



ANDRÉ LUÍS DE OLIVEIRA GARCIA

**DO CUIDADO DE SI À FORMAÇÃO DO SUJEITO:
UMA ANÁLISE DA HERMENÊUTICA FOUCAULTIANA E
SUAS RAÍZES NA FILOSOFIA ANTIGA**

LAVRAS - MG

2025

ANDRÉ LUÍS DE OLIVEIRA GARCIA

DO CUIDADO DE SI À FORMAÇÃO DO SUJEITO:

**UMA ANÁLISE DA HERMENÊUTICA FOUCAULTIANA E SUAS RAÍZES NA
FILOSOFIA ANTIGA**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências Programa de Pós-Graduação em Filosofia - para a obtenção do título de Mestre.

Prof. Dr. Luiz Roberto Takayama.

Orientador.

LAVRAS-MG

2025

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema de Geração de Ficha Catalográfica da Biblioteca Universitária da UFLA,
com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

Garcia, André Luís de Oliveira

Do cuidado de si à formação do sujeito: uma análise da hermenêutica foucaultiana e suas raízes na filosofia antiga / André Luís de Oliveira Garcia. – Lavras, MG: 150 p., 2025.

Dissertação (Mestrado em Filosofia) – Universidade Federal de Lavras, 2025.

Orientador: Prof. Dr. Luiz Roberto Takayama.

1. Foucault, Michel, 1926-1984 - Crítica e interpretação. 2. Subjetividade - Filosofia. 3. Cuidado de si. 4. Filosofia antiga. I. Takayama, Luiz Roberto. II. Universidade Federal de Lavras. III. Título.

ANDRÉ LUÍS DE OLIVEIRA GARCIA

**DO CUIDADO DE SI À FORMAÇÃO DO SUJEITO: UMA ANÁLISE DA
HERMENÊUTICA FOUCAULTIANA E SUAS RAÍZES NA FILOSOFIA ANTIGA**

***FROM THE CARE OF THE SELF TO THE FORMATION OF THE SUBJECT: AN
ANALYSIS OF FOUCAULDIAN HERMENEUTICS AND ITS ROOTS IN ANCIENT
PHILOSOPHY***

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências Programa de Pós-Graduação em Filosofia - para a obtenção do título de Mestre.


APROVADO em 28 de fevereiro de 2025

Prof. Dr. Luiz Roberto Takayama (Presidente - UFLA)

Prof.^a(a). Dra. Claudia Pereira do Carmo Murta (UFES)

Prof. Dr. Luís Francisco Espindola Camargo (UFES)

Prof. Dr. Renato dos Santos Belo (UFLA)

Documento assinado digitalmente
 LUIZ ROBERTO TAKAYAMA
Data: 08/05/2025 17:45:25-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Luiz Roberto Takayama

Orientador

LAVRAS-MG

2025

AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001

A caminhada que resultou nesta dissertação foi marcada por encontros, desafios e transformações. A todos que estiveram comigo ao longo deste percurso, minha mais profunda gratidão.

Agradeço à Universidade Federal de Lavras e ao Programa de Pós-Graduação em Filosofia, pelo espaço de acolhimento, investigação e reflexão crítica, onde pude crescer como pesquisador e como sujeito. Ao meu orientador, Prof. Dr. Luiz Roberto Takayama, agradeço pela escuta generosa, pelas provocações filosóficas e pelo respeito ao meu ritmo de elaboração. Sua orientação foi um estímulo constante à exigência conceitual e ao cuidado com a escrita.

Aos membros da banca de qualificação e da banca de defesa, minha sincera gratidão pela leitura atenta, pelas críticas construtivas e pela contribuição rigorosa ao amadurecimento desta pesquisa. Aos colegas e professores do programa, que enriqueceram meu percurso com diálogos, leituras e amizade, meu reconhecimento.

À minha família, que é origem e porto: ao meu pai, José Sebastião Garcia, que não teve o nome escrito em artigos, teses ou dissertações, mas sem o qual meu nome jamais estaria aqui — porque ele abriu mão dos próprios sonhos para que eu pudesse sonhar os meus. À minha mãe, Rita, in memoriam, que também não teve o nome registrado nos anais da academia, mas está para sempre inscrita no meu coração. Às minhas tias queridas — Terezinha, Carmélia, Zizi e Magaly —, por todo o afeto, incentivo e presença ao longo da vida.

E com o padre Luiz Carlos de Oliveira, CSSR — mestre que partiu, mas nunca foi embora —, aprendi o que é formar alguém com o olhar cheio de ternura e fé. Sua memória me acompanha como força silenciosa e bússola ética.

A todos os que, de algum modo, fizeram parte deste caminho — inclusive os que me desestabilizaram, que me impuseram pausas ou desvios —, meu agradecimento. Foi também na dúvida, na queda e na inquietação que esta pesquisa encontrou voz, corpo e alma.

Por fim, e no centro de tudo, a Deus Trino, Eterno e Todo-Poderoso, fonte viva de todo saber e de toda ciência. A Ele, que me sustentou com fidelidade em cada passo desta jornada, minha mais profunda gratidão.

“No caminho da vida, como em todos os caminhos, aquilo que verdadeiramente conta é não perder de vista a meta.”

— Papa Francisco

Deus lhes pague.

Por isso, não desanimem se um dia caírem, não deixem de tentar ir em frente. Pois mesmo dessa queda Deus tirará o bem.

Santa Teresa de Ávila.

RESUMO

Esta dissertação analisa *A Hermenêutica do sujeito* proposta por Michel Foucault, destacando o conceito de *epiméleia heautoû* ou "cuidado de si" e suas raízes na filosofia antiga. Partindo das reflexões apresentadas por Foucault em sua obra, "*A Hermenêutica do Sujeito*", o estudo busca compreender como as práticas filosóficas gregas e helenísticas influenciaram a perspectiva foucaultiana sobre a constituição histórica da subjetividade. Discute-se especialmente como Sócrates, Platão e os estoicos conceberam práticas éticas e reflexivas que moldam a formação do sujeito em contextos específicos de relações sociais e de poder. A análise demonstra que, para Foucault, a subjetividade não é uma essência fixa, mas um produto histórico formado por discursos e práticas normativas que podem ser desafiadas e transformadas pelo cuidado ético de si. Essa perspectiva fornece bases críticas importantes para repensar a subjetividade moderna, suas formas de controle social e as possibilidades de resistência ativa às normas dominantes.

Palavras-chave: cuidado de si; *epiméleia heautoû*; subjetividade; hermenêutica; filosofia antiga; Foucault.

ABSTRACT

This dissertation examines Michel Foucault's hermeneutics of the subject, emphasizing the concept of *epiméleia heautoû* or "care of the self" and its philosophical roots in ancient traditions. Based on Foucault's reflections in "*The Hermeneutics of the Subject*," this study seeks to understand how ancient Greek and Hellenistic philosophical practices influenced Foucault's views on the historical constitution of subjectivity. It specifically discusses how Socrates, Plato, and the Stoics developed ethical and reflective practices that shape subject formation within particular social and power relations contexts. The analysis shows that, for Foucault, subjectivity is not a fixed essence but a historical product shaped by discourses and normative practices that can be challenged and transformed through ethical self-care. This perspective provides significant critical insights for rethinking modern subjectivity, its mechanisms of social control, and the possibilities of active resistance to dominant norms.

Keywords: care of the self; *epiméleia heautoû*; subjectivity; hermeneutics; ancient philosophy; Foucault.

INDICADORES DE IMPACTOS

O estudo "Do Cuidado de Si à Formação do Sujeito: Uma Análise da Hermenêutica Foucaultiana e Suas Raízes na Filosofia Antiga" proporciona importantes impactos filosóficos e culturais ao revisitar e recontextualizar práticas éticas e políticas da antiguidade à luz do pensamento contemporâneo de Michel Foucault. Com uma abordagem centrada no conceito de "cuidado de si", a dissertação contribui diretamente para reflexões críticas sobre subjetividade, ética e governança, apresentando potencial para influenciar práticas educativas e institucionais, especialmente na formação ética de indivíduos em contextos acadêmicos e sociais mais amplos. Os impactos são predominantemente culturais e filosóficos, destacando-se pela promoção da reflexão crítica acerca de práticas éticas pessoais e coletivas, o que fortalece valores relacionados aos direitos humanos, justiça e bem-estar social. Os grupos impactados diretamente incluem estudantes universitários, docentes e gestores educacionais que utilizam as reflexões filosóficas propostas como subsídio para práticas pedagógicas e administrativas mais críticas e conscientes. Esses impactos estão alinhados especialmente com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU: Educação de qualidade (ODS 4), Redução das desigualdades (ODS 10), Saúde e Bem-estar (ODS 3), e Paz, justiça e instituições eficazes (ODS 16).

IMPACT INDICATORS

The study "From the Care of the Self to the Formation of the Subject: An Analysis of Foucauldian Hermeneutics and Its Roots in Ancient Philosophy" provides significant philosophical and cultural impacts by revisiting and recontextualizing ethical and political practices from antiquity through Michel Foucault's contemporary thought. With an approach centered on the concept of "care of the self," this dissertation directly contributes to critical reflections on subjectivity, ethics, and governance, showing potential to influence educational and institutional practices, especially regarding the ethical formation of individuals in broader academic and social contexts. The impacts are predominantly cultural and philosophical, emphasizing the promotion of critical reflection on personal and collective ethical practices, which strengthens values related to human rights, justice, and social well-being. Directly impacted groups include university students, educators, and educational managers who use these philosophical reflections as resources for more critical and conscious pedagogical and administrative practices. These impacts align particularly with the UN Sustainable Development Goals: Quality Education (SDG 4), Reduced Inequalities (SDG 10), Good Health and Well-being (SDG 3), and Peace, Justice, and Strong Institutions (SDG 16).

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	11
2	DA <i>EPIMÉLEIA HEAUTOÛ</i> (ἐπιμέλεια ἑαυτοῦ) À CONSTITUIÇÃO DO SUJEITO: O CUIDADO DE SI NA REFLEXÃO FOUCAULTIANA	14
3	O CUIDADO DE SI COMO PRÁTICA DE FORMAÇÃO: SÓCRATES, ALCIBÍADES E O DESAFIO DA AUTOCOMPREENSÃO POLÍTICA.	18
4	<i>GNÔTHI SEAUTÓN</i> E <i>EPIMÉLEIA HEAUTOÛ</i> : A DINÂMICA DO CUIDADO DE SI NA FILOSOFIA PLATÔNICA.	29
5	O CUIDADO DE SI NOS ESTOICOS.....	35
6	A NECESSIDADE DO OUTRO NA SUPERAÇÃO DA <i>STULTITIA</i> : FOUCAULT E A PRÁTICA DE SI EM SÊNECA	44
7	A PRÁTICA DO CUIDADO DE SI E A SALVAÇÃO NO PENSAMENTO HELENÍSTICO E ROMANO: REFLEXÕES DE FOUCAULT SOBRE A SUBJETIVIDADE E A TRANSFORMAÇÃO PESSOAL	50
8	A RELAÇÃO ENTRE PSICANÁLISE, ESPIRITUALIDADE E VERDADE NA HERMENÊUTICA DO SUJEITO DE MICHEL FOUCAULT.....	58
9	EPICURO E A TRANSIÇÃO DA <i>PAIDEÍA</i> PARA A <i>PHYSIOLOGÍA</i> : O CUIDADO DE SI E A FORMAÇÃO DO SUJEITO NA ANTIGUIDADE CLÁSSICA E SUA EVOLUÇÃO ATRAVÉS DE FOUCAULT.....	75
10	HERMENÊUTICA DO SUJEITO EM MICHEL FOUCAULT: MEDITAÇÃO EIDÉTICA E ONOMÁSTICA.....	87
11	O DISCURSO DO MESTRE E A SUBJETIVAÇÃO	106
12	A ASCÉTICA FOUCAULTIANA: A FORMAÇÃO DO SUJEITO E A PRÁTICA FILOSÓFICA COMO TRANSFORMAÇÃO ESPIRITUAL	120
13	O CURSO DE 1982 NA OBRA DE FOUCAULT POR FRÉDÉRIC GROS	137
14	CONCLUSÃO	146
	REFERÊNCIAS	147

1 INTRODUÇÃO

Michel Foucault (1926-1984) é um dos filósofos mais influentes do século XX, e suas reflexões sobre poder, subjetividade e ética continuam a reverberar nas ciências sociais, nas ciências humanas e em várias outras áreas do conhecimento. Entre 1981 e 1982, Foucault proferiu uma série de palestras no Collège de France que foram compiladas postumamente em *A Hermenêutica do Sujeito* (2006). Essa obra é um marco no pensamento contemporâneo, pois propõe uma análise crítica da constituição da subjetividade e das práticas e discursos que moldam a forma como os indivíduos se percebem e se posicionam no mundo. A centralidade do cuidado de si, ou *epiméleia heautoû* (*ἐπιμέλεια ἑαυτοῦ*), é o ponto de partida para a análise de Foucault sobre a formação do sujeito moderno e os processos de subjetivação que, segundo ele, têm sido historicamente determinados por práticas sociais, culturais e políticas.

A reflexão de Foucault parte de uma crítica às abordagens tradicionais da subjetividade, que a concebem como uma essência ou uma natureza fixa do ser humano. Nos discursos filosóficos clássicos, predominava a ideia de um sujeito racional e autônomo, cujas ações e decisões estariam fundamentadas em uma razão essencialmente humana, e que poderia, dessa forma, se determinar livremente. Contudo, Foucault desafia essa visão e propõe uma compreensão do sujeito como um produto de uma rede complexa de forças sociais, políticas e culturais. A subjetividade, para Foucault, não é uma essência imutável, mas sim um processo histórico que resulta da interação com as normas, saberes e práticas instituídas pelas sociedades ao longo do tempo.

Em *A Hermenêutica do Sujeito*, Foucault elabora uma crítica radical aos conceitos tradicionais de liberdade e autonomia. Ao invés de ver o sujeito como um ser isolado e livre, ele o compreende como uma construção histórica. Esse poder não se manifesta apenas de forma coercitiva ou direta, mas também de maneira sutil, por meio de normas e práticas que regulam a conduta do indivíduo. A subjetividade, portanto, é formada por um processo dinâmico e contínuo, em que as forças externas desempenham um papel determinante na constituição do sujeito, mas o sujeito, por sua vez, não é um ente passivo. Ele interage ativamente com essas forças, internalizando-as, ressignificando-as e, até mesmo, transformando-as.

Foucault propõe que, para entender a formação do sujeito, é necessário examinar as formas de saber que operam sobre ele. O poder, para Foucault, não é algo externo ou que se exerce unicamente sobre o corpo do indivíduo. O poder moderno se exerce também sobre a

mente e sobre as práticas cotidianas, moldando a maneira como os indivíduos se percebem e se comportam. Essa abordagem amplia a compreensão das relações de poder, pois considera que elas não são apenas impostas de maneira explícita, mas se incorporam nas práticas diárias e nas formas de subjetivação. Assim, o poder e o saber estão intrinsecamente ligados: as instituições, os discursos científicos, religiosos, jurídicos e outros saberes têm um impacto direto na formação da subjetividade.

Um dos conceitos centrais da obra de Foucault é o de *epiméleia heautoû* ou "cuidado de si", que ele retoma da tradição filosófica grega, especialmente de Sócrates, Platão e dos estóicos. Este conceito, segundo Foucault, remonta a uma prática filosófica antiga, na qual o sujeito deveria cuidar de si mesmo como uma maneira de alcançar a sabedoria e a virtude. Para Foucault, o cuidado de si não deve ser entendido como um simples autoaperfeiçoamento ou uma prática individualista. Ao contrário, ele deve ser visto como uma prática ética que está inserida em um contexto social e histórico. O cuidado de si, para Foucault, é uma prática de reflexão crítica que desafia as normas sociais, os saberes e as instituições que moldam a subjetividade do sujeito.

Em sua interpretação do cuidado de si, Foucault sugere que essa prática não é voltada exclusivamente para o autoconhecimento ou a interiorização, mas sim para a transformação das condições sociais e das relações que definem as formas de subjetividade. O sujeito, ao se engajar no cuidado de si, não está apenas tentando melhorar a si mesmo individualmente, mas está refletindo sobre a maneira como as normas sociais moldam sua identidade e sua experiência de mundo. Nesse sentido, o cuidado de si, em Foucault, é um processo de constante reinterpretção e reconstrução das próprias formas de subjetividade.

Além disso, Foucault propõe que o cuidado de si não pode ser visto apenas como uma prática filosófica ou individual, mas também como uma prática política. O sujeito moderno, ao se envolver nesse processo, não se livra das normas que o cercam. Pelo contrário, ele está imerso em um processo de transformação crítica dessas normas, criando novas formas de subjetividade que desafiem as normas sociais instituídas. Foucault enfatiza que essa prática de transformação das relações do sujeito com as normas sociais não deve ser entendida como resistência no sentido tradicional, mas como uma prática ética que visa transformar as próprias condições de vida e as formas de relação com o mundo.

A hermenêutica, conforme proposta por Foucault, não é apenas um processo de interpretação de textos, mas um processo pelo qual o sujeito busca compreender a si mesmo e sua posição nas redes que o definem. Ao revisitar a hermenêutica da tradição grega, Foucault observa que, ao longo da história, a prática de interpretação de si foi substituída por novas formas de regulação social, que buscam controlar o sujeito de maneira mais eficaz e direta. Com o avanço da modernidade, o cuidado de si passou a ser normatizado e corrompido, transformando-se de uma prática ética voltada para a busca pela verdade e pela virtude em uma prática de conformidade com as normas sociais dominantes.

A presente dissertação busca investigar, portanto, a constituição do sujeito na obra de Michel Foucault a partir da retomada do conceito de cuidado de si. Parte-se do pressuposto de que a subjetividade é uma construção histórica que pode ser compreendida a partir das práticas filosóficas antigas, especialmente das tradições socrática, platônica e estoica. Por meio da análise foucaultiana, pretende-se examinar como essas práticas se articulam na constituição do sujeito e como elas podem ser reinterpretadas como formas de resistência ética e política às formas contemporâneas de subjetivação. Ao resgatar essas práticas, Foucault propõe não um retorno nostálgico à antiguidade, mas uma reativação crítica de formas de existência capazes de desafiar os dispositivos normativos que configuram o sujeito moderno.

A investigação parte da obra *A Hermenêutica do Sujeito*, articulando os conceitos ali apresentados com os contextos filosóficos antigos e com os desafios contemporâneos da subjetividade. Por meio dessa articulação, pretende-se compreender em que medida a noção de cuidado de si pode oferecer uma alternativa ética à lógica da sujeição e à normatividade disciplinar vigente nas sociedades modernas. Nesse percurso, serão analisados os principais momentos do curso de Foucault, os interlocutores filosóficos mobilizados pelo autor, bem como os desdobramentos ético-políticos de sua proposta hermenêutica.

Com isso, busca-se não apenas uma compreensão teórica da constituição do sujeito, mas também uma reflexão crítica sobre a atualidade das práticas de cuidado de si, sua potência transformadora e sua relevância para a construção de modos de vida éticos, autônomos e resistentes às formas de subjetivação imposta.

2 Da *Epiméleia Heautoû* (ἐπιμέλεια ἑαυτοῦ) à Constituição do Sujeito: O Cuidado de Si na Reflexão Foucaultiana

Michel Foucault, em sua obra *A Hermenêutica do Sujeito*, propõe uma reflexão inovadora sobre a relação entre subjetividade e verdade, particularmente no que diz respeito ao papel da moralidade nas culturas ocidentais. Para isso, ele adota uma abordagem histórica que se utiliza de exemplos da Antiguidade, como os comportamentos sexuais, para discutir como a subjetividade e os regimes de verdade se inter-relacionaram ao longo do tempo. A obra reflete a transição entre modos antigos e modernos de pensar sobre a subjetividade, sendo o conceito de *epiméleia heautoû* (ἐπιμέλεια ἑαυτοῦ) "o cuidado de si" um dos pilares dessa análise.

No início da obra, Foucault destaca o regime dos *aphrodisia*, ou seja, comportamentos e prazeres sexuais praticados na Antiguidade, como uma superfície de refração para sua discussão sobre a moral sexual na história ocidental. Ao invés de olhar para a moral cristã ou judaico-cristã como origem da moral sexual moderna, Foucault argumenta que as raízes dessa moral podem ser rastreadas nos *aphrodisia* da Antiguidade. Ele explica:

"No ano passado, tentei entabular uma reflexão histórica sobre o tema das relações entre subjetividade e verdade. Para o estudo deste problema, escolhi como exemplo privilegiado ou, se quisermos, como superfície de refração, a questão do regime de comportamentos e prazeres sexuais na Antiguidade, o regime dos *aphrodisia*, vocês se lembram, tal como aparecera e fora definido nos dois primeiros séculos de nossa era" (FOUCAULT, 2006, p. 4).

Essa afirmação de Foucault implica uma reinterpretação do modo como a sociedade ocidental lidava com a verdade e a subjetividade, especialmente ao se distanciar da tradicional análise cristã e destacar uma perspectiva mais ampla, enraizada nas práticas da Antiguidade.

A partir desse ponto de partida, Foucault se distancia do foco nos *aphrodisia* para explorar questões mais amplas sobre o sujeito e a verdade, sobretudo o conceito de *epiméleia heautoû* — o "cuidado de si mesmo". Essa noção se apresenta como central para compreender a constituição do sujeito na cultura grega, mas, ao mesmo tempo, revela-se uma questão marginalizada pela historiografia filosófica, que deu mais atenção ao *gnôthi seautón* (conhece-te a ti mesmo). Foucault não só problematiza essa formulação, como também a desafia, propondo que o "cuidado de si" tem muito mais a dizer sobre a constituição do sujeito do que a simples introspecção defendida pela máxima grega.

Em seu trabalho, Foucault sublinha que, ao longo da filosofia ocidental, o conceito de "cuidado de si" foi muitas vezes relegado em favor do "conhece-te a ti mesmo", uma fórmula frequentemente entendida de maneira simplista e estreita. Foucault observa:

"*Epiméleia heautoû* é o cuidado de si mesmo, o fato de ocupar-se consigo, de preocupar-se consigo, etc. Pode-se objetar que, para estudar as relações entre sujeito e verdade, é sem dúvida um tanto paradoxal e passavelmente sofisticado escolher a noção de *epiméleia heautoû*, para a qual a historiografia da filosofia, até o presente, não concedeu maior importância" (FOUCAULT, 2006, p. 4-5).

Ao estudar o conceito de *epiméleia heautoû*, Foucault vai além da visão simplista do autocuidado, que é comumente reduzido ao bem-estar físico, e amplia sua compreensão para um processo reflexivo e ético que envolve a constituição do sujeito em relação à verdade. Nesse contexto, o cuidado de si torna-se uma prática ética, uma maneira de se ocupar de si mesmo que está diretamente relacionada ao desenvolvimento do sujeito enquanto ser que busca a verdade. Foucault destaca que, ao focar no *gnôthi seautón* de forma exclusiva, a filosofia ocidental negligenciou o papel do cuidado de si como um elemento central para entender como a subjetividade se forma, bem como como ela se relaciona com a verdade.

Em sua análise, Foucault propõe um estudo mais completo e menos convencional das relações entre o sujeito e a verdade, defendendo que, ao invés de se restringir ao *gnôthi seautón*, é fundamental levar em consideração o conceito de *epiméleia heautoû*. Ele reinterpreta a história da filosofia ao destacar a importância do cuidado de si, oferecendo uma nova perspectiva para refletirmos sobre a relação entre verdade e subjetividade. Ao fazê-lo, Foucault sugere que, ao negligenciar o cuidado de si, a filosofia ocidental perdeu a chance de aprofundar uma compreensão mais rica e complexa do sujeito e de sua relação com a verdade.

Ao considerar o *gnôthi seautón*, Foucault propõe uma revisão crítica, destacando o quanto o "conhece-te a ti mesmo" não era entendido de forma filosófica, mas como um princípio prático voltado à vida cotidiana. Ele faz essa observação em relação à concepção de Sócrates, que, em sua interpretação do *gnôthi seautón*, o via como uma preparação ética, mais do que uma simples introspecção filosófica. Foucault afirma:

"De fato, ele foi inscrito, sem dúvida, no lugar que constituiu um dos centros da vida grega e depois um centro da comunidade humana, mas com uma significação que certamente não era aquela do 'conhece-te a ti mesmo' no sentido filosófico do termo" (FOUCAULT, 2006, p. 6).

Foucault também remonta ao preceito socrático do cuidado de si, associando-o à reflexão sobre a moralidade e o comportamento ético no contexto da filosofia de Sócrates. Ele explica que, na Apologia de Sócrates, a regra socrática do "conhece-te a ti mesmo" deve ser entendida dentro de uma perspectiva moral e prática, não como uma fórmula abstrata, mas como um guia para que os indivíduos se ocupassem de sua vida interior e de sua transformação ética. Foucault cita Sócrates:

"Agora, Atenienses, não se envergonham de viverem suas vidas apenas para acumular riquezas e honrarias, enquanto negligenciam a verdadeira razão da vida, que é a alma? Deveriam, ao contrário, cuidar de suas almas e buscar saber se estão vivendo de acordo com a razão e a verdade. O que é mais importante, acumular riquezas ou cultivar a virtude?" (PLATÃO, apud FOUCAULT, 2006, p. 6).

A prática do cuidado de si, que Foucault resgata, vai além do simples autoconhecimento e busca por virtude. Ela se desvia de um foco unicamente intelectual para considerar as dimensões éticas e espirituais do sujeito. Foucault retoma essas questões ao analisar o movimento da filosofia moderna, quando o sujeito, influenciado por Descartes, passou a ser visto mais como um ser cognitivo e racional do que como um ser a ser transformado internamente.

O autor observa que, com a modernidade, a busca pela verdade e a transformação interior do sujeito foram progressivamente marginalizadas, e a filosofia se distanciou de práticas espirituais e éticas. A ascensão da razão, que ganhou centralidade com o pensamento cartesiano, tornou as práticas de transformação do sujeito em algo secundário. Foucault explica: "O sujeito moderno, à medida que se distancia da filosofia antiga, adquire uma visão do sujeito como uma espécie de capacidade de conhecer o mundo, ao invés de um ser a ser transformado" (FOUCAULT, 2006, p. 25).

Portanto, reinventa a maneira como entendemos o cuidado de si. Ele propõe que o cuidado de si seja resgatado não apenas como um processo ético e reflexivo, mas como um modo de vida que implica uma reconfiguração contínua do sujeito, que busca transformar-se para compreender melhor a verdade, sua liberdade e sua própria existência.

Esse redirecionamento da filosofia moderna, em seu afastamento da espiritualidade e da transformação do sujeito, levou ao enfraquecimento da prática do cuidado de si, que, para Foucault, representa uma via mais rica e profunda de acesso à verdade, especialmente no contexto de uma ética que transforma não apenas a mente, mas o próprio ser humano.

A análise do cuidado de si realizada por Foucault, portanto, oferece uma nova compreensão de como a subjetividade se constrói em relação à verdade, tornando o cuidado de si uma chave para entender tanto a moralidade antiga quanto as práticas éticas que moldaram e ainda moldam a nossa compreensão do que significa ser um sujeito na contemporaneidade.

3 O Cuidado de Si como Prática de Formação: Sócrates, Alcibíades e o Desafio da Autocompreensão Política

No texto que Foucault analisa, vemos uma reflexão sobre o momento decisivo na formação do sujeito, particularmente no contexto de Sócrates e Alcibíades. Foucault, ao discutir o diálogo entre os dois, destaca que o cuidado de si não é apenas um ato de introspecção, mas uma prática ética e reflexiva que se dá na juventude, num momento crítico de transição entre a educação formal e a vida política. No diálogo de Platão, Sócrates propõe que Alcibíades deve se ocupar de si, mas surge uma questão fundamental: "o que é esse 'si mesmo' que deve ser cuidado?" Essa dúvida levanta um desafio crucial para o entendimento do sujeito, especialmente quando se considera a antiga filosofia grega. Foucault observa:

"Vemos que, se Alcibíades tivesse cinquenta anos, seria tarde demais para reparar as coisas. Esta não é a idade para ocupar-se consigo. É preciso aprender a ocupar-se consigo quando se está naquela idade crítica, quando se sai das mãos dos pedagogos e se está para entrar no período da atividade política" (FOUCAULT, 2006, p. 29).

Este trecho sugere que o cuidado de si é vital em um período específico da vida, no qual a formação do sujeito está intimamente ligada às suas futuras responsabilidades sociais e políticas. Ao contrário de uma prática de cuidado trivial, o cuidado de si se coloca como uma ferramenta essencial para a constituição do sujeito enquanto agente político e ético. Foucault sublinha que o cuidado de si aparece não só como uma questão de formação individual, mas também como um elemento crucial para a função pública, como se observa no exemplo de Alcibíades, que ainda não compreende o verdadeiro objeto de sua ação política.

Foucault continua argumentando que, ao se perguntar sobre o que é o "si mesmo" que deve ser cuidado, a reflexão sobre o sujeito se torna ainda mais complexa. O diálogo entre Sócrates e Alcibíades não se limita a uma simples instrução sobre o autocuidado, mas é uma investigação profunda sobre o que constitui o "eu" que deve ser transformado. Foucault destaca o momento crítico no diálogo: "Ali, a *epiméleia heautoû* aparece como uma função geral de toda a existência, ao passo que no Alcibíades aparece como um momento necessário na formação do jovem" (FOUCAULT, 2006, p. 29).

