mesmo, culminando assim no seguinte questionamento: a que preço o sujeito pode dizer a verdade sobre si mesmo? Seja enquanto sujeito louco, criminoso ou desviado sexual (Id., 2005, 318-319). Ao tratar da sexualidade, ele realizou um retorno à antiguidade greco-romana, período que considerava ser o fundamento da moral sexual europeia moderna (Id., 2006, 05).

Ao estudar sobre as regras, os deveres e as proibições da sexualidade, seu interesse foi levado não somente para os atos que eram permitidos e proibidos, mais também sobre os sentimentos, os pensamentos e os desejos que podiam ser suscitados, todo o movimento da alma (Id., 1994, 01). Foi mediante essa experiência que ele acessou o conjunto das práticas relativas ao “Cuidado de si”, que compunham um conjunto mais vasto de modos de existência na antiguidade. O seu objetivo passou a ser então, a análise da relação entre verdade e subjetividade, a partir do exame do que se denominou “Práticas de si” (Id., 2004, 264-265).

Ele constatou que, por algum motivo, o “Conhece-te a ti mesmo” tornou-se a grande referência para tratar da relação entre o sujeito e o seu acesso à verdade, ao mesmo tempo em que o “Cuidado de si” foi ignorado ou esquecido ao longo da história. Em sua opinião, o “Cuidado de si” seria o quadro geral a partir do qual o “Conhece-te a ti mesmo” estaria subordinado e é essa importância que ele procura restituir (Id.,

2006, 06). Tendo em vista o resgate do tema e a sua relevância, considera-se que qualquer nova experiência relativa a ele pode ser digna de apreciação.

Objetivando apreender o modo como o filósofo conceitua o termo “Cuidado de si” em sua obra, utiliza-se como estratégia o exame de textos escritos por ele, incluindo apreciações de comentadores deste. Este percurso de estudo perpassa uma reflexão sobre o sujeito Michel Foucault e sua formação, abarcando a forma como realiza as suas pesquisas, os métodos que costuma adotar e a importância atribuída por ele à noção de experiência. O intuito é o de culminar na forma como ele desenvolve a sua análise sobre uma genealogia do homem de desejo, desde a antiguidade clássica até os primeiros séculos do cristianismo (Id., 1984, 14). Neste “último Foucault”, última fase de seu pensamento, ele explora o modo como o indivíduo pode tomar a si mesmo como fim último de sua conduta moral (GRABOIS, 2011, 105).

Como trabalho de conclusão de curso de licenciatura em filosofia, esta experiência possibilitou acessar um tema que, como afirma Paul Veyne, despertou em Michel Foucault uma atração tão viva como a que teve seu mestre Nietzsche. A elegância antiga foi uma arte de viver para o filósofo, de uma moral possível nos seus últimos anos de vida, suscetível de adquirir um sentido atual, sendo adotada como prática de vida por ele (VEYNE, 1985, 01).

Sócrates vislumbrando o cuidado dos outros e sendo o “homem do cuidado de si”, lembra aos passantes de que é preciso ocupar-se consigo mesmo (GRABOIS, 2011, 108). Foucault que, de acordo com Jean-Claude Passeron, era um guerreiro que pode abster-se da verdade e da necessidade de dar uma razão para justificar-se (VEYNE, 1985, 01), desejando diagnosticar a sua atualidade, acolhe o conselho. Nessa perspectiva de cuidado, segue a descrição desta experiência nas páginas subsequentes. Esta abordagem de três capítulos perpassa a experiência de Michel Foucault que o conduziu ao “Cuidado de si”, importantes considerações sobre a conceituação do termo e a apresentação de reflexões relativas ao desenvolvimento deste trabalho.

A análise que é tecida aqui em relação a Foucault advém, preponderantemente, da concepção dos seus comentadores. Esses olhares não são a visão do filósofo, são no máximo tentativas de aproximação desta. Além disso, ainda que se recorra aos seus escritos, não é possível apreender com exatidão a sua forma de pensar. Esta elaboração é apenas um mural, um recorte de abordagem do tema.

Capítulo 01 – Foucault e a experiência que o conduziu ao “Cuidado de si”

“Ocupar-se consigo é conhecer-se.”

(FOUCAULT, 2006, 87)

O aforismo grego “Conhece-te a ti mesmo” manifesta um desejo antigo do homem por conhecer a verdade. Na antiguidade greco-romana, essa busca pelo que é verdadeiro estava associada a uma série de “tecnologias de si” que objetivavam a transformação do sujeito (GRABOIS, 2011, 112). Essas “tecnologias de si”, a partir das quais o “Cuidado de si” era uma das suas manifestações, foram perdendo a sua importância ao longo do tempo, até serem praticamente esquecidas. O filósofo francês Michel Foucault, vendo que elas poderiam ser úteis para sua pesquisa, dedicou-se ao estudo delas tornando o “Cuidado de si” atual ao trazê-lo para a modernidade. Paul Veyne afirma que o “trabalho de si sobre si” foi a única “carta” trazida do mundo antigo pelo filósofo e que reapareceu na modernidade (VEYNE, 1985, 02).

Foucault se encantou por vários temas de estudo ao longo de sua vida; o “Cuidado de si” foi objeto de interesse nos seus últimos anos de produção textual, em um período em que ele estava tentando “criar uma história dos diferentes modos pelos quais, em nossa cultura, os seres humanos tornam-se sujeitos” (DREYFUS; RABINOW, 1995, p. 231-232, apud LÓPEZ, 2011, 45). A forma como conduzia as suas pesquisas estava diretamente relacionada ao que ele entendia por “experiência” que, em sua concepção, seria “qualquer coisa de que se sai transformado”. Para o filósofo, seus livros são experiências no sentido mais pleno possível (FOUCAULT, 2013, 289-290).

Em síntese, o percurso que ele faz para chegar ao “Cuidado de si” consiste em: i) O conjunto de experiências anteriores que o fizeram chegar ao ponto de iniciar a pesquisa sobre o tema; ii) A importância da experiência enquanto processo de pesquisa; iii) O tema escolhido inicialmente para tratar do que é “história da sexualidade”; iv) A importância da experiência para manter a viabilidade da pesquisa; v) O desenrolar da pesquisa, tratando dos três eixos¹, até chegar ao “Cuidado de si”.

Remetendo à abordagem do “Cuidado de si” em sua obra, pode-se inferir que

¹ Os três eixos consistem em: o saber, o poder e a subjetividade.

a forma como dialogou com o tema está diretamente relacionada ao que ele define por “experiência” e, é justamente através desse processo que ele faz a leitura do tema pesquisado. Conclui-se que compreender o que Foucault entende por “experiência” é apreender também como ele conceitua o “Cuidado de si” enquanto processos indissociáveis. Quando começa a escrever um livro ele não sabe ao certo que método empregará, cada um deles é uma maneira de recortar um objeto e de forjar um método de análise. Costuma utilizar os métodos mais clássicos em seu trabalho, como a demonstração e a prova em matéria histórica (Ibid., 290-292).

Para ele, existiriam experiências coletivas racionais que responderiam a um conjunto de regras bem precisas e identificáveis no curso das quais, seriam construídos tanto o sujeito que conhece quanto o objeto conhecido (Ibid., 303-304); eis mais um exemplo de conexão entre o sujeito e o objeto de estudo. A eficácia do seu discurso move-se no equilíbrio entre a força da demonstração e a capacidade de remeter a uma experiência que leva a uma mutação dos horizontes culturais, entre os quais se julga e se vive o presente (Ibid., 292-293).

O filósofo utiliza a definição de “experiência” de Nietzsche, Bataille e Blanchot para explicar a sua concepção do termo, que consistiria em: chegar até certo ponto da vida que fosse o mais perto possível do não passível de ser vivido, adquirindo o máximo de intensidade e, ao mesmo tempo, de impossibilidade. A experiência deles “tem por função arrancar o sujeito de si próprio, de fazer com que não seja mais ele próprio ou que seja levado a seu aniquilamento ou à dissolução. É uma empreitada de dessubjetivação” (Ibid., 2013, 291).

De acordo com López, existe uma afirmação cada vez mais familiar no âmbito da filosofia de que a “experiência” consistiria na “criação de conceitos”. Eles seriam espécies de nós ou pontos de condensação do pensamento de cada filósofo. Ainda de acordo com ele, o conceito de “experiência” se encontra intimamente ligado ao conceito de “dispositivo”, que seria um conjunto heterogêneo de discursos e instituições, dentre outros; seria tanto o dito quanto o não dito (LÓPEZ, 2011, 48).

O dispositivo é a rede que se estabelece entre esses elementos, tem uma função estratégica e está sempre inscrito em um jogo de poder; ao mesmo tempo em que está constantemente ligado aos limites do saber, que derivam desse e, na mesma medida, condicionam-no. O dispositivo tem um sentido muito próximo ao que, no prólogo de *O Uso dos Prazeres*, Foucault dá ao conceito de experiência, ou seja,

assinala o entrecruzamento dos mecanismos de saber e de poder que dão forma à experiência de si (Ibid).

De acordo com Foucault, tratava-se de ver de que maneira, nas sociedades ocidentais modernas, constitui-se uma “experiência” tal, que os indivíduos são levados a reconhecer-se como sujeitos de uma “sexualidade” que abre para campos de conhecimento bastante diversos, e que se articula em um sistema de regras e coerções (FOUCAULT, 1984, 09).

O filósofo costumava afirmar que não há um livro escrito por ele que não tenha partido de uma experiência pessoal (Id., 2013, 297). De fato, a forma como as pessoas se constituem e as escolhas que fazem é resultado de uma série de experiências que tiveram; o acesso e o interesse pelo “Cuidado de si” não estaria fora dessa regra.

Conhecendo um pouco mais sobre a vida do autor, os filósofos mais influentes na sua formação intelectual foram Bataille, Nietzsche, Blanchot e Klossowski; que colocaram a categoria do sujeito novamente em questão, o seu problema não era a construção de um sistema, pensamento comum à época, e sim de uma experiência pessoal na qual alguma coisa “terminaria com sua destruição real, sua dissolução, sua explosão, sua volta a toda uma outra coisa” (Ibid).

Ele também foi influenciado por Gaston Bachelard que, com o seu materialismo racional fundado na supremacia de uma *práxis* científica, acreditava ser capaz de construir seus próprios objetos de análise. Com Georges Canguilhem, aprendeu sobre os problemas das ciências da vida, seu objetivo era mostrar como era o homem, ser vivo que se questionava nessa experiência, sua modificação quando se constituía um certo saber, por se tornar um sujeito racional e por poder ter uma ação sobre si mesmo, mudar as suas condições de vida; visão esta que era semelhante à de Nietzsche (Ibid., 305-306).

Fazendo alusão novamente a Nietzsche, Foucault tomou como base o seu conceito de “verdade” em seus estudos, pois advogava que “a verdade faz, ela própria parte da história do discurso e é como um efeito interno em um discurso ou em uma prática” (Ibid., 303). Considerando que o que interessa ao filósofo é apreender justamente a relação existente entre verdade e subjetividade, é nessa história, nesse discurso e prática que ele vai se inserir.

Sobre as correntes filosóficas predominantes em sua época, na universidade

aprendeu sobre o hegelianismo, que era centrado no tema da consciência infeliz, e sobre a fenomenologia. O marxismo e a Escola de Frankfurt também exerceram a sua influência no seu modo de pensar. Além disso, ele também morou em vários países, acessou culturas diversas; foi igualmente desse modo que observou que a questão do poder estava presente em todas essas sociedades (Ibid., 339). Por acreditar que era urgente assentar diferentemente a questão do sujeito, chegou a ser considerado um estruturalista, juntamente com Althusser e Lacan (Ibid., 301), com os quais também teve a oportunidade de aprender.

