

**O “CUIDADO DE SI” NA HERMENÊUTICA DO SUJEITO DE MICHEL FOUCAULT**Nádia Filomena¹

Para a reflexão a que me proponho evoco, principalmente, um conjunto de análises e discussões, a partir do curso proferido por Michel Foucault, no *Collège de France*, em 1982, publicado posteriormente sob o título de *A Hermenêutica do Sujeito*. No referido curso, o autor privilegia o tema das práticas de si, das técnicas de subjetivação, do vínculo histórico da subjetividade à verdade, sempre deixando claro que o sujeito suposto por essas técnicas de si, pelas artes da existência é um “eu ético”, antes que um sujeito ideal do conhecimento. Com efeito, não se trata aí de um retorno de Foucault à concepção de sujeito que ele próprio havia criticado anos antes, a de sujeito fonte de sentido, universal constituído, soberano etc., mas do sujeito ora compreendido como passível de transformação, modificável, sujeito que se constrói, que se dá regras de existência e conduta, que se forma através dos exercícios, das práticas e das técnicas.

Em 1984, em entrevista para a Revista Internacional de Filosofia, Foucault chama-nos a atenção para o fato de que a concepção de ética encontra-se ligada à constituição de um sujeito capaz de se apropriar dos destinos de sua vida². O autor propõe que não deixemos de pensar a ética como a forma privilegiada de reflexão sobre os modos de viver, ao mesmo tempo em que tomamos a vida como a expressão de uma obra de arte singular, como forma possível de resistência às formas de dominação. Portanto, pensar a ética é pensar a um só tempo a liberdade (como um exercício dinâmico e processual de reflexão em face da alteridade) e a estética (como um exercício de sensibilidade em relação ao outro), gerando uma unidade inconsútil.

¹ Psicóloga da UFF/COLUNI e professora da UNILASALLE-RJ. Palestra apresentada no II Encontros com a Filosofia, em 9 de novembro de 2006.

² Cf. Foucault, M. “A Ética do Cuidado de Si como prática da Liberdade”; pp. 264-87.

Parece-me que hoje, o tema das “artes da existência” tomou o lugar dos estudos progressos desenvolvidos por Foucault sobre o poder. Podemos perceber o patente interesse despertado entre profissionais e intelectuais contemporâneos pelo pensamento e problematizações levantadas pelo filósofo no curso de 1982, no *Collège de France*, referentes à ética e aos modos de subjetivação. Configura-se aí, de maneira ainda acanhada, uma discussão que se reacende no campo das ciências humanas, o qual parece, embora de forma tateante, retomar à inegável celeuma envolvida no diagnóstico do lugar que os profissionais/especialistas têm nas redes sociais de exercício do poder.

Levantar o problema da constituição do sujeito ético, na esteira de Foucault, sugere a princípio, a não contarmos com “lições de uma história-passado que no presente encontra seu objetivo; tampouco segredos ocultos de um passado-totalidade inferidos com flexível rigor a partir de um presente qualquer”³, mas, acompanhando o desenvolvimento do seu pensamento, tentar apreender o aleatório, o surpreendente e o inaudito que perpassam o vínculo entre o presente e o passado estabelecido na narrativa histórica, necessariamente atentos à relação do presente com ele mesmo⁴. Assim, no sentido de não podermos dispensar importantes ‘cuidados’ com o ‘cuidado de si’, que ora parece ocupar o foco das atenções, nos reportamos ao próprio Foucault que esclarece seu tema de análise em uma entrevista datada de 1984 — quando indagado sobre uma eventual mudança de perspectiva na sua passagem da genealogia à ética:

...eu diria que, se agora me interessa de fato pela maneira com a qual o sujeito se constitui de uma maneira ativa, através de práticas de si, essas práticas não são, entretanto, alguma coisa que o próprio indivíduo invente. São esquemas que ele encontra em sua cultura e que lhe são propostos, sugeridos, impostos por sua cultura, sua sociedade e seu grupo social⁵.