Essa reflexão sugere que o cuidado de si, tal como abordado por Sócrates, tem um caráter temporário e específico na juventude, quando o sujeito está sendo moldado para suas responsabilidades futuras. O desafio de Alcibíades, de entender o que realmente significa "cuidar de si", torna-se o ponto central dessa transição. Nesse contexto, Foucault ressalta a

importância de se determinar qual "eu" deve ser o objeto do cuidado: "O que é este eu de que se deve cuidar quando se diz que é preciso cuidar de si?" (FOUCAULT, 2006, p. 30).

Essa questão não apenas questiona a concepção tradicional do sujeito, mas propõe uma nova visão sobre a subjetividade, ligando o cuidado de si à prática política e ética, essencial para a formação do sujeito como um agente transformador. Foucault utiliza essa indagação para resgatar a profundidade da filosofia socrática, que vê o sujeito como alguém que deve se ocupar de sua própria constituição, não apenas para atingir um bem-estar individual, mas para entender seu papel dentro da cidade e da moralidade coletiva.

Além disso, Foucault expande a reflexão sobre o cuidado de si, abordando a urgência que surge quando o sujeito, como Alcibíades, se dá conta de que ignora o próprio objeto de sua ação. Essa falta de conhecimento sobre o que deve ser governado leva à necessidade de se "ocupar de si mesmo", como Foucault observa:

"A necessidade de ocupar-se consigo eclode como uma urgência, não no momento do texto em que Alcibíades formula seus projetos políticos, mas quando se apercebe que ignora... ignora o quê?" (FOUCAULT, 2006, p. 31).

Foucault propõe que, no momento em que Alcibíades toma consciência dessa ignorância, surge a necessidade de um cuidado mais profundo, que envolva tanto a autocompreensão quanto a compreensão do papel de liderança e governança que ele deve exercer. A reflexão socrática, ao desafiar Alcibíades sobre o que é o "si mesmo" que precisa ser cuidado, introduz uma visão mais complexa do sujeito, sugerindo que o cuidado de si não é apenas um ato individual, mas uma preparação para o engajamento no mundo político e social.

Esse desdobramento da reflexão socrática leva à segunda grande questão proposta por Foucault, que é: "de que modo o cuidado de si, quando levado a sério, pode conduzir Alcibíades ao saber necessário para governar os outros?" Foucault destaca que, para que Alcibíades possa governar, ele primeiro deve entender o que significa "cuidar de si", pois esse cuidado envolve não apenas a autocompreensão, mas também a capacitação para governar bem os outros. Ele explica: "O que está em jogo no diálogo é, pois: qual o eu de que devo ocupar-me a fim de poder, como convém, ocupar-me com os outros a quem devo governar?" (FOUCAULT, 2006, p. 31).

Essa questão vincula o cuidado de si à habilidade de governar, sugerindo que a reflexão ética e filosófica sobre si mesmo é uma preparação para o exercício do poder sobre os outros. O cuidado de si, portanto, não é um ato isolado de introspecção, mas uma prática ética que se

estende para a prática política, onde o sujeito deve ser capaz de governar com sabedoria, tendo primeiramente cuidado de sua própria formação e autocompreensão.

Na aula de 13 de janeiro de 1982, Michel Foucault prossegue com a leitura do diálogo Alcibiades de Platão, no qual ele se concentra no conceito de "ocupar-se consigo mesmo" (*heautoû epimeletsthai*). Foucault, inicialmente, destaca a paisagem política e social dos diálogos socráticos, apontando que o contexto envolve os jovens aristocratas destinados a exercer poder sobre a cidade, como é o caso de Alcibiades, que, apesar de seu status, não tem a capacidade de governar adequadamente. A questão que se coloca, portanto, é se a autoridade que lhes é conferida pelo nascimento, pela fortuna e pelo seu pertencimento ao meio aristocrático também os dota da habilidade necessária para governar como convém. Foucault comenta:

"O problema, porém, está em saber se a autoridade que lhes é conferida por seu status de nascimento, seu pertencimento ao meio aristocrático, sua grande fortuna - como era o caso de Alcibiades -, se a autoridade que lhes é assim de saída conferida, também os dota da capacidade de governar como convém." (FOUCAULT, 2006, p. 42).

A primeira questão fundamental que Foucault explora é a relação entre governar os outros e o "ocupar-se consigo". O primeiro círculo desse imperativo, portanto, é entender que a habilidade de governar outros está vinculada à capacidade de autogovernar-se, de estar ciente de si mesmo. Foucault observa que, embora o desejo de poder seja evidente em Alcibiades, ele ignora o que é necessário para governar bem, pois sequer sabe o que significa a "concordia", um elemento essencial para o bom governo. Neste contexto, surge o imperativo socrático: ocupar-se consigo mesmo, o que Foucault interpreta como um chamado para o autoconhecimento e a autorreflexão, uma preparação para a ação política eficaz.

A crítica à pedagogia ateniense, muito característica dos diálogos socráticos, também é levantada por Foucault. Ele menciona a comparação entre a educação ateniense e a espartana, esta última mais rígida e coletiva, além da comparação com a sabedoria oriental. Na crítica à educação em Atenas, Foucault observa que a prática pedagógica não é suficiente para preparar os jovens para a política. Ele argumenta que o amor entre homens e rapazes, embora desempenhasse um papel na formação dos jovens, não garantiu a preparação necessária para a política ativa e autoritária que os jovens aristocratas desejavam:

"O amor pelos rapazes, em Atenas, não consegue honrar a tarefa formadora que seria capaz de justificá-lo e fundá-lo. Os homens adultos assediam os jovens enquanto estão no esplendor de sua juventude. Mas os abandonam quando estão naquela idade crítica em que, precisamente, tendo já saído da infância e se desvencilhado da direção e das lições dos mestres de escola, necessitariam de um guia para se formar nessa coisa outra, nova, para a qual não foram de modo algum formados por seu mestre: o exercício da política." (FOUCAULT, 2006, p. 42).

Foucault destaca que a necessidade de "ocupar-se consigo" se torna premente justamente porque os jovens, como Alcibíades, não receberam a formação adequada para o governo dos outros e precisam de uma formação contínua sobre si mesmos antes de se engajarem plenamente na vida política.

Além disso, Foucault ressalta que o conceito de "ocupar-se consigo mesmo" é profundamente ligado à ignorância, especialmente à ignorância que se ignora. Ele ilustra essa ideia com o exemplo de Alcibíades, que acredita entender o que é o bom governo, mas falha ao tentar definir conceitos chave, como a concórdia, essenciais para o governante. Ao abordar esse tema, Foucault observa que o "ocupar-se consigo" não é apenas uma questão de aprender, mas de compreender profundamente as falhas que advêm da ignorância de si mesmo e do mundo. Ele argumenta: "Ignorância, ao mesmo tempo, das coisas que se deveria saber e ignorância de si mesmo enquanto sequer se sabe que se as ignora." (FOUCAULT, 2006, p. 43).

Foucault ressalta a singularidade da emergência desse imperativo no contexto do diálogo de Platão. A diferença entre o "aprender" tradicional esperado por outros filósofos, como Protágoras, e o "ocupar-se consigo" proposto por Sócrates, é significativa. O "cuidar de si" não é visto como um aprendizado voltado para o domínio do mundo exterior, mas como uma prática fundamental de autoconhecimento e de desenvolvimento pessoal. Foucault se refere a essa diferença, afirmando:

"A resposta que, sem dúvida, Protágoras daria seria a seguinte: ora, tu ignoras, mas és jovem, não tens cinquenta anos, tens tempo, portanto, para aprender, aprender a governar a cidade, aprender a prevalecer sobre teus adversários, aprender a convencer o povo, aprender a retórica necessária para exercer esse poder, etc. Mas, justamente, não é isso o que diz Sócrates. Sócrates afirma: tu ignoras; mas és jovem; portanto, tens tempo, não para aprender, mas para ocupar-te contigo." (FOUCAULT, 2006, p. 43).

O que Sócrates sugere é que a juventude, longe de ser uma fase para acumular sabedoria prática sobre o mundo, é a oportunidade de cultivar uma forma de sabedoria interior, que possibilitará ao jovem, mais tarde, governar os outros. Assim, o "ocupar-se consigo" se torna o fundamento sobre o qual a capacidade de governar pode ser construída.

Foucault destaca que, antes mesmo da emergência da noção de *epiméleia heautoû* no pensamento filosófico de Platão, uma série de práticas já existia, muitas das quais pertencentes ao mundo pitagórico. Essas técnicas de autotransformação se mantiveram ao longo do tempo, até os séculos I e II da era comum, e se disseminaram por várias escolas filosóficas. Um exemplo claro dessas práticas pitagóricas é a preparação purificadora para o sono. Para os pitagóricos, o sonho era visto como uma comunicação com o mundo divino, com a imortalidade e com a verdade além da morte. Assim, preparações rituais como a escuta de música, o uso de perfumes e o exame de consciência se tornavam fundamentais para purificar a alma e torná-la apta a receber as mensagens divinas durante o sono.

Foucault descreve uma prática pitagórica específica:

"Reconstituir o nosso dia todo, lembrarmo-nos das faltas cometidas e, por conseguinte, nesse mesmo ato de memória, expurgá-las e delas nos purificarmos, é uma prática cuja paternidade foi sempre atribuída a Pitágoras" (FOUCAULT, 2006, p. 46).

Além disso, Foucault menciona outra técnica pitagórica fundamental: as técnicas de provação, que envolvem o desafio de resistir à tentação. Um exemplo disso é dado por um relato de Plutarco, que descreve uma prática de provação que consistia em passar por exercícios árduos e, em seguida, ser confrontado com uma refeição suntuosa, para testar a resistência do indivíduo às tentações. Essas práticas de provação demonstram a busca pitagórica por autodomínio e controle sobre os desejos.

Outro ponto importante do texto de Foucault é a conexão entre essas práticas e a evolução do conceito de "cuidar de si" no pensamento filosófico grego, particularmente em Platão. Foucault observa que, embora Platão tenha integrado algumas dessas práticas no seu pensamento, ele deu-lhes um novo direcionamento, ligando-as ao conhecimento de si. Para Platão, a noção de *epiméleia heautoû* (cuidar de si) se concentrava principalmente no autoconhecimento, em vez de uma prática puramente ritualística. No diálogo Fédon, Platão já descrevia técnicas de concentração da alma, que visavam reunir a alma para refletir sobre si mesma. Foucault (2006, p. 46) menciona Platão ao afirmar que é necessário "habituar a alma, a partir de todos os pontos do corpo, a se reunir em si mesma, a refluir sobre si, a residir em si mesma tanto quanto possível" (PLATÃO, apud FOUCAULT, 2005, p. 46).

Essa prática, que Foucault chama de imobilidade da alma, é evocada também no famoso exemplo de Sócrates, que, durante a guerra, era capaz de permanecer imóvel e insensível a tudo ao seu redor. A ideia de imobilidade, de um corpo e alma fixos e centrados, tem um forte vínculo

com a ideia de controle sobre si mesmo e sobre os próprios desejos. É uma forma de autodomínio, que se reflete na prática filosófica do cuidado de si.

No entanto, o que Foucault enfatiza é que a prática de cuidar de si não se limita a uma busca introspectiva. Ela se projeta também na prática política. Em Platão, o conceito de cuidar de si está intimamente relacionado à capacidade de governar os outros. No diálogo Alcíbiades, Sócrates questiona: "É preciso ocupar-se consigo, mas o que é ocupar-se de si?" Esse questionamento desafia a ideia de que "cuidar de si" seria apenas um ato de introspecção. A dúvida que se impõe é como o "eu" deve ser compreendido, e como esse cuidado pessoal é fundamental para o bem-sucedido governo da cidade:

"Sócrates mal dissera 'é preciso ocupar-se consigo mesmo' e é tomado por uma dúvida. Corre-se um grande risco de se enganar. Corre-se o risco de não saber bem o que fazer quando se quer ocupar-se consigo e, no lugar de obedecer cegamente ao princípio 'cuidemos de nós mesmos', deve-se pelo menos perguntar: o que é ocupar-se de si?" (FOUCAULT, 2006, p. 47).

Este é um ponto crucial: o cuidado de si não é apenas uma prática individual de autoconhecimento, mas também um meio para se capacitar a governar os outros. O cuidado de si, portanto, se torna um exercício que prepara o indivíduo para a responsabilidade pública e o exercício do poder. Como Sócrates sugere, é necessário primeiro se perguntar o que significa realmente "ocupar-se consigo" antes de aplicar esse conhecimento na governança da cidade.

Foucault aponta que o cuidado de si, como expressado no pensamento platônico, não é um simples "saber" sobre o mundo ou sobre as coisas externas, mas um processo contínuo de questionamento e reflexão sobre o próprio eu. A filosofia platônica sobre o cuidado de si, com seu vínculo profundo com a ética e com a política, oferece uma visão do sujeito como alguém que, ao cuidar de si mesmo, desenvolve a habilidade necessária para governar os outros.

Esse movimento de reflexão sobre si é um passo importante na evolução das tecnologias de si que Foucault aborda, que vão ser modificadas e reinterpretadas em diferentes correntes filosóficas ao longo do tempo, com destaque para o estoicismo e o epicurismo, nos quais o cuidado de si adquire novas formas e finalidades.

A primeira questão que Foucault coloca é: "o que é o eu?". A reflexão sobre esta pergunta, no entanto, não é simples. Em seu texto, Foucault remonta à antiga máxima grega "*gnôthi seautón*" (conhece-te a ti mesmo), inscrita no templo de Apolo em Delfos, uma referência que ele considera essencial para entender a complexidade do conceito de "eu" na

filosofia antiga. Foucault observa que, em Sócrates, a formulação da questão sobre o eu está longe de ser uma mera curiosidade filosófica. Ela aparece como um imperativo de reflexão sobre a própria capacidade, especialmente quando ele dialoga com Alcibíades, que almejava governar Atenas. Sócrates incita Alcibíades: "Presta atenção ao que és, reflete sobre tua educação e sobre o que és capaz de fazer" (Foucault, 2006, p. 49).

Esse primeiro uso da máxima de Delfos é uma provocação prática: Sócrates sugere que Alcibíades deveria analisar sua preparação antes de tentar assumir um papel de liderança. Nesse momento, o "conhece-te a ti mesmo" funciona como uma reflexão estratégica, algo que remete a um nível de prudência, sem, no entanto, estabelecer um verdadeiro exame profundo sobre o sujeito.

Contudo, à medida que Foucault avança, ele nota que a reflexão socrática sobre o eu ganha uma dimensão mais profunda. A questão não é mais sobre simples autoconhecimento superficial, mas sobre o que realmente significa se ocupar de si mesmo. Foucault comenta: "É preciso saber o que é esse 'eu' a que se refere o cuidado de si" (Foucault, 2006, p. 50). O filósofo introduz aqui uma dimensão crucial: o "eu" não é apenas um ponto de autoconhecimento em termos de qualidades ou falhas, mas sim um objeto de investigação que deve ser cuidadosamente examinado.

Foucault argumenta que a máxima de Delfos, em sua segunda referência, adquire um caráter mais complexo, voltado para o sujeito e sua alma. Para ele, o objetivo não é conhecer o eu como uma essência fixa, mas entender a dinâmica entre o sujeito e o que ele chama de "cuidado de si". Quando Sócrates diz que devemos "ocupar-nos de nós mesmos", isso não se limita a uma mera introspecção, mas se relaciona com um processo contínuo de interação com o mundo, com o corpo e com a alma. Foucault esclarece: "Não se trata de saber o que você é, mas o que você faz com o que é" (Foucault, 2006, p. 51).

A "alma", nesse contexto, emerge como o sujeito ativo, aquele que se ocupa de si mesmo não apenas como um observador passivo, mas como um agente em constante formação. Esse conceito, para Foucault, desafia a noção de que a alma seria algo imutável ou puramente transcendental. Pelo contrário, ele insiste na ideia de que a alma é o "sujeito da ação". A partir daí, ele destaca que a reflexão socrática sobre o "cuidado de si" introduz um movimento de transformação, em que a alma se torna, por assim dizer, o centro ativo que organiza a experiência de vida.

Um ponto central nesse desenvolvimento é a relação da alma com o corpo e os objetos ao redor. Foucault se aprofunda na noção de "*khresthai*", o verbo grego que significa "servir-se de", e que ele utiliza para analisar a relação da alma com tudo o que a rodeia. Ele explica: "A alma se serve do corpo e dos instrumentos, mas é ela, como sujeito, que se serve, que age, e não o corpo ou os instrumentos" (Foucault, 2006, p. 52). Esse conceito é fundamental para entender como, em sua visão, a alma não é um simples princípio imutável, mas um sujeito dinâmico, atuante em relação ao seu corpo e ao mundo exterior.

Ao associar a alma com o sujeito ativo, Foucault também reflete sobre o conceito de "*epimeleia*". Ele explica que essa prática não é apenas uma relação instrumental da alma com o corpo, mas uma "relação de domínio", em que o sujeito se ocupa da alma para que ela seja capaz de dirigir e agir de maneira ética e eficaz. Foucault afirma: "O cuidado de si é, portanto, uma forma de treinamento da alma, para que ela se torne apta a governar sua própria vida" (Foucault, 2006, p. 53).

Foucault sugere que o exame do "eu" se distingue radicalmente de uma busca por uma essência imutável ou por uma substância eterna. O "eu" que ele investiga é uma construção dinâmica, construída por práticas e atitudes contínuas. Para Foucault, o cuidado de si não é uma filosofia da busca pela verdade sobre o eu, mas uma prática de "transformação". Nesse sentido, a alma não é algo dado, mas algo a ser constantemente moldado. Ele conclui, com uma reflexão que ecoa através da história do pensamento: "O eu não é um dado natural, mas uma construção, que deve ser cuidadosamente cultivada, exercitada e transformada" (Foucault, 2006, p. 54).

Ao explorar as distintas práticas de cuidado, segue questionando as relações históricas que marcam a ideia de "cuidar de si", destacando como a medicina, a economia doméstica e até os relacionamentos amorosos interferem na definição do que significa cuidar de si como sujeito. O filósofo faz uma distinção entre esses tipos de cuidados e o que ele realmente entende como um cuidado de si profundo, que passa pela relação com o mestre e a filosofia.

Foucault começa com a comparação entre o cuidado de si e a prática médica. Ele afirma que o médico, ao cuidar de seu próprio corpo e saúde, não está se ocupando consigo mesmo enquanto alma ou sujeito. Ele cuida do corpo, mas isso não envolve o cuidado da alma. A diferenciação entre corpo e alma se torna central nesse ponto: o cuidado médico, mesmo quando se aplica a si mesmo, diz respeito ao corpo e não à alma enquanto sujeito, como Foucault detalha:

"Quando o médico adoece e aplica tudo isto a si mesmo, não se poderia dizer que ele se ocupa consigo? Pois bem, a resposta, seguramente, será não. Pois, quando ele se examina, faz um diagnóstico sobre si mesmo, põe-se regime, com que se ocupa de fato? Não com ele próprio no sentido em que acabamos de falar: enquanto alma, alma sujeito. Ocupa-se com seu corpo, isto é, com aquilo de que se serve." (FOUCAULT, 2006, p. 54).

Foucault destaca que o objetivo e a natureza do cuidado do médico são diferentes daquele relacionado ao cuidado de si. A ênfase não está na alma ou no sujeito, mas no corpo.

Em seguida, ele compara o cuidado de si ao cuidado de bens e da família realizado por um "bom pai de família". O proprietário, ao cuidar dos seus bens, não está cuidando de si mesmo, mas do que é seu, o que novamente é visto como um desvio do cuidado com a alma:

"Quando um bom pai de família, um bom dono da casa, um bom proprietário ocupa-se com seus bens e riquezas, ocupa-se em fazer prosperar o que possui, ocupa-se de sua família, etc., pode-se dizer que ele se ocupa consigo mesmo? Inútil insistir, o raciocínio é o mesmo: ocupa-se com seus bens, com o que é dele, mas não com ele [mesmo]." (FOUCAULT, 2006, p. 54).

Essa reflexão amplia a ideia de que o cuidado de si não se confunde com o cuidado das propriedades materiais ou mesmo com a economia familiar. O cuidado de si, na visão de Foucault, não tem um caráter pragmático voltado para os bens ou responsabilidades externas, mas sim um caráter introspectivo e voltado para o desenvolvimento do sujeito enquanto sujeito de ação.

Foucault também utiliza a figura dos enamorados que se dedicam à beleza do corpo de outra pessoa para ilustrar a diferença entre cuidar de si mesmo e cuidar do corpo de outro. A verdadeira ocupação com a alma de alguém, no caso de Alcibíades e Sócrates, seria, de fato, uma ocupação com o sujeito, com a alma enquanto sujeito de ação. Foucault destaca:

"Pode-se dizer que os pretendentes de Alcibíades ocupam-se com o próprio Alcibíades? De fato, seu comportamento, sua conduta prova que não é com Alcibíades que se ocupam, é meramente com seu corpo e a beleza de seu corpo, já que o abandonam quando ele avança em idade e deixa de ser inteiramente desejável." (FOUCAULT, 2006, p. 54).

Esse trecho revela como o cuidado de si é distinto de um simples desejo ou paixão, que se atém à beleza física ou à juventude, enquanto o cuidado filosófico implica um foco na alma e na verdadeira natureza do sujeito.

O ponto culminante dessa reflexão é a figura do mestre. Foucault afirma que o cuidado de si requer sempre a presença de outro — o mestre, que se ocupa de guiar o discípulo, ajudando-o a cuidar de si mesmo. O mestre não se preocupa com o corpo nem com as aptidões

técnicas do discípulo, mas com a forma como o discípulo cuida de si, enquanto sujeito. Nesse sentido, Foucault coloca o mestre como um facilitador da prática do cuidado de si, alguém que ajuda o discípulo a desenvolver essa capacidade de forma autônoma: "O mestre é aquele que cuida do cuidado que o sujeito tem de si mesmo e que, no amor que tem pelo seu discípulo, encontra a possibilidade de cuidar do cuidado que o discípulo tem de si próprio." (FOUCAULT, 2006, p. 55).

Essa figura de mestre não deve ser confundida com outros tipos de cuidador, como o médico ou o pai de família, porque a preocupação central do mestre é com o sujeito e sua prática filosófica de cuidar de si. O cuidado do mestre, portanto, está em facilitar que o discípulo aprenda a cuidar de sua alma enquanto sujeito.

Foucault expõe como essas distinções entre os cuidados refletem questões fundamentais que surgirão em relação ao cuidado de si ao longo da história, como a relação com a medicina, a atividade social e a erótica. Ele antecipa que essas questões irão se entrelaçar e evoluir ao longo dos tempos, com diferentes escolas filosóficas lidando com essas relações de formas distintas, como exemplificado pelos epicuristas e estoicos:

"Entre os epicuristas haverá uma tendência a querer desconectar o mais possível as obrigações da economia e a urgência de um cuidado de si. Em contrapartida, nos estóicos veremos, ao contrário, uma imbricação que eles procurarão tornar a mais sólida possível do cuidado de si com o econômico." (FOUCAULT, 2006, p. 56).

Essas questões históricas e filosóficas se tornam fundamentais para entender como o cuidado de si vai se desdobrar nas civilizações grega, helenística e romana.

Foucault inicia com uma referência ao livro de Henri Joly, *Le Renversement platonicien Lógos-Epistème-Pólis*, onde ele explora as práticas que antecedem a reflexão platônica sobre o *epiméleia heautoû* (cuidado de si), associando-as à cultura grega arcaica. Joly, embora controverso ao falar de uma "estrutura xamanística", sugere que algumas dessas práticas estavam presentes antes mesmo da reflexão filosófica de Platão, como técnicas de respiração e outras formas de cuidado corporal. Foucault, em seguida, coloca essa obra como um ponto de partida para as discussões que seguirão, destacando a importância da pré-existência de certas técnicas de cuidado de si, antes da sistematização platônica do conceito. Foucault afirma:

"Bem, há pouco, ao falar das técnicas de si e de sua preexistência à reflexão platônica sobre a *epiméleia heautoû*, eu tinha em mente, e me esqueci de lhes mencionar, que existe um texto, um dos raros textos, parece-me, um dos raros estudos nos quais esses problemas são um pouco abordados em função da filosofia platônica: trata-se do livro de Henri Joly intitulado *Le Renversement platonicien Lógos-Epistéme-Pólis*." (FOUCAULT, 2006, p. 61).

4 *Gnôthi Seautón e Epiméleia Heautoû: A Dinâmica do Cuidado de Si na Filosofia Platônica*

A questão central que Platão coloca no diálogo Alcibíades é o que significa cuidar de si e em que isso consiste. Foucault explica que a resposta de Platão para essa questão é simples: o cuidado de si consiste no conhecimento de si. O preceito grego *gnôthi seautón* adquire uma nova profundidade aqui, pois, ao invés de uma mera recomendação moral ou prudencial, ele se transforma em um princípio filosófico profundo. Foucault destaca que, pela terceira vez no diálogo, Platão utiliza esse preceito para afirmar que o cuidado de si deve ser entendido como o ato de conhecer-se a si mesmo. Ele enfatiza que esse momento é crucial não apenas no Alcibíades, mas também na filosofia clássica e nas tradições que influenciaram a civilização grega, helenística e romana. Foucault destaca em suas observações:

"Agora finalmente, a terceira ocorrência do *gnôthi seautón*, quando se pergunta em que deve consistir 'ocupar-se consigo'. Desta feita então, temos o *gnôthi seautón*, por assim dizer, em todo o seu esplendor e em toda a sua plenitude: o cuidado de si deve consistir no conhecimento de si." (FOUCAULT, 2006, p. 64).

Platão, ao longo de sua filosofia, integra práticas antigas, como as técnicas de concentração mental e de retraimento da alma, à ideia de *gnôthi seautón*. Foucault argumenta que Platão reorganiza essas práticas à luz do princípio de conhecer-se a si mesmo. As técnicas que antes eram usadas para focar no controle do corpo ou da alma agora se tornam instrumentos para alcançar o conhecimento profundo do sujeito.

"Recuperando e reintegrando algumas daquelas técnicas anteriores, arcaicas, preexistentes, todo o movimento do pensamento platônico a propósito do cuidado de si consistirá, precisamente, em dispô-las e subordiná-las ao grande princípio do 'conhece-te a ti mesmo'." (FOUCAULT, 2006, p. 65).

Foucault traz à tona a famosa metáfora platônica do olho, usada para ilustrar como a alma pode conhecer a si mesma. Segundo Platão, assim como o olho precisa de um espelho para se ver, a alma precisa se voltar para algo que seja da mesma natureza que ela para se reconhecer. Esse "outro" que serve de espelho é o elemento divino, o princípio do saber e do conhecimento, algo que transcende a alma humana. Foucault argumenta que, para Platão, o conhecimento do divino se torna a condição para que a alma possa conhecer a si mesma. Ele ilustra isso ao dizer: "Quando o olho percebe sua própria imagem que lhe é devolvida por um espelho. Mas o espelho não é a única superfície de reflexo para um olho que quer olhar-se a si mesmo." (FOUCAULT, 2006, p. 66).

Foucault encerra essa parte de sua análise destacando a sobreposição entre o conceito de *gnôthi seautón* (conhece-te a ti mesmo) e *epiméleia heautoû* (cuidado de si). Essa sobreposição é vista como característica da filosofia de Platão e será continuada ao longo de toda a tradição grega, helenística e romana. Embora esses dois conceitos possam ser destacados separadamente, Foucault enfatiza que é essa interação e a dinâmica entre eles que resulta no cuidado filosófico do sujeito. Platão não vê o conhecimento de si como algo separado ou superior ao cuidado de si, mas sim como um processo dinâmico e interligado. Foucault conclui: "Há uma sobreposição dinâmica, um apelo recíproco entre o *gnôthi seautón* e a *epiméleia heautoû* (conhecimento de si e cuidado de si)." (FOUCAULT, 2006, p. 64).

Foucault, no texto referente à hermenêutica, fala sobre o movimento do cuidado de si, que se dá através do conhecimento do divino e da sabedoria. Ele descreve esse processo da seguinte forma:

"Abrindo-se ao conhecimento do divino, o movimento pelo qual nos conhecemos, no grande cuidado que temos de nós mesmos, permitirá que a alma atinja a sabedoria. Se estiver em contato com o divino, se o tiver apreendido, se tiver podido pensar e conhecer esse princípio de pensamento e de conhecimento que é o divino, a alma será dotada de sabedoria (*sophrosyne*). Dotada de *sophrosyne*, a alma poderá, nesse momento, retomar ao mundo aqui de baixo. Saberá distinguir o bem e o mal, o verdadeiro e o falso. Saberá então conduzir-se como se deve, saberá governar a cidade" (FOUCAULT, 2006, p. 53).