Tratar da questão do sujeito era necessário, pois o mundo tinha acabado de viver a experiência da Segunda Guerra Mundial, estava em plena Guerra Fria, existia um desejo de mudança, de se reconstruir, de se criar um novo sujeito (Ibid., 297). Para ele, a sociedade de sua época estava em plena crise de governo (Ibid., 336). Desse modo, conduziu o seu trabalho tendo como foco a categoria do sujeito, a experiência pessoal, a transformação do sujeito em uma outra coisa e a construção dos próprios objetos de análise.

Em seu processo de estudo, Foucault desejava igualmente realizar uma análise sobre a sua atualidade. Sobre este ponto, Revel afirma que a noção de “atualidade” aparece de duas maneiras diferentes em seu pensamento. A primeira consiste em destacar como um acontecimento engendra uma série de discursos, de práticas, de comportamentos e de instituições e se estende até o sujeito. Citando Foucault: “Todos esses acontecimentos, parece-me que os repetimos. Nós os repetimos em nossa atualidade e eu tento compreender qual é o acontecimento que presidiu nosso nascimento e qual é o acontecimento que continua, ainda, a nos atravessar” (FOUCAULT, 1994, 56 apud REVEL, 2005, 20). Revel remete à perspectiva de que a passagem da arqueologia à genealogia será, para Foucault, a ocasião de acentuar ainda mais essa dimensão de prolongamento da história do presente (REVEL, 2005, 21).

A segunda concepção de atualidade estaria relacionada a um comentário que Foucault faz do texto de Kant, *O que é o Iluminismo?*, em 1984. Essa análise trata de colocar filosoficamente a questão de sua própria atualidade, na qual Kant seria pioneiro. Neste ponto estaria justamente a passagem para a era da modernidade. Com Kant, Foucault desenvolve duas linhas de discurso. Em primeiro lugar, colocar a questão do pertencimento a sua própria atualidade; a um nós que corresponde a

ela, isto é, formular o problema da comunidade da qual se faz parte. A retomada da ideia kantiana de uma ontologia crítica do presente visa compreender o que funda o espaço de nosso discurso e para desenhar os seus limites (Ibid).

Desse modo, da mesma forma que Kant “busca uma diferença: qual a diferença que o hoje introduz em relação à ontem?”, deve-se fazer reemergir da contingência histórica, o que faz o indivíduo ser o que ele é nas possibilidades de ruptura e de mudança. Colocar a questão da atualidade retoma a definição do projeto de uma “crítica prática sob a forma da ultrapassagem possível” (Ibid).

Em sua análise sobre a atualidade, também interessava a Foucault examinar o problema do sujeito moderno. Sobre este ponto, em uma entrevista concedida a Dreyfus e Rabinow, ele tece algumas considerações:

Talvez, o objetivo hoje não seja descobrir o que somos, mas recusar o que somos. Temos que imaginar e construir o que poderíamos ser para nos livrarmos deste ‘duplo constrangimento’ político, que é a simultânea individualização e totalização própria às estruturas do poder moderno. A conclusão seria que o problema político, ético, social e filosófico de nossos dias não consiste em tentar liberar o indivíduo do Estado nem das instituições do Estado, porém nos liberarmos tanto do Estado quanto do tipo de individualização que a ele se liga. Temos que promover novas formas de subjetividade através da recusa deste tipo de individualidade que nos foi imposta há vários séculos. (DREYFUS; RABINOW, 1995, p. 239 apud López, 2001, 53).

Foucault costumava afirmar que a relação que estabelecia com os seus livros era de modo que, estes o transformavam ao mesmo tempo em que transformavam a sua forma de pensar. As ideias surgiam ao longo do processo, enquanto escrevia e, justamente por isso, acreditava ser um experimentador e não um teórico (FOUCAULT, 2013, 289-290). Na introdução do livro *O Uso dos Prazeres* (segundo volume da *História da Sexualidade*), descreve os passos que seguiu ao se predispor a realizar um estudo sobre a “história da sexualidade”. Sua pesquisa culminou na tentativa de buscar compreender o que viria a ser uma “Hermenêutica do sujeito” e, conseqüentemente, em uma prática do “Cuidado de si” na antiguidade.

A intenção inicial de realizar um estudo sobre a “história da sexualidade” não se sustentou por muito tempo, ele identificou que não era possível realizá-lo. Após refletir sobre o assunto, vislumbrou a possibilidade de dar continuidade à pesquisa

incluindo o termo “experiência” no processo. O estudo passou a ser então sobre uma “história da sexualidade enquanto experiência” (Id., 1984, 10), ele sempre se interessou por temas sobre o que definiu como sendo experiências-limite². De acordo com López, fazer uma experiência do próprio limite seria realizar uma experiência trágica capaz de colocar em entredito a própria experiência e as formas de subjetividade à qual ela está ligada (LÓPEZ, 2011, 42).

Em sua concepção, interrogar uma cultura sobre suas experiências-limite seria questioná-la, nos confins da história, quanto a um dilaceramento que é como o nascimento mesmo da sua história (FOUCAULT, 1999, p. 142; apud LÓPEZ, 2011, 50). A experiência trágica viria a atuar como um contra dispositivo de dessubjetivação, um poder capaz de liberar o sujeito da sua própria identidade e das amarras que ela traz consigo. Ela seria a “experiência do limite”, não uma experiência de algo, mas da própria experiência. Consistiria em uma experiência do ser histórico e político, da contingência, da própria experiência de si (LÓPEZ, 2011, 52-53).

Ainda sobre o termo “experiência”, López afirma que Foucault evoca o seu conceito para dar conta da correlação dentro de uma cultura entre os três eixos relacionados à “sexualidade enquanto experiência”, que seriam: o saber, o poder e a subjetividade. A experiência histórica seria a trama dos discursos e práticas por meio dos quais se dá forma àquilo que o sujeito é; a trama constitui a experiência possível em cada lugar e momento, sendo ela concreta, histórica e culturalmente situada. É essa experiência que cria o sujeito, não um universal, mas um singular, uma subjetividade. Não se trata então de descobrir a verdade a partir do sujeito, mas de estudar os jogos de verdade e as práticas concretas com base nas quais o sujeito se constitui historicamente (LÓPEZ, 2011, 46).

A necessidade de mudança de tema justifica-se pelo fato de que a palavra “sexualidade”, termo que surgiu no século XIX, estaria relacionada a mais fenômenos do que havia sido previsto inicialmente, chegando a influenciar campos diversos, desde mecanismos biológicos de reprodução até todo um conjunto de instituições (FOUCAULT, 1984, 10); assim, o tema inicial não era capaz de abarcar tudo o que implicava o objeto.

O surgimento da palavra “sexualidade” não indicava somente a criação de um

² “Já lhe falei das experiências-limite: eis o tema que me fascina verdadeiramente. Loucura, morte, sexualidade, crime são, para mim, as coisas mais intensas.” (FOUCAULT, 2013, 316-317).

novo termo, ela trazia consigo uma mudança que, era resultado de todo um conjunto de ações que estavam em desenvolvimento. Para o filósofo, ela estava associada a “mudanças no modo pelo qual os indivíduos são levados a dar sentido e valor à sua conduta, seus deveres, prazeres, sentimentos, sensações e sonhos” (Ibid).

Ocorre que, essa nova forma de pensar a “sexualidade” era contrária ao pensamento dominante que fazia dela uma invariante na sociedade e que colocava fora do campo histórico o desejo e o sujeito de desejo. Na mudança de perspectiva, ela passa a assumir, em suas manifestações, formas historicamente singulares, resultado dos efeitos dos mecanismos diversos de repressão a que ela está sujeita em toda a sociedade. Objetivando estudar a sexualidade como uma experiência historicamente singular, era necessário que se pudesse dispor de instrumentos adequados para analisar, em seu próprio caráter e em suas correlações, os três eixos que a constituem (Ibid).

Foucault decidiu fazer dois deslocamentos teóricos com os dois eixos para os quais dispunha de instrumentos; estes foram obtidos através de estudos realizados por ele anteriormente, de modo a analisar o que é designado como progresso do conhecimento. Não dispunha de instrumentos para tratar do terceiro eixo, não havia estudado sobre ele anteriormente. No primeiro deslocamento, que trata do “saber”, a função era interrogar sobre as formas e as práticas discursivas que o articulam; no segundo deslocamento, sobre o “poder”, era importante analisar o que frequentemente se descreve como manifestações deste, sobretudo: as relações múltiplas, as estratégias abertas e as técnicas racionais que articulam o exercício dos poderes (Ibid.,11).

Após tratar dos dois primeiros eixos, Foucault passa a se dedicar ao terceiro eixo que corresponde ao “sujeito”, ou ao “sujeito desejante”, que é o seu principal objeto de interesse nesta pesquisa. Descreve duas dimensões de análise, a primeira arqueológica, que permite analisar as próprias formas de problematização; e a dimensão genealógica, que analisa a sua formação a partir das práticas e de suas modificações (Ibid.,15). Ele deseja analisar histórica e criticamente a formação e o desenvolvimento da experiência da sexualidade a partir do século XVIII que, em sua concepção, estariam relacionadas à sua origem. O foco seria então:

Analisar as práticas pelas quais os indivíduos foram levados a prestar a eles próprios, a se decifrar, a se reconhecer e se confessar como sujeitos de desejo, estabelecendo de si para consigo uma certa relação que lhes permite descobrir, no desejo, a verdade de seu ser. (Ibid., 11).

No dicionário de Revel, o conceito foucaultiano de “problematização” estaria relacionado a um conjunto de práticas discursivas ou não discursivas que poderiam fazer com que alguma coisa entrasse no jogo do verdadeiro e do falso e pudesse constituí-lo como objeto para o pensamento. Seria instaurar uma distância crítica, fazer jogar o “desprendimento”. Em síntese, a problematização estaria relacionada ao seguinte questionamento: “o que faz algo entrar no jogo do verdadeiro e do falso?” (REVEL, 2005, 70).

Ao estudar sobre a experiência da sexualidade dos séculos XVII e XVIII, Foucault verifica que a formação da história do sujeito de desejo é muito mais antiga do que esse período do cristianismo. Chegou a pesquisar os jogos de verdade considerados entre si, utilizando o exemplo de algumas ciências empíricas nesses séculos, também se dedicou ao estudo dos jogos de verdade em referência às relações de poder, fazendo uso do exemplo das práticas punitivas (FOUCAULT, 1984, 11).

Sobre essa descoberta da verdade, López tece uma consideração importante, afirma que ela estaria nos “jogos de verdade” e nas práticas concretas, não no sujeito, mas no modo como ele se constitui historicamente. Em sua opinião, é justamente no interior desta perspectiva mais abrangente que se deve situar a análise do conceito foucaultiano de experiência (LÓPEZ, 2011, 45).

Visando dar continuidade à pesquisa sobre esses “jogos de verdade”, Foucault considera necessário fazer um terceiro deslocamento. Ele levanta a suspeita de que um conjunto de práticas, que tiveram uma grande importância na antiguidade greco-romana, e que se poderia chamar de “artes da existência”, estariam relacionadas à problematização apresentada (FOUCAULT, 1984, 14-15). O significado dessas “Técnicas de si” seria:

Deve-se entender, com isso, práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente se fixam regras de conduta, como também procuram se transformar, modificar-se em seu ser singular e fazer de sua vida uma obra que seja portadora de certos valores estéticos e responda a certos critérios de estilo. (Ibid).