Portanto, vale aqui ressaltar que expressões como “práticas de si” e “cuidado de si” longe de circunstanciar uma espécie de apaziguamento do “sujeito-substância”, da “perspectiva individual”, nos lança de forma intensa e reiterada no campo minado das relações de saber-poder, em que estamos sem dúvida envolvidos. Para tanto, longe de sugerir que o sujeito contemporâneo deva voltar-se para si próprio, a fim de

³ Cf. Id. ; p. 19.

⁴ Cf. Ibid.; pp. 19/20.

⁵ Cf. Foucault, M. “A Ética do Cuidado de Si como Prática da Liberdade”; p. 276.

decifrar seus estados de consciência, características individuais, ou mesmo, traços de desejo etc., Foucault opõe a tal procedimento outras técnicas de si - bastante distintas das práticas de confissão cristã e do exame psicológico (ou de tipo “psicologizante”). Nessa perspectiva, o eu ético é uma relação a si e aos outros, ou melhor, uma série de práticas de relação a si e aos outros, jamais um sujeito capaz de se libertar por intermédio de qualquer espécie de vontade individual ou soberana, desejo inconsciente ou liberdade criadora essencial. Conforme as análises de Foucault, o “cuidado de si” reverbera em formas de criação necessariamente sociais e políticas que apontam ao exterior, que refletem, principalmente, a vida de cada um em relação a outras vidas.

Perspectivando este pensamento de Foucault como ferramenta para a discussão do projeto ético contemporâneo, colocamos em debate a distinção que elabora, em *A Hermenêutica do Sujeito*, entre “sujeito moral” e “eu ético”. Frédéric Gros, no artigo “O cuidado de si em Michel Foucault” (2004), demonstra como Foucault privilegia, na *Hermenêutica do Sujeito*, o sujeito conjecturado nas práticas de si da filosofia greco-romana, como um eu ético, oposto ao sujeito ideal do conhecimento, pressuposto em uma expressiva tradição filosófica como alma em Platão, *res cogitans* em Descartes, eu transcendental em Kant, consciência pura em Husserl, etc. O sujeito, como um eu ético transformando-se através de “exercícios espirituais”, é entendido como capaz de construir a si mesmo, atribuindo a si regras de existência e de conduta, totalmente apartado do discurso que o articula a uma natureza essencial ou pré-estabelecida. Logo, a indagação sobre o eu ético situa-se na perspectiva de uma história da subjetividade. Tal história descrita por Foucault neste curso de 1982 é a das técnicas de ajustamento da relação de si para consigo, que sem dúvida irá destacar os exercícios pelos quais um eu se constitui a si mesmo como sujeito e a elaboração de esquemas de existência através destes exercícios espirituais, a fim de inscrever uma ordem imanente na própria vida que não é sustentada por valores transcendentais ou condicionada pelas curvas de normalidade impostas pela heteronomia social adaptativa.

A primeira, e penso que a mais decisiva distinção conceitual que faz, é entre o conhecimento de si e o cuidado de si. Fazendo duas distinções esclarecedoras entre a Antiguidade e a Idade Moderna e, ainda, entre cuidado de si e conhecimento de si, Foucault demonstra que a filosofia elabora, desde de Descartes, uma figura do sujeito enquanto intrinsecamente capaz de verdade, um sujeito que seria a priori capaz de

verdade, e apenas acessoriamente um sujeito ético de ações retas. “Eu posso ser imoral e conhecer a verdade”. Com essas palavras, argumenta que, para o sujeito moderno, o acesso à verdade não depende do efeito de um trabalho interior de ordem ética (ascese, purificação, etc.). Inversamente, na Antiguidade, o acesso de um sujeito à verdade dependia de um movimento de conversão que impusesse ao ser uma modificação ética. Deste modo, o ser do sujeito deve transformar-se para que possa pretender alcançar a verdade, enquanto que, para a filosofia moderna, o sujeito pode, por estar sempre esclarecido pela verdade, pretender mudar sua maneira de conduzir-se. Assim, Foucault demonstra-nos que o que estrutura a oposição entre o sujeito antigo e o sujeito moderno, na verdade, é uma relação inversa de subordinação entre “cuidado de si” e “conhecimento de si”. O cuidado, para os antigos, está ordenado ao ideal de criar no eu uma certa relação de retidão entre ações e pensamentos. Ao modo moderno de subjetivação, a constituição de si como sujeito é função de uma tentativa indefinida de conhecimento de si. Os atos que se realizam só têm valor enquanto ajudam o sujeito a se conhecer melhor. Logo, para Foucault, o sujeito da ação reta, na Antiguidade, foi substituído, no Ocidente moderno, pelo sujeito do conhecimento verdadeiro⁶.