Foucault continua a explanação sobre a importância desse movimento, destacando a promessa de Alcibíades ao final do diálogo, onde ele se compromete a ocupar-se com a justiça, algo que, a princípio, parece paradoxal dado o foco do diálogo no cuidado de si:

"Eis que voltamos a descer e, apoiados no conhecimento de si que é o conhecimento do divino, conhecimento da sabedoria e regra para se conduzir como se deve, sabemos agora que poderemos governar e que aquele que tiver feito esse movimento de ascensão e de descida poderá ser um governante de qualidade para sua cidade" (FOUCAULT, 2006, p. 54).

Mais adiante, Foucault expande sua análise sobre a generalização do conceito de "cuidar de si" e suas implicações sociais e políticas:

"O cuidado de si é um imperativo dos governantes, porque eles têm que governar. Será interessante ver como esse imperativo do cuidado de si de certo modo vai generalizar-se, tornar-se um imperativo, um imperativo 'para todo o mundo', mas, desde logo, colocando 'todo o mundo' entre aspas. Haverá generalização desse imperativo - buscarei mostrar-lhes na próxima aula, uma generalização que é parcial, todavia, e para a qual é preciso levar em conta duas consideráveis limitações" (FOUCAULT, 2006, p. 69).

Foucault também faz uma reflexão sobre o distanciamento entre o cuidado de si e a pedagogia, com ênfase na importância da idade e da maturidade:

"Será preciso ocupar-se consigo não quando se é jovem e porque a pedagogia em Atenas é insuficiente, mas será preciso ocupar-se consigo em qualquer situação porque toda e qualquer pedagogia é incapaz de não-lo assegurar. Será preciso ocupar-se consigo durante toda a vida, sendo que a idade crucial, determinante, é a da maturidade" (FOUCAULT, 2006, p. 70).

Esse cuidado de si, segundo Foucault, também está ligado à ação política e ao relacionamento com a erótica dos rapazes. No entanto, ele observa que essa relação muda ao longo da história:

"O cuidado de si como preparação para a velhice se distingue muito nitidamente do cuidado de si como substituto pedagógico, como complemento pedagógico que prepara para a vida. Enfim - como indiquei há pouco e não preciso repetir - relação com a erótica dos rapazes. Também quanto a isso, o vínculo, em Platão, era nítido" (FOUCAULT, 2006, p. 71).

Foucault conclui que o "cuidado de si" na tradição platônica e neoplatônica está intimamente ligado ao autoconhecimento e ao reconhecimento do divino:

"Com efeito, parece-me que o que caracterizará o cuidado de si na tradição platônica e neoplatônica é, por um lado, que o cuidado de si encontra sua forma - forma esta, senão única, ao menos absolutamente soberana - e sua realização no conhecimento de si. Em segundo lugar, igualmente característico da corrente platônica e neoplatônica, será o fato de que esse conhecimento de si, como expressão maior e soberana do cuidado de si, dá acesso à verdade e à verdade em geral" (FOUCAULT, 2006, p. 57).

Foucault, ao abordar o paradoxo do platonismo, expõe a complexa interação entre espiritualidade e racionalidade, tanto na história do pensamento antigo quanto no pensamento europeu até o século XVII. O autor analisa como o platonismo se apresenta como o principal fermento de movimentos espirituais, especialmente ao associar o conhecimento e o acesso à verdade com o autoconhecimento e o reconhecimento do divino. Foucault explica:

"De um lado, o platonismo foi o fermento, e pode-se mesmo dizer o principal fermento, de movimentos espirituais diversos, na medida em que, com efeito, ele concebia o conhecimento e o acesso à verdade somente a partir de um conhecimento de si que era reconhecimento do divino em si mesmo. Por isso, vemos bem, para o platonismo, o conhecimento, o acesso à verdade só se poderia fazer nas condições de um movimento espiritual da alma em relação consigo e com o divino: relação com o divino porque em relação consigo, relação consigo porque em relação com o divino" (FOUCAULT, 2006, p. 72).

Foucault também analisa o papel do platonismo no desenvolvimento de uma "racionalidade", ao mesmo tempo em que retoma a espiritualidade, incorporando-a ao processo

de conhecimento. Ele sugere que o platonismo representa um "clima perpétuo" para a evolução do conhecimento, onde o cuidado de si e o autoconhecimento são essenciais para o acesso à verdade. O autor conclui:

"Nessa medida, compreende-se quanto ele tenha sido, constantemente, o fermento, o solo, o clima, a paisagem de uma série de movimentos espirituais, em cujo cerne, sem dúvida, ou em cujo ápice, se quisermos, ocorreram todos os movimentos gnósticos. Mas vemos, ao mesmo tempo, quanto o platonismo pôde ter sido, constantemente também, o clima de desenvolvimento do que poderíamos chamar de 'racionalidade'. E, na medida em que não faz sentido opor, como se fossem duas coisas de igual nível, espiritualidade e racionalidade, diria que o platonismo foi, antes, o clima perpétuo no qual se desenvolveu um movimento de conhecimento, conhecimento puro sem condição de espiritualidade" (FOUCAULT, 2006, p. 72).

Foucault argumenta que o platonismo desempenhou um papel essencial ao estabelecer as condições necessárias para o acesso à verdade, ao mesmo tempo em que absorvia e reabsorvia as exigências da espiritualidade no movimento do conhecimento. Ele conclui:

"De sorte que o platonismo desempenhará, parece-me ao longo de toda a cultura antiga e da cultura europeia, esse duplo jogo: recolocar incessantemente as condições de espiritualidade que são necessárias para o acesso à verdade e, ao mesmo tempo, reabsorver a espiritualidade no movimento único do conhecimento, conhecimento de si, do divino, das essências" (FOUCAULT, 2006, p. 72).

Foucault, ao abordar o desenvolvimento do cuidado de si no período do Império Romano, examina como, a partir do século I e II, esse cuidado se transforma em uma prática mais ampla, abrangendo a vida de todos, independentemente do status social. O autor inicia afirmando que, ao longo do tempo, três condições que caracterizavam o cuidado de si no Alcibíades, de Platão, começaram a se modificar. Essas condições, que eram o objeto do cuidado de si (os jovens aristocratas destinados ao poder), a justificativa para esse cuidado (exercer o poder com virtude) e a forma desse cuidado (conhecimento de si), desapareceram na era imperial. Segundo Foucault:

"O cuidado de si não mais se determina manifestamente na forma única do conhecimento de si. Não, certamente, que esse imperativo ou essa forma do conhecimento de si tivesse desaparecido. Digamos simplesmente que ele se atenuou, integrou-se no interior de um conjunto, um conjunto bem mais vasto, conjunto que está atestado, sobre o qual podemos fazer uma primeira e aproximativa demarcação indicando alguns elementos de vocabulário e assinalando alguns tipos de expressões" (FOUCAULT, 2006, p. 77).

Nesse período, o cuidado de si torna-se um imperativo para todos, sem exceção de status social, e com uma finalidade própria, voltada para o bem-estar pessoal, e não mais para o

governo da cidade. A relação com o objeto do cuidado de si também muda, já que o "eu" se torna tanto o objeto quanto a finalidade do cuidado. Foucault observa que o conceito de "*epiméleia*" (cuidar de si) se expande para além do simples conhecimento de si, incluindo práticas mais amplas de autodesenvolvimento, vigilância e autocuidado. Ele afirma:

"Epiméleia/epimélesthai remete a formas de atividade. Em torno dessa palavra fundamental, central, é fácil reconhecer, na literatura filosófica ou mesmo nos textos literários propriamente ditos, uma nebulosa de vocabulário e de expressões que transborda largamente o domínio circunscrito apenas pela atividade de conhecimento" (FOUCAULT, 2006, p. 78)

Foucault ainda caracteriza a transformação do cuidado de si, afirmando que ele se tornou coextensivo à vida individual, ou seja, a arte de viver passou a ser definida como um processo contínuo e abrangente, envolvendo diferentes dimensões da existência. Para ele: "O cuidado de si torna-se coextensivo à vida." (Foucault, 2006, p. 79).

Foucault destaca que o conceito de cuidado de si aparece em um momento específico da vida, em uma ocasião precisa. Este momento não é o *kairós* "tempo oportuno" - que representa uma conjuntura particular de um acontecimento -, mas sim o que os gregos chamam de *hóra* "hora", que define a estação da existência em que o indivíduo deve começar a se preocupar consigo mesmo. Segundo Foucault (2006, p. 79):

"Esse momento, essa ocasião não é o que em grego se denomina *kairós*, significando, de certo modo, a conjuntura particular de um acontecimento. Antes, é o que os gregos chamam *hóra*: o momento da vida, estação da existência em que se deve ocupar-se consigo mesmo." (FOUCAULT, 2006, p. 79).

Este é o momento em que o jovem, após ser educado pelos pedagogos e ser objeto de desejo erótico, deixa de ser visto como criança e começa a exercer seu poder ativo, ingressando na vida adulta. Foucault observa que a transição da adolescência para a idade adulta sempre foi um desafio para as sociedades, com a maioria delas criando rituais para marcar essa passagem. A Grécia, em especial Atenas, sentia a falta de uma instituição sólida que organizasse essa transição, o que ficou evidente na crítica à pedagogia ateniense, que não conseguia garantir esse ingresso na vida adulta. Segundo Foucault (2006, p. 80):

"O interessante, parece-me, e mereceria, sem dúvida, melhor exame, é que na Grécia, ou pelo menos em Atenas, pois em Esparta deve ter sido diferente, no fundo, sempre se ressentiu e se lastimou por não haver uma instituição de passagem que fosse forte, bem regulamentada e eficaz para os adolescentes, no momento de seu ingresso na vida." (FOUCAULT, 2006, p. 80).

Essa carência institucional, como Foucault observa, contribuiu para o nascimento do discurso filosófico, em especial o socrático-platônico, que buscava preencher esse vazio na formação dos indivíduos (FOUCAULT, 2006, p. 81).

Foucault também examina a mudança na concepção do cuidado de si, que deixa de ser um imperativo momentâneo durante a adolescência e passa a ser uma prática contínua ao longo de toda a vida. Ele cita o exemplo de Epicuro, que, em sua Carta a Meneceu, afirma que a filosofia e o cuidado de si não devem ter início ou fim, sendo necessários tanto na juventude quanto na velhice. Foucault (2006, p. 81) transcreve a afirmação de Epicuro: "Quando se é jovem, não se deve hesitar em filosofar e, quando se é velho, não se deve deixar de filosofar. Nunca é demasiado cedo nem demasiado tarde para ter cuidados com a própria alma" (apud FOUCAULT, 2006, p. 81).

Essa ideia de que o cuidado de si é uma prática contínua, independentemente da fase da vida, é reforçada pela proposta epicurista de que, na juventude, a filosofia deve preparar o indivíduo para a vida, enquanto na velhice, serve para rejuvenescer e recuperar as memórias do passado. Foucault ressalta a importância dessa prática para a felicidade e o bem-estar, que se mantém constante durante toda a existência (FOUCAULT, 2006, p. 82).

5 O cuidado de si nos estoicos

De forma similar aos epicuristas, os estoicos também veem o cuidado de si como uma prática constante ao longo da vida. Musônio Rufo, por exemplo, defende que só se pode alcançar a salvação por meio do cuidado contínuo de si, como Foucault cita: "Dentre centenas, citarei apenas o de Musonius Rufus, segundo o qual é cuidando-se sem parar (*aei therapeúontes*) que se pode salvar-se." (FOUCAULT, 2006, p. 82).

Essa prática de autocuidado, segundo Foucault, se estende por toda a vida adulta, com o momento mais relevante para o cuidado de si ocorrendo não na adolescência, mas na maturidade e até na velhice. Foucault também menciona as relações de Sêneca com seus interlocutores adultos, como Serenus e Lucílio, que, embora não fossem jovens, buscavam o cuidado de si como forma de manter sua saúde mental e moral, como exemplificado nas cartas de Sêneca (FOUCAULT, 2006, p. 83).

No texto de Foucault, o conceito de "prática de si" é central para compreender como o indivíduo se relaciona consigo mesmo ao longo da vida. O trecho menciona a transição da juventude para a maturidade e como a prática de si assume diferentes formas conforme o indivíduo envelhece. Um dos exemplos citados é o dos Terapeutas, um grupo de ascetas mencionado por Filon de Alexandria, que priorizava o cuidado com a alma (*epiméleia tês psychês*) no fim da vida. Foucault (2006, p. 84) descreve essa prática dizendo:

"Tendo o seu desejo de imortalidade e de vida bem-aventurada os levado a acreditar que já haviam terminado sua vida mortal [...] deixam seus bens a seus filhos, suas filhas, seus próximos: deliberadamente, fazem deles herdeiros por antecipação; quanto aos que não têm família, deixam tudo ao seu companheiro e aos seus amigos."

Este exemplo ilustra a mudança de foco da prática de si, que antes era associada à juventude e ao aprendizado, para um momento da vida em que o indivíduo, ao se aproximar da velhice, passa a cuidar da alma. A transição da juventude para a maturidade, portanto, não só envolve a mudança de prioridades, mas também uma reconfiguração do cuidado consigo mesmo.

No exemplo de Hermotímio, que Foucault retoma, vemos uma interessante reflexão sobre o tempo necessário para se alcançar a sabedoria e o equilíbrio. Hermotímio começou a praticar a filosofia aos 40 anos e, aos 60 anos, ele percebe que ainda está "no meio do caminho".

Foucault cita a conversa de Hermotímio com Licínio, destacando o ceticismo de Licínio em relação à prática contínua de Hermotímio:

"- Como, há vinte anos, tu lhe dás muito dinheiro? - Sim, dou-lhe muito dinheiro. - Mas essa aprendizagem da filosofia, da arte de viver, da felicidade, não estará logo concluída? - Oh, responde Hermotímio, seguramente sim, não tardará! Penso que em vinte anos chegarei ao fim." (FOUCAULT, 2006, p. 85).

Esse trecho ilustra a ironia presente na ideia de que a prática de si é um processo contínuo e sem fim, sugerindo que o indivíduo nunca chega realmente à conclusão de seu autocuidado e autoconhecimento. A prática de si, no contexto da maturidade, não é uma preparação para um fim específico, mas um movimento de reflexão constante, onde a crítica e a correção de erros internos se tornam centrais.

Ao abordar a questão da correção, Foucault destaca que a prática de si, nos séculos I-II, não tinha apenas uma função formadora, mas também corretiva. Não se tratava de formar o indivíduo para uma profissão específica, mas para prepará-lo para enfrentar as adversidades da vida. Nesse contexto, a prática de si torna-se uma forma de "armadura protetora" que permite ao indivíduo lidar com as dificuldades e desafios cotidianos. Foucault (2006, p. 86) explica:

"Trata-se, independentemente de qualquer especificação profissional, de formá-lo para que possa suportar, como convém, todos os eventuais acidentes, todos os infortúnios possíveis, todas as desgraças e todos os reveses que possam atingi-lo."

Assim, a prática de si assume uma dimensão preventiva e corretiva, ajudando o indivíduo a lidar com as falhas internas e os erros acumulados ao longo da vida. Esse movimento de autocuidado implica uma constante reflexão crítica sobre si mesmo, sobre os hábitos formados ao longo do tempo, e sobre como esses hábitos podem ser modificados ou corrigidos.

A crítica na prática de si não se limita à identificação de falhas externas, mas também ao exame das falhas internas do indivíduo. Foucault cita Sêneca, que discute como o mal não vem de fontes externas, mas reside dentro de nós: "Ora, não se deve acreditar que o mal foi imposto a nós do exterior; não está fora de nós, está em nosso interior (intra nos est)." (SÊNECA, apud FOUCAULT, 2006, p. 87).

Este conceito de correção interna é fundamental para a prática de si, pois sugere que a verdadeira transformação do indivíduo ocorre não apenas no domínio externo, mas no reconhecimento e superação das falhas internas. Mesmo quando essas falhas estão

profundamente enraizadas, como Sêneca e Foucault sugerem, ainda é possível trabalhar para corrigi-las, o que implica que a prática de si é uma tarefa contínua e essencial para o bem-estar.

Foucault, ao discutir a prática do cuidado de si, explora como a filosofia antiga, particularmente a filosofia estoica e cínica, propôs que o sujeito se transformasse, não apenas intelectualmente, mas também espiritualmente. Essa transformação, para ele, exige um processo contínuo de "desaprendizagem" dos vícios, como defendido por Sêneca. A ideia de que a alma deve ser corrigida antes de se tornar virtuosa está centralmente ligada à noção de que a "imperfeição da alma" precede a sua qualidade. Foucault destaca: "A qualidade da alma só pode vir depois da imperfeição da alma. Somos, diz ele, sempre na carta 50, *praeoccupati*: já ocupados por algo no momento em que intentamos fazer o bem." (FOUCAULT, 2006, p. 84).

Esse movimento de autocrítica e reforma está fortemente ligado à crítica da educação e dos valores familiares que deformam o espírito desde a infância. Sêneca critica as influências que a primeira educação e o ambiente familiar impõem ao sujeito. Ele afirma:

"Desde que nascemos e somos admitidos em nossas famílias, encontramos-nos em um meio inteiramente falseado onde a perversão dos julgamentos é completa, tanto que, pode-se dizer, sugamos o erro com o leite de nossas amas." (FOUCAULT, 2006, p. 85).

Essa crítica à educação tradicional revela a necessidade de o sujeito se libertar dos condicionamentos sociais e familiares que lhe são impostos desde cedo. Para Foucault, a prática do cuidado de si, com foco na autocrítica e desapego, é também uma forma de resistência aos valores impostos.

Além disso, Foucault vê a filosofia como uma prática terapêutica, comparando-a com a medicina, em que o filósofo atua como um médico da alma. Ele cita o exemplo de Musônios Rufo, que associa a filosofia à cura das doenças da alma, como se fosse um médico chamado para tratar o corpo. Como ele observa: "Chamamos o filósofo como chamamos o médico em caso de doença." (FOUCAULT, 2006, p. 88)

A medicina, nesse contexto, não é apenas física, mas espiritual. O cuidado de si envolve tratar as doenças do espírito, tal como um médico trataria o corpo. A ideia de "*therapeúein*" (cuidar de si) é central para entender essa prática, significando, ao mesmo tempo, cuidar de si, servir-se e prestar culto à própria existência. Fílon de Alexandria, ao descrever os Terapeutas,

relaciona diretamente a prática filosófica à medicina ao afirmar: "Denominam-se Terapeutas, pois querem cuidar da alma como os médicos cuidam do corpo." (FOUCAULT, 2006, p. 90).

A prática de si é um processo contínuo de cura e autotransformação, tanto física quanto espiritual. Foucault mostra que a filosofia antiga via o cuidado de si como um verdadeiro "dispensário da alma", onde o sujeito, ao buscar a sabedoria, também busca o equilíbrio interior e a cura de suas paixões e vícios.

No trecho que Foucault aborda o deslocamento cronológico do cuidado de si, ele argumenta que a prática do cuidado de si evolui ao longo da vida, começando na juventude e atingindo sua plenitude na velhice. O filósofo observa como, na cultura grega antiga, a velhice tinha um valor ambíguo, mas, com a transformação dessa prática ao longo do tempo, a velhice passa a ser vista não como um fim, mas como a culminação da prática do cuidado de si. Foucault explica:

"Com o cristianismo e as promessas do além, teremos, é claro, um outro sistema. Mas, nesse sistema que tange, por assim dizer, o problema da morte... compreende-se que é a velhice que constituirá o momento positivo, o momento de completude, o cume dessa longa prática que acompanhou o indivíduo ou à qual ele teve que submeter-se durante toda a sua vida." (FOUCAULT, 2006, p. 98).

Foucault discorre sobre o envelhecimento como uma oportunidade de domínio completo sobre si, onde o idoso é aquele que atinge um estágio final de autossatisfação. Ele afirma que:

"O idoso é, portanto, aquele que se apraz consigo, e a velhice, quando bem preparada por uma longa prática de si, é o ponto em que o eu, como diz Sêneca, finalmente atingiu a si mesmo, reencontrou-se, e em que se tem para consigo uma relação acabada e completa, de domínio e de satisfação ao mesmo tempo." (FOUCAULT, 2006, p. 99).

Foucault também aborda a universalização do cuidado de si, que antes era visto como uma prática restrita a alguns indivíduos, mas que, com o tempo, passa a ser um princípio ético universal. Ele propõe que a prática do cuidado de si deve ser estendida a todos, independentemente da idade ou situação. Ele argumenta:

"Doravante, se diz: ocupa-te contigo mesmo e ponto final. 'Ocupa-te contigo mesmo e ponto final' significa que o cuidado de si parece surgir como um princípio universal que se endereça e se impõe a todo mundo." (FOUCAULT, 2006, p. 101).

Essa universalização do cuidado de si reflete uma mudança cultural, onde as práticas do sujeito em relação a si mesmo não são mais restritas, mas se tornam uma característica fundamental da vida cotidiana, abrangendo todas as idades. Foucault explica ainda que a prática de cuidado de si ultrapassa as normas jurídicas, sendo um reflexo das transformações sociais e culturais que moldam o sujeito ocidental. Ele esclarece:

"O cuidado de si não passa de um dos aspectos possíveis da tecnologia do sujeito relativamente a si mesmo. Ou, se quisermos, mais precisamente ainda: a lei não passa de um dos aspectos dessa longa história no curso da qual se constituiu o sujeito ocidental tal como hoje se nos apresenta." (FOUCAULT, 2006, p. 101).

Foucault sugere que o cuidado de si não era simplesmente uma prática de todos, mas de grupos privilegiados. Ele destaca que a ideia de "ocupar-se consigo mesmo" estava reservada a uma elite, como exemplificado pelos lacedemônios, que confiavam o trabalho pesado a seus escravos (hilotas) para poderem se dedicar ao autocuidado. Isso indica que a prática de se cuidar, naquele contexto, era um privilégio de poucos:

"Ocupar-se consigo mesmo é, evidentemente, um privilégio de elite. É um privilégio de elite assim afirmado pelos lacedemônios, mas é também um privilégio de elite assim afirmado muito mais tarde, no período de que agora trato, quando ocupar-se consigo aparecerá como um elemento correlato de uma noção - que será necessário abordar e elucidar um pouco melhor —: a noção de ócio (*skholé* ou *otium*). Não se pode ocupar-se consigo sem que se tenha, diante de si, correlata a si, uma vida em que se possa - perdoem-me a expressão - pagar o luxo da *skholé* ou do *otium*" (FOUCAULT, 2006, p. 102).

A noção de "ócio", ou "*skholé*", que Foucault examina, está ligada à ideia de uma vida de reflexão, estudo e filosofia, algo que se tornaria um "luxo" apenas acessível a aqueles que possuíam uma condição material que os possibilitava se afastar das preocupações cotidianas da sobrevivência. Foucault destaca, ainda, que o cuidado de si nunca foi uma prática universal e que ele sempre envolveu escolhas de vida, separando aqueles que podiam dedicar-se ao cuidado da alma dos demais, especialmente das classes mais baixas e dos escravos.

A exclusão e a segmentação de grupos na prática do cuidado de si são cruciais para entender a dinâmica de poder e a construção da subjetividade na Antiguidade. Foucault explica que o cuidado de si estava frequentemente articulado com práticas sectárias ou filosóficas, como as dos epicuristas e dos estóicos, que se organizavam em torno de comunidades fechadas e com rituais específicos. A ideia de que o cuidado de si era ligado a uma prática comunitária ou filosófica específica está exemplificada na descrição das escolas, como os epicuristas, que,

apesar de sua origem mais popular, buscavam a reflexão teórica e a construção de uma vida filosófica profunda:

"De fato, na cultura antiga, na cultura grega e romana, o cuidado de si jamais foi efetivamente percebido, colocado, afirmado como uma lei universal válida para todo indivíduo, qualquer que fosse o modo de vida adotado. O cuidado de si implica sempre uma escolha de modo de vida, isto é, uma separação entre aqueles que escolheram esse modo de vida e os outros" (FOUCAULT, 2006, p. 103).

Além disso, Foucault observa que o cuidado de si não se limitava apenas aos grupos elitizados. Ele reconhece que, em comunidades mais populares, como aquelas associadas a cultos religiosos, práticas de autocuidado também eram observadas, embora com um caráter mais ritualizado e menos voltado para o estudo ou reflexão teórica. A divisão entre os cuidados "sofisticados" e os "rudes" é uma característica essencial dessa análise. Ele sublinha que, mesmo entre as classes mais baixas, havia um esforço consciente para cultivar a alma, ainda que de maneira distinta e em um formato mais coletivo e religioso, como exemplificado pelos cultos dedicados a Ísis e outras divindades.

"No polo extremo, nas classes menos favorecidas, encontram-se práticas de si muito fortemente ligadas à existência, geralmente, de grupos religiosos, grupos claramente institucionalizados, organizados em torno de cultos definidos, com procedimentos frequentemente ritualizados" (FOUCAULT, 2006, p. 103).

Por outro lado, no extremo oposto, encontramos as práticas de autocuidado mais sofisticadas, ligadas a escolhas pessoais, vida de ócio cultivada e investigação teórica, com uma forte conexão às redes de amizade. Essas redes sociais, muitas vezes formalizadas em torno de figuras centrais, como Sêneca e outros filósofos, funcionavam como espaços de troca de saberes e aconselhamentos sobre a vida, a moral e as práticas de autocuidado:

"A amizade na sociedade romana consistia em uma hierarquia de indivíduos ligados uns aos outros por um conjunto de serviços e obrigações; em um grupo no qual cada indivíduo não tinha exatamente a mesma posição em relação aos demais" (FOUCAULT, 2006, p. 103).

No entanto, Foucault não propõe uma divisão simples entre esses polos, pois ele aponta a complexidade e as variações que existem dentro de cada um desses grupos. Ele utiliza o exemplo dos grupos epicuristas, que, apesar de sua origem popular, passaram a se tornar círculos filosóficos sofisticados, como os encontrados na Itália, em Nápoles, onde se misturavam com as práticas culturais e políticas mais elitistas. A combinação entre práticas religiosas e filosóficas, como ilustrado pelo exemplo dos Terapeutas, é um exemplo de como o

cuidado de si se articula em diferentes esferas sociais e culturais, sendo sempre um fenômeno complexo e multifacetado:

"Isso, de resto, não impediu o mesmo epicurismo de dar lugar a círculos extraordinariamente sofisticados e eruditos na Itália, principalmente em Nápoles, e, por certo, em torno de Mecenas, na corte de Augusto" (FOUCAULT, 2006, p. 105).

Além disso, Foucault faz uma reflexão sobre a universalidade do apelo ao cuidado de si, que, embora seja um princípio válido para todos, é efetivamente acessado apenas por poucos:

"O princípio de ocupar-se consigo (obrigação de *epimélesthai heautoü*) poderá ser repetido em toda parte e para todos. A escuta, a inteligência, a efetivação dessa prática, de todo modo, será fraca. E é justamente porque a escuta é fraca e porque, seja como for, poucos saberão escutá-lo, que o princípio deve ser repetido por toda parte" (FOUCAULT, 2006, p. 107).

Nesse ponto, Foucault sugere que a capacidade de "escutar" o princípio do cuidado de si é limitada, e que, apesar de ser um apelo universal, poucos efetivamente o realizam.

Essa dificuldade na efetivação do cuidado de si está atrelada à distinção entre os "capazes" e os "incapazes" de se ocupar de si mesmos, um eixo que, para Foucault, é essencial para entender as divisões sociais e espirituais dessas épocas. A divisão social deixa de ser definida pela hierarquia de status (rico/pobre, livre/escravo) e passa a ser marcada pela capacidade de autoanálise e autoformação: "O apelo deve ser lançado a todos porque somente alguns serão efetivamente capazes de ocupar-se consigo mesmos" (FOUCAULT, 2006, p. 109). Essa separação, que antes se dava por distinções sociais, agora se configura em termos da capacidade de cuidado de si, e é nesse ponto que percebe uma reconfiguração da prática de cuidado de si na cultura ocidental.

Foucault vincula essa prática à ideia de salvação, presente especialmente na filosofia estoica e na tradição cristã, na qual o cuidado de si se converte em um processo de salvação pessoal, reservado a uma minoria capaz de escutar e praticar o cuidado:

"É preciso dizer que ela não foi inventada exatamente aí. De fato porém, em todos esses grupos culturais de que lhes falei, em alguns pelo menos, achava-se o princípio de que o apelo era lançado a todos mas pouco numerosos eram os verdadeiros bacantes" (FOUCAULT, 2006, p. 109).

A ideia de que a salvação ou a verdadeira realização de si é reservada a poucos é uma constante na história do pensamento ocidental, algo que Foucault identifica como um dos elementos centrais na formação da cultura de si.

O trecho extraído de *Hermenêutica do sujeito* de Michel Foucault reflete sobre as transformações na prática de si, especialmente nos séculos I-II, quando essa prática se torna essencial à vida adulta. Foucault não trata a prática de si como algo a ser realizado apenas em fases iniciais da vida, mas como uma exigência que acompanha a existência, com foco na fase adulta. Ele explica que:

"a prática de si já não era aquela espécie de junção entre a educação dos pedagogos e a vida adulta, mas, ao contrário, um tipo de exigência que devia acompanhar toda a extensão da existência, encontrando seu centro de gravidade na idade adulta" (FOUCAULT, 2006, p. 114).

Neste ponto, Foucault indica que a prática de si se torna um princípio que rege toda a existência, com ênfase na idade adulta, sendo um processo contínuo que não se limita a uma fase da vida, mas se estende ao longo de toda a trajetória do sujeito.