Com base no conceito descrito acima, é possível identificar a importância que era atribuída à prática do “Cuidado de si” na antiguidade. De acordo com o filósofo, o

advento do cristianismo e a incorporação dessas técnicas no exercício de um poder pastoral e, mais tarde, em práticas de tipo educativo, médico e psicológico fizeram com que essas “artes da existência” perdessem parte desta importância ao longo da história (Ibid.,15).

Após realizar todo esse percurso de análise, Michel Foucault estava disposto a pesquisar sobre a longa história dessas “estéticas da existência”, mostrar de que modo a atividade e os prazeres sexuais foram problematizados através das “práticas de si” na antiguidade. De acordo com ele, essa análise do homem de desejo estaria localizada em um ponto de intersecção entre uma arqueologia das problematizações e uma genealogia das práticas de si. Para chegar ao “Cuidado de si”, ele realiza o estudo de textos oriundos de três épocas, buscando e resgatando a sua história. Após analisar neste capítulo a forma como chegou ao estudo do “Cuidado de si”, é de suma importância que se tente compreender como ele conceitua o termo.

Em síntese, a experiência de Foucault o conduziu ao “Cuidado de si” em seus últimos anos de vida e, como as suas pesquisas o transformavam e tinham origem em experiências pessoais, a forma como ele conceitua o termo refere-se também ao modo como ele o vivencia. Ele acreditava na existência de experiências coletivas racionais capazes de construir tanto o sujeito que conhece quanto o objeto conhecido. Nessa busca por uma experiência que pudesse chegar ao ponto do não passível de ser vivido, o destino seria desconhecido. A referência feita a López, na qual a criação de conceitos partiria de experiências pessoais, ratifica a perspectiva que é defendida neste trabalho, de que a experiência de Foucault sobre o “Cuidado de si” é o modo como ele realiza a sua conceituação do mesmo.

A experiência que interessava a Foucault seria aquela capaz de transformar o sujeito. O foco no sujeito foi justamente o que o atraiu nos filósofos pelos quais se interessou. Por se deixar levar pelas suas experiências, era difícil vincular Foucault a um estilo ou corrente de pensamento. Em sua concepção, a verdade seria encontrada na história. Na necessidade de colocar diferentemente a questão do sujeito, considerava que o objetivo atual seja recusar o que foi imposto ao sujeito. Ou seja, libertá-lo das amarras impostas pela sociedade.

Capítulo 02 – Conceituando a experiência do “Cuidado de Si”

“Que si é este que precisa ser cuidado?”
(Platão)³.

Michel Foucault procurou pesquisar sobre o histórico, sobre o laço que se estabelece entre a obrigação de dizer a verdade e as proibições que pesam sobre a sexualidade (FOUCAULT, 1994, 01). Indagou a respeito de quatro eixos: “Por que foi a propósito do corpo, da esposa, dos rapazes e da verdade que a prática dos prazeres foi questionada?” (Id., 1984, 31). Desejava apreender como a conduta sexual foi objeto de preocupação moral na antiguidade a partir do estudo dos comportamentos e prazeres sexuais à época, o regime da *aphrodisia*. Para ele, era nesse regime, e não na moral chamada cristã ou judaico-cristã, que se encontrava o fundamento da moral sexual europeia moderna (Id., 2006, 05).

Os *aphrodisia* seriam “as obras”, “os atos de Afrodite”, de modo a proporcionar certa forma de prazer. A reflexão moral estaria na dinâmica circular existente entre ato, desejo e prazer, com regulação nas variáveis quantitativa e de intensidade (Id. 1984, 38-43). Os gregos valorizavam mais o prazer do que o sexo e eram indiferentes quanto ao sexo do parceiro (VEYNE, 1985, 04). Com uma moral sexual sem código definido, eram considerados diferentes elementos: não ofender aos deuses, seguir o preceito da natureza, *status* do indivíduo, etc. Para os gregos, os temas de inquietação (violência, dispêndio e morte) eram a instauração de uma técnica de vida, uma possibilidade de se constituir como sujeito, mestre de sua conduta (FOUCAULT, 1984, 89-128). Na formação ética do sujeito, iniciou-se o que Foucault chamou de história geral das “Técnicas de si” (Ibid., 15). O “Cuidado de si” levava sempre a um estado político e erótico ativo (Id., 1994, 06).

É possível concluir que a forma como Michel Foucault conceitua o “Cuidado de si” está diretamente relacionada ao modo como ele descreve a sua análise sobre os textos antigos. A sua condição de experimentador, o fato de escrever para mudar a si mesmo e não pensar a mesma coisa de antes (Id., 2013, 289-290), remetem a isso. Nos textos do filósofo, são identificadas citações feitas em primeira pessoa, assim

³ GRABOIS, Pedro. “Sobre a articulação entre cuidado de si e cuidado dos outros no último Foucault: um recuo histórico à Antiguidade”. *Ensaio Filosófico*, Volume III – abril/2011. Acesso em: http://www.ensaiofilosoficos.com.br/Artigos/Artigo3/Pedro_Graboys.pdf. Acesso em 12.08.2016, p.111.

como, a descrição da sua interpretação sobre os textos antigos. Paul Veyne afirma que durante os seus últimos meses de vida, a redação de seus dois livros representou para ele o papel que a escritura filosófica e o diário pessoal significavam na filosofia antiga, a de um trabalho sobre si (VEYNE, 1985, 09-10).

Sobre a valorização do *gnôthi seautón*, o famoso “conhece-te a ti mesmo”, em detrimento do *epimeléia heautou*, o “Cuidado de si”, na relação entre o sujeito e a verdade (FOUCAULT, 2004, 264-265), ele pretende mostrar que o segundo é o fundamento a partir do qual se justifica o primeiro, em uma relação de subordinação (Id., 2006, 06). É o “Cuidado de si” que ele pretende fazer reemergir em uma sobreposição dinâmica com o *gnôthi seautón* (Ibid., 64).

Optou pelo estudo de textos prescritivos que propunham regras de conduta, de serem operadores na constituição do sujeito ético (Id., 1984, 14). O “Cuidado de si” parecia constituir o suporte de todo um conjunto rico e denso de noções, práticas e formas de existência (Id., 2006, 13). Em alguns textos, ele traz claramente a conceituação do termo, em outros, remete a uma análise crítica e detalhada dos registros históricos (Id., 2013, 290).

O termo *epimeleisthai saltou* significava “tomar conta de si”, ter “cuidado consigo”, “preocupar-se” (Id., 1994, 03). Essas técnicas permitiam aos indivíduos efetuarem operações sobre seus corpos, almas, pensamentos e condutas. Elas visavam à transformação para atingir estados de felicidade, pureza, sabedoria, perfeição ou de imortalidade. O “Cuidado de si” era uma obrigação fundamental, um conjunto de procedimentos cuidadosamente elaborados. Nele os exercícios se distinguem entre os de situação real e os de treinamento de pensamento, a exemplo da meditação (Id., 2006, 598-612).

Colocar em exercício uma “Tecnologia de si” para ter acesso à verdade é uma ideia manifestada em uma série de civilizações (Ibid., 45). Não existia uma moral unificada, coerente, autoritária; era um “suplemento”, um “luxo” em relação à moral aceita. Elas tinham origem em diferentes movimentos filosóficos ou religiosos; que propunham mais do que impunham, a adoção de práticas de moderação ou de rigor (Id., 1984, 23). Da mesma forma que existiam diferentes formas de cuidado, havia diferentes formas de si (Id., 1994, 04).

O “Cuidado de si” é o modo pelo qual a liberdade individual, ou a liberdade cívica, até certo ponto, foi pensada como ética. O tema atravessou todo o pensamento moral, desde os diálogos platônicos até os textos do estoicismo tardio em Epiteto e Marco Aurélio. Foucault acreditava que, para se conduzir bem, praticar adequadamente a liberdade, era necessário se ocupar de si mesmo, cuidar de si (Id., 1984, 267-268). “Ocupar-se” era um verbo de múltiplos valores, referindo-se a cuidados médicos, servir a um mestre, culto a uma divindade. Aparentemente, o preceito délfico “conhece-te a ti mesmo” aparece em torno da figura de Sócrates. Ele retoma a questão a partir de uma tradição, era um princípio corriqueiro, não filosófico, ligado a um privilégio político, econômico e social (Id., 2006, 03-51).

Foucault quis colocar o “Cuidado de si” na sua dimensão histórica. Ocorreu uma ampliação do termo no sentido de significado e deslocamento (Ibid., 12-53). Isolou três momentos para fins de pesquisa: 1 – O momento socrático-platônico; 2 – O período helenístico, da idade de ouro da cultura de si; 3 – Passagem aos séculos IV e V, da ascese filosófica pagã para o ascetismo cristão (Ibid., 29-30). O modelo helenístico está localizado historicamente entre o modelo platônico e o monástico-cristão. Ele opta por apresentá-lo por último em seu curso no *Collège de France* para contrapor os três modelos (GRABOIS, 2011, 111). Encontrou algumas dificuldades pelo fato de que tais práticas não são muito conhecidas, além disso, elas não estavam organizadas em um corpo de doutrinas (FOUCAULT, 1984, 02).

O conceito de “Cuidado de si” relativo ao período socrático-platônico gira em torno da figura de Sócrates; no diálogo que estabelece com Alcibíades, orienta-o a cuidar de si mesmo de modo a obter a sabedoria necessária, após constatar a sua ignorância. Cabe ressaltar que Sócrates costumava se apresentar aos seus juízes como sendo o mestre do “Cuidado de si”. Como missão conferida a ele por Deus, alertava seus concidadãos sobre a importância de se “cuidar de si mesmo”, como o momento de um primeiro despertar (Ibid., 10-11).

Alcibíades desejava ter uma participação ativa no jogo da política e do amor. A ambição política e o amor filosófico encontram seu ponto de junção no “Cuidado de si”. A fim de triunfar, de adquirir a *tékhne*, que consiste no saber, na habilidade; ele deveria aplicar-se, cuidar de si mesmo. Questiona-se qual teria sido esse si do qual se deveria cuidar e em que consistiria este cuidado. A resposta diz respeito à contemplação da sua alma em seu elemento divino. Aqui o período crucial seria a maturidade

(Id., 1994, 05-07). Foucault identifica três questões importantes no modo como o “Cuidado de si” se caracterizou neste período, estas seriam sobre a política, a pedagogia e ao conhecimento de si (Id., 2006, 602).

Na política, tratava-se do governo de si e dos outros, de *status*, de jovens aristocratas ambiciosos pelo poder e pela direção da cidade; também à virtude de se cumprir um destino, que era liderar os outros. No aspecto pedagógico, estava relacionado à deficiência da educação ateniense e à maneira como se desenrolava o amor entre os casais. Este amor não conseguia honrar a tarefa formadora que seria capaz de justificá-lo e fundá-lo. Os homens adultos assediavam os jovens no esplendor de sua juventude, porém, os abandonavam depois. Por último, o conhecimento de si como única finalidade, ocupar-se consigo e conhecer-se (Ibid., 42-101). Para Platão, o indivíduo deveria descobrir a verdade que se esconde nele (Id., 1994, 12).

A idade de ouro da história do “Cuidado de si” corresponde aos séculos I e II de nossa era, iniciando no estoicismo romano, até Marco Aurélio; o renascimento da cultura clássica do helenismo. Este se torna noção, prática e instituição; uma verdadeira arte de viver, um princípio geral e incondicional, coextensivo à vida individual (Id., 2006, 77-78). Nesse período, a introspecção se torna cada vez mais explorada. Presta-se atenção às nuances da vida, da alma e à leitura. O ato de escrever intensifica e aprofunda a experiência de si, porém, é a cultura oral que será mais praticada e difundida, daí a importância da retórica à época (Id., 1994, 08). O modelo pedagógico de Platão é substituído pelo modelo médico. Cada um deve tornar-se médico de si mesmo, no sentido de obter a cura para as próprias mazelas, de modo a curar-se das próprias faltas cometidas. A forma de tipo institucional helênica é a da escola, esta pode ter um caráter fechado, implicando a existência comunitária dos indivíduos. Desde os cínicos, epicuristas e estoicos, a filosofia vinha cada vez mais buscando sua definição, fixando seu objetivo, a sua técnica de vida (Id., 1984, 122).