Em *A Hermenêutica do Sujeito*, descrevendo o modo de subjetivação na Cultura Antiga, relendo Platão, Marco Aurélio, Sêneca e Epicuro, Foucault encontra testemunhos da relevância do “cuidado de si” e de sua conexão com o tema do “conhecimento de si”. Anunciando o seu novo ponto de partida teórico, Foucault apresenta-nos Sócrates, na *Apologia*, como aquele que interpela os passantes e lhes questiona sobre suas ocupações com a virtude e com a alma. Cumprindo a missão de mestre do cuidado de si, Sócrates a executa por pura benevolência. Imbuído de tal missão, Sócrates é aquele que vela para que seus concidadãos cuidem de si mesmos, pois assim estaria ensinando-lhes a cuidar da própria cidade. Oito séculos mais tarde, a mesma noção de “cuidado de si” aparece com igual importância em Gregório de Nissa, um dos mais importantes autores dos primeiros textos cristãos, para quem encontrar a efígie que Deus imprimiu em nossa alma, a qual o corpo recobriu de mácula, é ter cuidado consigo mesmo, acendendo, assim, à luz da razão, na medida em que se explora os recantos da alma. Observando a produção de pensadores gregos, romanos e dos primeiros cristãos, entre Sócrates e Gregório de Nissa,

⁶ Cf. Foucault, M. *A Hermenêutica do Sujeito*; pp. 632-634.

Foucault constata que, além de princípio, o “cuidado de si” é também uma prática constante, sendo, portanto, um preceito de vida, altamente valorizado na Grécia⁷.

Entre estes dois marcos extremos da Filosofia Antiga, encontram-se exemplos distantes destes modos de pensamento e de moral: como os de Epicuro, Fílon, Sêneca, Plutarco e outros. Neste sentido, a filosofia, tanto na Grécia como em Roma, transpôs, para o interior de suas exigências próprias, um ideal social, ora muito difundido. O “princípio do cuidado de si”, mesmo quando se torna um princípio filosófico, continuou sendo uma forma de atividade. *Epimeléia heautou*, esclarece-nos Foucault, não designa precisamente uma atitude de consciência ou forma de atenção sobre si mesmo, mas uma ocupação regrada, um trabalho com seus procedimentos e objetivos. Pode-se dizer, inclusive, que em toda a Filosofia Antiga, o cuidado de si foi considerado, além de um dever e de uma técnica, também uma obrigação fundamental, incluindo a realização de um conjunto de procedimentos cuidadosamente elaborados. Todavia, a *epimeleia heautou* (ou o “cuidado de si”), como o princípio de que se deve ocupar-se consigo, cuidar de si mesmo, está, atualmente, ressalva Foucault, ofuscado pelo brilho do *gnothi seauton*, o “conhecimento de si”. Na Cultura Antiga, os dois princípios mantinham uma estreita conexão e o cuidado de si era, por sua vez, considerado importante e necessário.

Foucault toma o Alcibíades como ponto de partida do estudo sobre o cuidado de si. Na análise deste diálogo, aparecem três questões pertinentes à relação do cuidado de si com a política, com a pedagogia e com o conhecimento de si, principalmente, quando confrontado com os textos dos séculos I e II d. C. A primeira questão diz respeito ao princípio do cuidado permanente, da juventude à velhice, significando a importância de se velar pela própria alma durante toda a vida, não se tratando, contudo, de um modo de preparação momentânea para a vida ou mesmo de uma forma de vida. Alcibíades se dava conta de que devia cuidar de si, na medida em que pretendia mais tarde ocupar-se com os outros. Outrossim, a ideia da conversão a si designa o movimento da existência pelo qual se retorna sobre si mesmo, com o objetivo de estabelecer algumas relações consigo mesmo para sempre. Tal princípio baseia-se no modelo jurídico-político (o ser soberano de si mesmo,

⁷ Cf. *Ibid.* ; pp. 597-600.

exercer domínio sobre si mesmo, ser independente, ser para si) e no modelo do gozo possessivo (o regozijar-se consigo, ter prazer consigo mesmo)⁸.