Além disso, ele aborda a velhice, não como uma etapa final ou decadente, mas como um ponto culminante da vida, algo essencial na constituição do sujeito. Foucault observa que: "a prática de si tem por objetivo a preparação para a velhice que, por sua vez, aparece como um momento privilegiado da existência ou, mais ainda, como o ponto ideal da completude do sujeito" (FOUCAULT, 2006, p. 114).

Para Foucault, a velhice não é simplesmente o fim da vida, mas um estado de plenitude, onde o sujeito atinge a completude de seu processo de autoformação e autocuidado.

Ele também destaca que, embora o cuidado de si seja uma prática que pode ser universalmente aplicada, ela se torna acessível somente a um número restrito de pessoas, com base nas condições sociais, econômicas e religiosas. Foucault salienta: "A prática de si era exercida sempre em formas exclusivas" (FOUCAULT, 2006, p. 115).

Essa exclusão, no entanto, não retira a universalidade do princípio; ela apenas limita sua prática a certos grupos privilegiados que podiam se dedicar a esse tipo de cuidado.

Outro ponto importante discutido por Foucault é a relação entre o sujeito e o outro. Para ele, o outro é fundamental no processo de constituição do sujeito, pois a prática de si só se concretiza plenamente quando existe essa relação. Foucault afirma que: "o outro é indispensável na prática de si a fim de que a forma que define essa prática atinja efetivamente seu objeto, isto é, o eu, e seja por ele efetivamente preenchida" (FOUCAULT, 2006, p. 116).

Neste ponto, a presença do outro é essencial para que o sujeito possa se tornar "ele mesmo", pois o outro serve como mediador e exemplo para a constituição da identidade.

Foucault fala sobre a transformação da função do mestre na Antiguidade. O mestre, antes alguém que transmitia conhecimento, passa a ser visto como uma figura que molda o sujeito, corrigindo suas falhas e orientando-o na prática de si. Foucault destaca que: "passar de um status 'a corrigir' ao status 'corrigido' supõe, a fortiori, um mestre" (FOUCAULT, 2006, p. 117).

Esse papel do mestre é crucial, pois ele deixa de ser apenas um transmissor de saberes e se torna um facilitador da mudança e da autotransformação do sujeito, guiando-o no processo de atingir seu ideal de si.

6 A Necessidade do Outro na Superação da *Stultitia*: Foucault e a Prática de Si em Sêneca

Michel Foucault sobre a relação entre a *stultitia* e a prática de si, particularmente no contexto de Sêneca, oferece uma reflexão profunda sobre a natureza da vontade humana e sua capacidade de autossustentação, bem como sobre a necessidade de intervenção de outro para que o sujeito saia do estado de *stultitia*. A *stultitia*, descrita por Sêneca e explorada por Foucault, refere-se a uma condição de inconstância, de dispersão do sujeito, que não consegue alinhar seus desejos e intenções de forma coerente. Foucault destaca que essa condição, por ser um estado patológico, exige a intervenção de outro para que o sujeito possa ser "puxado" para fora dessa situação de irracionalidade.

Foucault, ao fazer referência ao pensamento de Sêneca, explica que a *stultitia* é uma espécie de inaptidão do sujeito para tomar posse de si mesmo. Como o filósofo romano descreve, a *stultitia* é marcada pela incapacidade do indivíduo de se fixar em algo ou tomar decisões que o conduzam para um propósito de vida consistente. Foucault cita, de forma incisiva, o momento de Sêneca em que ele sugere que ninguém está suficientemente bem para sair sozinho dessa condição. A intervenção de um outro é, portanto, necessária para que o sujeito possa escapar de sua dispersão e alcançar um estado de controle e clareza. Foucault diz: "Ninguém está suficientemente em boa saúde (*satis valet*) para sair sozinho desse estado (sair: *emergere*). É preciso que alguém lhe estenda a mão, e alguém que o puxe para fora: *oportet aliquis educat*" (FOUCAULT, 2006, p. 118).

Esse "outro", em Foucault, não se configura como um mestre no sentido tradicional, de quem transmite um saber técnico ou teórico. Em vez disso, trata-se de uma intervenção que visa corrigir o modo de ser do sujeito, um movimento de exteriorização do indivíduo, como se estivesse sendo "puxado" para fora de um estado de confusão mental e moral. A intervenção do outro é essencial, pois, segundo Foucault, a *stultitia* se caracteriza por um afastamento da vontade em relação ao sujeito e à sua capacidade de se orientar.

A descrição de Foucault da *stultitia* enfatiza que o *stultus* não é capaz de concentrar sua vontade, pois ela é fragmentada e permeada por influências externas e internas de forma incontrolada. Ele está "à mercê de todos os ventos", deixando-se conduzir pelas representações e influências do mundo exterior, sem fazer uma análise crítica delas. Foucault expõe a condição do *stultus*: "O *stultus* é aquele que está à mercê de todos os ventos, aberto ao mundo exterior,

ou seja, aquele que deixa entrar no seu espírito todas as representações que o mundo exterior lhe pode oferecer" (FOUCAULT, 2006, p. 119).

Esse tipo de sujeito, disperso no tempo e no espaço, não consegue se concentrar em uma vida coerente e orientada para um objetivo específico. Sua vontade é marcada pela inconstância e pela falta de um foco fixo, o que o impede de tomar decisões consistentes e de exercer a autonomia que caracteriza o cuidado de si. Foucault continua: "O *stultus* deixa a vida correr, muda continuamente de opinião. Sua vida, sua existência passa, portanto, sem memória nem vontade" (FOUCAULT, 2006, p. 119).

Para Foucault, o processo de sair da *stultitia* não é uma tarefa que o sujeito possa realizar por si mesmo. O ato de cuidar de si, de tomar posse de sua própria subjetividade e vontade, exige a presença do outro, que deve "estender a mão" e ajudar o indivíduo a se reorientar. Essa noção de intervenção é crucial para entender como a prática de si se opõe à *stultitia*. Foucault argumenta que a *stultitia* não pode ser superada sem a ajuda de outro, pois a vontade do *stultus*, por estar fragmentada e desordenada, não é capaz de se redirecionar sozinha. A prática de si, portanto, depende dessa intervenção externa para que o sujeito possa alinhar sua vontade em direção a um objetivo único e constante: o próprio eu. Foucault conclui:

"Entre o indivíduo *stultus* e o indivíduo sapiens, é necessário o outro. Ou seja: entre o indivíduo que não quer seu próprio eu e o que conseguiu chegar a uma relação de domínio e posse de si, de prazer consigo, que é, com efeito, o objetivo da *sapientia*, é preciso que o outro intervenha" (FOUCAULT, 2006, p. 120).

No trecho extraído de *A Hermenêutica do sujeito*, Foucault discute como as escolas epicurista e estoica abordam a direção da consciência e a formação ética dos discípulos. Ele destaca que, na escola epicurista, "era imprescindível que cada qual tivesse um *hegemón*, um guia, um diretor que lhe assegurasse a direção individual" (FOUCAULT, 2006, p. 123). A direção de consciência, nesse contexto, não se dava apenas por meio de ensinamentos técnicos, mas através de uma relação afetiva e de amizade genuína. Foucault continua afirmando que essa prática exigia "uma certa qualidade, uma certa 'maneira de dizer', uma certa, digamos assim, 'ética da palavra', que se chama, justamente, *parrhesía*" (FOUCAULT, 2006, p. 124). Essa relação entre mestre e discípulo é descrita como uma abertura sincera e franca entre ambos, um princípio fundamental na formação moral do discípulo.

Foucault também apresenta a escola estoica, em que a direção de consciência é voltada para o desenvolvimento do caráter, mas sem a mesma ênfase nas relações afetivas. O autor

observa que "não era realmente um lugar de convívio, mas simplesmente de reuniões, reuniões muito frequentes e muito exigentes" (FOUCAULT, 2006, p. 124). Esse ambiente mais austero e pragmático reflete uma filosofia voltada para o autoconhecimento, em que os discípulos são preparados para viver de acordo com os princípios estoicos, mais voltados para a razão do que para a amizade ou laços afetivos.

No entanto, para os epicuristas, a direção era mais personalizada, e Foucault ilustra que Sêneca, em seus escritos, divide os discípulos em dois tipos:

"aqueles para os quais basta ser guiados, pois não encontrarão dificuldades interiores à direção que lhes é proposta; e aqueles que, por causa de uma certa malignidade de natureza, é preciso puxar à força, empurrar para fora do estado em que estão" (FOUCAULT, 2006, p. 124).

Essa distinção reflete uma compreensão da direção de consciência como algo que exige técnicas diferentes, dependendo das disposições interiores do discípulo.

Além disso, Foucault utiliza uma passagem de Epicteto para discutir o papel do filósofo na transformação do discípulo. O filósofo deve ser "*protreptikós*" e "*elenktikós*", ou seja, capaz de mover o espírito do discípulo na direção correta e refutar as falsas crenças. Como Foucault aponta, "quando se faz o mal, é que, na realidade, houve uma *mákhe*: uma batalha, um combate em quem o cometeu" (FOUCAULT, 2006, p. 125). O filósofo, portanto, deve ser capaz de guiar o discípulo a compreender que o mal é cometido por erro de julgamento, e, através de um discurso habilidoso, leva-lo a discernir a verdade. Foucault descreve essa transformação do papel do filósofo de forma clara:

"Na fórmula do conselheiro privado, ao contrário, tem-se a grande família aristocrática, o chefe de família, o grande responsável político que acolhe em sua casa e faz residir junto de si um filósofo que lhe servirá de conselheiro. Há dezenas de exemplos disso na Roma republicana e imperial. [...] Assim, à medida que vemos desenvolver o personagem do filósofo, à medida que vemos acentuar-se sua importância, vemos também que, cada vez mais, ele perde sua função singular, irreduzível, exterior à vida cotidiana, à vida de todos os dias, à vida política. Nós o vemos, ao contrário, integrar-se aos conselhos, a dar pareceres." (FOUCAULT, 2006, p. 128-129)

Este trecho Foucault, discutindo como a filosofia se relaciona com a prática de si, a construção do filósofo e sua inserção na política. O filósofo, que sempre esteve presente como figura central na disseminação de certos valores e práticas de conduta, é aqui colocado sob uma perspectiva crítica. O filósofo, sendo muitas vezes associado à desconfiança e ao ceticismo, passa por uma reinterpretação que reflete os desafios e contradições de sua existência no mundo político.

Foucault, ao iniciar o trecho, faz uma autocrítica do seu tempo e da sua expectativa em relação à sua capacidade de controlar o tempo e a cronologia, reconhecendo uma falha que marca a reflexão filosófica de uma forma peculiar. Como ele coloca:

"Devo-lhes desculpas. Imaginava, de maneira um pouco pretensiosa e quimérica, que, se eu me concedesse duas horas para dizer o que queria, não me delongaria mais, pois contaria com bastante tempo" (FOUCAULT, 2006, p. 134).

Esse movimento de autocrítica revela a falibilidade do próprio discurso filosófico e reflete o distanciamento entre o planejado e o vivido, entre a teoria e a prática.

Ao falar da "prática de si", Foucault traz à tona um tema central de sua obra: como os filósofos desempenharam um papel importante na propagação dessa prática, ao ponto de se tornarem, paradoxalmente, figuras ambíguas. Embora os filósofos sejam, como Foucault afirma, os responsáveis por difundir regras e métodos de conduta, eles também se tornaram objetos de crítica, especialmente no contexto político romano. O filósofo, então, precisa ser compreendido não apenas como alguém que propaga um saber universal, mas também como alguém envolvido em disputas políticas e sociais. "São os filósofos, evidentemente, que difundiram a regra [dessa prática de si], que fizeram circular suas noções e métodos, que propuseram modelos" (FOUCAULT, 2006, p. 135). No entanto, há um distanciamento necessário: "na mesma medida em que essa prática de si se difundia, o personagem do filósofo profissional [...] esse personagem tornava-se cada vez mais ambíguo" (FOUCAULT, 2006, p. 136).

Além disso, Foucault sublinha o caráter contraditório da filosofia como prática de si no Império Romano, onde, por um lado, os filósofos seriam vistos como figuras exemplares de conduta ética e, por outro, suas relações com a política e o poder suscitam uma série de questões problemáticas. Nesse contexto, ele examina figuras históricas como Eufrates, um filósofo estóico, e a maneira como ele se posiciona frente ao poder. O elogio a Eufrates, feito por Plínio, é lido por Foucault como uma tentativa de repatriação da filosofia para um modelo que não seja apenas de isolamento do filósofo em sua torre de marfim, mas de um engajamento com a vida cotidiana e a política.

A relação entre filosofia e política, por sua vez, é apresentada de forma a questionar os limites entre o que é considerado filosofia e o que é envolvimento político. Como Foucault descreve: "Eufrates é, justamente, aquele que não separa a prática filosófica e a vida política" (FOUCAULT, 2006, p. 140). Esse tipo de filosofia desprofissionalizada, ou seja, uma filosofia

que se desvincula da institucionalização do saber, surge como uma tentativa de reconciliar o ato de filosofar com a vida cotidiana e com os problemas políticos.

Foucault sugere que a valorização da filosofia, tal como é exposta por Plínio, não se limita a uma simples admiração pela sabedoria oriental de Eufrates, mas é uma tentativa de desprofissionalizar o filósofo. Plínio, ao elogiar Eufrates, cria uma figura de filósofo que é capaz de integrar a prática filosófica à vida pública e às virtudes políticas, desafiando, assim, a tradicional divisão entre a filosofia e o campo político. Foucault conclui:

"Esse elogio precisa ser considerado em todos os seus elementos, com todas as suas pontuações: Trata-se de uma valorização que é feita, de certo modo, pela repatriação da filosofia em uma maneira de ser, em um modo de conduta, em um conjunto de valores, em um conjunto de técnicas também" (FOUCAULT, 2006, p. 139).

O filósofo, ao refletir sobre a prática de si nos séculos I-II, destaca como a filosofia, mesmo fora das instituições, passou a ser uma prática social, sendo integrada ao cotidiano das pessoas. Foucault comenta:

"Creio que esse texto fornece uma pista, por assim dizer, que não pretendo seguir detalhadamente, mas que parece-me [tratar-se de] um dos traços mais característicos da época da qual lhes falo, os séculos I-II, a saber: mesmo fora das instituições, dos grupos, dos indivíduos que, em nome da filosofia, reivindicavam o magistério da prática de si, essa prática de si tomou-se uma prática social. Começou a desenvolver-se entre indivíduos que, propriamente falando, não eram do ofício" (FOUCAULT, 2006, p. 141).

Foucault explica que, com o tempo, essa prática de si se desvinculou da filosofia profissional, sendo vivida no seio das relações sociais, como podemos observar nas práticas de mestres como Sêneca, que atuava em múltiplos papéis sociais, além do filosófico:

"Esse mestre está em via, não exatamente de desaparecer, mas de ser invadido, cercado, ameaçado por toda uma prática de si que é, ao mesmo tempo, uma prática social. A prática de si vem vincular-se à prática social ou, se quisermos, a constituição de uma relação de si consigo mesmo vem manifestamente atrelar-se às relações de si com o outro" (FOUCAULT, 2006, p. 142).

Além disso, a correspondência entre Marco Aurélio e Frontão ilustra como a prática de si também envolve uma dimensão afetiva, não apenas filosófica ou técnica. Foucault aponta para o aspecto humano dessa troca:

"Relação 'afetiva' e, repito, creio que seria inteiramente deslocado - quero dizer, historicamente inadequado - colocar a questão sobre a natureza sexual ou não dessa relação. É uma relação de afeição, uma

relação de amor que implica, por consequência, muitos aspectos" (FOUCAULT, 2006, p. 143).

Essas passagens revelam como a prática de si, em Foucault, se insere no campo das relações sociais e afetivas, indo além da transmissão de saber filosófico. A relação entre mestre e discípulo se torna uma troca de afetos, reflexões e vivências do cotidiano.

7 A Prática do Cuidado de Si e a Salvação no Pensamento Helenístico e Romano: Reflexões de Foucault sobre a Subjetividade e a Transformação Pessoal

Foucault comenta sobre o modo como Marco Aurélio se relacionava com o regime médico e as práticas pessoais de auto-observação em sua rotina diária. O autor descreve detalhadamente essas práticas nas cartas de Marco Aurélio, destacando as anotações sobre saúde e rotina, como as medicações e o cuidado com o corpo:

"Em primeiro lugar, os detalhes sobre saúde, os detalhes sobre regime. A começar pelas pequenas agitações e medicações. Pois bem, várias vezes encontramos esse tipo de indicação nas cartas de Sêneca, quando ele diz: ora pois, não dormi bem esta noite, tive uma pequena agitação. Ou então: acordei mal esta manhã, tive um pouco de náusea, tive agitações, etc. Portanto, uma anotação que é tradicional: anotação das agitações, dos medicamentos absorvidos (gargarejou, tomou água adocicada, etc.). De modo geral, anotações sobre o sono. Por exemplo, 'dormi de lado', que é um importante preceito médico-ético da época. Dormir de costas é expor-se a visões eróticas; dormir de lado é promessa de um sono casto." (FOUCAULT, 2006, p. 145).

No contexto dessas observações, Foucault também observa que as práticas de auto-observação envolvem aspectos da vida familiar e de trabalho, sugerindo que a vida agrícola de Marco Aurélio tinha uma conexão com a ética e a política de sua época:

"O estágio camponês é uma espécie de reativação do velho modelo de Xenofonte ou do velho modelo de Catão: modelo social, ético e político, agora retomado, mas a título de exercício. Uma espécie de retiro feito com os outros, mas para si mesmo e para melhor se formar, para progredir nesse trabalho feito sobre si, para atingir a si mesmo." (FOUCAULT, 2006, p. 146)

A prática de si de Marco Aurélio, em suas cartas, também é refletida na sua abordagem sobre o amor e os relacionamentos, algo que Foucault descreve como uma nova ética de relação verbal e de sinceridade:

"É por cuidado com o regime e a dietética que se pratica a vida agrícola, que se fazem colheitas, etc., isto é, que se passa à econômica. E é no interior das relações de família, ou seja, no interior das relações que definem a econômica, que se encontrará a questão do amor." (FOUCAULT, 2006, p. 147).

Esses exemplos ilustram como Marco Aurélio integrava a prática de si a diversos aspectos de sua vida, demonstrando uma relação íntima entre a dietética, a econômica e a erótica, com um foco na reflexão pessoal e na direção de consciência.

Foucault retoma o conceito de *parrhesía* e sua importância no processo de autoconhecimento e formação do sujeito filosófico. A noção de *parrhesía* é entendida como franqueza ou abertura, uma prática que é essencial para o exercício da filosofia e do saber.

Foucault explica que essa prática envolve não apenas a verdade verbal, mas um processo contínuo de transformação do sujeito, que precisa se conhecer profundamente para ser capaz de filosofar. Ele cita Proclo, que vê o Alcibíades como fundamental para a filosofia: "Este diálogo [diz ele, referindo-se ao Alcibíades; M. F.] é o princípio de toda a filosofia [*arkhè hapáses philosophías*: o começo, o princípio da filosofia; M. F.], como o é também, precisamente, o conhecimento de nós mesmos" (FOUCAULT, 2006, p. 154). Essa afirmação de Proclo implica que o autoconhecimento é o fundamento para qualquer reflexão filosófica verdadeira.

Foucault, ao abordar a importância do diálogo Alcibíades, apresenta a visão de Olimpíodoro, que coloca este diálogo como o ponto inicial da filosofia, um "portal" para o restante da obra platônica. Olimpíodoro argumenta que o conhecimento de si, formulado no Alcibíades, não deve ser entendido apenas como uma introspecção, mas como a base para toda a prática filosófica:

"Quanto à posição [do Alcibíades; M. F.], é preciso dizer que se deve colocá-lo à frente de todos os diálogos platônicos. Pois, como diz Platão no *Fedro*, é absurdo ignorar a si mesmo quando se aspira a conhecer tudo o mais" (FOUCAULT, 2006, p. 155).

Esse posicionamento reflete a ideia de que o autoconhecimento é a chave para compreender a totalidade do saber, seja ele político, moral ou metafísico.

O filósofo também destaca como, para Olimpíodoro, o Alcibíades é um ponto de partida para a filosofia política e a purificação espiritual. O autor enfatiza que o conhecimento de si não se limita a uma reflexão moral ou ética, mas também se estende ao campo político, considerando que a prática filosófica deve ser orientada tanto para a construção da vida pública quanto para o trabalho interno de purificação da alma. Olimpíodoro distingue claramente as duas dimensões do saber:

"Posto que a meta deste diálogo [o Alcibíades; M. F.] é conhecer a si mesmo, não segundo o corpo, não segundo os objetos exteriores - o título, de fato, é: Alcibíades, ou Sobre a natureza do homem - mas segundo a alma; alma está, não a vegetativa, não a irracional, mas a racional" (FOUCAULT, 2006, p. 156).

Esse conhecimento da alma racional, segundo Olimpíodoro, é essencial para a prática filosófica, pois prepara o sujeito para as virtudes tanto políticas quanto espirituais.

Em sua análise, Foucault coloca o Alcibíades como um marco de uma bifurcação importante dentro da tradição filosófica, representando o ponto de convergência entre o político e o catártico, entre o saber prático e o espiritual. Para Olimpíodoro, a sequência dos diálogos

platônicos reflete essa dualidade, com o Alcibíades servindo de introdução para o que virá a seguir, seja no campo político, como no Górgias, ou no campo da purificação espiritual, como no Fédon. Olimpiodoro vê essa distinção como central para o entendimento da filosofia: "Manifesta-se também, ao mesmo tempo, a sequência dos diálogos. Com efeito, tendo aprendido, no Alcibíades, que somos alma e que esta alma é racional, devemos exercer bem as virtudes políticas e as catárticas" (FOUCAULT, 2006, p. 157).

Portanto, o conceito de *parrhesía* e o retorno sobre si mesmo, presente no Alcibíades, são essenciais para o entendimento da formação do sujeito filosófico, onde o conhecimento de si se articula tanto com a política quanto com a purificação espiritual, refletindo uma visão complexa e integral da prática filosófica.

No texto, Foucault destaca a importância da evolução da filosofia em torno do cuidado de si, que se transformou ao longo do tempo, não apenas em uma questão filosófica, mas em uma prática histórica e social que envolvia valores e comportamentos. Ele descreve como, a partir da época helenística e romana, ocorreu um verdadeiro desenvolvimento de uma "cultura de si", que é organizada em torno de um conjunto de valores e práticas que o sujeito precisa seguir para atingir uma relação mais profunda com a verdade:

"Creio que se pode dizer, tropeçando um pouco na palavra que vou empregar, colocando-a entre muitos parênteses, parênteses irônicos, que, a partir da época helenística e romana, assistimos a um verdadeiro desenvolvimento da 'cultura' de si. Como, de todo modo, não gostaria de empregar a palavra cultura em um sentido demasiadamente vago, diria que se pode falar de cultura, parece-me, sob certas condições. Primeiramente, quando dispomos de um conjunto de valores que têm entre si um mínimo de coordenação, de subordinação, de hierarquia" (FOUCAULT, 2006, p. 162).

Para Foucault, a cultura de si envolve a organização hierárquica de valores que são acessíveis a alguns indivíduos, mas não de forma universal. Além disso, ele argumenta que para se atingir esses valores, são necessárias condutas específicas, que exigem sacrifícios e esforços. Isso implica que o sujeito deve dedicar sua vida a esses valores para ser capaz de acessar a verdade:

"Pode-se falar de cultura quando atendida uma segunda condição, a saber, que estes valores sejam dados como sendo ao mesmo tempo universais, mas não acessíveis a qualquer um. Terceira condição para que se possa falar de cultura: a fim de que os indivíduos atinjam estes valores, são necessárias certas condutas, precisas e regradas. Mais que isto, são necessários esforços e sacrifícios. Afinal, é necessário mesmo poder consagrar a vida inteira a estes valores para ter acesso a eles" (FOUCAULT, 2006, p. 162).

Em sua análise, Foucault também reflete sobre a relação entre o sujeito e a verdade, sugerindo que a história da subjetividade está profundamente conectada com essa cultura de si, que evolui com o tempo e se modifica conforme os diferentes períodos históricos. Ele também sublinha que não é possível compreender a história da subjetividade sem considerar as mudanças que ocorreram na relação entre o sujeito e a verdade durante a Antiguidade, o cristianismo e o Renascimento:

"Creio que tudo isto nos permite finalmente dizer que a partir do período helenístico desenvolveu-se uma cultura de si. Parece-me não ser possível fazer a história da subjetividade, a história das relações entre o sujeito e a verdade, sem inscrevê-la no quadro desta cultura de si que conhecerá em seguida, no cristianismo - o cristianismo primitivo e depois medieval - e mais tarde no Renascimento e no século XVII, uma série de mutações e transformações" (FOUCAULT, 2006, p. 163).

Esse conceito de cultura de si também se relaciona com a noção de salvação, uma ideia que adquire um novo sentido no contexto helenístico e romano. Para Foucault, a salvação não é apenas um conceito religioso, mas também um objetivo da prática filosófica, que exige uma transformação do sujeito: "A salvação se tornou, e assim se mostra, objetivo da prática e da vida filosóficas" (FOUCAULT, 2006, p. 164).

Portanto, o cuidado de si se inscreve em um processo complexo que envolve uma série de práticas, comportamentos, valores e saberes que visam transformar o sujeito e sua relação com a verdade. Foucault sugere que essa transformação histórica e filosófica é uma característica fundamental da evolução da subjetividade ao longo do tempo.

No trecho que Foucault explora sobre a noção de "salvação" nos textos helenísticos e romanos, ele destaca um conceito muito distinto daquele que tradicionalmente se associa à salvação religiosa. Para Foucault, "salvar-se a si mesmo" não se trata apenas de escapar de um perigo iminente, como a morte ou a imortalidade, mas envolve um processo ativo e contínuo de transformação e resistência que o sujeito exerce sobre si mesmo, ao longo de toda sua vida. Nesse sentido, a salvação não é um evento dramático, mas uma prática constante de cuidado e fortalecimento do próprio sujeito.

Foucault esclarece que a salvação não deve ser reduzida à ideia de um acontecimento que muda a nossa existência de modo abrupto, como uma troca de negatividade por positividade, ou a permutação de vida por morte. Ele afirma que: "salvar-se a si mesmo não tem simplesmente o valor negativo de escapar do perigo, escapar da prisão do corpo, escapar da impureza do mundo, etc. Salvar-se tem significações positivas" (FOUCAULT, 2006, p. 166).

O conceito de salvação, portanto, está mais relacionado a um estado de autossuficiência e vigilância constante, no qual o indivíduo se prepara para enfrentar qualquer adversidade, como uma cidade que se defende através de fortificações e defesas. Nesse contexto, o "salvar-se" é sinônimo de autossuficiência, de resistência e de domínio sobre si mesmo.

Além disso, a salvação não envolve uma mudança radical do destino, mas sim um processo de defesa contínua, onde o sujeito se mantém alerta e capaz de repelir quaisquer influências externas. Foucault descreve essa ideia ao afirmar que "salvar-se" também implica "escapar a uma dominação ou a uma escravidão; escapar a uma coerção pela qual se está ameaçado, e ser restabelecido nos seus direitos, recobrar a liberdade, recobrar a independência" (FOUCAULT, 2006, p. 166). A salvação, portanto, não é apenas uma questão de evitar o mal, mas de preservar e garantir a liberdade do sujeito frente às ameaças externas.

O filósofo também explica que o objetivo dessa salvação é alcançar uma felicidade permanente e inabalável, que não depende de circunstâncias externas, mas de uma transformação interna. Ele sugere que "salvar-se" significa "manter-se em um estado permanente que nada possa alterar, quaisquer que sejam os acontecimentos que se passam em torno" (FOUCAULT, 2006, p. 166). Nesse ponto, Foucault toca nos conceitos de ataraxia (ausência de perturbação) e autarcia (autossuficiência), que são as recompensas da salvação, pois representam a capacidade do indivíduo de viver em serenidade e sem depender de fatores externos.

Além disso, Foucault distingue a salvação dos sistemas religiosos tradicionais, onde a salvação é mediada por uma relação com um "Outro" transcendental e muitas vezes envolve uma renúncia a si. No pensamento helenístico e romano, ao contrário, a salvação é um processo integralmente voltado para o sujeito, no qual ele é ao mesmo tempo o agente, o objeto, o instrumento e a finalidade do seu próprio processo de transformação. Foucault conclui que "salvar-se para si, salva-se por si, salva-se para afluir a nada mais do que a si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 167), destacando a autonomia e o controle absoluto que o sujeito exerce sobre sua própria vida e destino.

Assim, para Foucault, a salvação que ele descreve é uma prática filosófica que se desdobra ao longo da vida, sendo uma atividade constante de cuidado de si. Ela não busca alcançar um estado final fora do alcance do sujeito, mas, ao contrário, busca uma plenitude que é intrínseca à própria vida e à própria experiência do sujeito consigo mesmo.

A partir de uma interação com a audiência, Foucault reflete sobre a natureza da verdade e a maneira como o sujeito se relaciona com ela, tomando como ponto de partida a filosofia antiga, passando por Descartes e Kant, até chegar à psicanálise lacaniana.