É possível enumerar algumas características interessantes sobre essas três escolas:

Na escola epicurista havia uma hierarquia muito complexa e rígida. Epicuro era o primeiro, o homem divino que saiu da não sabedoria sozinho. Cada discípulo deveria ter um guia de direção individual, com ele uma relação afetiva e de amizade; A *parrhésia* era extremamente importante, ela viria a ser uma ética da palavra, abertura de coração, a necessidade de nada esconder um ao outro (Ibid., 122-385).

Entre os estoicos, a direção estava menos ligada a um grupo, seria uma existência comunitária, uma forma de internato. Escola fundada por Epiteto, não era um lugar de convívio, e sim de reuniões muito frequentes e exigentes. Era uma espécie de faculdade para filósofos, onde era explicado como deveriam atuar (Idem).

Por último, porém, não menos importante, existia a escola Cínica. O cínico era aquele que se devotava totalmente à filosofia de uma forma extrema, militante; muito mais voltado ao exercício prático do que ao conhecimento teórico. Sua função consistia em desequilibrar, perturbar o indivíduo quanto a seu modo de existência, impelindo-o a adotar outro modo de vida. Uma fórmula importante em seu vocabulário era: aprender as virtudes é desaprender os vícios. Aqui eram característicos os filósofos ditos “de profissão”, de barba malfeita, roupas um tanto asquerosas, que circulavam pelas ruas (Idem).

No período helenístico, como objeto e finalidade, buscava-se a auto finalização de si, este não se determinava no conhecimento de si, integrava-se na vastidão. Seu ponto sensível passou a ser a vida adulta, com um papel corretivo e formador, com ênfase na crítica e na preocupação com o corpo e com a alma. A crítica seria sobre si mesmo, sobre seu mundo cultural e à vida dos outros. Formava-se para lidar com os infortúnios da vida, o que Sêneca chamava de *instructio*. Em Cícero, o “Cuidado de si” deveria reverter o sistema de valores da família, no sentido de maus hábitos. A velhice passou a ser o coroamento desta técnica, sua mais alta forma (Id., 2006, 70-86).

O “Cuidado de si” generalizou-se como princípio, mas articulava-se sempre como fenômeno sectário. Nas classes menos favorecidas ele se manifestava em grupos religiosos, institucionalizados, organizados em torno de cultos definidos, ritualizados. Dispensava-se um pouco o trabalho individual de elaboração de si por si. No polo extremo, estavam as práticas de si sofisticadas, cultivadas à investigação teórica. Alheios aos dois perfis existiam os epicuristas, que não eram religiosos, eram filosóficos e populares. Mesmo sendo da “moda”, a prática era rara, por causa de certas exigências, como o ócio, que era um privilégio de elite (Ibid., 102-103).

Na “Cultura de si” a questão do tempo era fundamental, este era povoado por exercícios, tarefas práticas, atividades diversas. Longe de ser um exercício de solidão, era uma verdadeira prática social (Id., 1985, 56-57). Na forma romana, a “Prática de si” não derivava da estrutura da escola, integrava-se às relações de clientela com

o conselheiro privado, que iniciava o seu patrão e amigo superior. Na medida em que o filósofo ganhava importância, ele perdia a sua função singular, exterior à vida cotidiana (Id., 2006, 129). Na época imperial, na relação mestre e discípulo se exercitava a arte do silêncio e da escuta (Id., 1994, 07-10).

No ascetismo cristão, é possível encontrar a noção em Fílon, no *Tratado da Virgindade*, que inclui o livro XVIII cujo título é “Que os cuidados de si começam com a liberação do matrimônio”. O “Cuidado de si” tornou-se uma espécie de matriz, ao introduzir a salvação depois da morte (Id., 2006, 12). A hermenêutica de si cristã começa com o exame sobre a relação entre um pensamento escondido e uma impureza da alma; se fundamenta na ideia de que existe, na ilusão de nós mesmos, qualquer coisa de escondido, que mascara o segredo (Id., 1994, 19).

Para Foucault, existem duas grandes formas de revelação de si e da verdade do sujeito no cristianismo. A primeira é o *exomologêsis*, a expressão teatralizada do penitente que manifesta seu estatuto de pecador. A segunda é a *exagoreusis*, que é uma verbalização analítica e contínua dos pensamentos, o sujeito pratica em obediência absoluta a um mestre, numa renúncia do sujeito à sua vontade e a si. Tudo deve ser compreendido a partir de dois princípios: a obediência e a contemplação. O objetivo visado é a contemplação permanente de Deus (Ibid., 17-21).

O ascetismo é um combate da alma, buscando a salvação, a transformação de si, com a autoridade da instituição. O cristianismo requer que cada um descubra o que se passa em si mesmo, que reconheça suas faltas, tentações, que localize seus desejos. A obrigação com a verdade concerne à fé, os livros, o dogma, o coração e a alma. O acesso à verdade não pode ser concebido sem a pureza da alma que vem como consequência do conhecimento de si (Ibid., 12-16).

Para Foucault, existe uma tradição que leva a conceder aos preceitos do “Cuidado de si” um valor positivo e deles fazer o fundamento de uma moral. Prestar culto a si mesmo soa como uma vontade de ruptura ética (Id., 2006, 13-14). Ele afirma que na antiguidade, a ética como prática da liberdade girou em torno dessa prática (Id., 2004, 264).

O filósofo define moral como sendo “um conjunto de valores e regras de ação propostas aos indivíduos e aos grupos por intermédio de aparelhos prescritivos diversos”, que podem ser a família, as instituições educativas, as igrejas, etc. Para ser dita “moral” uma ação não se reduz a um ato ou série de atos conformes a uma regra, lei

ou valor, implica certa relação a si. Não é só “consciência de si”, mas constituição de si como “sujeito moral”, agindo sobre si mesmo, procurando conhecer-se, aperfeiçoando-se, transformando-se (Id., 1984, 26-28).

Esse conjunto de técnicas tinha por finalidade vincular a verdade e o sujeito, não de descobrir uma verdade no sujeito, e sim de dotar o sujeito de uma verdade que ele não conhecia e que não residia nele (Id., 2006, 608). Parece que as reflexões morais na antiguidade foram muito mais orientadas para as “Práticas de si” do que para as codificações de conduta e para a definição estrita do permitido e do proibido. Na relação consigo ter domínio e superioridade em relação aos apetites e prazeres. Atingir um modo de ser que pode ser definido pelo pleno gozo de si ou pela soberania de si sobre si mesmo. Os códigos giravam em torno de alguns princípios bastante simples e pouco numerosos (Id., 1984, 29-30). Em uma versão gloriosa desta ética do “Cuidado de si”:

Este longo trabalho de si sobre si, este labor a respeito do qual todos os autores dizem quanto é longo e penoso, não tende a cindir o sujeito, mas vinculá-lo a ele mesmo, a nada mais, a ninguém senão ele mesmo, em uma forma em que se asseguram a incondicionalidade e a autofinalidade da relação de si para consigo (Id., 2006, 482).

Para o filósofo, os exercícios estabelecem de si para consigo uma relação estável e completa. A salvação realiza-se sem transcendência: *“o eu com o qual se tem relação não é outra coisa senão a própria relação [...] é, em suma, a imanência, ou melhor, a adequação ontológica do eu à relação”* (Ibid).

Como “paradoxo suplementar”, Foucault afirma que é a partir desta injunção de “ocupar-se consigo mesmo” que se constituíram as austeras, rigorosas e restritivas morais do ocidente. Em sua concepção, foram os estoicos, os cínicos e os epicuristas que trouxeram toda essa moral conservadora para a modernidade, não o cristianismo (Ibid., 14), inclusive na conduta sexual (Id., 1984, 217), ele incorporou à sua tradição essa perspectiva originária da antiguidade.

Essa severidade teria origem no crescimento no mundo helenístico e romano, de um “individualismo”, com aspectos “privados” da existência. Resultado de um enfraquecimento do quadro político e social e da evasão das cidades. Teriam sido buscadas na filosofia, regras de conduta mais pessoais e relações locais; vínculos familiares de dependência, ligados à austeridade de conduta e à crítica a práticas de isolamento (Id., 1985, 46-47). A austeridade não era uma lei universal, estava relacionada

à tentativa de dar a sua existência a forma mais bela e mais realizada possível (Id., 1984, 218). Esta moral tão rigorosa foi por nós retomada e aparecerá na moral cristã e na moral moderna não cristã (Id., 2006, 14).

Aqui o filósofo é o homem que cuida do cuidado dos outros, o seu lugar não é o de qualquer homem livre. O cuidado dos outros também é uma prerrogativa da qual todo homem livre é capaz, quando cuida adequadamente de si mesmo. Foucault afirma ainda que, com o tempo, o amor por si se torna suspeito e passa a ser percebido como uma das origens das diferentes faltas morais (Id., 2004, 271-272).

Em sua concepção, muitas razões justificam o motivo pelo qual o “conhece-te a ti mesmo” eclipsou o “cuida de ti mesmo” ao longo da história. Na transformação dos princípios morais ocidentais, herdou-se da moral cristã a renúncia a si como condição de salvação. O “Cuidado de si” teria algo de imoral. Paradoxalmente, conhecer-se a si mesmo constituiu um meio de renunciar a si mesmo. Herda-se também uma tradição que vê na lei externa o fundamento da moral e o si é algo que se pode rejeitar (Id., 1994, 04-05).

Nesta ética geral do não egoísmo, Michel Foucault considera que o momento cartesiano foi o motivo do “Cuidado de si” ter sido esquecido. Na antiguidade, o acesso à verdade e a prática da espiritualidade jamais estiveram separados. Quando se lê Descartes, percebe-se que o modo de ser é inteiramente definido pelo conhecimento (Id., 1984, 268). O período moderno da história da verdade surge quando se admite que o que dá acesso a ela é o conhecimento. Nem a espiritualidade e nem a modificação do sujeito são necessários (Id., 2006, 15-17). Na longa evolução da história do “Cuidado de si”, as três condições que o definiam no seu primeiro aparecimento filosófico⁴ perdem lugar até desaparecer (GRABOIS, 2011, 112).

Para o filósofo, o sujeito do “Cuidado de si” seria o de ação reta mais do que de conhecimentos verdadeiros. O seu exame de consciência seria para saber de quais princípios verdadeiros se está provido, do que para descobrir a verdade de si mesmo (GROS, 2006, p.478, apud FOUCAULT, 2006). Ele se vincula à descrição de uma verdade que denomina de *etopoiética*, pautada mais em atos do que no segredo das consciências. A verdade não se expõe no elemento calmo do discurso, ela é uma razão de viver (GROS, 2006, p.479, apud FOUCAULT, 2006).

⁴ A política, a pedagogia e o conhecimento de si (FOUCAULT, 2006, 602).

Esta ética é uma escolha pessoal de existência que não separa o indivíduo do mundo, nem constitui uma interrupção das suas atividades. Seu autêntico retiro consiste em recuar em relação às atividades nas quais se está empenhado, de modo a manter um estado de vigilância. O “Cuidado de si” não tem por finalidade cortar o eu do mundo, mas prepará-lo em vista dos acontecimentos, enquanto sujeito racional de ação (GROS, 2006, p.486, apud FOUCAULT, 2006).