A segunda questão concerne à pedagogia, onde o princípio do cuidado de si se impunha em função de falhas inerentes ao processo de aprendizado pregresso. Tratava-se de completar a tarefa da pedagogia, empreendendo-se, com novas reformulações, um processo efetivo de “formação”. Neste sentido, o princípio do cuidado de si tinha uma função crítica, na medida em que deveria permitir abandonar os maus hábitos, as opiniões falsas, como uma forma de “desaprender”. Este princípio cumpre também uma função de luta, criando um estado de disposição ao combate, dado que é preciso fornecer ao indivíduo as armas e a coragem que lhe permitirão lutar durante toda a sua vida. Afinal, um inimigo pode atacar a qualquer momento. A função curativa e terapêutica, próxima do modelo médico, também aparece, já que o termo *pathos*, nas escolas helênicas, tinha um duplo significado, os de “paixão da alma” e de “doença do corpo”. O papel da filosofia é curar as doenças da alma, constituindo a Medicina e a Filosofia um único domínio⁹.

A terceira questão trazida considera a relação consigo como sempre apoiada na relação com o outro, pois, independente da relação amorosa (do eros tradicional), não se pode se ocupar consigo sem a ajuda de um outro. Torna-se relevante nesta prática da alma a multiplicidade das relações sociais que podem lhe servir de suporte. Organizações escolares, conselheiros filosóficos, relações de família, relações de amizade, etc., são formas de se exercer a direção da alma, um verdadeiro serviço da alma que se realiza através de relações sociais múltiplas¹⁰.

O termo *askésis* designava um conjunto de práticas que a cultura de si comportava. O objetivo destas práticas se justifica pelo fato de que devemos nos exercitar de modo a aprender, exclusivamente, aquilo que permitirá resistir aos acontecimentos que podem se produzir. Devemos aprender a não se deixar perturbar por tais acontecimentos, a não se deixar levar pelas emoções que eles poderiam suscitar. A questão é a de saber o que é necessário para poder manter o domínio diante dos acontecimentos que podem se produzir. Em resposta a esta questão, pressupõe-se a aquisição de um equipamento de discursos verdadeiros – *logói*.

⁸ Cf. *Ibid.* ; p. 601.

⁹ Cf. *Ibid.* ; p. 602.

¹⁰ Cf. *Ibid.* ; p. 603.

Discursos verdadeiros e racionais que permitam conjurar sobre os temores, no sentido de evitar o abatimento, por ventura produzidos pelos infortúnios. São eles, os discursos verdadeiros, que permitem afrontar o real. Três questões se colocam a respeito deste equipamento de discursos verdadeiros¹¹.

A primeira questão refere-se à natureza do discurso verdadeiro. O ponto principal de debate diz respeito à necessidade de conhecimentos teóricos. Para os epicuristas, por exemplo, é uma condição *sine qua non* conhecer os princípios que regem o mundo; quanto aos estóicos, havia uma divisão entre os que atribuíam maior importância aos dógmata (princípios teóricos que fundamentam as prescrições práticas) e os que atribuíam maior importância às regras concretas de conduta. Vale ressaltar que esses discursos verdadeiros concernem àquilo que somos em relação ao mundo, ao nosso lugar na ordem da natureza, em nossa dependência ou independência quanto aos acontecimentos que se produzem, nada tendo a ver com a decifração de nossos pensamentos, de nossas representações e desejos¹².

A segunda questão coloca-se quanto ao modo de existência em nós dos discursos verdadeiros. Já que precisamos recorrer a esses discursos, precisamos tê-los a mão, e tê-los a mão não corresponde à ideia platônica, segundo a qual, a alma deve se voltar sobre si mesma a fim de reencontrar sua verdadeira natureza. Ao contrário, seria, como para Plutarco, a absorção de uma verdade dada por um ensinamento. Neste sentido, não se encontra pelo movimento da reminiscência uma verdade escondida no fundo de nós, ao contrário, interiorizamos verdades recebidas por uma apropriação sempre crescente¹³.