Foucault, analisa a transformação histórica do papel da espiritualidade na busca pela verdade, destacando a dissociação entre o sujeito cognoscente e a necessidade de um trabalho interior para alcançar o conhecimento. O autor argumenta que essa separação não ocorreu abruptamente com o advento do pensamento cartesiano, mas foi um processo gradativo influenciado pela teologia cristã. Segundo Foucault (2006, p. 26):

"Para começar, consideremos a situação, se quisermos, na direção ascendente. O corte não se fez bem assim. Não se fez no dia em que Descartes colocou a regra da evidência ou descobriu o Cogito, etc. Havia muito tempo já se iniciara o trabalho para desconectar o princípio de um acesso à verdade unicamente nos termos do sujeito cognoscente e, por outro lado, a necessidade espiritual de um trabalho do sujeito sobre si mesmo, transformando-se e esperando da verdade sua iluminação e sua transfiguração. Havia muito tempo que a dissociação começara a fazer-se e que um certo marco fora cravado entre esses dois elementos."

Dessa forma, Foucault propõe que a ruptura entre ciência e espiritualidade não deve ser entendida como um evento pontual, mas como um deslocamento progressivo na maneira como o Ocidente concebeu a relação entre conhecimento e transformação pessoal. A teologia, ao estabelecer uma correspondência entre Deus e o sujeito cognoscente, consolidou um modelo epistemológico que desvinculava o conhecimento da necessidade de uma transformação espiritual. Conforme o autor observa:

"A correspondência entre um Deus que tudo conhece e sujeitos capazes de conhecer, sob o amparo da fé é claro, constitui sem dúvida um dos principais elementos que fazem [fizeram] com que o pensamento - ou as principais formas de reflexão - ocidental e, em particular, o pensamento filosófico se tenham desprendido, liberado, separado das condições de espiritualidade que os haviam acompanhado até então, e cuja formulação mais geral era o princípio da *epiméleia heautoû*." (FOUCAULT, 2006, p. 26-27).

Esse processo de secularização do conhecimento, segundo Foucault, se deu dentro de um conflito interno ao cristianismo, não entre espiritualidade e ciência, mas entre espiritualidade e teologia. Durante séculos, práticas de conhecimento espiritual, como a alquimia e saberes esotéricos, sustentaram a ideia de que o verdadeiro conhecimento exigia uma transformação do sujeito. Assim, não havia uma oposição essencial entre ciência e espiritualidade, mas uma tensão entre pensamento teológico e a exigência de uma prática espiritual contínua. Como ele afirma:

"Portanto, o desprendimento não se fez bruscamente com o aparecimento da ciência moderna. O desprendimento, a separação, foi um processo lento, processo cuja origem e desenvolvimento devem antes ser vistos do lado da teologia." (FOUCAULT, 2006, p. 27).

A análise foucaultiana, portanto, permite uma compreensão mais ampla da genealogia do pensamento ocidental, destacando o papel da teologia na reconfiguração das relações entre conhecimento, sujeito e verdade. O afastamento progressivo das práticas espirituais na busca pelo conhecimento é um ponto central para entender como o pensamento moderno consolidou uma visão do saber desvinculada das exigências de transformação do sujeito.

Foucault, apresenta uma análise detalhada sobre a relação entre o conhecimento e a espiritualidade, destacando como essa relação sofreu transformações ao longo da história da filosofia. Ele enfatiza que a ruptura entre o acesso à verdade e as condições de espiritualidade não ocorreu de maneira abrupta no que se poderia chamar de "momento cartesiano", mas sim como um processo longo e gradual, que remonta à teologia cristã medieval e se estendeu até a filosofia moderna e contemporânea.

Foucault argumenta que, ao contrário do que se pode imaginar, a separação entre conhecimento e espiritualidade não se deu de maneira súbita com Descartes. Ele afirma:

"Também não se deve imaginar que foi no que chamei, de maneira totalmente arbitrária, de 'momento cartesiano', que o corte tivesse sido feito e definitivamente feito. Ao contrário, é muito interessante ver de que modo, no século XVII, foi colocada a questão da relação entre as condições de espiritualidade e o problema do percurso e do método para chegar à verdade. Houve múltiplas superfícies de contatos, múltiplos pontos de fricção, múltiplas formas de interrogação." (FOUCAULT, 2006, p. 27).

Ao discutir o pensamento do século XVII, Foucault destaca a noção de "reforma do entendimento" presente em Espinosa. A preocupação central do filósofo holandês não se restringia apenas ao conhecimento enquanto apreensão objetiva do mundo, mas também envolvia a transformação do sujeito para que este estivesse apto a alcançar a verdade. O filósofo francês ressalta essa relação entre conhecimento e espiritualidade:

"Se tomarmos agora a questão, não na direção ascendente, mas na descendente, se passarmos para o outro lado, a partir de Kant, creio que também aí veremos que as estruturas da espiritualidade não desapareceram, nem da reflexão filosófica, nem mesmo talvez do saber. [...] Retomemos toda a filosofia do século XIX - enfim, quase toda: Hegel certamente, Schelling, Schopenhauer, Nietzsche, o Husserl da Krisis, também Heidegger - e veremos precisamente que, seja desqualificado, desvalorizado, considerado criticamente, seja, ao contrário, exaltado como em Hegel, de todo modo,

porém, o conhecimento, o ato de conhecimento permanece ainda ligado às exigências da espiritualidade." (FOUCAULT, 2006, p. 28).

Dessa forma, Foucault demonstra que, mesmo com a ascensão do racionalismo cartesiano e do criticismo kantiano, as exigências da espiritualidade nunca foram completamente abandonadas. Em várias correntes filosóficas do século XIX, ainda há um vínculo entre a busca do conhecimento e a necessidade de uma transformação subjetiva. O próprio idealismo alemão e a fenomenologia husserliana exemplificam essa tentativa de conciliar a reflexão filosófica com uma estrutura espiritual que exige uma mudança interna do sujeito que busca a verdade.

A análise foucaultiana evidencia que a cisão entre espiritualidade e conhecimento não foi um evento isolado, mas sim um processo complexo e multifacetado. A filosofia moderna, embora tenha buscado se libertar das condições espirituais do conhecimento, frequentemente retomou essas mesmas questões sob novas perspectivas, demonstrando que a relação entre saber e transformação do sujeito persiste como um tema central na história do pensamento ocidental.

8 A Relação entre Psicanálise, Espiritualidade e Verdade na Hermenêutica do Sujeito de Michel Foucault

Foucault, discute a relação entre espiritualidade e acesso à verdade, ressaltando como certos saberes não-científicos, como o marxismo e a psicanálise, mantêm exigências históricas relacionadas ao sujeito e sua transformação. No trecho analisado, Foucault afirma:

"Dispensável, por certo, traçar-lhes um desenho: de imediato reconhecemos uma forma de saber como o marxismo ou a psicanálise. Assimilá-los à religião é, evidentemente, total engano. Isto não faz nenhum sentido e nada acrescenta. Em contrapartida, se considerarmos um e outra, sabemos bem que, por razões totalmente diferentes mas com efeitos relativamente homólogos, no marxismo como na psicanálise, o problema a respeito do que se passa com o ser do sujeito (do que deve ser o ser do sujeito para que ele tenha acesso à verdade) e a conseqüente questão acerca do que pode ser transformado no sujeito pelo fato de ter acesso à verdade, estas duas questões repito, absolutamente características da espiritualidade, serão por nós reencontradas no cerne mesmo destes saberes ou, em todo caso, de ponta a ponta em ambos" (FOUCAULT, 2006, p. 29).

Foucault enfatiza que, apesar da psicanálise não ser uma ciência no sentido estrito do termo, ela retoma questões fundamentais da espiritualidade, especialmente no que se refere ao processo de transformação subjetiva pelo acesso à verdade. A psicanálise não apenas permite um conhecimento sobre o sujeito, mas produz efeitos sobre ele, transformando sua relação consigo mesmo.

Essa análise se intensifica na discussão sobre Lacan. Foucault reconhece a importância de Lacan ao recentralizar a psicanálise na relação entre sujeito e verdade:

"E parece-me que todo o interesse e a força das análises de Lacan estão precisamente nisto: creio que Lacan foi o único depois de Freud a querer recentralizar a questão da psicanálise precisamente nesta questão das relações entre sujeito e verdade. Isto significa que, em termos inteiramente estranhos à tradição histórica dessa espiritualidade, seja a de Sócrates, seja a de Gregório de Nissa e de todos os intermediários entre eles, em termos do próprio saber analítico, ele tentou colocar a questão que, historicamente, é propriamente espiritual: a questão do preço que o sujeito tem a pagar para dizer o verdadeiro e a questão do efeito que tem sobre o sujeito o fato de que ele disse, de que pode dizer e disse, a verdade sobre si próprio" (FOUCAULT, 2006, p. 29-30).

Ao afirmar que Lacan retoma, dentro da psicanálise, uma interrogação histórica sobre o papel da verdade na constituição do sujeito, Foucault sugere que a psicanálise carrega uma dimensão transformativa que remete às antigas práticas espirituais, como a *epiméleia heautoû*. Esse conceito, central na filosofia antiga, diz respeito ao cuidado de si e às técnicas necessárias para a transformação do sujeito através do conhecimento e da reflexão sobre si.

Foucault também critica o fato de que a psicanálise não reconheceu explicitamente essas condições de espiritualidade, mascarando-as em formas sociais:

"Ocorreu, bem entendido, que nem uma nem outra destas duas formas de saber levou muito explicitamente em consideração, de maneira clara e corajosa, este ponto de vista. Tentou-se mascarar essas condições de espiritualidade próprias a tais formas de saber no interior de certas formas sociais. A ideia de uma posição de classe, de efeito de partido, o pertencimento a um grupo, a uma escola, a iniciação, a formação do analista, etc., tudo nos remete às questões da condição de formação do sujeito para o acesso à verdade, pensadas porém em termos sociais, em termos de organização. Não são pensadas no recorte histórico da existência da espiritualidade e de suas exigências" (FOUCAULT, 2006, p. 29).

Dessa forma, a psicanálise, ao deslocar a questão da verdade para uma estrutura social, como a formação do analista ou a pertença a uma escola, teria esquecido as relações fundamentais entre verdade e sujeito que historicamente marcaram a espiritualidade.

A análise foucaultiana da psicanálise revela como esse campo de saber conserva exigências que remontam à tradição espiritual, sobretudo no que tange ao papel da verdade na constituição do sujeito. Ao recuperar essa interrogação, Foucault não apenas reinterpreta a psicanálise, mas também reabre a discussão sobre a relação entre conhecimento, subjetividade e transformação, elementos centrais no seu projeto filosófico.

a. A Psicanálise e a Genealogia do Sujeito em Michel Foucault

Foucault, conduz uma análise histórica das relações entre sujeito e verdade, abordando a constituição do sujeito através de práticas de si. Em determinado momento, Foucault é questionado sobre a presença de conceitos lacanianos em sua abordagem, o que o leva a discutir, ainda que indiretamente, o papel da psicanálise nesse contexto. A relevância da psicanálise em seu pensamento emerge na medida em que está também propõe uma investigação sobre a formação do sujeito e sua relação com a verdade.

Ao responder a um interlocutor que questiona a influência laciana em seu discurso, Foucault afirma:

"Agora, o que há de Lacan no meu modo de abordar, sem dúvida, repito, não me cabe dizer. Não saberia dizê-lo. [...] E acredito que, se não retomarmos a história das relações entre sujeito e verdade do ponto de vista do que chamo, de modo geral, as técnicas, tecnologias, práticas, etc., que as compuseram e regeram, compreenderemos mal o que se passa com as ciências humanas e, se quisermos usar este termo, com a psicanálise em particular" (FOUCAULT, 2006, p. 138).

Essa colocação sugere que a psicanálise é um fenômeno histórico que só pode ser compreendido dentro de um longo percurso genealógico das práticas do sujeito. A psicanálise lacaniana, nesse sentido, se insere nesse contexto por problematizar a formação do sujeito em sua relação com a verdade.

Em um outro momento, ao ser questionado sobre a distinção entre seu próprio pensamento e a psicanálise, ele afirma:

"Pois, em um caso, a resposta a ser dada deveria ocupar-se comigo. Quero dizer: eu deveria interrogar-me sobre o que faço. No outro, deveria interrogar Lacan e saber o que, efetivamente, na prática, em um campo conceitual como o da psicanálise, e da psicanálise lacaniana, concerne, de um modo ou outro, a esta problemática do sujeito, à relação do sujeito consigo mesmo, à relação do sujeito com a verdade, etc., tal como foi historicamente constituída nesta longa genealogia que tento recompor, desde o Alcibíades até Santo Agostinho" (FOUCAULT, 2006, p. 138-139).

Aqui, Foucault assinala que a psicanálise lacaniana se insere em uma tradição maior de problematização do sujeito, e que seu próprio método genealógico difere da abordagem lacaniana, pois visa situar a constituição do sujeito dentro de um campo histórico específico. Ao comparar a psicanálise com a hermenêutica do sujeito, ele evidencia que ambas compartilham o interesse pela relação entre sujeito e verdade, mas se distinguem na metodologia e no campo conceitual em que operam.

A psicanálise, ao propor a estrutura do inconsciente e a divisão do sujeito, apresenta-se como uma forma moderna de interrogação sobre o eu, aproximando-se da tradição filosófica que, segundo Foucault, se inicia com Platão e se desdobra em diversas técnicas de subjetivação ao longo da história. Entretanto, Foucault propõe uma leitura na qual a psicanálise é apenas uma das manifestações desse percurso histórico, e não um ponto de chegada definitivo. Assim, ele não descarta a relevância da psicanálise, mas a reinsere dentro de um processo genealógico mais amplo, enfatizando que sua prática e seu campo conceitual são parte de uma longa história de relações entre sujeito e verdade.

Foucault inicia o diálogo com um questionamento técnico sobre sua abordagem metodológica, sinalizando a intenção de aproximar seu curso de um seminário, onde perguntas e respostas se tornam parte de um processo contínuo de construção do conhecimento. Ele explica que seu objetivo é investigar a história das práticas do sujeito e a relação com a verdade, destacando que, para ele, a verdade não é algo absoluto ou dado, mas uma construção histórica, moldada por diferentes práticas e disciplinas ao longo do tempo. Ele afirma:

"Acredito que, se não retomarmos a história das relações entre sujeito e verdade do ponto de vista do que chamo, de modo geral, as técnicas, tecnologias, práticas, etc, que as compuseram e regraram, compreenderemos mal o que se passa com as ciências humanas e, se quisermos usar este termo, com a psicanálise em particular" (FOUCAULT, 2006, p. 170).

Isso indica que a compreensão da verdade exige uma abordagem histórica e crítica das práticas que moldam o sujeito, em vez de uma visão estática ou essencialista.

A reflexão sobre a verdade e o sujeito é contextualizada no campo da filosofia ocidental, com Foucault traçando uma linha histórica desde Platão até o pensamento moderno. Ele menciona que, para o sujeito ter acesso à verdade, deve realizar um trabalho sobre si mesmo, uma transformação interna. Esse tema central é encontrado em Platão, nos pitagóricos e em outras correntes filosóficas antigas, com exceção de Aristóteles. Foucault explica que:

"Creio que este é um tema fundamental, e que nele o cristianismo muito facilmente achará seu lugar, acrescentando-lhe, bem entendido, um elemento novo, não encontrado na Antiguidade, a saber, que dentre as condições há a relação com o Texto e a fé em um Texto revelado" (FOUCAULT, 2006, p. 171).

Essa transformação do sujeito, necessária para o acesso à verdade, se estende até o pensamento cristão, que insere a fé e a revelação como elementos centrais.

A transição para o pensamento moderno é marcada por Descartes, que altera a relação do sujeito com a verdade, sugerindo que o sujeito, por sua própria estrutura, pode acessar a verdade sem a necessidade de transformação espiritual. Foucault destaca essa mudança ao afirmar: "Minha ideia então é que, tomando Descartes como marco, [...] é chegado um momento em que o sujeito como tal tornou-se capaz de verdade" (FOUCAULT, 2006, p. 172). Aqui, a verdade deixa de ser algo que exige transformação espiritual ou moral do sujeito, passando a ser uma questão de raciocínio claro e correto, como é o caso da prática científica cartesiana. A filosofia moderna, portanto, faz uma ruptura com a concepção antiga de que o sujeito precisa se transformar para acessar a verdade.

Foucault também faz uma crítica importante à divisão da verdade nos regimes do conhecimento cartesiano e moderno, onde a verdade deixa de ser entendida como algo intrínseco ao sujeito e sua transformação, e passa a ser associada ao domínio de objetos. Ele explica: "A noção de conhecimento do objeto vem substituir a noção de acesso à verdade" (FOUCAULT, 2006, p. 173). Isso marca uma mudança decisiva na concepção de verdade, que

deixa de ser vinculada a uma transformação do sujeito e se torna um conhecimento objetivo, relacionado ao entendimento de objetos externos.

O trecho em questão discute a transformação do conceito de salvação, especialmente nas filosofias helenísticas, destacando a mudança no foco da relação entre o cuidado de si e a salvação dos outros. Foucault, ao tratar dessa mudança, afirma que

"é preciso ocupar-se de si porque se é si mesmo e simplesmente para si. Quanto ao benefício para os outros, a salvação dos outros, ou a maneira de nos ocuparmos dos outros possibilitando sua salvação ou ajudando-os na sua própria salvação, virá a título de benefício suplementar ou, se quisermos, decorrerá a título de efeito - efeito necessário, sem dúvida, mas tão-somente conexo - do cuidado que devemos ter conosco mesmos, da vontade e da aplicação que dedicamos à nossa própria salvação" (FOUCAULT, 2006, p. 174).

Esse deslocamento de foco evidencia uma inversão fundamental em relação ao pensamento de Platão, que concebia o cuidado de si como parte de um esforço coletivo voltado à salvação da cidade.

No caso da amizade epicurista, Foucault observa que, apesar da amizade ter início na utilidade, ela não se reduz a ela, pois "a amizade se tornará *haireté* (desejável) em si mesma, não por uma supressão da utilidade, mas ao contrário por certo equilíbrio entre a utilidade e alguma coisa diferente da utilidade" (FOUCAULT, 2006, p. 175). Este equilíbrio entre utilidade e desejabilidade não é apenas uma questão teórica, mas está intrinsecamente ligado à felicidade e tranquilidade do indivíduo, representando um aspecto fundamental do cuidado de si.

Ainda sobre a amizade, Foucault ressalta que "da ajuda por parte dos amigos recebemos não tanto a ajuda que deles nos vem, quanto a confiança nesta ajuda" (FOUCAULT, 2006, p. 176), sugerindo que, mais do que a utilidade prática das amizades, é a confiança na reciprocidade das relações que assegura a felicidade, que se traduz em um estado de *ataraxia* — a ausência de perturbação.

Foucault, explora a concepção estoica de Epicteto sobre o cuidado de si e sua relação com o cuidado dos outros. Foucault destaca a inversão das relações entre salvação de si e salvação dos outros, explicando como, na filosofia estoica, o cuidado de si é visto como um pré-requisito necessário para que o indivíduo possa cumprir seus deveres com os outros de forma verdadeira e eficaz.

O vínculo entre o cuidado de si e o cuidado dos outros, segundo Epicteto, se desenvolve em dois níveis: o nível natural e o nível reflexivo. No nível natural, como mencionado por Foucault,

"a ordem do mundo está de tal sorte organizada que todos e quaisquer seres vivos (animais, homens, pouco importa) buscam, todos eles, seu próprio bem. Ora, a providência, Zeus, o Deus, a racionalidade do mundo, etc., fizeram com que cada vez que um destes seres vivos, qualquer que seja, busca seu próprio bem, ao mesmo tempo e por isto mesmo, sem o querer nem procurar, faz o bem dos outros" (FOUCAULT, 2006, p. 177).

Isso reflete a ideia de que, em uma ordem providencial do mundo, a busca individual pelo bem de cada ser leva, inevitavelmente, ao bem coletivo. Esse vínculo providencial, portanto, sugere que a busca egoísta pelo próprio bem não é algo antissocial, mas, pelo contrário, gera benefícios para os outros, sem intenção ou consciência disso.

No entanto, para o ser humano, as condições são diferentes. Foucault cita que, ao contrário dos animais, o ser humano não é provido de todas as vantagens que dispensariam a necessidade de se ocupar de si mesmo.

"Zeus fez de tal sorte que, diferentemente dos animais - e este é um dos pontos fundamentais da diferença entre animal racional e animal não racional - os homens são confiados a eles mesmos, têm que ocupar-se com eles mesmos" (FOUCAULT, 2006, p. 178).

O ser humano, sendo racional, deve tomar-se como objeto de seu cuidado, o que implica uma reflexão profunda sobre o que ele é, sobre o que depende dele e sobre o que não depende. Esse autocuidado permite ao indivíduo cumprir seus deveres como parte de uma comunidade, seja como pai, filho, marido ou cidadão.

Esse conceito estóico é ilustrado por Foucault com a análise de um exemplo prático, em que um pai abandona sua filha doente para buscar sua própria tranquilidade. Foucault detalha que o erro desse pai não foi a busca por sua própria paz, mas o fato de ele ter se deixado consumir pela aflição em relação à doença da filha, sem refletir sobre o que ele poderia fazer de forma racional para manter sua tranquilidade e, ao mesmo tempo, cuidar da filha. Em um de seus colóquios, Epicteto faz a crítica a esse comportamento, dizendo que "cometeste um erro, erro que consiste em teres esquecido de cuidar de ti para cuidar de tua filha" (FOUCAULT, 2006, p. 179). Isso ilustra como, para Epicteto, a verdadeira capacidade de cuidar dos outros surge apenas quando o indivíduo cuida de si de maneira adequada. Se o pai tivesse se ocupado

de si mesmo de forma adequada, ele poderia ter mantido a calma necessária para cuidar da filha sem ser consumido pela emoção.

Esse exemplo serve para ilustrar que o cuidado de si, em vez de ser um ato egoísta, é, na verdade, a base para uma conduta moralmente adequada em relação aos outros. O cuidado de si permite ao indivíduo realizar uma análise crítica de suas emoções e ações, para agir de forma ponderada e eficaz nas suas relações com os outros. Foucault conclui que "se tivesses cuidado de ti, se tivesses considerado a ti como indivíduo racional... então não te terias deixado perturbar pela paixão e pela afeição de tua filha" (FOUCAULT, 2006, p. 179).

Portanto, em Epicteto, o cuidado de si é visto não apenas como um processo individual, mas como algo essencial para a capacidade de desempenhar adequadamente os papéis sociais e cuidar dos outros. Sem esse autocuidado reflexivo, o cuidado dos outros se torna desorganizado e ineficaz, como demonstrado pelo erro do pai na história relatada por Foucault.

Foucault analisa a relação entre o cuidado de si e o cuidado com os outros, especialmente em relação ao príncipe ou imperador. A reflexão do autor destaca como o cuidado consigo mesmo se torna uma condição fundamental para que o governante execute suas funções de forma ética e eficaz. O príncipe, ao se ocupar de sua própria moralidade e virtude, pode cumprir com suas responsabilidades para com os outros de forma mais plena. Foucault afirma:

"O objetivo primeiro de Marco Aurélio, a finalidade mesma de sua existência, o alvo em cuja direção deve sempre fitar, não é ser imperador, é ser ele próprio. E é na medida em que tiver cuidado de si, é na medida em que não cessar de preocupar-se consigo, é então que, nesta preocupação, encontrará todas as ocupações que lhe são próprias como Imperador" (FOUCAULT, 2006, p. 180).

Aqui, Foucault destaca a necessidade de o príncipe cuidar de si mesmo para cumprir adequadamente seu papel político. Isso se reflete na concepção estoica do cuidado de si, que não é um ato egoísta, mas uma condição necessária para o cumprimento das obrigações morais e políticas.

Foucault também examina o exame matinal de consciência de Marco Aurélio, em que o imperador se prepara para as tarefas diárias com uma atitude ética. O autor cita uma passagem dos "Pensamentos" de Marco Aurélio, enfatizando que, assim como qualquer outro ser humano, o príncipe deve estar consciente de suas responsabilidades, sem se desviar de sua moralidade e do cuidado com os outros. Marco Aurélio reflete:

"A cada manhã [...] lembro-me do que tenho a fazer. E me lembro que todo mundo tem alguma coisa a fazer. O dançarino, pela manhã, lembra os exercícios que deve fazer para se tornar um bom dançarino. O sapateiro ou o artesão (não me recordo qual exemplo ele usou) também deve lembrar as diferentes coisas que tem a fazer durante o dia" (FOUCAULT, 2006, p. 181).

Este exemplo reforça a ideia de que o cuidado de si é um processo contínuo, essencial para que o príncipe desempenhe seu papel de forma eficiente e ética. Foucault ainda destaca que o príncipe deve manter a atenção em sua tarefa sem se perder nas distrações do poder, como ilustra a seguinte citação: "Mantendo os olhos fixados em teu labor, cumpre-o bem e, lembrando-te que é preciso ser um homem de bem e aquilo que a natureza [do homem] exige, faze-o, sem olhar para trás" (FOUCAULT, 2006, p. 182).

Neste ponto, Foucault aponta que a preocupação do príncipe não deve ser com a autoridade ou status, mas com a prática contínua de um comportamento moral que se fundamenta na natureza humana. Portanto, o cuidado de si não é apenas uma atitude pessoal, mas uma forma de exercer o poder de maneira responsável e ética.

O conceito de cuidado de si, abordado por Foucault, se desenvolve de forma a destacar a sua mudança de papel na vida do indivíduo ao longo do tempo. Inicialmente, como exposto no Alcibiades, o cuidado de si era visto como uma prática pedagógica voltada para a educação do jovem. No entanto, com o passar do tempo, essa prática se desvincula de um caráter pedagógico restrito, tornando-se parte essencial do viver. Foucault expõe essa transformação, afirmando que: "A prática de si, no lugar de ser um preceito que se impõe ao adolescente no momento em que vai entrar na vida adulta e política, é uma injunção que vale para o desenrolar da existência inteira" (FOUCAULT, 2006, p. 185).

Essa mudança implica que o cuidado de si não é mais uma prática pontual ou limitada, mas se integra ao cotidiano e ao processo contínuo de viver, sendo identificado com a "arte de viver" (*tékhne tou bíou*), como bem explicita Foucault.

Além disso, Foucault aborda a relação entre o cuidado de si e a política, especialmente na figura de Marco Aurélio, cuja filosofia reflete uma noção de cuidado de si como um exercício de soberania pessoal. Para o imperador, a prática de si não era apenas um preparo para governar, mas uma condição para que ele pudesse, com sabedoria, se ocupar de suas responsabilidades políticas. Foucault explica:

"É na relação de si para consigo que o imperador encontra a lei e o princípio do exercício de sua soberania. Cuida-se de si para si. É nesta autofinalização - e foi o que procurei lhes mostrar na última aula - que se funda, creio eu, a noção de salvação" (FOUCAULT, 2006, p. 152).

Dessa forma, o cuidado de si vai além da política, refletindo uma transformação do sujeito, que busca não apenas cumprir normas externas, mas alcançar um centro interno, a partir do qual todas as suas ações devem se alinhar. A transformação interna é expressa como uma "conversão", um retorno a si mesmo, como exemplificado nas palavras de Foucault: "Converter-se a si significa: fazer a volta em direção a si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 187).

Essa conversão não é apenas um movimento filosófico, mas também uma prática de vida e uma mudança radical na forma como o sujeito se percebe e se relaciona com o mundo.

Foucault aborda a ideia de conversão em suas diversas manifestações na filosofia, contrastando o conceito de *epistrophé* de Platão com a conversão na cultura de si helenística e romana, além de relacionar com a noção cristã de *metánoia*. Foucault começa destacando que a conversão, em seu sentido mais amplo, não é uma ideia nova e encontra uma primeira expressão significativa na obra de Platão. A *epistrophé*, que se traduz como "retorno", implica uma transformação radical na percepção do indivíduo em relação ao mundo e a si mesmo.

Em Platão, a *epistrophé* é um movimento que envolve um desvio das aparências e um retorno ao "si", um movimento de autoconhecimento que culmina na reminiscência da verdade e das essências. Foucault descreve esse processo como tendo quatro etapas principais: desviar-se das aparências, retornar ao "si", realizar um ato de reminiscência e finalmente, retornar à pátria ontológica. A *epistrophé* platônica, portanto, é centrada na oposição entre este mundo e o outro, entre o corpo e a alma, e fundamentada no conhecimento como ferramenta essencial para alcançar a verdade e a libertação. Foucault destaca, com base nesse esquema, que o objetivo da *epistrophé* é a liberação da alma, distante de seu corpo-prisão, para alcançar um estado mais elevado de verdade e ser.

No entanto, Foucault argumenta que a conversão helenística e romana, embora compartilhe com a *epistrophé* platônica a ideia de um "retorno", se desenvolve de forma diferente. Ele afirma que a conversão helenística e romana não envolve a oposição entre este mundo e o outro, mas sim uma transformação interna, uma liberação dentro da imanência do mundo. A mudança não se dá em relação ao corpo, mas em relação ao domínio do sujeito sobre sua vida e ações. Foucault afirma que o foco não está no conhecimento, como na *epistrophé*, mas na prática e na ascese. A conversão nesta tradição filosófica se manifesta através de um

esforço contínuo de adequação de si mesmo, um processo de autoformação que não é um retorno ao passado, mas uma construção de um novo modo de ser.