O “Cuidado de si” é o que incita o indivíduo a agir bem, aquilo que o constitui como sujeito verdadeiro dos seus atos, de modo a medir mais precisamente o lugar que ocupa no mundo, aparece como princípio constitutivo de ações e, por isso, de acordo com o filósofo, limitativo, já que “em suas formas dominantes e mais difundidas, a prática de si tinha por função definir (...) as circunstâncias da atividade que éramos levados a consagrar aos outros” (GROS, 2006, p.487, apud FOUCAULT, 2006). O “Cuidado de si” faz agir como convém, onde e quando convém. Longe de isolar da comunidade humana, aparece como aquilo que articula o indivíduo a ela. O sujeito descoberto no cuidado é totalmente o contrário de um indivíduo isolado: é um cidadão do mundo (GROS, 2006, p. 487, apud FOUCAULT, 2006).

Ao iniciar o estudo sobre a história da sexualidade, Michel Foucault acaba desenvolvendo uma pesquisa sobre as práticas de si que culmina em uma história da ética. Ele conclui que a forma com a qual o sujeito se constitui de uma maneira ativa são esquemas que ele encontra em sua cultura, sociedade e grupo social; que lhe são propostos, sugeridos e impostos (FOUCAULT, 2004, 253 - 278).

O que lhe causou surpresa foi que na ética grega a preocupação era com a conduta moral, as relações consigo e com os outros, do que com os problemas religiosos. A ética não se relacionava a nenhum sistema social institucional, ou aspecto legal. A preocupação era constituir um tipo de ética que fosse uma estética da existência. Diante dessa constatação, ele questiona se os problemas atuais seriam semelhantes aos encontrados na antiguidade. Para ele, os recentes movimentos de liberação estariam sofrendo por não poderem encontrar princípios que servissem de base à elaboração de uma nova ética da qual necessitavam (DREYFUS; RABINOW, 1995, 253- 278).

A solução para questões atuais não estaria no passado, mas havia ali um exemplo de uma experiência ética, implicando uma conexão muito forte entre o prazer e o desejo. O problema para os antigos consistia em qual técnica deveria ser utilizada

para viver da melhor maneira possível; e eles poderiam servir de ferramenta para a análise do que ocorre hoje em dia, visando à transformação. Durante séculos, fomos convencidos de uma ética à qual não seria possível modificar. Nesta pesquisa, Foucault acaba constatando que alguns dos principais princípios da nossa ética foram relacionados, em certo momento, a uma estética da existência e, conclui que é necessário que se liberte dessa ideia de elo entre a ética e as outras estruturas (sociais, econômicas e políticas) (DREYFUS; RABINOW, 1995, 253 - 278).

Dada essa constatação, ele faz o seguinte questionamento: fora da moral instituída dos valores eternos do bem e do mal, é possível instaurar uma nova ética? Para Gros, a sua resposta é positiva, porém indireta (GROS, 2006, p.480, apud FOUCAULT, 2006).

Baseado nesta experiência dos gregos, o filósofo apresenta uma proposta para a modernidade, ela estaria relacionada a um estilo, uma estética da existência, de uma criação do sujeito tal qual uma obra de arte. De acordo com Veyne, a palavra “estilo” é utilizada em referência aos gregos; para eles, um artista era, antes de qualquer coisa, um artesão e uma obra de arte. Desse modo, o eu se põe a si mesmo como uma tarefa a desempenhar. O papel do eu seria o de resgatar o sujeito do que é imposto como necessário pela moral e pela sociedade, logo, ele passa a ser a nova possibilidade estratégica (VEYNE, 1985, 07-08).

Com o enfoque atribuído à arte, ele fez alusão à forma como ela estava limitada a objetos na atualidade, e não a indivíduos ou à própria vida. Propôs uma forma de relação do indivíduo consigo mesmo voltada para a atividade criativa. Os antigos agiam com o intuito de conferir a suas vidas certos valores, fazer da vida um objeto para uma espécie de saber, uma técnica, uma arte. Nesse sentido, o ponto principal ao qual se deveria aplicar os valores estéticos seria o si, a própria vida, a própria existência (DREYFUS; RABINOW, 1995, 253 - 278).

Mediante o objetivo de recolocar a situação do sujeito novamente em questão e de libertá-lo das amarras impostas pela sociedade, parece que Foucault encontra uma alternativa de libertação no “Cuidado de si” existente outrora na antiguidade greco-romana. Seu objetivo passa a ser então trazê-lo para a modernidade.

Capítulo 03 – O “Cuidado de Si” em Foucault enquanto experiência

“Ocupa-te contigo mesmo e ponto final”

(FOUCAULT, 2006, 101)

Michel Foucault costumava parafrasear dois aforismos nietzschianos e estes o acompanharam por toda a vida: “Trata-se de chegar a ser o que se verdadeiramente é” e “O amor à verdade é terrível e poderoso”. Com ele, o filósofo aprendeu a expressar a sua diferença (MOLINA 1999, 04). A urgência que tinha de assentar diferentemente a questão do sujeito na modernidade gerou como consequência uma experiência extremamente rica, que perpassa o seu interesse inicial pelo estudo de uma “sexualidade enquanto experiência” e a descoberta da origem do desejo na antiguidade greco-romana como parte integrante de um conjunto mais vasto, o das “Técnicas de si”. Esta experiência culminou então em um estudo sobre o “Cuidado de si” que foi conceituado pelo filósofo como sendo uma ética. Talvez em resposta ao questionamento inicial sobre o sujeito, ele acaba apresentando a proposta de uma estética da existência para a atualidade. É desse modo que traz o “Cuidado de si” para a modernidade.

Nesta experiência de estudo que teve como finalidade discorrer sobre o modo como Michel Foucault conceitua o “Cuidado de si”, utilizou-se como estratégia recorrer a textos escritos pelo filósofo, assim como, de seus comentadores. Importa ressaltar que ele é examinado neste trabalho preponderantemente na perspectiva desses comentadores; dispõe-se da definição de conceitos relevantes apresentados por eles para dar materialidade a esta análise. Esses olhares não são a perspectiva de Foucault, são no máximo tentativas de aproximação desta. Além disso, ainda que se recorra aos seus escritos, não é possível apreender com exatidão a sua forma de pensar. Esta elaboração é apenas um mural, um recorte do tema.

Não é de se admirar que ele tenha despertado tanto interesse pelo tema do “Cuidado de si”, dada a conjuntura à época, as suas influências e o diagnóstico que ele fazia da atualidade. Em seu modo de pensar, tinha urgência de se libertar do postulado fundamental da filosofia francesa, existente desde Descartes e reforçado pela fenomenologia. Questionava se não haveria experiências nas quais o sujeito pudesse dissociar-se, perder sua identidade. O seu problema era fazer ele mesmo e de convidar os outros a fazerem com ele, uma experiência do que somos, do nosso passado,

nosso presente, uma experiência de nossa modernidade de tal forma que saíssemos transformados (FOUCAULT, 2013, 292-301).

No século XX foi identificado que a fenomenologia não era capaz de responder a certos questionamentos. O método estrutural foi visto como sendo uma nova alternativa, servindo de apoio ou de confirmação para recolocar em questão a teoria do sujeito. Tudo o que ocorreu nos anos 60 advinha dessa insatisfação (Id., 2005, 310-317). Foram chamados de “estruturalistas”, todos aqueles que haviam efetuado pesquisas diferentes entre si, mais que tinham como ponto em comum, refletir sobre a afirmação do primado do sujeito (Id., 2013, 301-312).

Enquanto a experiência fenomenológica procurava retomar a significação da experiência cotidiana para compreender de que maneira o sujeito é realmente fundado, em suas funções transcendentais, daquela experiência e de suas significações. A referência de Nietzsche, Bataille e Blanchot permitiria, ao contrário, definir a ideia de uma experiência-limite que arrancaria o sujeito dele mesmo e lhe imporia sua fragmentação ou sua dissolução (REVEL, 2005, 48).

Quanto ao conceito de estruturalismo, em termos gerais, que tem como foco o estudo das estruturas; Foucault chegou a afirmar que nenhum dos atores desse movimento e dos que foram considerados parte dele sabiam exatamente do que se tratava. Chegou a ser utilizado em domínios muito precisos como no caso da linguística. O que o surpreendeu neste movimento por volta dos anos 60, é que ele era efetivamente um eco do esforço realizado em certos países do Leste para se libertar do dogmatismo marxista. Em seu ponto de vista, ele seria uma nova forma, uma nova modalidade do formalismo, da pesquisa formalista (FOUCAULT, 2005, 307-312).

Para Foucault, as oposições que se desenvolveram nos últimos anos seriam lutas transversais que, não se limitando a um país particular, colocavam em questão o estatuto do indivíduo. Por um lado, afirmavam o direito à diferença, por outro lado, combatiam tudo o que poderia isolar o sujeito. Elas se opunham ao que seria possível designar por “governo pela individualização” (DREYFUS; RABINOW, 1995, 231-235).

Em *L'usage des plaisirs* [O uso dos prazeres] e no *Le souci de soi* [O cuidado de si], Foucault apresenta as seguintes considerações: no mundo moderno, parece ter se tornado impossível fundamentar uma moral. Não existe mais uma natureza ou uma razão diante da qual render-se, nem uma origem com a qual estabelecer uma relação autêntica. A tradição ou a sujeição não são mais que situações de fato

(VEYNE, 1985, 07). Sua proposta de uma estética da existência parecia querer responder a essa insatisfação sobre a atualidade descrita, propondo um novo modo de vida que, como afirma Costa, exigiria uma nova rede institucional, não a atual, empobrecida (COSTA, 1995, 132).

Para Revel, o tema de uma “estética da existência” aparece muito nitidamente em Foucault no momento de aparecimento dos dois últimos volumes da *História da Sexualidade*, em 1984. Na medida em que ela é uma prática ética de produção de subjetividade, é, ao mesmo tempo, assujeitada e resistente: consiste em um gesto eminentemente político (REVEL, 2005, 44).

Em 1976, Foucault publica o primeiro volume da *História da Sexualidade*, oito anos depois, em 1984, ano de sua morte, são lançados o segundo e terceiro volumes. Com o estudo das “Práticas de si” ele pretendeu fazer uma história das formas de problematização dos modos de subjetivação do indivíduo (GRABOIS, 2011, 108).

O crédito dado pelo filósofo à capacidade do sujeito de se constituir, se autocriar e de adquirir certa liberdade, nem sempre foi uma constante em seu pensamento. Gros afirma que, durante muito tempo, ele concebeu o sujeito como o produto passivo das técnicas de dominação. Foi em 1980 que ele passou a conceber a sua autonomia relativa e a identificar que o indivíduo-sujeito emerge tão-somente no cruzamento entre uma técnica de dominação e uma “Técnica de si” (GROS, 2006, p.475, apud FOUCAULT, 2006).

O enfoque dado à sexualidade também foi um processo, na medida em que ele se aproximava do seu ideal de vida: “ser o que se verdadeiramente é”; passou a dar importância para a vida, para a forma como se manifestava e com como se vive uma experiência (MOLINA 1999, 09).

Em resposta à pergunta norteadora deste trabalho, Michel Foucault acaba conceituando o “Cuidado de si” como sendo uma ética. No “Cuidado de si”, os exercícios relativos a ele tinham a finalidade de testar a preparação do indivíduo no sentido de assimilação da verdade, de modo a transformá-la em uma ética, de prepará-lo para se comportar adequadamente diante de um acontecimento (FOUCAULT, 1994, 13). Propondo, mais do que impondo, permitiam que cada qual adotasse práticas conforme a sua fisionomia particular (Id., 1984, 14-27). A constituição do sujeito estaria no âmbito da liberdade e ao mesmo tempo na exigência de domínio de si na conversão a si mesmo. A compensação da austeridade estaria no

reconhecimento de legitimidade dos atos na definição dos papéis desempenhados pelo sujeito na sociedade (GROS, 2006, p.489, apud FOUCAULT, 2006).