A terceira questão remete-nos para as técnicas utilizadas para tal apropriação (uma dessas técnicas consistiria em exercícios progressivos de memorização). Nesta “ascese” da verdade, a escuta é a primeira e a mais importante coisa que se deve aprender. A cultura da escrita pessoal é prática igualmente relevante, cuja produção deve ser sempre “relida”, a fim de re-atualizar as questões que continham. Todas estas técnicas tinham o objetivo do retorno sobre si, do voltar-se sobre si mesmo, para examinar as riquezas ali depositadas. A finalidade desse conjunto de técnicas consiste em vincular a verdade e o sujeito. Porém, não se trata de descobrir uma verdade no

¹¹ Cf. *Ibid.* ; pp. 604/605.

¹² Cf. *Ibid.* ; p. 605

¹³ Cf, *Ibid.* ; p. 606.

sujeito, nem de fazer da alma o lugar em que, por um direito de origem, resida a verdade; tampouco se trata de fazer da alma objeto de um discurso verdadeiro. Trata-se, enfim, de dotar o sujeito de uma verdade que ele não conhecia, de fazer dessa verdade aprendida, memorizada, progressivamente aplicada, um quase-sujeito que reina em nós¹⁴.

Dentre os exercícios, encontramos aqueles que se efetuam em situação real (treinamento de resistência e de abstinência). Estes constituem treinamentos em pensamento e pelo pensamento, quais sejam: 1) a *praemeditatio malorum*, a meditação dos males do futuro; 2) as práticas de abstinência, de privação ou de resistência física; 3) atitude hermenêutica em relação a si mesmo; 4) a célebre *melete thanátou*, meditação ou exercício da morte. A meditação dos males do futuro objetivava a construção de representações dos acontecimentos futuros, no sentido de atualizá-los. Não se tratava de viver por antecipação sofrimentos e dores que seriam eventualmente causados por acontecimentos futuros. Na verdade, o intuito deste exercício era o de produzir a compreensão e o convencimento de que os males não são, de algum modo, reais, mas que somente são tomados por verdadeiros infortúnios devido à opinião que deles temos. O objetivo é anular, ao mesmo tempo, o porvir e o mal. O porvir, porque se faz dele uma representação como já dado em uma atualidade extrema, o mal, porque se exercitou a não mais considerá-lo como tal. Quanto às práticas de abstinência, de privação ou de resistência física, fazem-se com o objetivo de estabelecer e testar a independência do indivíduo em relação ao mundo exterior. Destinadas a por o indivíduo a prova de si mesmo, a atitude hermenêutica em relação a si mesmo não se prestava ao descerramento de verdades escondidas, a que seria a do próprio sujeito. Ao contrário, o encontro com suas representações, tais como se apresentavam, denotava a oportunidade de rememorar um certo número de princípios verdadeiros (relativos à morte, à doença, ao sofrimento, à vida política, etc.), produzindo-se com essa evocação, a capacidade de reagir conforme esses princípios. Estes exercícios culminam com a *melete thanatou* — meditação da morte, considerada uma maneira de tornar a morte atual na vida. O objetivo deste exercício é o de tornar cada ação praticada “como se fosse a última”, oferecendo-se, assim, a possibilidade de se lançar um olhar retrospectivo sobre a própria vida. Quando torna – se possível considerar a si mesmo a ponto de morrer, pode-se julgar cada uma das

¹⁴ Cf. Ibid. ; pp. 607/608.

ações que se está cometendo em seu próprio valor. A relevância deste exercício aparece expresso na carta 26, escrita por Sêneca: “A morte dirá o progresso moral que terei tido... Espero o dia em que serei juiz de mim mesmo e saberei se tenho a virtude sobre os lábios ou no coração”¹⁵.