Porém, Foucault ressalta a grande diferença entre a conversão helenística e romana e a conversão cristã, particularmente a *metánoia* cristã, que implica uma mudança radical, uma transformação súbita e total do sujeito. No cristianismo, a conversão é marcada por um momento histórico, um evento dramático que destrói e recria o sujeito. Essa mudança é acompanhada pela renúncia ao "eu", pela morte do antigo "eu" e pelo renascimento de um novo ser. Foucault observa que, na conversão cristã, o processo é mais drástico e implica uma ruptura completa com o passado, um novo começo que muda completamente o ser do indivíduo. Já a conversão na filosofia helenística e romana é mais gradual, uma libertação das amarras externas, mas sem a cisão interna radical que caracteriza a conversão cristã.

Foucault, ao descrever o processo de conversão helenística e romana, destaca que a ruptura que ocorre não é no interior do "eu", mas em relação ao que está fora dele, como as influências externas que limitam o sujeito. Ele explica que, enquanto há algumas expressões que sugerem um movimento de ruptura interna, como "fugir de si mesmo", essas são exceções, e a característica predominante é a liberação do "eu" das influências externas. A filosofia de Sêneca, por exemplo, ilustra essa ideia ao sugerir que a filosofia faz o sujeito girar em torno de si mesmo, como um escravo libertado de sua sujeição. Nesse contexto, a conversão é mais uma questão de uma adaptação e autoafirmação do sujeito dentro da realidade que ele pode controlar.

A *epistrophé* platônica, de acordo com Foucault, é caracterizada por quatro elementos essenciais que se desenrolam no processo de retorno à verdade e à essência. Como ele explica:

"Ela consiste, primeiramente, em se desviar das aparências. Encontramos então o elemento da conversão como maneira de se desviar de alguma coisa (desviar-se das aparências). Consiste, em segundo lugar, em fazer o retorno a si constatando sua própria ignorância e decidindo-se, justamente, a ter cuidado de si e a ocupar-se consigo. Finalmente, terceiro momento, a partir desse retorno a si que nos conduzirá à reminiscência, poder-se-á retornar à própria pátria, a das essências, da verdade e do Ser" (FOUCAULT, 2006, p. 189).

Foucault, ao fazer o contraste com a conversão cristã, sublinha a diferença entre as abordagens de transformação no cristianismo e na filosofia helenística e romana. Ele afirma que, ao contrário da *metánoia* cristã, que envolve uma mudança radical e súbita, a conversão na cultura de si helenística e romana se dá na "imanência do mundo", como explica:

"Trata-se, antes, de uma liberação no interior desse eixo de imanência, liberação em relação a tudo aquilo que não dominamos, para alcançarmos, enfim, aquilo que podemos dominar" (FOUCAULT, 2006, p. 190).

Dessa maneira, a conversão helenística e romana se concentra mais na adequação do sujeito a si mesmo e no domínio daquilo que está ao seu alcance, enquanto a conversão cristã envolve uma ruptura mais profunda e um renascimento espiritual do sujeito.

Foucault, ao discutir a conversão, propõe que ela não envolve uma trans-subjetivação, como sugerido em algumas tradições filosóficas, mas um movimento contínuo e gradual de auto-subjetivação. Ele afirma:

Essa perspectiva distingue-se da *metánoia* cristã, que implica uma ruptura radical e uma transformação essencial do sujeito. Foucault reflete sobre como a *metánoia* cristã se associa ao arrependimento, ao pesar e à renúncia, como exemplificado nos textos de Epicteto: "Não ter julgamentos falsos para não *metanoeín* (para não se arrepender)" (FOUCAULT, 2006, p. 193).

A crítica de Foucault à *metánoia* cristã sugere que, ao contrário da mudança radical do sujeito, a conversão proposta nos primeiros séculos da nossa era não envolve uma cisão essencial, mas uma forma de vigilância constante sobre si, como o exame que os filósofos estoicos, como Sêneca e Epicteto, propõem: "Deve-se olhar para si mesmo, voltar para si os próprios olhos, jamais perder-se de vista, ter-se sempre sob os olhos" (FOUCAULT, 2006, p. 196).

Foucault também destaca que a conversão não se trata de um retorno ao ser original, como na *epistrophé* platônica, nem de uma renovação total do sujeito, como na *metánoia* cristã. Ele argumenta que a conversão é mais um "olhar voltado para si", afastando-se de influências externas e buscando a autoconsciência, uma prática constante e reflexiva do sujeito: "Volver o olhar para si, antes de mais, significa: desviá-lo dos outros. E, em seguida: desviá-lo das coisas do mundo" (FOUCAULT, 2006, p. 195).

Foucault, aborda a noção de conversão no contexto da filosofia antiga, questionando sua relação com a *metánoia* cristã e a *epistrophé* platônica. Foucault propõe uma reflexão sobre o movimento de transformação do sujeito, em que o eu não é necessariamente transformado de forma radical, mas sim em um processo de auto-subjetivação, onde o sujeito estabelece relações consigo mesmo. A conversão, nesse sentido, é entendida como um movimento contínuo e não uma ruptura total, como é sugerido pela *metánoia* cristã.

Foucault destaca a diferença entre a *metánoia*, como é entendida na tradição cristã, e o conceito de conversão na filosofia dos primeiros séculos, dizendo que a conversão, tal como entendida na filosofia grega, não implica em uma trans-subjetivação, mas sim em um processo de auto-construção do sujeito. Ele escreve:

"A conversão é um processo longo e contínuo que, melhor do que de trans-subjetivação, eu chamaria de auto-subjetivação. Fixando-se a si mesmo como objetivo, como estabelecer uma relação adequada e plena de si para consigo?" (FOUCAULT, 2006, p. 193).

Foucault também analisa o termo *metánoia* na literatura grega, que, inicialmente, não tem o sentido de conversão, mas de mudança de opinião ou arrependimento. Ele sugere que a *metánoia* cristã, associada à ideia de uma ruptura do sujeito consigo mesmo, só adquiriu um sentido positivo a partir dos séculos III-IV, e que, antes disso, o conceito estava mais relacionado ao arrependimento e à expulsão dos julgamentos errôneos. O autor cita exemplos de textos como os de Epicteto e Marco Aurélio, nos quais a *metánoia* aparece como algo a ser evitado: "Portanto, não ter julgamentos falsos para não *metanoéin* (para não se arrepender)" (FOUCAULT, 2006, p. 194).

Além disso, Foucault compara as ideias de *epistrophé* e *metánoia*, sugerindo que ambas são formas de transformação do sujeito, mas com diferenças fundamentais. A *epistrophé* platônica, por exemplo, é entendida como um retorno da alma à sua origem, enquanto a *metánoia* cristã envolve uma renovação radical do sujeito. No entanto, Foucault não acredita que esses dois modelos sejam suficientes para descrever a conversão presente nos textos dos primeiros séculos da nossa era. Ele argumenta que, nesse período, a conversão não se encaixa nem no modelo platônico, nem no cristão, sendo uma forma particular de transformação:

"Vemos assim que, na região que gostaria agora de estudar, estamos entre a *epistrophé* platônica e a *metánoia* cristã (*metánoia* no sentido novo do termo). Creio que, de fato, nem uma nem outra - nem a *epistrophé* platônica, nem a *metánoia* que, esquematicamente, podemos chamar de cristã - seria inteiramente adequada para descrever a prática e o modo de experiência tão constantemente presentes, tão constantemente evocados nos textos dos séculos I-II" (FOUCAULT, 2006, p. 194-195).

Foucault também discute o conceito de "olhar para si mesmo", fundamental para a conversão e a reflexão sobre a prática do sujeito. O autor propõe que, em textos antigos como os de Plutarco, Epicteto e Marco Aurélio, o imperativo de "olhar para si mesmo" não deve ser interpretado da mesma forma que o "conhece-te a ti mesmo" platônico, mas sim como uma

tentativa de autoconhecimento para evitar a tentação ou a concupiscência. Foucault sugere que o olhar para si envolve uma vigilância constante sobre os próprios movimentos internos, como um processo de monitoramento da consciência. Ele observa:

"A questão que se deve então colocar, creio eu, é: quando Epicteto, Sêneca, Marco Aurélio, etc., estabelecem como imperativo 'olha-te a ti mesmo', tratar-se-ia do olhar platônico - olha-te para descobrir em ti as sementes da verdade -ou seria: deves olhar-te a fim de detectar em ti os vestígios da concupiscência e expor, explorar os segredos de tua consciência?" (FOUCAULT, 2006, p. 196).

Foucault propõe, portanto, uma reflexão sobre o processo de autoconhecimento e a construção do sujeito através da conversão, destacando que o olhar para si mesmo se distancia da visão platônica e da prática monástica cristã, revelando um modo próprio de se relacionar com o sujeito e seu interior.

Foucault reflete sobre a inversão do olhar que o sujeito deve realizar, voltando sua atenção de si mesmo em vez de se concentrar nos outros. Esse desvio do olhar, que ele discute a partir de uma referência ao filósofo Plutarco, é um movimento de concentração, de introspecção que visa afastar o sujeito da curiosidade maliciosa em relação aos outros. A prática de se voltar para si, segundo Foucault, não é uma simples análise ou decifração do sujeito, mas uma "concentração teleológica", voltada para a meta do sujeito e sua ação.

Foucault recorre a exemplos históricos e filosóficos para ilustrar esse movimento. Plutarco, em seu "Tratado da curiosidade", recomenda o afastamento da "curiosidade malévola" (*polypragmosyne*), a qual se refere ao prazer em conhecer as desgraças e defeitos alheios. Para Foucault, a mudança proposta por Plutarco não é de tornar o sujeito um objeto de análise, mas um exercício de foco e disciplina, como a concentração necessária para um atleta. Ele compara a vigilância do sujeito sobre sua própria ação à prática de um arqueiro que visa o alvo sem se distrair com o que está ao seu redor.

Nesse contexto, Foucault afirma:

"Vemos pois - e insisto bastante nisto - que a requisitada inversão do olhar, em oposição à malévola curiosidade em relação aos outros, não resulta na constituição de si mesmo como um objeto de análise, de decifração, de reflexão. Trata-se, muito mais, de convocar a uma concentração teleológica" (FOUCAULT, 2006, p. 199).

O filósofo destaca que, ao desviar o olhar dos outros para si, o objetivo não é entender os próprios defeitos, mas sim focar na trajetória, no esforço contínuo e disciplinado do sujeito

em direção à sua meta. A meta não é o conhecimento de si, mas a realização de uma ação determinada.

Esse movimento de introspecção, de desvio da curiosidade sobre o outro para o exame de si, também é abordado por Marco Aurélio em suas meditações. Para ele, a chave é não olhar para as ações dos outros, mas concentrar-se em sua própria ação. Ele escreve: "Não emprega a parte de vida que te foi dada a imaginar o que o outro está fazendo" (FOUCAULT, 2006, p. 198). Foucault utiliza essa ideia para sublinhar que a introspecção proposta não visa uma reflexão psicológica ou de autoconhecimento, mas uma atenção à meta e à ação, sem se deixar distrair.

A inversão do olhar proposta por Foucault, e que ele observa em filósofos como Plutarco e Marco Aurélio, não é uma busca por entender ou analisar o próprio ser de maneira profunda, mas um esforço contínuo de concentração na ação e na direção da meta desejada. Como ele conclui:

"É nesta trajetória de si para si, que devemos concentrar toda a nossa atenção. Presença de si a si, por causa mesmo desta distância que ainda existe de si para consigo, presença de si a si na distância de si para consigo: é este, creio, o objeto, o tema deste retorno do olhar" (FOUCAULT, 2006, p. 200).

Essa prática, longe de ser uma introspecção típica, trata-se de uma vigilância ativa do sujeito sobre sua meta e sua ação, de forma a manter a concentração no que é necessário fazer para atingi-la, sem se deixar levar pelas distrações externas ou pelas ações dos outros.

Foucault discute a relação entre o "dizer-verdadeiro" (*veridicção*) e a prática do sujeito, refletindo especialmente sobre o significado de desviar o olhar das coisas do mundo para conduzi-lo a si mesmo. Foucault propõe uma reflexão histórica sobre o auto-conhecimento, buscando compreender como o sujeito se governa a partir de um saber verdadeiro. Ele inicia esse processo de análise ao abordar o pensamento antigo, focando especialmente na filosofia helenística e romana, em que a relação entre o sujeito e o saber se configura de forma distinta. Foucault explora como filósofos antigos abordaram essa transição do conhecimento sobre o mundo para o conhecimento sobre si, um tema central para a filosofia ocidental:

"Este é o problema que tentei abordar sob numerosos aspectos e formas - seja a propósito da loucura e da doença mental, seja a propósito das prisões e da delinquência, etc. - e que agora, a partir da questão a que me propus sobre a sexualidade, gostaria de formular diferentemente, de um modo ao mesmo tempo mais estritamente definido e ligeiramente deslocado em relação ao domínio que escolhi, e [convocando períodos] historicamente mais arcaicos e mais antigos." (FOUCAULT, 2006, p. 169).

Foucault então prossegue na análise das correntes filosóficas cínicas, epicuristas e estoicas, procurando entender de que forma essas escolas definem o vínculo entre o conhecimento e o retorno a si. O filósofo examina a posição dos cínicos, em particular, com relação ao conhecimento do mundo e ao conhecimento de si, discutindo a proposta de Demétrius, um filósofo cínico que, embora sendo crítico de um conhecimento excessivo das coisas naturais, defendia um saber mais voltado para a experiência prática. Foucault cita a passagem de Demétrius sobre o que deve ou não ser conhecido, destacando uma reflexão crítica sobre a irrelevância de se buscar o conhecimento das causas naturais, como exemplificado nas questões que tocam a existência humana:

"Tu podes ignorar a causa que faz erguer o oceano e reconduzi-lo ao seu leito, podes ignorar por que a cada sete anos um novo caráter se imprime na vida do homem; por que, vista de longe, a largura de um pórtico não conserva suas proporções, as extremidades se aproximando e se estreitando, as colunas se tocando nos últimos intervalos; por que os gêmeos, separados na concepção, são reunidos no parto, se uma concepção se divide em dois seres, ou se houve uma dupla concepção; por que, nascidos ao mesmo tempo, o destino dos gêmeos é tão diverso." (FOUCAULT, 2006, p. 207).

Aqui, Foucault evidencia como Demétrius, embora um filósofo cínico, defendia uma visão prática e utilitária do conhecimento, que se distancia do saber especulativo sobre as causas do mundo. Para os cínicos, o que realmente importa é o conhecimento que auxilia o sujeito a lidar com sua própria existência e a governar a si mesmo, não com o que está fora dele. Este conhecimento é marcado pela utilidade para a vida cotidiana.

A crítica de Demétrius ao conhecimento das causas naturais revela a distinção entre os saberes que são úteis para a vida prática e os saberes que são meramente ornamentais, que servem apenas para satisfazer a curiosidade sem trazer benefícios diretos à existência humana. Foucault cita a seguinte reflexão de Demétrius para ilustrar essa ideia:

"Se o homem fortaleceu-se contra os acasos e elevou-se acima do temor; se, na avidez de sua esperança, não abraça o infinito, mas aprende a buscar as riquezas em si mesmo; se circunscreveu o terror dos deuses e dos homens, persuadido de que há pouco a temer do homem e nada a temer de Deus; se, desprezando todas as frivolidades que tanto são o tormento quanto o ornamento da vida, chegou a compreender que a morte não produz males e acaba com muitos deles; se devotou sua alma à virtude e acha fácil o caminho por onde ela o chama." (FOUCAULT, 2006, p. 208).

Essas passagens ressaltam a visão prática e utilitária do saber que Foucault encontra nos filósofos cínicos, que contrasta com o conhecimento das causas naturais, considerado inútil e sem aplicação imediata. O filósofo afirma que a natureza, ao ocultar certas causas, nos sinaliza que elas não são essenciais para a nossa existência prática. O que importa é o conhecimento que fortalece o sujeito e contribui para a sua autonomia.

Foucault conclui essa análise com uma reflexão sobre a inutilidade do conhecimento das causas naturais e sua crítica ao saber meramente ornamental:

"Se quisermos conhecer as causas, podemos conhecê-las em certa medida, e é isto o que aparece no final do texto: 'Isto é permitido à alma que já estiver retirada ao abrigo de extraviar-se vez ou outra nestas especulações que servem para ornamentar o espírito mais que para fortalecê-lo'." (FOUCAULT, 2006, p. 209).

Assim, Foucault nos leva a refletir sobre como o saber verdadeiro se articula com a prática de governar a si mesmo, um conceito que permeia a filosofia antiga e que continua a ressoar na formação da experiência ocidental do sujeito.

Foucault explica que o conhecimento, segundo Demétrius, não deve estar relacionado à introspecção ou ao entendimento das paixões e desejos internos, mas à compreensão das relações entre o sujeito e o mundo à sua volta, incluindo os deuses, os outros homens e a natureza. Foucault afirma que:

"Demétrius não diz: negligencia o conhecimento das coisas exteriores e tenta saber exatamente quem és; faz o inventário de teus desejos, de tuas paixões, de tuas enfermidades. Nem mesmo diz: faz um exame de consciência. Não propõe uma teoria da alma, não expõe o que é a natureza humana. No plano do conteúdo, continua falando das mesmas coisas, isto é: dos deuses, do mundo em geral, dos outros homens" (FOUCAULT, 2006, p. 210).

Esse tipo de saber, segundo Foucault, é caracterizado por um saber relacional, que se preocupa com a maneira como o sujeito interage com o mundo e as outras entidades, e não com um conhecimento interior que não teria impacto prático na vida do sujeito.

Foucault descreve essa relação com o saber dizendo que:

"Trata-se, somente e sempre, do mundo. Trata-se, somente e sempre, dos outros. Trata-se, somente e sempre, do que nos cerca. Apenas é preciso ter destas coisas um saber diferente" (FOUCAULT, 2006, p. 210).

O saber proposto por Demétrius, portanto, é um saber que possui um efeito direto sobre o modo de ser do sujeito, transformando sua maneira de agir e de viver. Foucault detalha a natureza desse saber relacional e transformador, afirmando que:

"Quando o saber, quando o conhecimento tem uma forma, quando funciona de tal maneira que é chamado a produzir o *êthos*, então ele é útil. E o conhecimento do mundo é perfeitamente útil: pode fabricar o *êthos*" (FOUCAULT, 2006, p. 212).

Este saber relacional, ao contrário do saber ornamental e de jactância, propõe uma transformação ética no sujeito, proporcionando-lhe uma mudança significativa no seu modo de viver e agir no mundo.

9 Epicuro e a Transição da *Paideía* para a *Physiología*: O Cuidado de Si e a Formação do Sujeito na Antiguidade Clássica e sua Evolução através de Foucault

Epicuro propõe à *paideía* uma oposição clara, defendendo, em seu lugar, a *physiología*, que é distinta e visa, entre outras coisas, a preparação do sujeito para a vida. Foucault explica esse conceito de forma detalhada:

"A *physiología* é a equipagem, a preparação do sujeito e da alma pela qual o sujeito e a alma estarão armados como convém, de maneira necessária e suficiente, para todas as circunstâncias possíveis da vida com que viermos a nos deparar. A *physiología* é precisamente o que permitirá resistir a todos os movimentos e solicitações que poderão advir do mundo exterior. A *physiología* é o que permite, a um tempo, atingir a meta e permanecer estável, fixado na meta, sem se deixar desviar por nada" (FOUCAULT, 2006, p. 214).

O conceito de *paraskeué* (preparação) presente na *physiología* contrasta com a *paideía*, pois visa formar indivíduos autossuficientes e corajosos, dotados de um saber que não apenas os liberta de temores, mas os capacita a agir com autonomia diante das dificuldades da vida. Foucault detalha o efeito dessa preparação, que torna os sujeitos "altivos", "ousados" e "*autarkeis*" (livres e independentes):

"A *physiología* dota o indivíduo de uma ousadia, de uma coragem, de uma espécie de intrepidez que lhe permite afrontar não apenas as múltiplas crenças que se pretendeu impingir-lhe, como igualmente os perigos da vida e a autoridade dos que pretendem deter sua lei" (FOUCAULT, 2006, p. 214).

Além disso, a *physiología* ajuda o sujeito a distinguir entre o que depende de si e o que não depende, reforçando a importância de se orgulhar de suas próprias ações e bens. Como Foucault esclarece:

"A cada instante e perante cada coisa, perguntar e poder dizer se depende de [si] ou não; e colocar todo o orgulho, toda a satisfação, toda a afirmação de si relativamente aos outros, no fato de se reconhecer o que depende de si" (FOUCAULT, 2006, p. 215).

Esses efeitos da *physiología*, que combinam autossuficiência, coragem e um saber útil para a transformação do sujeito, são, para Epicuro, essenciais para a busca de uma vida serena, como vemos em sua obra.

Foucault explora a transformação do conceito de "cuidado de si", abordando a evolução dessa prática desde a antiguidade clássica até sua configuração moderna. A partir da filosofia grega, especialmente no contexto de Platão e Sócrates, o cuidado de si estava estreitamente ligado ao aprendizado pedagógico e ao desenvolvimento ético do sujeito, com foco na busca

pelo autoconhecimento e na forma de se comportar na sociedade. Contudo, conforme Foucault observa, esse conceito foi se desvinculando dessas relações iniciais, expandindo-se para uma prática geral, sem restrições a momentos ou fases específicas da vida, como era o caso do "cuidado de si" no processo de amadurecimento. Segundo o autor:

"O cuidado de si acaba por assumir a forma de um princípio geral e incondicionado. Isto significa que 'cuidar de si' não é mais um imperativo válido para um momento determinado da existência e em uma fase da vida que é a da passagem da adolescência para a vida adulta. 'Cuidar de si' é uma regra coextensiva à vida" (FOUCAULT, 2006, p. 221).

Foucault destaca que o "cuidado de si" deixou de ser uma prática vinculada à política ou ao status social, passando a ser visto como uma regra universal e contínua ao longo da vida. Ao se referir à noção de conversão a si, ele explora a ideia de que o sujeito deve se voltar para si mesmo, direcionando-se à sua própria essência: "É preciso que o sujeito inteiro se volte para si e se consagre a si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 221). Este movimento de retorno ao próprio ser, descrito por Foucault, é carregado de complexidade, pois não se trata apenas de um olhar introspectivo, mas de um deslocamento real do sujeito em direção a ele mesmo. O conceito de "conversão a si" é, portanto, entendido como um esforço contínuo e um processo de deslocamento e retorno, como se o sujeito estivesse navegando em direção ao "porto seguro" de sua própria essência, atravessando os riscos e incertezas da vida.

A metáfora da navegação usada por Foucault implica uma jornada contínua, com a ideia de um trajeto, um movimento deliberado em direção a um objetivo, e com um destino final, que seria o próprio retorno a si. O sujeito não apenas se volta para si, mas deve também dominar uma arte, uma técnica para realizar esse movimento. Foucault relaciona a metáfora com a prática de governar a si mesmo, que aparece como uma técnica complexa, tanto teórica quanto prática, associada a atividades como a medicina, o governo dos outros e a arte do autogoverno. Foucault explica:

"Penso que a ideia da pilotagem como arte, como técnica a um tempo teórica e prática, necessária à existência, é importante e mereceria eventualmente ser analisada mais de perto na medida em que encontramos pelo menos três tipos de técnicas regularmente referidas ao modelo da pilotagem: primeiro, a medicina; segundo, o governo político; terceiro, a direção e o governo de si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 223).

Ele observa que, no contexto grego e romano, essas práticas estavam interligadas pela ideia de uma pilotagem, onde o sujeito, ao governar a si, também deveria cuidar de seu corpo, de sua alma e de seu lugar na sociedade. O autor ainda faz uma crítica à apropriação moderna

desse conceito. A partir do século XVI, observa-se uma tentativa de reconstituir a ética do cuidado de si, especialmente com figuras como Montaigne, Nietzsche e Schopenhauer, mas, segundo ele, essas tentativas não conseguiram retomar o conteúdo original e contínuo da prática. Foucault observa:

"Acho que, se encontramos, de maneira tão clara, tão evidente, o tema prescritivo do retorno a si na época de que lhes falo, não podemos esquecer dois aspectos. Primeiro, que no cristianismo, como eixo principal da espiritualidade cristã, encontraremos, creio eu, uma rejeição, uma recusa, certamente com suas ambiguidades, deste tema do retorno a si" (FOUCAULT, 2006, p. 223).

Essa crítica aponta para a fragilidade das tentativas modernas de reconstituir o retorno a si, que perderam força e profundidade com o tempo. Foucault também coloca em dúvida a possibilidade de construir uma ética do eu nos dias de hoje, sugerindo que, em um contexto político de governamentalidade, a reflexão sobre o sujeito deve necessariamente passar pela relação de si para consigo, como uma condição de resistência ao poder. O autor conclui:

"Em outras palavras, se considerarmos a questão do poder, do poder político, situando-a na questão mais geral da governamentalidade, então, a reflexão sobre a noção de governamentalidade, penso eu, não pode deixar de passar, teórica e praticamente, pelo âmbito de um sujeito que seria definido pela relação de si para consigo" (FOUCAULT, 2006, p. 225).

Assim, a reflexão de Foucault sobre o cuidado de si e o retorno a si revela um processo contínuo e complexo de autoformação, que atravessa diferentes momentos históricos, mas que também enfrenta desafios na modernidade, especialmente em sua tentativa de se reconectar com as práticas antigas de autogoverno. Esse movimento implica, além de um olhar introspectivo, um esforço contínuo para transformar o sujeito, orientando-se de forma autônoma em um mundo permeado pelas relações de poder.

Foucault que está sendo analisado, ele reflete sobre a transformação histórica do conceito de cuidado de si e a relação entre o princípio de "converter-se a si" e o "conhecimento de si". O autor coloca uma série de questões cruciais, como a relação entre esses princípios na cultura helenística e romana, considerando que o conhecimento de si, em sua concepção mais moderna, talvez tenha suas origens nas práticas de autoconhecimento do período helenístico. Foucault menciona:

"A partir do momento em que o preceito 'cuidar de si' ganhou amplitude, generalidade, assumiu o caráter radical e absoluto do 'é preciso converter-se a si mesmo', 'é preciso passar a própria vida retornando sobre si e buscando reunir-se a si mesmo', a partir deste momento, o preceito 'converter-se a si' não implicaria a necessidade de transladar, parcial ou totalmente, o olhar, a atenção, a agudez do espírito, da direção aos outros e às coisas do mundo para a direção a si mesmo?" (FOUCAULT, 2006, p. 226).

Foucault investiga como a prática de "converter-se a si" e de "cuidar de si" levou à formação das primeiras formas de investigação sobre a psicologia e as ciências do espírito. Ele questiona se, na antiguidade, o conhecimento de si, como entendido hoje, foi realmente constituído nas práticas filosóficas helenísticas, como o estoicismo, o epicurismo e o cinismo, ou se isso é uma construção posterior, especialmente com a ascensão do cristianismo.

O autor afirma que a questão da verdade do sujeito, especialmente no que se refere ao autoconhecimento, tornou-se um tema fundamental, particularmente dentro da espiritualidade cristã. Foucault explica: "É a questão da constituição da verdade do sujeito sob estas três grandes formas, que tentei colocar, com uma obstinação talvez condenável" (FOUCAULT, 2006, p. 227).

Foucault também destaca que o modelo cristão, em comparação ao platônico, envolve uma circularidade entre o conhecimento de si e a verdade divina, com o objetivo de alcançar a purificação do coração e a salvação. Ele elabora sobre a importância da exegese e da renúncia a si no contexto cristão:

"Portanto, relação circular entre: conhecimento de si, conhecimento da verdade e cuidado de si. Se quisermos promover nossa própria salvação, devemos acolher a verdade: a que nos é dada no Texto e a que se manifesta na Revelação" (FOUCAULT, 2006, p. 229).

Foucault, onde ele discorre sobre a hermenêutica do sujeito, explora a evolução dos modelos de cuidado de si e conhecimento de si, identificando três esquemas principais: o modelo platônico, o modelo helenístico e o modelo cristão. Foucault sugere que, ao longo da história, esses modelos não apenas coexistiram, mas também se transformaram e se influenciaram mutuamente, formando a base para a constituição de uma moral que, em muitos aspectos, seria posteriormente apropriada e reformulada pelo cristianismo.

Foucault inicia sua análise destacando a importância do modelo platônico, que se manteve dominante até a Antiguidade e influenciou profundamente o cristianismo. No entanto, ele argumenta que, entre o platonismo e o cristianismo, houve um "terceiro esquema", o modelo helenístico, que não se resumia à reminiscência ou à exegese, mas sim ao cuidado de si,

mantendo a autonomia em relação ao conhecimento de si. Esse modelo helenístico, portanto, se caracterizou pela "autofinalização da relação a si", uma busca pelo eu, diferente do que o cristianismo propagaria, focado na exegese de si e na renúncia à própria identidade. Foucault esclarece:

"O modelo 'helenístico', que gira em torno da autofinalização da relação a si. [...] Foi este modelo que o cristianismo utilizou e repatriou, de início, como ponto de apoio recebido explicitamente do exterior" (FOUCAULT, 2006, p. 230).