Ao estudar sobre o período socrático-platônico, foi possível identificar que o entendimento do “Cuidado de si” para Platão seria no sentido de o indivíduo descobrir a verdade que se esconde nele (FOUCAULT, 1994, 12). Porém, Foucault não era muito adepto da ideia de que existe uma natureza ou essência humana que, após certo número de processos históricos, econômicos e sociais, foi mascarada, alienada ou aprisionada em mecanismos e por mecanismos de repressão. Sob essa perspectiva, romper com a repressão seria suficiente para a reconciliação do indivíduo consigo mesmo e sua natureza (Id., 2004, 265).

De acordo com ele, essas práticas de liberação não bastariam para definir as práticas de liberdade e de existência necessárias para os indivíduos e a sociedade. O filósofo insistia mais nas práticas de liberdade do que nos processos de liberação. Procurou mostrar como o próprio sujeito se constituía, nessa ou naquela forma determinada, através de certo número de práticas, que eram os jogos de verdade, práticas de poder, etc (Ibid., 265-275). Defendia a perspectiva de que o homem é uma invenção (MOLINA 1999, 06).

Em sua concepção, o homem não é uma substância, é uma forma que nem sempre é idêntica a si mesma. A relação consigo vai ser sempre diferente, de acordo com as circunstâncias. Existem interações e interferências entre essas diferentes formas do sujeito e, o seu interesse será sempre pelo modo como elas se constituem historicamente (FOUCAULT, 2004, 275).

Foucault não se viu livre de críticas nesta empreitada de estudo sobre a constituição do sujeito; como afirma Gros, de acordo com alguns, recorrendo aos gregos, ele teria cedido à tentação narcísica, no sentido de focar na constituição do sujeito, de uma individualidade, e proposto como ética compensatória uma “estética da existência”, indicando a cada qual o caminho de um desenvolvimento pessoal através de uma estilização do eu (GROS, 2006, p.480, apud FOUCAULT, 2006).

Sobre esse tipo de crítica, ele acaba distinguindo três atitudes em relação ao individualismo, estas seriam: a independência do indivíduo em relação ao grupo; a valorização da vida privada, às relações familiares e aos interesses domésticos e patrimoniais; e a intensidade das relações consigo mesmo, nas quais se toma a si próprio

como objeto de conhecimento e campo de ação para transformar-se. Em sua concepção, a “Cultura de si” não é puro efeito do individualismo, podendo existir grupos sociais que não são individualistas e nos quais a “Cultura de si” se faz presente (FOUCAULT, 1985, 48).

Na tentativa de recolocar em debate a questão do ser ético do indivíduo, o filósofo não se perguntava como as ditas práticas eram veículos das decisões de uma cultura, mais sim, como se poderia explicar que uma cultura lhe havia dado uma determinada posição particular (RAJCHMAN, 1989, 05). Foi exatamente isso que ele fez com o “Cuidado de si”, procurou compreender o valor e o papel que era atribuído a ele nas sociedades antigas.

Na proposta apresentada de uma estética da existência para a atualidade, se deveria jogar com o mínimo de dominação possível. Ele acreditava que este era o ponto de articulação entre a preocupação ética e a luta política pelo respeito dos direitos, entre a reflexão crítica contra as técnicas abusivas de governo e a investigação ética que permitiria instituir a liberdade individual (FOUCAULT, 2004, 285).

Visando uma estética da existência, a auto perfeição e a auto finalização do sujeito, seria dispensado o compromisso com valores universais. Nessa mudança da imagem do sujeito, como entre os gregos, a criação de um estilo de vida estaria baseada em uma ética dos prazeres e não do sexo, em relações de amizade como na antiguidade greco-romana. Este modo de vida tenderia para uma diversificação na vida relacional, para além das classes sociais, diferenças de profissão, de níveis culturais, dando lugar a relações intensas de modo a constituir uma cultura e a uma ética (COSTA, 1995, 121-132).

Atribuindo grande valor à liberdade em seu projeto, Foucault considerava que a ética seria a prática refletida da liberdade. Em sua concepção, “a liberdade é a condição ontológica da ética. Mas a ética é a forma refletida assumida pela liberdade” (FOUCAULT, 2004, 267). Nesta estética da existência proposta, o campo da governabilidade seria crucial. Ela implicaria a relação de si consigo mesmo e ao conjunto das práticas pelas quais seria possível constituir, definir, organizar, instrumentalizar as estratégias que os indivíduos, em sua liberdade, poderiam ter uns em relação aos outros (Ibid.,286-287).

Citando Revel, o tema do “Cuidado de si” aparece no vocabulário de Foucault no prolongamento da ideia de governamentalidade. A análise do governo dos outros

segue aquela do governo de si, isto é, a maneira pela qual o sujeito se relaciona consigo mesmo e torna possível a relação com o outro. Na antiguidade clássica, o cuidado dos outros implicava relações complexas com os outros (REVEL, 2005, 33-34).

Sobre a atualidade, Foucault afirma que somos herdeiros de uma moral social que fundamenta as regras de um comportamento aceitável sobre as relações com os outros (FOUCAULT, 1994, 05). A constituição do sujeito estaria na história, na sociedade, seja nas práticas de assujeitamento, ou de uma maneira mais autônoma, através das práticas de liberação, de liberdade, como na antiguidade. Baseando-se nas análises feitas sobre essas práticas de liberdade na antiguidade, Foucault considera que seria possível passar às pessoas a perspectiva de se determinar, de fazer a escolha de sua existência (Id., 1985, 03).

Em sua concepção, o poder pastoral desapareceu, porém, foi produzida uma nova organização desse tipo de poder individualizante, o Estado. Seria necessário promover novas formas de subjetividade recusando o tipo de individualidade que nos impuseram durante vários séculos (DREYFUS; RABINOW, 1995, 231-239).

No processo de libertação das amarras impostas pela sociedade, parece que a manifestação das “Técnicas de si” cresceria em proporção direta com a opressão aplicada aos sujeitos. Nada mais providencial para a atualidade limitante que Michel Foucault fez tanta questão de elucidar. Ele acaba descobrindo no estoicismo romano que o momento em que o excesso, a concentração do poder imperial, o confisco das potências de dominação nas mãos de um só, permite que as “Técnicas de si” sejam como que isoladas e despontem em sua urgência. É na imanência da história que as identidades se constituem. E também ali que elas se desfazem, pois não há liberação senão na história (GROS, 2006, p.476, apud FOUCAULT, 2006).

Ele acreditava que uma cidade na qual todo mundo cuidasse de si adequadamente funcionaria bem e encontraria nisso o princípio ético de sua permanência. Nela, não se deveria fazer passar o cuidado dos outros na frente do “Cuidado de si”, ele viria eticamente em primeiro lugar, na medida em que a relação consigo mesmo seria ontologicamente primária (FOUCAULT, 2004, 285-287).

Segundo Hall, poucos pensadores atuais denunciaram com tanto vigor quanto Michel Foucault o que existe de cruel e moralmente abusivo nas relações humanas, ele acreditava que só uma virada radical na imagem do sujeito e nos modos de vida

relacional poderia desfazer certos impasses criados pela atual hierarquia moral da sexualidade (COSTA, 1995, 129-130).

Esta virada radical proposta pelo filósofo parecia ser uma reivindicação pessoal, considerando a sua história de vida permeada pelo preconceito e pelo sofrimento. Ele escolheu não seguir a tradição da família, formada por médicos, decidiu ser historiador; descobriu-se atraído por homens em uma família de tradição católica; havia uma pressão em sua casa para que ele se “endireitasse”, atentou contra a própria vida várias vezes e despertou a afeição pelo álcool (MOLINA, 1999, 01-02).

Durante seus últimos oito meses de vida, o filósofo trabalhou com afinco para escrever e reescrever seus dois últimos livros. De acordo com Veyne, ele não experimentou o medo da morte; tal qual os antigos, realizou uma espécie de meditação sobre o porvir, de modo a se preparar para ela. Sua morte interrompeu justamente o momento no qual ele elaborava seu trabalho sobre a estética da existência, levou consigo o resto da sua estratégia (VEYNE, 1985, 08).

“Tudo desapareceu”, disse Medeia, “mas uma coisa me restou: eu”. É possível lembrar de Serenus que, não sabia muito bem a qual filosofia se vincular, sentindo-se desconfortável em sua própria pele, não sabendo se era bastante ou pouco estoico, nem o que deveria ou não aprender (FOUCAULT, 2006, 103-107). Vários caminhos surgem entre a antiguidade e a modernidade e que podem levar ao “Cuidado de si”.

Esta reflexão sobre o “Cuidado de si” foucaultiano implicou em ter um olhar atento ao modo como ele viveu essa experiência, esses são seus livros, suas experiências de vida. Ao ponderar sobre o conceito de experiência trazido por López, apresentado no início deste trabalho, que estaria relacionado à criação de conceitos, abarcando tanto o dito quanto o não dito, assim como, nós ou pontos de condensação do pensamento de cada filósofo; julgou-se que o entendimento da definição do termo perpassa tudo o que implicou a relação entre o filósofo e o tema. Sem ter a pretensão de contemplar toda a complexidade e completude desta analogia, pondera-se sobre alguns aspectos.

Como interesse comum, a experiência pessoal foi objeto de estudo dele e dos filósofos que o influenciaram em sua formação. O empenho em pesquisar sobre a categoria do sujeito culminou em um direcionamento voltado para a apreensão da

relação entre verdade e subjetividade, ou seja, do modo como o sujeito constrói as suas verdades.

O seu acesso ao sujeito no “Cuidado de si” ocorre preliminarmente com o sujeito sexual, posteriormente com o sujeito de prazer e o derradeiro sujeito de si. A cada passo dado, ele adentra ainda mais no modo como o sujeito constitui a si mesmo, em sua experiência, em meio à repressão e à liberação, na história, dentro de sua cultura. Seja nas práticas discursivas do saber, nas manifestações do poder ou na sua própria formação, é justamente na experiência que ambos têm seu ponto de encontro como experiências-limite, capazes de proporcionar a transformação do indivíduo.

Na contramão do sujeito universal pregado e defendido pela sociedade moderna, ele atribuiu protagonismo ao indivíduo singular e à sua subjetividade. Concebeu uma proposta de estudo sobre a genealogia e a arqueologia do “sujeito desejante”. No desencontro com a origem deste sujeito no cristianismo, encontrou-se com ele na antiguidade greco-romana. Em decorrência de um questionamento latente, a constituição da atividade sexual como campo moral foi analisada na relação que o sujeito estabelece consigo mesmo e com as suas verdades. A moral sexual integrava um conjunto mais vasto denominado “Técnicas de si”, relativo a um estilo de existência, nele importava mais o prazer e o desejo, em detrimento do sexo. Em seu aspecto geral, no “Cuidado de si”, o sujeito se voluntaria na fixação de regras de conduta que sejam adequadas à transformação de si em um ser ético.

Na origem diversa e na ausência de sistematização, o “Cuidado de si” que se manifesta no limite deste campo de investigação compreende uma série de transformações em sua prática e em seus modos de significação. Nesta moral antiga sem código definido, a proposição reinava em detrimento da imposição no acesso a este conjunto rico e denso de noções, práticas e formas de existência. No cerne de exercícios práticos e de pensamento, existia a busca por ideais de perfeição e de imortalidade. O problema para os gregos teria sido então escolher qual técnica utilizar para viver da melhor maneira possível.