Resumidamente, a título de implicações éticas destes últimos trabalhos de Michel Foucault, podemos ressaltar que o que o autor entenderá como “ética do cuidado de si” helenístico e romano é uma ética da imanência, da vigilância e da distância. Mesmo sem comprometimento factual com este momento da história do pensamento ocidental, Foucault encontra aí a ideia de inscrever uma ordem na própria vida, uma ordem imanente, que não seja apoiada por valores transcendentais ou condicionada do exterior por normas sociais. Para Foucault, “a moral dos gregos está centrada em um problema de escolha pessoal e de uma estética da existência”¹⁶. Repetidamente, no sentido de caracterizar a ética do cuidado de si, o autor evoca o deleite, sempre conquistado, diga-se de passagem, da relação consigo. Mas, o princípio do cuidado de si nada tem a ver com a auto-contemplação satisfeita e prazerosa. Vale registrar a declaração feita por Foucault em relação a algumas formas de introspecção (procura de uma via pessoal, busca e desenvolvimento de um eu autêntico, etc.) que ele reconhecia avançar na costa oeste dos Estados Unidos naquele momento: “Não apenas não identifico a cultura antiga de si ao que poderíamos chamar de culto de si californiano, como penso que são diametralmente opostos”¹⁷. Demonstra, assim, que longe de ser uma busca narcísica, o cuidado de si designa uma tensão vigilante de um eu que vela para não perder o controle sobre suas representações. Finalmente, nos leva a pensar o cuidado de si como uma prática social, demonstrando que este princípio não implica em um exercício de solidão, mas, ao contrário, que este é atravessado pela presença do Outro: o outro como diretor da existência, o outro como correspondente a quem escrevemos, o amigo que socorre, o parente benfeitor, etc¹⁸.

O fato é que em todo este “trabalho-experiência” de Foucault, podemos encontrar, eminentemente, um trabalho de resistência. E tal discussão, a propósito da

¹⁵ Cf. *Ibid.* ; pp. 608-612.

¹⁶ Cf. *Ibid.* ; p. 643.

¹⁷ Cf. *Ibid.* ; p. 647.

¹⁸ Cf. *Ibid.*; pp. 647-652.

relação subjetividade/ética, retrata ao mesmo tempo, o velho direito humano à resistência, o direito de resistir às piores situações, o direito de ir além das questões meramente de sobrevivência. Resistir é afirmar a liberdade e a vida; como ressalta Spinoza, uma alegria renovada que vem “do fato de o homem considerar a si mesmo e à sua potência de agir”¹⁹.

Este trabalho — embora correndo o risco de passar depressa demais por algumas sutilezas relevantes percebidas pelos que costumam se aventurar a acompanhar as intuições do pensador francês — se distancia de qualquer apresentação das análises de Foucault como formas prescritivas de ação moral, resgatáveis da Antiguidade como modelos de comportamento ético para a nossa atualidade. A breve exposição aqui desenvolvida deve sim marcar a intenção de uma análise problematizante de nosso atual momento histórico, no sentido de deixar que as ideias aqui apresentadas agucem nossos sentidos, convidando-nos a procurá-las e discutí-las com toda a intensidade e compromisso que merecem.

Bibliografia:

BADIOU, A. **Para uma nova teoria do sujeito**. Rio de Janeiro. Relume Dumará. 2002.

_____. **Ética: um ensaio sobre a consciência do mal**. Rio de Janeiro. Relume Dumará. 1995.

COMTE-SPONVILLE, A. **A felicidade, desesperadamente**. São Paulo. Martins Fontes. 2001.

FOUCAULT, M. **A Hermenêutica do Sujeito**. São Paulo. Martins Fontes. 2004.

_____. **“A Ética do Cuidado de Si como Prática da Liberdade”**. In: Michel Foucault, Ditos e Escritos. Vol. V. Barros da Motta, M. (org.). Rio de Janeiro: Forense Universitária. 2004. POL-DROIT, R. Michel Foucault. Entrevistas. São Paulo. Graal. 2006. CONDE RODRIGUES, H. De B. “Para desencaminhar o presente Psi: biografia, temporalidade e experiência em Michel Foucault”. In: Foucault e a Psicologia. Porto Alegre. Abrapso Sul. 2005.

¹⁹ Cf. Comte-Sponville, A. A felicidade, desesperadamente; p.114.