Neste sentido, Foucault propõe que a moral austera do modelo helenístico, embora distorcida, foi tomada pelo cristianismo como um suporte para a constituição de sua própria moral, sendo fundamental para a formação de práticas religiosas como a exegese do sujeito e a renúncia a si. Esse processo revela como a herança helenística foi reinterpretada na tradição cristã, criando uma moral que, segundo Foucault, não é "moral cristã", mas uma adaptação de uma moral mais exigente que já existia no contexto helenístico.

Ao retornar ao modelo helenístico, Foucault questiona a posição do conhecimento de si dentro dessa perspectiva. Ele explora a ideia de "converter-se a si", que, ao contrário do que se pensaria, não exigiria um conhecimento profundo e isolado do sujeito humano, mas estava intrinsecamente ligado ao conhecimento da natureza. Para ele, o "converter-se a si" implica, em última instância, uma forma de conhecer a natureza, pois há uma "relação de laços recíprocos entre conhecimento da natureza e conhecimento de si" (FOUCAULT, 2006, p. 231). Portanto, o modelo helenístico coloca o sujeito dentro de um movimento que, embora focado na transformação do eu, não o dissocia da compreensão do mundo natural.

Foucault também discute a posição dos estoicos, que, em sua busca pela "*tékhnê tou bíos*" (arte de viver), valorizavam o conhecimento prático, aplicável à vida cotidiana, em vez de um saber teórico ou especulativo sobre o mundo. Segundo ele:

"A tal ponto que encontramos em certas correntes do estoicismo que chamamos, entre aspas, de 'heréticas', afirmações que são, por assim dizer, drásticas ou, em todo caso, perfeitamente restritivas, acerca do que poderia ser o conhecimento do mundo ou da natureza" (FOUCAULT, 2006, p. 231).

Essas afirmações se ligam a uma crítica ao saber inútil, no qual o foco do conhecimento não deveria ser sobre a natureza em si, mas sobre como utilizar esse conhecimento para a vida prática. Foucault também ilustra essa abordagem ao discutir a obra de Sêneca, que, em seus escritos sobre a natureza, reflete sobre a relevância do conhecimento do mundo e suas causas,

mas sempre com o objetivo de levar à transformação do sujeito, voltado para a moral e a prática de viver.

Foucault propõe uma análise detalhada das transformações históricas no modo como o sujeito se relaciona com si mesmo e com o conhecimento. O autor sugere que, ao longo dos séculos, houve uma constante adaptação e reinterpretação dos modelos de cuidado de si, influenciados por correntes filosóficas como o platonismo, o helenismo e o cristianismo. A principal contribuição de Foucault nesse debate é a forma como ele relaciona o cuidado de si com o conhecimento de si, abordando como essas práticas foram moldadas por uma série de influências culturais e históricas que, muitas vezes, foram reinterpretadas, distorcidas e reutilizadas por tradições subsequentes.

Foucault sobre *A Hermenêutica do sujeito*, inspirado nas reflexões de Sêneca sobre a velhice e a importância do autoconhecimento, revela um ponto crucial da filosofia estoica, ao relacionar o processo de reflexão sobre si mesmo com a busca por sabedoria prática. Foucault, ao abordar este texto, foca na ideia de que o sujeito, especialmente na velhice, deve se voltar para o conhecimento de si e se afastar das distrações externas, como a história e o conhecimento teórico distante da vida concreta.

Em primeiro lugar, Sêneca introduz o conceito de que, ao envelhecer, a prioridade do indivíduo deve ser a aceleração do processo de completude da vida, não em termos de tempo cronológico, mas de plenitude existencial. Foucault cita Sêneca para destacar que:

"é preciso apressar-se, quanto possível, para consumir a própria vida. E preciso agilizar-se para chegar ao ponto em que ela [...] estará completa. Completa não porque tivesse chegado enfim ao seu termo cronológico mais recuado, mas por ter chegado à sua plenitude" (FOUCAULT, 2006, p. 235).

Aqui, o filósofo enfatiza a busca por uma vida vivida plenamente, sendo a reflexão sobre a velhice uma urgência de alcançar o autodomínio. Este apelo à rapidez, ao não desperdício de tempo, está ligado ao conceito de *velocitas*, ou rapidez, que Sêneca associa ao trabalho interior e à ocupação consigo mesmo, não com domínios distantes. Como ele expressa, é necessário que: "o espírito todo se ocupe consigo, se desocupe para si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 235), sugerindo um processo de interiorização que visa ao domínio do ser interior.

Ao invés de buscar o saber sobre reinos distantes ou glórias históricas, a verdadeira sabedoria reside no autoconhecimento.

O filósofo denuncia a história como:

"a história dos sofrimentos que, na história dos reis, se transforma em louvores. Sofrimentos infligidos ao povo ou sofrimentos infligidos pelos povos, pouco importa, é somente isto afinal que, sob as aparentes roupagens gloriosas da história dos reis, nos transmitem as crônicas que lemos" (FOUCAULT, 2006, p. 235).

Advertindo que, ao invés de nos perdermos na glória de outros, devemos focar no trabalho sobre nossas próprias paixões e fraquezas, superando os vícios pessoais. Este ponto encontra eco na crítica de Foucault à história e ao conhecimento que se distancia do sujeito: "o conhecimento histórico que não consiste em um conhecimento exemplar, aquela forma de crônica histórica, de saber histórico, que se há de afastar" (FOUCAULT, 2006, p. 236).

Ademais, Foucault destaca a dimensão ética e prática da sabedoria estoica, voltada para a "grandeza humana", que é mais bem compreendida pela superação dos vícios e pela liberdade interior. Sêneca reflete que: "o que há de grande é uma alma firme e serena na adversidade, que aceita todos os acontecimentos como se os desejasse" (FOUCAULT, 2006, p. 237).

A verdadeira grandeza, portanto, não reside em conquistas externas, mas na capacidade de dominar os próprios desejos e de aceitar as vicissitudes da vida com serenidade. Em sua análise, Foucault conecta essas práticas estoicas ao desenvolvimento do sujeito, afirmando que: "só se pode chegar a si percorrendo o grande ciclo do mundo" (FOUCAULT, 2006, p. 238).

Isso implica que, ao buscar o conhecimento do mundo natural, o sujeito também busca o conhecimento de si, dado que ambos estão intrinsecamente ligados. Para Sêneca, e para Foucault em sua interpretação, o autoconhecimento profundo não se dá apenas no isolamento da reflexão interior, mas também na compreensão do mundo em sua totalidade, como uma condição para a verdadeira liberdade e para a realização do potencial humano.

Michel Foucault sobre a filosofia de Sêneca traz à tona uma reflexão sobre a liberdade do sujeito e sua relação com a natureza. Foucault começa com a análise da velhice, proposta por Sêneca, e a necessidade de, ao envelhecer, o sujeito se ocupar do "domínio de si". A busca pela liberdade interna, para Sêneca, está ligada ao autoconhecimento e à prática da filosofia. Como ele afirma: "O que há de grande é ter a alma na ponta dos lábios e prestes a partir; é-se livre então não por direito de cidade, mas por direito de natureza (*non e jure Quiritium liberum, sed e jure naturae*)" (FOUCAULT, 2006, p. 243).

Foucault expõe como, para o estoicismo, a liberdade não é uma questão de direito político, mas uma condição existencial ligada ao domínio de si, o que implica a superação das

próprias paixões, o enfrentamento da adversidade e a aceitação da morte. A libertação do sujeito, conforme Sêneca, envolve uma luta contra a "servidão a si mesmo": "Ser livre é *effugere servitatem*. É fugir da servidão, mas servidão a quê? *Servituum sui*: a servidão a si" (FOUCAULT, 2006, p. 244).

A questão que se coloca é, então, como se dá essa relação com o eu e a liberdade adquirida a partir dessa luta interna. Sêneca desenvolve a ideia de que a servidão ao próprio eu é uma das mais graves formas de escravidão, pois é uma servidão constante e inelutável. Foucault expõe o pensamento de Sêneca sobre a servidão ao eu, destacando a dureza dessa escravidão:

"Ser escravo de si mesmo (*sibi servire*) é a mais grave, a mais pesada (gravíssima) de todas as servidões. Em segundo lugar, é uma servidão assídua, isto é, ela pesa sobre nós sem cessar. Dia e noite, diz Sêneca, sem intervalo e sem descanso (*intervallum, commeatus*)." (FOUCAULT, 2006, p. 244).

Essa servidão é imposta pela vida ativa tradicional, em que o sujeito busca incessantemente recompensas externas, como status, prazer e reconhecimento social. Para libertar-se de si, o sujeito deve abandonar esse sistema de "obrigação-recompensa", que o aprisiona em um ciclo de autossuficiência e gratificação imediata. Foucault cita Sêneca, que afirma: "*Mercedem sibi referre*" (trazer proveito para si mesmo) é o que precisamos cessar de fazer se quisermos nos liberar de nós mesmos (FOUCAULT, 2006, p. 245).

Em sua análise, Foucault sublinha a importância do estudo da natureza como um meio de alcançar essa liberação do eu. Para Sêneca, o exame da natureza das coisas é uma ferramenta essencial para o processo de autoliberação, pois permite ao sujeito entender sua posição no mundo e a relação com o cosmos. Ele escreve: "*Proderit nobis inspicere rerum naturam*" (para tal liberação nos será útil examinar, inspecionar a natureza das coisas) (FOUCAULT, 2006, p. 246).

Foucault destaca a profundidade desse movimento estoico, em que o sujeito, ao examinar a si mesmo e a natureza, se liberta das amarras do ego e dos desejos mundanos, alcançando uma liberdade interior que não depende das circunstâncias externas. Para Sêneca, isso envolve também a libertação do sujeito das suas relações com o mundo exterior, não através da fuga física do mundo, mas de uma mudança interna no modo como o sujeito se relaciona com ele. O conhecimento da natureza e o movimento de elevação do sujeito não implicam uma negação do mundo, mas uma mudança de perspectiva, permitindo ao sujeito uma visão mais

clara e distanciada de sua própria existência. Foucault explica isso ao referir-se à filosofia de Sêneca:

"Tu fugiste aos vícios da alma, tu cessaste de compor teu rosto e tua linguagem, de mentir, de iludir, tu renunciaste à avareza, à luxúria, à ambição, etc. E entretanto, diz ele, é como se nada tivesses feito: *'multa effugisti, te nondum'* (tu fugiste a muitas coisas, mas não de ti mesmo)" (FOUCAULT, 2006, p. 247).

Assim, Foucault nos revela como a libertação do sujeito está intrinsicamente ligada à sua relação com a natureza, um movimento que implica uma introspecção contínua e uma reflexão filosófica que visa não o abandono do mundo, mas uma compreensão mais profunda dele. A verdadeira liberdade, então, não é uma fuga para além do mundo, mas uma elevação dentro dele, como propõe Sêneca. O movimento do sujeito se faz para o "ponto de onde vem a luz", para usar as palavras de Sêneca: *"Illo perducit, unde lucet"* (ela nos conduz a esse lugar de onde nos vem a luz) (FOUCAULT, 2006, p. 247).

Esse movimento filosófico, como Foucault explica, é um processo contínuo de elevação e introspecção que permite ao sujeito alcançar uma visão mais clara da natureza e de sua posição no universo, e com isso, uma liberdade verdadeira, não atrelada às servidões do ego e das paixões.

Foucault discute a forma como, ao se libertar, o sujeito é capaz de apreender a verdadeira dimensão das coisas que antes pareciam ser os bens da vida, como riquezas, prazeres e glória. Ele argumenta que, ao realizar esse movimento de recuo, o sujeito chega a um ponto de onde os "segredos do conjunto do mundo" podem ser revelados. Sêneca sugere que, ao percorrermos o mundo, devemos olhar do alto para o que antes parecia importante, pois, do ponto de vista mais elevado, o que antes parecia grande é reduzido à sua verdadeira dimensão. Como ele diz:

"Uma vez, diz ele, que tenhamos percorrido o mundo inteiro (*'mundum totum circuire'*), uma vez que tenhamos feito o percurso do mundo em seu círculo geral, olhando do alto o círculo das terras (*'errarum orbem super ne despiciens'*), é neste momento que podemos desprezar todos os falsos esplendores forjados pelos homens" (FOUCAULT, 2006, p. 248).

Essa ideia é expandida ao ser abordada a percepção das "glórias históricas", que, quando observadas sob a ótica da natureza, são desprovidas de valor. Foucault aponta que, ao observarmos o mundo de cima, percebemos a insignificância das nossas ações e conquistas humanas, como, por exemplo, os exércitos. Sêneca expressa isso com clareza ao dizer:

"Do alto, diz Sêneca, o que são para nós os exércitos, se os vemos após termos percorrido o grande ciclo do mundo? Todos os exércitos nada mais são que formigas. Como as formigas, com efeito, eles se agitam muito, mas em um espaço bem pequeno. 'É num ponto', diz ele, e nada além de um ponto, 'que navegais'" (FOUCAULT, 2006, p. 249).

Foucault também destaca que, ao atingir esse ponto de observação, o sujeito se vê como um "ponto" no universo, e a verdadeira libertação advém da percepção de sua própria pequenez, situando-se dentro de um sistema de causas e efeitos racionais. Nesse movimento de "conhecimento de si", Foucault elucida a relação entre o conhecimento da natureza e o conhecimento de si. O autor explica que, para que o sujeito se conheça verdadeiramente, ele deve antes entender a natureza, pois ambos os conhecimentos estão interligados. Como ele observa:

"Primeira consequência, não se trata de modo algum, neste conhecimento de si, de uma espécie de alternativa: ou se conhece a natureza, ou se conhece a si mesmo. De fato, não se pode conhecer a si mesmo como convém senão sob a condição que se tenha sobre a natureza um ponto de vista, um conhecimento, um saber amplo e detalhado que nos permita precisamente conhecer não apenas sua organização global, mas até seus detalhes" (FOUCAULT, 2006, p. 250).

Para Foucault, o movimento de recuo ao observar o mundo não é uma fuga do mundo, mas sim uma forma de perceber a existência real do sujeito, que se encontra no interior de um sistema universal e racional, inserido em um encadeamento de causas e efeitos necessários. Ele acrescenta:

"É preciso controlar, como veremos mais tarde, a profundidade de si mesmo, as ilusões que se faz sobre si mesmo, os movimentos secretos da alma, etc. Mas a ideia de uma exploração, a ideia de que há um domínio de conhecimentos específicos a ser apreendido e elucidado - tamanho o poder de ilusão sobre nós mesmos, no interior de nós mesmos, e em razão da tentação -, tudo isto é absolutamente estranho à análise de Sêneca" (FOUCAULT, 2006, p. 251).

Foucault sugere que a visão estoíca de Sêneca sobre o conhecimento da natureza e o cuidado de si também reflete uma influência platônica, especialmente no movimento da alma, que busca libertação ao conhecer o mundo e não se retirar dele. Sêneca, como Foucault descreve, acredita que a alma virtuosa está em "comunicação com todo o universo" e é capaz de controlar suas ações e pensamentos, pois está inserida em um cosmos racional e divino. Como Sêneca afirma: "A alma virtuosa é uma alma 'em comunicação com todo o universo e atenta em explorar todos os seus segredos' (*'toti se inseres mundo et in omnis ejus actus contemplationem suam mittens'*)" (FOUCAULT, 2006, p. 252).

Foucault, explora uma crítica ao movimento de conhecimento platônico, enfatizando uma perspectiva diferente da busca pela transcendência, que se aproxima da filosofia estoica, em especial a de Sêneca. Foucault argumenta que a razão divina e a razão humana possuem uma com naturalidade, ou seja, elas compartilham uma mesma estrutura, permitindo ao ser humano compreender a razão que organiza o mundo. Segundo o autor:

"Trata-se de compreender qual é a racionalidade do mundo para, neste momento, reconhecer que a razão que presidiu a organização do mundo, e que é a própria razão de Deus, é do mesmo tipo da nossa, que nos permite por sua vez conhecê-la" (FOUCAULT, 2006, p. 208).

Ao destacar essa visão da razão, Foucault sublinha que essa descoberta não se dá por meio de uma reminiscência da alma voltada para si mesma, como no movimento platônico, mas sim pela curiosidade do espírito que percorre a ordem do mundo. O autor reforça a ideia de que esse movimento de conhecimento não visa a uma passagem para um outro mundo, mas à compreensão e ao reconhecimento deste mundo. Ele afirma:

"Não é, portanto, uma passagem a um outro mundo. Não é o movimento pelo qual se desviaria deste mundo para olhar além. É o movimento pelo qual, sem nunca perder de vista este mundo e, no seu interior, nós e o que aí somos, é-nos [permitido] apreendê-lo na sua globalidade" (FOUCAULT, 2006, p. 253).

Este movimento de conhecimento e de visão do mundo é o que define a liberdade do sujeito. A partir do momento em que o sujeito adquire uma "visão do alto", ele consegue entender sua posição e seu lugar no mundo, o que lhe garante a liberdade de aceitar tanto as maravilhas quanto os sofrimentos que fazem parte da existência humana. Foucault cita Sêneca, que, ao falar sobre o olhar do alto, afirma:

"Pois bem, escuta, imagina que antes de entrar na vida, antes que tua alma tenha sido enviada a este mundo, tu tinhas a possibilidade de ver o que ia se passar. Como vemos, não é a possibilidade da escolha que se coloca aí: é o direito ao olhar; e um olhar que será precisamente uma visão do alto de que falava há pouco" (FOUCAULT, 2006, p. 254).

Essa visão do alto, característica da filosofia estoica, destaca a compreensão do mundo em sua totalidade, onde não há escolhas entre diferentes vidas ou destinos, mas sim uma aceitação da existência tal como ela é, com seus prazeres e seus sofrimentos. Foucault descreve que, nesse processo de olhar o mundo "do alto", o sujeito chega a entender que:

"Não é a possibilidade, para o indivíduo que a mereceu, de escolher entre os diferentes tipos de vida que lhe são propostos. Trata-se ao contrário de lhe dizer que não tem escolha e que, com esta visão do alto sobre o mundo, deve compreender que todos os esplendores que possa encontrar no céu, nos astros, nos meteoros, e a beleza da terra, as planícies, o mar, as montanhas, tudo isso está indissociavelmente ligado aos mil flagelos do corpo e da alma" (FOUCAULT, 2006, p. 255).

Portanto, o movimento de visão do alto proposto por Foucault e Sêneca não é um afastamento do mundo, mas uma forma de integrar a totalidade da experiência humana, reconhecendo o sofrimento e a beleza, e aceitando a liberdade que decorre da plena compreensão da nossa posição no mundo.

Foucault explora a relação entre o sujeito e o saber, destacando que a conversão a si não leva a uma desqualificação do saber do mundo, mas sim à sua espiritualização. O autor também compara as abordagens de Sêneca e Marco Aurélio, destacando suas diferenças. Em Marco Aurélio, a figura do saber espiritual é caracterizada pelo movimento do sujeito de adentrar no interior das coisas, buscando entender seus mínimos detalhes, ao invés de se afastar para observar o mundo em sua totalidade. Como exemplificado no texto:

"Aos preceitos supracitados que um outro ainda se acrescente. Sempre definir e descrever o objeto cuja imagem (*phantasia*) se apresente ao espírito. Portanto, definir e descrever esse objeto cuja imagem se apresenta ao espírito 'de modo que o vejamos distintamente, tal qual ele é na essência, a nu, por inteiro, sob todas as suas faces; e dizer para si mesmo seu nome e o nome dos elementos de que ele foi composto e nos quais se resolverá'." (FOUCAULT, 2006, p. 260).

Essa técnica de análise espiritual do saber, proposta por Marco Aurélio, visa sempre descrever e compreender profundamente os objetos que surgem à consciência.

10 Hermenêutica do sujeito em Michel Foucault: meditação eidética e onomástica

Michel Foucault, ao refletir sobre a prática da Hermenêutica do Sujeito, apresenta dois exercícios fundamentais para a análise e conhecimento do objeto representado: a meditação eidética e a meditação onomástica. Estes exercícios têm a função de permitir que o sujeito compreenda não apenas a essência do objeto, mas também seu valor ético e existencial no universo. A partir de uma reflexão detalhada sobre a concepção estoica proposta por Marco Aurélio, Foucault discute como o sujeito deve proceder diante dos objetos do mundo, de maneira a se liberar das ilusões e atingir uma verdadeira grandeza da alma.

A meditação eidética, segundo Foucault, requer que o sujeito olhe para o objeto de forma nua e completa, observando seus detalhes e sua totalidade. Marco Aurélio afirma: "é preciso definir e descrever o objeto cuja imagem se apresenta ao espírito de modo que o vejamos distintamente - tal qual ele é na essência, a nu, por inteiro, sob todas as suas faces" (FOUCAULT, 2006, p. 264). Para Foucault, esse olhar é um movimento analítico que não se limita à simples observação, mas exige uma atenção profunda, que envolve a contemplação do objeto em sua essência, sem disfarces ou distorções. O processo de ver é complementado pela necessidade de nomeação. Foucault diz que o sujeito deve, não apenas observar o objeto, mas também nomeá-lo, como se fosse um ato de verbalizar sua própria compreensão do mundo: "é preciso nomear, é preciso falar a si mesmo, é preciso dizer a si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 264).

Essa prática de nomeação tem um papel crucial na fixação do conhecimento. Como Foucault explica, a verbalização dos nomes e elementos do objeto ativa a memória e possibilita a reflexão sobre sua estrutura e sua temporalidade. Ele descreve que o exercício

"deve ser simultâneo, diretamente articulado com o exercício de olhar. É necessário ver e nomear. Olhar e memória devem estar ligados um ao outro em um único movimento do espírito que, por um lado, dirige [o] olhar para as coisas e, por outro, reativa na memória o nome dessas diferentes coisas" (FOUCAULT, 2006, p. 264).

Dessa forma, o sujeito não apenas observa, mas também internaliza e organiza a realidade representada, reatualizando seu sistema de valores.

Além da meditação eidética, Foucault também detalha a meditação onomástica, que é um exercício ético voltado para a avaliação do valor do objeto no mundo. O filósofo estóico

Marco Aurélio argumenta que o sujeito deve analisar não apenas a composição do objeto, mas também seu valor dentro do grande "kósmos". Foucault explica:

"Com efeito, nada é tão capaz de nos tornar a alma grande quanto poder identificar com método e verdade cada um dos objetos que se apresentam na vida e vê-los sempre a fim de considerarmos ao mesmo tempo a que espécie de universo cada um confere utilidade, qual seu valor em relação ao conjunto e qual seu valor em relação ao homem, esse cidadão da mais eminente dentre as cidades, em relação à qual as outras cidades são como suas casas" (FOUCAULT, 2006, p. 265).

Aqui, Foucault nos mostra que o exercício de avaliar o objeto é também uma maneira de o situar dentro de uma perspectiva maior, de modo a compreender sua utilidade e seu significado no contexto do universo, como também no contexto da vida do sujeito enquanto ser humano.

O objetivo dessa prática filosófica é alcançar o que os estóicos chamam de *megalophrosyne*, ou grandeza da alma. Foucault, ao comentar essa ideia, aponta que a grandeza da alma é atingida quando o sujeito se liberta das ilusões impostas pelas paixões e opiniões, alcançando uma verdadeira indiferença e serenidade diante dos objetos e acontecimentos. Como Foucault afirma: "Com efeito, nada é tão capaz de nos tornar a alma grande quanto poder identificar com método e verdade cada um dos objetos" (FOUCAULT, 2006, p. 265). Através dessa prática reflexiva, o sujeito é capaz de transcender as preocupações mundanas e alcançar a tranquilidade e a liberdade proporcionadas pela razão universal.

A reflexão de Foucault sobre o exame analítico do objeto também envolve uma certa forma de prova ou "testagem" do objeto, que implica avaliar sua utilidade e valor para o todo, e especialmente para o ser humano enquanto parte do grande cosmos. Como Foucault esclarece, o sujeito deve se perguntar qual a função que o objeto exerce dentro do universo e como ele pode impactar sua própria vida. A prática de "*elénkhein*", que significa refutar, acusar ou repreender, é fundamental para esse processo. Foucault cita:

"Esse exame analítico terá, pois, valor de liberação para a alma, assegurando-lhe as autênticas dimensões de sua grandeza, se ele tiver por função fazer passar o objeto - quer representado, quer apreendido em sua realidade objetiva, mediante a descrição e a definição - pelo fio da suspeita, da acusação possível, das repreensões morais, das refutações intelectuais" (FOUCAULT, 2006, p. 267).

A prática hermenêutica proposta por Foucault envolve uma série de exercícios reflexivos e analíticos que buscam não apenas entender os objetos em sua essência, mas também

situá-los em um contexto maior de valor e utilidade. Esse processo de meditação eidética e onomástica permite ao sujeito alcançar a verdadeira grandeza da alma, libertando-se das paixões e alcançando a tranquilidade e a serenidade diante do mundo.

O exercício de vigilância sobre as representações na espiritualidade cristã é exposto de forma contínua na literatura monástica dos séculos IV-V, com destaque para Cassiano. Foucault, ao citar Cassiano, explica que o espírito está sempre em movimento, apresentando novas imagens e objetos, e é necessária vigilância constante para que essas representações não sejam aceitas sem questionamento. Cassiano ilustra isso com a metáfora do moinho e do cambista, dizendo que, assim como o moleiro separa o grão bom do ruim, o cristão deve "separar o grão que é bom e não deixar passar na moenda o grão ruim" (FOUCAULT, 2006, p. 270). Esse processo de vigilância contínua é uma prova, uma exigência de discernimento entre o que é bom e o que é ruim nas representações, algo como o "*élenkhos*" do estoico Marco Aurélio.

Foucault destaca uma diferença importante entre os cristãos e os estoicos ao tratar da análise das representações. Para os cristãos, o exame não se concentra no conteúdo objetivo da representação, mas sim na pureza da representação em si. Como Foucault expõe, "o problema para Cassiano não está em saber qual a natureza do objeto que é representado. O problema está em saber qual o grau de pureza da própria representação enquanto ideia, enquanto imagem" (FOUCAULT, 2006, p. 270). A questão central é a origem da ideia:

"A ideia que tenho no espírito me vem de Deus - e seria por isso necessariamente pura? Vem de Satã - e seria por isso impura? Ou ainda, vem de mim, e nesse caso em que medida se pode dizer que é pura, em que medida se pode dizer que é impura?" (FOUCAULT, 2006, p. 271).

Por outro lado, no caso de Marco Aurélio e dos estoicos, a questão não é sobre a pureza da representação, mas sobre a origem da coisa representada. Como Foucault afirma,

"à questão sobre a origem por ele colocada é sobre a origem da coisa representada: pertence ela à ordem necessária do mundo, vem diretamente de Deus, de sua Providência e de sua benevolência para comigo ou ainda vem de alguém que faz parte da minha sociedade e do gênero humano?" (FOUCAULT, 2006, p. 271).

Para os estoicos, a análise se concentra no conteúdo da representação e na relação da representação com o mundo exterior, ao passo que a prática cristã se volta para a análise da própria mente e a pureza das representações.

Nos Pensamentos de Marco Aurélio, encontramos uma série de exercícios voltados à decomposição do objeto e à percepção descontínua. Foucault descreve como Marco Aurélio propõe que o sujeito analise a música, a dança ou outros movimentos, não como um todo, mas de maneira descontínua, para isolar e perceber os elementos constituintes. Foucault diz:

"quando escutais uma música, cantos melódiosos, cantos encantadores, quando vedes uma dança graciosa ou movimentos de pancrácio, tentai não mais vê-los em seu conjunto, mas, na medida do possível, dirigir uma atenção descontínua e analítica, de tal maneira que possais distinguir em vossa percepção cada nota das demais, e cada movimento dos demais" (FOUCAULT, 2006, p. 270).

Esse exercício visa a perceber a realidade do instante, isolando os elementos e compreendendo sua verdadeira natureza, sem se deixar seduzir pela beleza ou pelo encanto.

Foucault também explica que esse exercício de decomposição pode ser aplicado a toda a vida. Marco Aurélio afirma: "Aplica o mesmo procedimento a toda a vida" (FOUCAULT, 2006, p. 271). A análise não deve ser restrita aos objetos, mas deve ser estendida à própria existência do sujeito, que deve perceber sua vida como algo descontínuo e em constante mudança. A identidade do sujeito, segundo a filosofia estoica, não está em sua continuidade física ou em suas experiências, mas na virtude, que é "indecomponível pela simples razão de que a virtude não é senão a unidade, a coerência, a força de coesão da própria alma" (FOUCAULT, 2006, p. 272).

Foucault, discute a análise crítica que Marco Aurélio faz das coisas e do próprio sujeito, destacando o exercício espiritual de desconstrução e desqualificação. Foucault sublinha que Marco Aurélio, ao observar o mundo, aplica um olhar analítico e materialista sobre tudo, buscando "tocar" as coisas em sua essência, como no exemplo do prato bem preparado. Marco Aurélio descreve a comida como "o cadáver de um animal", uma decomposição simbólica que visa revelar a natureza verdadeira dos elementos do mundo. Foucault cita o autor romano:

"O que é, no fundo, um prato bem preparado de que gostamos e que comemos com tanto prazer? Lembremo-nos bem que é o cadáver de um animal. É um animal morto. O que é a toga que traz aquele famoso *laticlavo* tão cobiçado? Pois bem, não passa de lã e tintura. O que é a lã? São pelos, pelos de ovelha. O que é a tintura? É sangue, sangue de um molusco" (FOUCAULT, 2006, p. 273).