O “Cuidado de si” passa por vários processos de maturação. Ele estava ligado inicialmente à pedagogia, à política e ao conhecimento de si; a idade ideal para cuidar de si passa pela juventude, depois pela vida adulta, pela maturidade, culminando em qualquer fase, tendo o seu coroamento na velhice. De fenômeno sectário, transforma-

se em uma condição de vida universal. Ligada inicialmente à instrução de um mestre, o filósofo, que com o tempo vai perdendo a sua condição peculiar. No cristianismo, a mudança gerada interrompe de certo modo o desenvolvimento desta prática, quando ela passa a ser vista como sendo uma inspiração egoísta. Foucault resgata esse movimento quando resolve atribuir novamente o seu valor anterior na modernidade.

Apesar de o “Cuidado de si” estar vinculado a um privilégio político, econômico e social na antiguidade, adequado só para alguns poucos escolhidos; um aspecto interessante e, até mesmo contraditório, é que o filósofo considera que ele possa ser uma alternativa de libertação do sujeito na atualidade, com o intuito de permitir que ele expresse e se constitua em sua individualidade, de modo a construir uma sociedade mais igualitária, ou seja, procurando utilizar uma prática outrora sectária, buscava a igualdade social na modernidade. Considera-se que, mesmo na atualidade, havia o risco de ter de lidar com as mesmas consequências restritivas anteriores.

Além disso, na referência feita aos estoicos, infere-se que quanto maior o cerceamento imposto ao sujeito, mais urgente o “Cuidado de si” se torna em se manifestar. Ou seja, é na limitação do exercício da liberdade que, a própria liberdade atrelada ao “Cuidado de si”, ascende em sua necessidade de expressão.

Nessa “Técnica de si” do sujeito, a perspectiva de Michel Foucault seria mais no sentido de uma construção deste, do que da busca de uma essência ou de uma natureza da alma. Ele se utilizava de termos como “constituição de si” como sujeito moral, de dotar o sujeito de uma verdade que ele não conhecia e que não residia nele. Insistia mais nas práticas de liberdade do que nos processos de liberação. É como se no rompimento com a repressão, não sobrasse nada que pudesse satisfazer o sujeito. Se ele não acreditava em uma essência, a partir da liberação praticada, é como se algo tivesse que ser construído a partir dali.

Considerando que Foucault procurou trazer o “Cuidado de si” para a modernidade, a estética da existência proposta por ele também é capaz de fornecer informações relevantes sobre o modo como conceitua o termo. Em sua concepção, permitir o máximo de liberdade possível em sua constituição de ser ético é crucial. Também ocorre a valorização da prática, o sujeito do “Cuidado de si” seria o de ação reta, mais do que de conhecimentos verdadeiros. Ela é uma escolha pessoal de existência que não separa o indivíduo do mundo; ele em suas atividades se mantém em vigilância

de modo a constituir-se como sujeito verdadeiro de seus atos e exercer da melhor forma possível o seu papel como cidadão do mundo.

Reflete-se sobre até que ponto a liberdade era exercida na antiguidade greco-romana, considerando que em suas expressões, existia sempre outro sujeito, a obediência a um mestre e, em alguns casos, absoluta, que costumava ser um filósofo, ou qualquer outro “homem livre”. Quanto à moral conservadora gerada a partir do isolamento do sujeito na antiguidade, este isolamento não existe mais, porém, há outras expressões de sectarismo manifestadas na atualidade, a despeito da globalização. A austeridade identificada outrora e o conservadorismo não se dissiparam, porém, há que se refletir quanto ao seu fortalecimento em determinados contextos atuais, a exemplo da antiguidade.

Nessa ética do passado, Foucault viu um exemplo de experiência implicando uma conexão muito forte entre o prazer e o desejo que poderia servir de fundamento para os recentes movimentos de liberação que não possuem princípios nos quais se basear. A sua sugestão para a atualidade visa atender a problemas atuais, romper com o paradigma de que não é possível modificar a moral atual. Ela é baseada em uma estética da existência, na criação de um sujeito tal qual uma obra de arte, no exercício da sua atividade criativa.

O filósofo foi criticado sobre ter cedido a uma tentação narcísica ao recorrer ao “Cuidado de si” dos gregos. De fato, a estética da existência proposta por ele dispensaria o compromisso com valores universais, porém, este tipo de crítica também pode estar indicando, mais uma vez, o olhar que a modernidade tem em relação a cuidar de si, como sendo um movimento egoísta do sujeito. Para ele, o “Cuidado de si” adequado de todos em uma cidade geraria um bom funcionamento desta, além do sujeito encontrar o princípio ético de sua existência. Sua morte interrompeu justamente o momento no qual ele elaborava seu trabalho sobre a estética da existência.

Na medida em que se realiza a releitura do trabalho em questão, é possível compreender melhor certas preferências do filósofo, como por exemplo, do “Cuidado de si” em detrimento do “Conhece-te a ti mesmo”. Considerando que ele acreditava na construção do sujeito e não em uma descoberta de uma essência, o “Cuidado de si” parece ser mais adequado nesta análise. A necessidade de “Conhecer-se” parece,

à primeira vista, remeter à busca de uma origem em si, enquanto que o termo “Cuidado de si”, parece adequar-se bem à perspectiva de criação de si mesmo, de realizar um trabalho de si sobre si.

Vislumbra-se utilidade no “Cuidado de si” para a atualidade no sentido de este apresentar como perspectiva, a possibilidade de se construir um mundo mais justo e igualitário em sua manifestação. Nessa Utopia, as pessoas seriam valorizadas em suas individualidades, em suas diferenças. O sujeito, ou os grupos tidos como sendo “marginalizados”, poderiam dispor de um espaço mais acolhedor de modo a serem aceitos em sua diferença. Na constituição do sujeito singular tal qual uma obra de arte, seria possível sonhar com uma sociedade em que ele, independentemente de como escolhe se constituir, pudesse se sentir pertencente. Além disso, na sociedade moderna descrita por Foucault, na qual é impossível que o indivíduo exerça a sua liberdade, a técnica acaba se tornando um instrumento poderoso de libertação dessas amarras.

A filosofia não tem como hábito a realização de pesquisas práticas, porém, do mesmo modo como foi possível elucidar superficialmente a influência exercida pelo “Cuidado de si” no sujeito Michel Foucault, reflete-se sobre uma possível aplicação e utilidade desta em um grupo específico de estratificação social, como por exemplo, em famílias acompanhadas em Políticas e Programas Sociais, como as que se encontram em situação de pobreza e de extrema pobreza, como no caso do Programa Bolsa Família, criado pela Lei 10. 836 de 09 de janeiro de 2004 e destinado a ações de transferência de renda com condicionalidades.

É claro que, a dita crise de subjetivação descrita por Foucault abarca a sociedade como um todo, porém, possivelmente as suas consequências são sentidas em maior proporção nesses grupos menos favorecidos que não acessam as condições mínimas de sobrevivência. Talvez um trabalho voltado para a reflexão sobre quem somos, sobre o papel que cada um de nós exerce em nossa família, em nossa comunidade, no mundo, pudesse gerar como consequência, reflexões de autoafirmação e empoderamento, no mínimo, interessantes, visando como projeto mais amplo, a possibilidade de viabilizar uma maior inclusão social.

5. Conclusão

“Considera o que és.” (Epiteto).

(GROS, 2006, p.488, apud FOUCAULT, 2006).

A pesquisa realizada por Michel Foucault sobre o “Cuidado de si” ocorreu justamente em um período em que ele e outros pensadores consideravam que era urgente recolocar a categoria do sujeito em questão. A partir do seu interesse em pesquisar a relação existente entre o sujeito e a verdade, especificamente a sua constituição como sujeito sexual, ele realizou um retorno à antiguidade greco-romana. Com o estudo dos textos prescritivos dessa época, ele não só acessou o conteúdo relativo ao “Cuidado de si”, como também aplicou várias dessas técnicas em sua vida, haja vista a sua concepção de experiência e a importância desta em suas pesquisas.

O seu encantamento pelo tema torna-se cada vez mais compreensível na medida em que se acessa informações relativas a ele e a sua experiência de vida. O filósofo defendia a experiência do sujeito como sendo algo do qual fosse possível sair transformado (FOUCAULT, 2013, 292), o “Cuidado de si” também. Em sua concepção, a história do homem de desejo e de como ele se reconhece como sujeito sexual estariam diretamente relacionados com essas “Técnicas de si” da antiguidade (Id., 1984, 11-15).

O estudo do tema não estava no seu planejamento inicial, acabou sendo um “desvio de percurso” de modo a viabilizar a continuidade da pesquisa que já estava em desenvolvimento sobre a “sexualidade enquanto experiência”, cuja origem estaria no regime de prazeres praticados naquela época, o regime da *afrodisia*. Esse regime de prazeres praticado na antiguidade greco-romana fazia parte de um conjunto mais vasto de práticas denominadas “Técnicas de si”, elas eram um modo de vida, de se constituir como sujeito, mestre de sua conduta (Ibid., 89-128).

O “Cuidado de si” tomava forma no interior de redes ou de grupos determinados e distintos uns dos outros, com combinações entre o cultural, o terapêutico, o saber e a teoria (Id., 2006, 103-107). Por ser uma prática tão vasta, Foucault realiza o isolamento de três momentos históricos (socrático-platônico, helenístico e ascético-cristão) para estudar.

De acordo com Gros, o “Cuidado de si” cria uma distância da ação com a intenção de regulá-la. Na “Cultura de si” a relação consigo é primordial. Na ausência

de regulação, há a afirmação de uma independência irreduzível. “Considera o que és” é o conselho dado por Epiteto, não para desviar da vida ativa, mas para fornecer uma regra de conduta para alguém que é habitante do mundo e cidadão da sua cidade. É a definição de seu papel que lhe fixará, então, a medida do que tem a fazer (GROS, 2006, p.487-488, apud FOUCAULT, 2006).

Com a inspiração deste belo trecho estoico sobre o “Cuidado de si”, é possível concluir a partir deste estudo que, ele teria sido um conjunto de práticas realizadas pelo sujeito, de modo a prepará-lo para assimilar a verdade e transformá-la em uma ética; o seu intuito era o de fazer com que o indivíduo se comporte adequadamente diante de um acontecimento (FOUCAULT, 1994, 13). Procurando propor, mais do que impor, as técnicas de si permitiam que cada qual adotasse práticas de acordo com a sua fisionomia particular, que deveria ser a matéria principal de sua conduta moral (Id., 1984, 14-27). Apesar da sua generalização enquanto prática, este se articulava sempre de forma sectária, ligado ao ócio e, conseqüentemente, ao *status* social, possível para todos e acessado por poucos. Na medida em que se estreita a relação consigo, maior é a liberdade e a independência do indivíduo em sua existência.

Em resposta à pergunta norteadora deste trabalho, Michel Foucault acaba conceituando o “Cuidado de si” como sendo uma ética. Na antiguidade greco-romana, a ética como prática da liberdade girou em torno dessa prática (Id., 2004, 268); em segundo lugar, ele se baseia neste modo de vida da antiguidade greco-romana para propor uma estética da existência para a atualidade.

Em seu estudo sobre a antiguidade greco-romana, Foucault também tinha a intenção de diagnosticar a sua atualidade que, no seu entendimento, estava em plena crise de valores. Nela não era possível fundamentar uma moral. O Estado estaria exercendo o papel que outrora o Poder Pastoral exerceu, como poder individualizante, que transforma o indivíduo em sujeito (DREYFUS; RABINOW, 1995, 231-239).

A proposta de Foucault para o presente permitiria instituir a liberdade individual da qual, em sua concepção, o sujeito tem sido privado. Com ela, se deveria tentar jogar com o mínimo de dominação possível. Ele acreditava que este era efetivamente o ponto de articulação entre a preocupação ética e a luta política pelo respeito dos direitos, entre a reflexão crítica contra as técnicas abusivas de governo e a investigação ética (FOUCAULT, 2004, 285). Ela traria então a perspectiva de criação de uma estética da existência do sujeito.

O foco de Michel Foucault sempre girou em torno do modo como o sujeito se constitui. De acordo com ele, o sujeito em sua liberdade constrói a si mesmo. A sua experiência o levou a se debruçar por vários temas e, por uma coincidência ou não, o tema ao qual pesquisou nos seus últimos anos de vida tratava justamente de uma auto finalização do sujeito. Na contramão do sujeito universal pregado e defendido pela sociedade moderna, ele atribuiu protagonismo ao indivíduo singular e à sua subjetividade. Um sujeito singular tal qual uma obra de arte, único, não há como haver outro igual, ao construir a si, o sujeito torna-se exclusivo. O filósofo concebeu uma proposta de estudo sobre a genealogia e a arqueologia do “sujeito desejante”. No desencontro com a origem deste sujeito no cristianismo, encontrou-se com ele na antiguidade greco-romana.

Visando criar um mundo inteiramente novo, mais inclusivo, o filósofo convidava os outros a exercerem a sua liberdade diante dos domínios impostos pela sociedade. Ele fez o tema do “Cuidado de si” reemergir na modernidade e trouxe com ele a possibilidade de se enxergar a construção de certas verdades a partir de outras perspectivas, como no caso da relação existente entre o “Cuidado de si” e o “Conhece-te a ti mesmo”, a partir da qual, o último estaria subordinado ao primeiro. Além disso, ele atribuiu grande parte da responsabilidade do “Cuidado de si” ter sido eclipsado na modernidade ao “momento cartesiano”, em que as condições de acesso à verdade estariam no conhecimento e não mais no sujeito.

A auto exigência, a necessidade de elaboração de si da melhor forma possível fez com que essas práticas se tornassem extremamente exigentes e conservadoras na antiguidade greco-romana. Com essa constatação, Foucault acaba descobrindo a origem do conservadorismo do pensamento moral cristão e moderno. Em contrapartida, se a exemplo dos gregos, é na dominação que o “Cuidado de si” se torna mais evidente e urgente, este talvez seja uma alternativa viável para a atualidade, principalmente para as minorias citadas por ele que têm a necessidade de encontrar princípios que sirvam de base para a elaboração de uma nova ética. A proposta de uma estética da existência visa atender a problemas atuais, romper com o paradigma de que não é possível modificar a moral atual. Ela é baseada na criação de um sujeito tal qual uma obra de arte, no exercício da sua atividade criativa.

A sua experiência sobre uma estética da existência ficou inacabada em função do seu falecimento em 1984, porém, ela estará sempre ativa e presente através de

outras experiências. Para concluir, sem finalizar essa prática do “Cuidado de si”, que essa reflexão também sirva de contribuição para novas experiências proporcionadas por este tema tão rico. A experiência de Michel Foucault permanece sendo experiência de outros, afinal, como afirma Veyne, “o eu é a nova possibilidade estratégica” (VEYNE, 1985, 08).

Pretende-se dar prosseguimento a este tema de pesquisa em um trabalho futuro, de modo a abordar de forma mais aprofundada a problemática da estética da existência, pincelada neste trabalho, bem como, à questão da amizade na perspectiva do filósofo. A filosofia não tem como hábito a realização de pesquisas práticas, porém, reflete-se sobre uma possível aplicação e utilidade desta em um grupo específico de estratificação social, como por exemplo, em famílias acompanhadas em Políticas e Programas Sociais, como as que se encontram em situação de pobreza e de extrema pobreza. Talvez um trabalho voltado para a reflexão sobre quem somos, sobre o papel que cada um de nós exerce em nossa família, em nossa comunidade, no mundo, pudesse gerar como consequência, reflexões de autoafirmação e empoderamento, no mínimo, interessantes, visando como projeto mais amplo, a possibilidade de viabilizar uma maior inclusão social. Finaliza-se essa experiência do mesmo modo como foi iniciada, tendo a experiência de Michel Foucault como inspiração:

Devemos mudar totalmente nosso modo de ser, nossa relação com os outros, com as coisas, com a eternidade, com Deus, etc. e se produzirá uma verdadeira revolução sob as condições dessa mudança radical de nossa experiência.⁵

⁵ FOUCAULT, Michel. (1994a) *Dits et écrits*. Paris: Gallimard, vol. III, p. 749. In: NASCIMENTO, Wanderson Flor do. Nos rastros de Foucault: ética e subjetivação. pp. 01-09. Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/art01.pdf>. Acesso em: 02.09.2017.

6. Referência Bibliográfica

- **COSTA**, Jurandir Freire. O sujeito em Foucault: estética da existência ou experimento moral? *Tempo Social; Rev. Sociol. USP*, S. Paulo, 7 (1-2): 121-138, outubro de 1995. Acesso em: <https://www.revistas.usp.br/ts/article/download/85213/88050>. Acesso em: 02.09.2017;
- **DREYFUS**, Hubert L. **RABINOW**, Paulo. Michel Foucault, uma trajetória filosófica: para além do estruturalismo e da hermenêutica. Tradução de Vera Porto Carrero. – Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995;
- **FOUCAULT**, Michel. O dossier/ últimas entrevistas. Org. de Carlos Henrique Escobar. Rio de Janeiro: Taurus, 1984;
- **FOUCAULT**, Michel. Repensar a política. Organização e seleção de textos: Manoel Barros da Motta. Tradução: Ana Lúcia Paranhos Pessoa; - Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2013. (Ditos e Escritos);
- **FOUCAULT**, Michel. História da sexualidade 2 – O uso dos prazeres. Michel Foucault; tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque; revisão técnica de Jose Augusto Guilhom Albuquerque. – Rio de Janeiro: Edições Graal, 1984;
- **FOUCAULT**, Michel. História da sexualidade 3 - O cuidado de si. Tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque: revisão técnica de José Augusto Guilhom Albuquerque – Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985;
- **FOUCAULT**, Michel. A Ética do Cuidado de Si como Prática da Liberdade. Entrevista com H. Beker, R. Fonlet-Betancourt, A. Gomez-Müller, em 20 de janeiro de 1984, Concordia. *Revista internacional de filosofia*, nº 6, julho-dezembro de 1984, ps. 99-116. In: **FOUCAULT**, M. *Ética, Sexualidade, Política*. Org. e seleção de textos Manoel B. da Motta. Trad. Elisa Monteiro, Inês Autran D. Barbosa. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2004. (Ditos & Escritos; V), 264-287;
- **FOUCAULT**, Michel. A hermenêutica do sujeito/ Michel Foucault: edição estabelecida sob a direção de François Ewald e Alessandro Fontana, por Frédéric Gros.; tradução Márcio Alves da Fonseca. Salma Tannus Muchail. – 2° ed. – São Paulo: Martins Fontes, 2006;
- **FOUCAULT**, Michel. Arqueologia das ciências e história dos sistemas de pensamento. Michel Foucault; organização e seleção de textos, Manoel Barros da

- Motta; tradução, Elisa Monteiro -2. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2005. (Ditos e escritos; II);
- **FOUCAULT**, Michel. Técnicas de si. Traduzido a partir de FOUCAULT, Michel. *Dits et écrits*. Paris: Gallimard, 1994, Vol. IV, pp. 783-813, por Karla Neves e Wanderson Flor do Nascimento, 01-23. Acesso em: https://cognitiveenhancement.weebly.com/uploads/1/8/5/1/18518906/as_tcnicas_do_si-_michel_foucault.pdf. Acesso em: 02.09.2017;
 - **FOUCAULT**, Michel. Arqueologia das ciências e história dos sistemas de pensamento. Organização e seleção de textos, Manoel Barros da Motta; tradução: Elisa Monteiro – 2 ed. – Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2005. (Ditos e escritos II);
 - **FOUCAULT**, Michel. Verdade, poder e si. Traduzido a partir de FOUCAULT, Michel. *Dits et écrits*. Paris: Gallimard, 1994, vol. IV, pp. 777-783, por Wanderson Flor do Nascimento, (01-06). Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/verdade.pdf>. Acesso em: 02.09.2017;
 - **FOUCAULT**, Michel. Uma estética da existência. Une esthétique de l'existence (entretien avec A. Fontana), *Le monde*, 15-16 juillet 1984, p. XI. Tradução de Wanderson Flor do Nascimento, pp.01-05. Acesso em: <http://files.philo-ethos.webnode.pt/200000086-4b9ae4bf4e/estetica.pdf>. Acesso em: 02.09.2017;
 - **FOUCAULT**, Michel. Sexo, poder e identidade. Michel Foucault, an Interview: Sex, Power and the Politics of Identity; entrevista com B. Gallagher e A. Wilson, Toronto, junho de 1982; *The Advocate*, n. 400, 7 de agosto de 1984, pp. 26-30 e 58. Esta entrevista estava destinada à revista canadense Body Politic. Tradução de Wanderson Flor do Nascimento, pp. 01-11. Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/sexo.pdf>. Acesso em: 02.09.2017;
 - **FOUCAULT**, Michel. (1994a) *Dits et écrits*. Paris: Gallimard, vol. III, p. 749. In: NASCIMENTO, Wanderson Flor do. Nos rastros de Foucault: ética e subjetivação. pp. 01-09. Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/art01.pdf>. Acesso em: 02.09.2017;

- **GRABOIS**, Pedro. Ensaio Filosóficos, Volume III – Abril/2011, 105-120. Acesso em: http://www.ensaiosfilosoficos.com.br/Artigos/Artigo3/Pedro_Grabois.pdf. Acesso em 12.08.2016;
- **GROS**, Frédéric. Situação do Curso. In: FOUCAULT, Michel. A Hermenêutica do Sujeito. São Paulo, Martins Fontes: 2006, p. 458-493;
- **LÓPEZ**, Maximiliano Valério. O conceito de experiência em Michel Foucault. Revista Reflexão e Ação, Santa Cruz do Sul, n2, p.42-55, jul./dez. 2011. Acesso em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/reflex/article/download/2367/1900>. Acesso em: 14.11.2016;
- **MOLINA**, Daniel. O filósofo que se atreveu a tudo. El filósofo que se atrevió a todo. Publicado en Buenos Aires: Clarín, Sección “Cultura y Nacion” en 25 de abril de 1999. Tradução de Wanderson Flor do Nascimento. Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/bio1.pdf>. Acesso em: 02.09.2017;
- **RAJCHMAN**, John. Foucault: ética e obra. Este texto foi apresentado no Colóquio RENCONTRE INTERNATIONALE. Michel Foucault Philosophe - Paris, 9, 10, 11, janvier. Paris, Seuil, 1989. (Tradução de Wanderson Flor do Nascimento), pp. 01-09. Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/art02.pdf>. Acesso em: 02.09.2017;
- **REVEL**, Judith. Michel Foucault: conceitos essenciais/Judith Revel; tradução Maria do Rosário Gregolin, Nilton Milanez, Carlos Piovesani. – São Carlos: Claraluz, 2005;
- **VEYNE**, Paul. O último Foucault e sua moral. Tradução de "Le dernier Foucault et sa morale" em *Critique*, Paris, Vol. XLIL, nº 471-472, p. 933-941, 1985, por Wanderson Flor do Nascimento, 01-09. Acesso em: <http://michel-foucault.weebly.com/uploads/1/3/2/1/13213792/art10.pdf>. Acesso em: 14.11.2016.