Essa decomposição das coisas e a reflexão sobre sua natureza material têm como objetivo, conforme Foucault, não apenas desqualificar o valor dos objetos, mas também criar uma distância crítica do sujeito em relação ao mundo. O filósofo romano propõe que, ao aplicar

esse olhar, o sujeito pode "ver de cima" a verdadeira natureza das coisas e, por extensão, de si mesmo. Foucault esclarece que:

"Tocamos, tocamos as próprias coisas, atingimos seu cerne e as atravessamos por inteiro, de maneira tal que possamos ver o que elas são. Graças a isso poderemos, diz ele, desnudá-las (*apogymnoîn*: desnudar as coisas) e ver de cima (*kathorân*), ver de cima para baixo seu *eutéleian* (isto é, seu pequeno valor, seu baixo preço)" (FOUCAULT, 2006, p. 273).

Foucault aponta que, no caso de Marco Aurélio, esse método de redução das coisas à sua materialidade também se aplica ao próprio corpo e à própria vida do sujeito. Ele apresenta a análise de Marco Aurélio sobre o corpo humano, que se descompõe em partes elementares, tais como "lama", "sangue", "ossos" e "nervos", com o objetivo de evidenciar a transitoriedade e a fragilidade da existência. O exercício de desconstrução da identidade humana é assim descrito: "Quem sou eu, o que sou? Pois bem, sou de carne, sou de sopro, e sou um princípio racional. Enquanto carne, o que sou? Sou de lama, sou de sangue, de ossos, de nervos, de veias, de artérias" (FOUCAULT, 2006, p. 273).

Esse processo de análise é uma das formas de Marco Aurélio alcançar a liberdade do sujeito, uma vez que permite ao indivíduo tomar consciência da natureza fragmentada de sua existência e entender a transitoriedade de sua identidade. Foucault enfatiza que essa prática visa, na verdade, dissolver a noção de um eu contínuo e estável, como no caso do conceito de sujeito que Sêneca propôs, mas que Marco Aurélio busca desconstruir. Segundo Foucault:

"Em Marco Aurélio, o olhar sobre as coisas... está referido a ele próprio, mas referido a ele próprio de duas maneiras. Por um lado, trata-se de mostrar, penetrando no cerne das coisas, apreendendo todos os seus mais singulares elementos, quanto somos livres em relação a elas. Por outro lado, trata-se também e ao mesmo tempo de mostrar quanto nossa própria identidade... é, na realidade, composta apenas de elementos singulares" (FOUCAULT, 2006, p. 275).

Essa visão fragmentada do sujeito é fundamental para a concepção de liberdade em Marco Aurélio. A compreensão de si mesmo como um conjunto de elementos distintos e não uma unidade sólida permite que o sujeito se liberte das ilusões de permanência e controle. Foucault conclui que o exercício espiritual de Marco Aurélio serve não para consolidar a identidade, mas para dissolver a ideia de um "eu" fixo, aproximando o sujeito de sua verdadeira essência racional.

Michel Foucault, ao discutir a transição entre o saber de conhecimento e o saber espiritual, utiliza a figura de Fausto para ilustrar essa transformação. Ele afirma que, a partir do

século XVI, o saber de conhecimento começou a dominar, relegando o saber espiritual a uma posição secundária, como pode ser observado nas diferentes interpretações da figura de Fausto ao longo do tempo. A partir dessa análise, Foucault observa que Fausto, originalmente representando um saber "maldito" e interdito, acaba sendo reinterpretado ao longo do tempo, com um novo enfoque, como no caso de Lessing:

"Fausto, a partir do século XVI (isto é, a partir do momento em que o saber de conhecimento começou a fazer valer seus direitos absolutos sobre o saber de espiritualidade), é aquele que representou, creio, até o final do século XVIII, os poderes, encantamentos e perigos do saber de espiritualidade" (FOUCAULT, 2006, p. 277).

No entanto, em um contexto mais moderno, o Fausto de Lessing é retratado de maneira diferente. Foucault destaca a conversão do saber espiritual em saber de conhecimento, que reflete a ideia do progresso da humanidade. Em Lessing, Fausto deixa de ser um herói condenado e passa a ser visto como um portador de um saber progressivo, que pode transformar a humanidade por meio da fé no progresso. Nesse contexto, a espiritualidade deixa de ser um saber interdito e se converte em um saber que sustenta a crença no avanço da humanidade:

"O saber espiritual que Fausto representa é, aos olhos de Lessing, convertido por Fausto em uma crença [no] progresso da humanidade. A espiritualidade do saber torna-se fé e crença em um progresso contínuo da humanidade" (FOUCAULT, 2006, p. 277).

Foucault também aborda o Fausto de Goethe, que representa uma nostalgia pelo saber espiritual. Fausto, ao se deparar com o saber de conhecimento, encontra-o insuficiente para a transfiguração do sujeito, o que ele expressa em seu famoso monólogo. Ao se distanciar da espiritualidade, Fausto anseia por um saber que vá além da razão e da ciência. O próprio Goethe, por meio da fala de Fausto, revela a angústia de um sujeito que, embora sábio em termos científicos, continua a sentir-se incompleto. Fausto expressa, então, seu desejo de um saber capaz de transformar a sua essência:

"Filosofia, ai de mim! jurisprudência, medicina, e tu também, triste teologia!... eu as estudei, pois, a fundo, com ardor e paciência; e agora eis-me aqui, pobre louco, tão sábio quanto antes..." (GOETHE apud FOUCAULT, 2006, p. 278).

Fausto, em seu desespero, busca por um saber além do racional, algo que o conheça em sua totalidade, mas que também tenha um efeito espiritual. Foucault ilustra a limitação do saber de conhecimento em trazer uma transformação profunda no sujeito:

"Nada temo do diabo, nem do inferno; mas também toda alegria me foi tirada [por esse saber; M.F.]. Doravante só me resta lançar-me na magia [dobra do saber de conhecimento sobre o saber de espiritualidade; M.F.]" (FOUCAULT, 2006, p. 278).

Essa busca por um saber que transcende a razão científica simboliza a perda da espiritualidade que caracterizava o saber anterior, conforme Foucault descreve. Ele conclui que a modernidade, ao enfatizar a razão e o progresso, acaba negando uma forma de saber que possibilitava a transformação profunda do sujeito, e, por isso, o sujeito moderno se vê limitado. O "saber de espiritualidade" é perdido para dar lugar a um "saber de conhecimento", com consequências profundas para a experiência humana:

"Creio que temos aí a última formulação nostálgica de um saber de espiritualidade que desaparece com a Aufklärung e a triste saudação ao nascimento de um saber de conhecimento" (FOUCAULT, 2006, p. 278).

Essa transição de saberes, de espiritualidade para o conhecimento racional, é vista por Foucault como uma transformação que muda a relação do sujeito com o mundo e consigo mesmo. A análise de Foucault, portanto, traz uma crítica profunda à ascensão do saber científico e racional em detrimento de um saber existencial e espiritual, que, mesmo "maldito" e "interdito", oferecia ao sujeito uma forma única de transfiguração.

O filósofo Michel Foucault, explora a prática de si, ou *áskesis*, como uma forma de exercício voltado para a constituição do sujeito. Ao destacar a diferença entre saber teórico e saber prático, Foucault enfatiza a importância da prática no desenvolvimento da virtude. Citando o filósofo romano Musonius Rufus, ele afirma que a aquisição da virtude exige tanto um saber teórico quanto prático, sendo o esforço e o treinamento essenciais nesse processo:

"Musonius Rufus dizia que a aquisição da virtude implica duas coisas. De um lado, requer um saber teórico (*epistéme theoretiké*), e de outro deve também comportar uma *epistéme praktiké* (um saber prático). E esse saber prático, diz ele, só se pode adquirir-lo treinando - e emprega o verbo *gymnázesthai*, 'fazer ginástica', evidentemente no sentido muito geral que veremos adiante com zelo, sem negligenciar o esforço (*philotímōs, philopónos*)" (FOUCAULT, 2006, p. 281).

Foucault também analisa a relação entre a prática do sujeito e a verdade, contrapondo a ascese à obediência à lei. Para ele, a ascese não é uma prática de submissão à lei, mas uma prática de ligação do sujeito à verdade. Esse é um aspecto fundamental que distingue a abordagem grega e romana da ascese em relação à nossa compreensão moderna. Foucault esclarece essa distinção da seguinte forma:

"Creio ser preciso compreender bem - esse é um dos traços mais importantes e dos mais paradoxais, pelo menos para nós, pois para muitas outras culturas não o seria - o que caracteriza a ascese (*áskesis*) no mundo grego, helenístico e romano, quaisquer que sejam, aliás, os efeitos de austeridade, de renúncia, de interdição, de prescrição detalhada e austera que essa *áskesis* possa induzir: ela não é e jamais será fundamentalmente o efeito de uma obediência à lei. Não é por referência a uma instância como a da lei que a *áskesis* se estabelece e desenvolve suas técnicas. A *áskesis* é na realidade uma prática da verdade" (FOUCAULT, 2006, p. 282).

Além disso, Foucault articula a forma como a questão do sujeito e do conhecimento era tratada na cultura helenística e romana. Na antiguidade, a relação entre o sujeito e o saber não era vista como uma objetivação do sujeito, mas como uma modulação do saber sobre o mundo de modo a se tornar uma experiência espiritual do sujeito. Foucault reflete sobre isso, destacando a diferença entre a abordagem moderna e a antiga:

"Quando falamos de ascese é evidente que, vista através de uma certa tradição, esta mesma, aliás muito deformada, entendemos uma forma de prática cujos elementos, fases, progressos sucessivos devem ser renúncias cada vez mais severas, tendo como alvo e no limite a renúncia a si. Progressos nas renúncias para chegar à renúncia essencial que é [a] renúncia a si: assim nós entendemos a ascese" (FOUCAULT, 2006, p. 284).

Por fim, Foucault aponta que a ascese, na tradição antiga, está ligada à constituição de uma relação plena e acabada do sujeito consigo mesmo, ao invés de ser uma prática voltada para a negação ou renúncia de si. Ele explica que o objetivo da ascese é a formação de um sujeito autossuficiente e em harmonia consigo mesmo:

"Portanto, o objetivo da ascese na Antiguidade é realmente a constituição de uma relação plena, acabada e completa de si para consigo. Nada, conseqüentemente, que fizesse pensar em uma renúncia a si" (FOUCAULT, 2006, p. 285).

Foucault a ascese antiga, destacando sua diferença com a ascese cristã e a importância da *paraskeuê* (preparação) como um equipamento necessário para a vida. Para entender esse processo, Foucault explica que a ascese não se trata de uma renúncia, mas de uma aquisição: "A ascese antiga não reduz: ela equipa, ela dota. E aquilo de que ela equipa, aquilo de que ela dota, é o que em grego se chama *paraskeuê*" (FOUCAULT, 2006, p. 285). Esse conceito de *paraskeuê*, ou preparação, é fundamental para o sujeito se ajustar aos imprevistos da vida, sendo uma forma de preparação para os acontecimentos não previstos, conforme Foucault afirma: "A *paraskeuê* é o que se poderia chamar uma preparação ao mesmo tempo aberta e finalizada do indivíduo para os acontecimentos da vida" (FOUCAULT, 2006, p. 285).

Além disso, Foucault destaca que essa preparação não envolve um objetivo de superar os outros ou a si mesmo, mas sim estar pronto para o que pode acontecer:

"O bom atleta, nesse texto de Demetrius, é apresentado como aquele que se exercita. Mas exercita-se em quê? Não em todos os movimentos possíveis, diz ele. Não se trata absolutamente de desenvolver todas as possibilidades que nos são dadas" (FOUCAULT, 2006, p. 286).

O foco é a adaptação às circunstâncias, sendo o objetivo não a superação, mas a capacidade de lidar com o que se apresenta.

Foucault também utiliza a analogia do atleta para descrever o treinamento necessário na ascese:

"O bom atleta... deve ser preparado para aquilo com que podemos nos deparar, somente para os acontecimentos que podemos encontrar, não de maneira a superar os outros, nem de maneira a superar a nós mesmos" (FOUCAULT, 2006, p. 286).

A ascese, então, busca formar um sujeito capaz de enfrentar os acontecimentos de forma eficaz e serena.

O filósofo explora o conceito de *lógoi* como um dos principais elementos constitutivos da *paraskeué*. Ele afirma que esses *lógoi* não são apenas proposições racionais, mas um meio de ação, sendo mais do que simples ideias: "Esses *lógoi* são proposições, proposições, como a própria palavra *lógos* o indica, fundadas na razão" (FOUCAULT, 2006, p. 287). Foucault enfatiza que o *lógoi*, ou discurso, deve se tornar parte integrante do sujeito, transformando-se em uma espécie de "equipamento" pronto para ser utilizado nas adversidades da vida: "O *lógos* é, assim, aquilo que nos vem em auxílio" (FOUCAULT, 2006, p. 289).

Foucault, propõe uma análise detalhada sobre a prática da *áskesis* no contexto da filosofia grega e romana, contrastando-a com a ascese cristã. Para os gregos e romanos, a *áskesis* possui como objetivo a constituição de uma relação plena e independente de si para consigo mesmo. Foucault explica que essa prática visa essencialmente a formação de uma *paraskeué*, que pode ser compreendida como uma preparação ou um conjunto de ferramentas que capacitam o sujeito a se transformar moralmente:

"à *paraskeué* é a estrutura de transformação permanente dos discursos verdadeiros - ancorados no sujeito - em princípios de comportamento moralmente aceitáveis. A *paraskeué* é o elemento de transformação do *lógos* em *êthos*" (FOUCAULT, 2006, p. 291).

A partir dessa transformação, o sujeito é capaz de se configurar eticamente, internalizando as verdades como um modo de ser, ou *êthos*, que permeia sua vida cotidiana. A *áskesis*, nesse sentido, consiste em uma prática regulada e contínua, uma sucessão de procedimentos para que o indivíduo possa "formar, fixar definitivamente, reativar periodicamente e reforçar quando necessário a *paraskeuê*" (FOUCAULT, 2006, p. 291). Isso implica que, por meio dessa prática, o sujeito consegue não apenas manter, mas também reforçar e renovar seu comportamento moral ao longo do tempo.

Ao explicar esse processo de autoformação, Foucault diferencia a *áskesis* da ascese cristã, *que implica a renúncia a si mesmo em favor de uma verdade exterior e revelada*. A *áskesis* grega, por outro lado, é entendida como uma prática de autossuficiência e transformação interna, onde o sujeito se torna o criador e praticante de suas próprias verdades. Para Foucault, a *áskesis* é, portanto, um exercício que visa a constituição de um modo de ser do sujeito, onde "o dizer-verdadeiro" se torna uma maneira de ser do sujeito, e a verdade não é imposta por uma autoridade externa, mas sim construída e vivida de forma autêntica pelo próprio sujeito: "A *áskesis* faz do dizer-verdadeiro um modo de ser do sujeito. Creio ser esta a definição que podemos obter, que podemos enfim estabelecer quanto ao tema geral da *áskesis*" (FOUCAULT, 2006, p. 292).

Foucault finaliza destacando que essa prática está "muito distante" da concepção cristã de ascese, em que o sujeito é chamado a se sacrificar, a renunciar partes de si em favor de uma verdade revelada por um outro. Assim, a *áskesis* grega, longe de ser uma renúncia, é uma autoafirmação ética e moral do sujeito.

Foucault analisa o conceito de ascese filosófica, que é central na prática de si, conforme entendido pelos filósofos gregos da época helenística e romana. A ascese filosófica, distinta da ascese cristã, visa não a renúncia a si, mas a constituição e subjetivação do sujeito, um processo de transformação contínua e ativa do indivíduo através do autoconhecimento e da prática espiritual. Foucault enfatiza que essa prática não busca a submissão do indivíduo a uma lei externa, mas sim o vínculo com a verdade, entendida como algo a ser apropriado e integrado pela pessoa.

A análise de Foucault sobre a ascese filosófica propõe uma distinção crucial entre as formas de ascese pagã e cristã. Enquanto na ascese cristã há a renúncia a si e a objetivação do sujeito em um discurso verdadeiro, a ascese filosófica, de acordo com Foucault, envolve a

subjetivação do discurso verdadeiro. Isso significa que, para os filósofos gregos, o objetivo não é reprimir ou negar a própria identidade, mas afirmar-se por meio da transformação ética contínua. Foucault descreve:

"à ascese é o que permite, de um lado, adquirir os discursos verdadeiros, dos quais se tem necessidade em todas as circunstâncias, acontecimentos e peripécias da vida, a fim de se estabelecer uma relação adequada, plena e acabada consigo mesmo; de outro lado, e ao mesmo tempo, a ascese é o que permite fazer de si mesmo o sujeito destes discursos verdadeiros, é o que permite fazer de si mesmo o sujeito que diz a verdade e que, por esta enunciação da verdade, encontra-se transfigurado, e transfigurado precisamente pelo fato de dizer a verdade" (FOUCAULT, 2006, p. 296).

Esse processo de subjetivação do discurso verdadeiro não é apenas intelectual, mas envolve a prática cotidiana do indivíduo. A partir de uma escuta atenta, leitura, escrita e fala, o sujeito assimila o saber e transforma-se por meio dele, conforme Foucault explica:

"A ascese filosófica, a ascese da prática de si, não tem por princípio a submissão do indivíduo à lei. Tem por princípio ligar o indivíduo à verdade. Ligação à verdade e não submissão à lei: parece-me ser este um dos aspectos mais fundamentais da ascese filosófica" (FOUCAULT, 2006, p. 295).

Dessa forma, Foucault sugere que a ascese filosófica tem como objetivo fundamental o fortalecimento e a continuidade da subjetividade do sujeito em relação à verdade, em um processo que envolve a apropriação do saber. Ele destaca que o filósofo, ao se engajar na ascese, adquire os discursos verdadeiros e, ao mesmo tempo, transforma-se em um sujeito capaz de dizer a verdade, assumindo a responsabilidade de ser a própria encarnação dessa verdade.

Além disso, Foucault sugere que essa prática da ascese filosófica é uma prática terapêutica, em que a escuta e o aprendizado se tornam ferramentas essenciais para a transformação do sujeito. Ao ouvir e internalizar os discursos filosóficos, o sujeito se cura e melhora a sua relação consigo mesmo. Foucault observa que essa prática de ascese não é passiva, mas ativa, pois a escuta não se limita a receber passivamente o saber, mas a torná-lo uma parte do sujeito: "Quem vai à aula de um filósofo deve, a cada dia e de algum modo, dela colher algum fruto. E, de algum modo, volta para casa em vias de curar-se, ou pelo menos mais facilmente curável" (FOUCAULT, 2006, p. 299).

Este processo de subjetivação, por meio da escuta, leitura e escrita, é essencial para a ascese filosófica, pois permite que o sujeito se torne verdadeiramente responsável pelo saber que adquire. Para Foucault, a ascese filosófica não é um movimento de negação ou renúncia,

mas um exercício contínuo de transformação que coloca o sujeito no centro de sua própria experiência de verdade.

Aqui, podemos abordar um tema central na filosofia estoica e nas reflexões de Michel Foucault sobre a hermenêutica do sujeito, especificamente sobre a prática da escuta, a passividade da atenção e a relação com o discurso verdadeiro ou *lógos*. A discussão gira em torno da doutrina das "sementes da alma", onde a alma é vista como portadora de virtudes que são despertadas por palavras, passivamente absorvidas por meio da escuta. Foucault analisa como a filosofia dos estoicos e de autores como Sêneca e Epicteto sublinham a importância de uma escuta ativa, na qual não se deve simplesmente permitir que a voz de um mestre ou a palavra de verdade seja absorvida de forma automática, mas sim com uma atenção e uma prática que visem refinar a escuta.

A partir dessa premissa, Foucault reflete sobre como a virtude e o *lógos* são tratados em textos filosóficos, como os de Sêneca e Epicteto. De acordo com Sêneca, as palavras de verdade têm o poder de despertar virtudes, mas há uma dificuldade significativa, que é a possibilidade de uma escuta passiva, ou seja, uma escuta que se limita a apreciar a sonoridade e o estilo das palavras, sem absorver o conteúdo verdadeiro delas. Como Sêneca afirma em suas Cartas a Lucílio:

"Se é verdade, diz ele, que nos deixamos impregnar pela filosofia quando vamos à aula, um pouco como nos bronzeamos ao ficar ao sol, também é verdade que alguns vão à escola de filosofia sem tirar nenhum proveito. É porque, afirma, eles não estavam na escola de filosofia como *discipuli* (discípulos, alunos). Estavam lá como *inquilini*, isto é, como locatários" (FOUCAULT, 2006, p. 247).

Este trecho exemplifica o problema de um tipo de escuta que não leva à transformação ou ao benefício real da alma, pois a atenção não está focada no conteúdo verdadeiro, mas nos ornamentos da linguagem.

Foucault amplia essa reflexão ao observar que a escuta é um processo ambíguo, envolvendo tanto uma dimensão passiva quanto ativa. Para ele, a escuta da palavra de verdade (*lógos*) exige uma competência particular, que não é simples. Como aponta: "É por meio da palavra e do ensino (*dià lógou kai paradóseos*) que se deve avançar no sentido da perfeição" (FOUCAULT, 2006, p. 248).

Contudo, a escuta não é isenta de falhas, e o ouvinte pode ser distraído pelos aspectos superficiais da fala, como o estilo ou a escolha das palavras, perdendo a essência do *lógos*. Essa

relação entre o ouvinte e a palavra de verdade é, portanto, mais complexa do que simplesmente absorver o que é dito.

Foucault, ao comentar esses autores, ressalta que a escuta não pode ser compreendida como uma habilidade simples ou uma técnica de assimilação mecânica da palavra, mas sim como uma prática que requer uma forma de atenção e disciplina, algo que ele chama de "ascese da escuta". Como Epicteto ensina, assim como é necessária uma técnica para falar bem (*tékhne*), também é necessária uma prática constante e uma certa experiência para escutar adequadamente (*empeiría* e *tribé*). Foucault cita, por exemplo, o caso de Platão, que em "*Fedro*" (270b) reconhece que tanto na medicina quanto na arte oratória, o hábito e a experiência são importantes, mas não suficientes sem o conhecimento teórico que dá sustância ao fazer:

"Em medicina e na arte oratória é evidentemente necessário bastante hábito, experiência, etc. Porém, diz ainda, *empeiría* e *tribé* (as duas palavras estão emparelhadas como no texto de Epicteto) não bastam. Também temos necessidade de algo que é a *tékhne*. A *tékhne* assenta-se [no] e implica o conhecimento - conhecimento do que é o corpo em sua própria realidade" (FOUCAULT, 2006, p. 250).

O autor também traz à tona o conceito de silêncio como uma ferramenta essencial para aprimorar a escuta. No contexto dos pitagóricos, por exemplo, o silêncio era imposto como um meio de disciplinar o aprendiz e prepará-lo para a escuta atenta e reflexiva. Foucault observa que o silêncio não é apenas a ausência de palavras, mas um estado de atenção e de preparação para receber o *lógos* sem as distrações que podem ocorrer quando se fala sem pensar. Como enfatiza:

"O silêncio, diz ele no Tratado sobre a tagarelice, tem alguma coisa de profundo, de misterioso e de sóbrio. Foram os deuses que ensinaram o silêncio aos homens e foram os homens que nos ensinaram a falar" (FOUCAULT, 2006, p. 304).

Michel Foucault, destaca a importância do silêncio ativo e da postura física adequada para uma escuta eficaz, especialmente no contexto das práticas filosóficas antigas. A escuta, conforme descrita, não é uma atitude passiva, mas exige uma postura que permita o acolhimento da palavra sem perturbações, tanto no nível físico quanto psíquico. A reflexão de Foucault é fundamentada em diversos textos antigos, incluindo o de *Fílon* de Alexandria, que descreve a postura exigida dos ouvintes durante os banquetes terapêuticos. A ideia central é que, para uma escuta eficaz, o corpo deve permanecer imóvel, sem agitações, para garantir que a alma possa absorver o *lógos* - a palavra verdadeira - sem distrações externas.

Foucault explica que a imobilidade do corpo não é apenas uma questão estética, mas tem uma função moral e intelectual. Ela assegura que a atenção do ouvinte esteja voltada inteiramente para o discurso, sem os desvios dos movimentos involuntários. A imobilidade do corpo é uma forma de garantir que o ouvinte mantenha a concentração, permitindo que o *lógos* penetre profundamente na alma. Fílon de Alexandria descreve essa prática da escuta ativa nos seus textos, como exemplificado na obra *De vita contemplativa*. Nela, Fílon sugere que a postura dos ouvintes deve ser rígida e uniforme:

"Todos devem portar-se da mesma maneira. Devem, primeiramente, voltar-se para o orador (*eis autón*). Devem para ele voltar-se guardando '*epì miàs kai tês autês skhéseos epiménontes*' (mantendo-se na mesma *skhesis*, na mesma atitude, única e idêntica)" (FOUCAULT, 2006, p. 252).

A imobilidade do corpo, portanto, é vista como essencial para garantir uma escuta profunda e comprometida com o discurso. Além disso, o corpo deve expressar, através de sinais sutis, que a atenção está sendo prestada, como os acenos de cabeça ou olhares direcionados para o orador, sem que isso quebre a postura de imobilidade. Como Foucault ressalta, essa prática tem uma dimensão semiótica importante, pois permite que o ouvinte não apenas manifeste sua atenção, mas também garanta para si mesmo que está acompanhando o discurso:

"Devem utilizar acenos de cabeça e um certo modo de olhar o ouvinte. Em segundo lugar, se aprovam, e para mostrar que aprovam, devem exprimi-lo com um sorriso e um leve movimento da cabeça. E enfim, se querem mostrar que estão confusos, que não estão acompanhando, devem balançar levemente a cabeça e levantar o dedo indicador da mão direita" (FOUCAULT, 2006, p. 253).

Foucault amplia essa discussão, enfatizando que a escuta não é apenas uma prática física, mas também uma manifestação da vontade do ouvinte em se comprometer com o discurso verdadeiro. A escuta filosófica deve ser entendida como um exercício de autodisciplina, em que o ouvinte não apenas se mantém imobilizado, mas também demonstra disposição e interesse genuíno pelo conhecimento transmitido.

Este processo de escuta ativa é particularmente claro em um exemplo dado por Foucault sobre Epicteto, filósofo estóico, que rejeita jovens ricos e adornados que se aproximam para aprender, enfatizando que o verdadeiro desejo de escutar deve vir de uma vontade genuína de se engajar com a filosofia, e não de interesses externos como a beleza ou o status. Foucault cita uma carta de Sêneca para reforçar essa ideia:

"Se examinarmos bem, todas as coisas no mundo se revelam por todo tipo de sinais exteriores e, para se apreender um índice sobre a moralidade, os menores detalhes podem bastar. O homem de maus costumes tem, para denunciá-lo, seu andar, um movimento de mão, por vezes uma simples resposta, o fato de levar um dedo à cabeça. São taras que se mostram por certas marcas sensíveis" (FOUCAULT, 2006, p. 256).

Foucault, portanto, utiliza a filosofia estoica para ilustrar que a escuta verdadeira não pode ser motivada por ornamentos ou distrações externas, mas deve surgir de uma vontade despojada e disciplinada, o que permite ao discípulo se dedicar plenamente ao conhecimento verdadeiro.

Foucault explora uma reflexão sobre a escuta filosófica, baseando-se em ensinamentos de filósofos antigos como Epicteto, Sêneca e Virgílio. Foucault desenvolve o conceito de "escuta ativa" e a forma como a atenção deve ser direcionada para que a escuta filosófica se torne um processo de subjetivação do discurso verdadeiro.

Foucault descreve a escuta filosófica como um processo no qual o ouvinte precisa adotar uma atitude de atenção que vai além da simples recepção de informações. Ele afirma que a escuta deve se concentrar não na forma ou na gramática do discurso, mas no "*prâgma*", ou seja, no referente do discurso, aquilo que está sendo dito e sua capacidade de se transformar em uma prática de vida. Nesse sentido, a escuta ativa exige que o ouvinte não se distraia com elementos secundários como a forma estética do discurso ou a refutação das ideias, mas que atente à proposição verdadeira e o seu potencial aplicação na vida prática. Foucault afirma:

"A atenção filosófica é, portanto, aquela que se dirige para um *prâgma*, *prâgma* que é um referente, uma *Bedeutung*, *Bedeutung* que abrange a própria ideia e ao mesmo tempo aquilo que, na ideia, pode e deve se tornar preceito" (FOUCAULT, 2006, p. 311).

Além disso, o filósofo também destaca a importância da memória e da reflexão interna como parte do processo de escuta. Após ouvir o discurso, é necessário que o ouvinte internalize a informação de forma profunda, com a finalidade de transformá-la em uma parte de sua própria prática filosófica. A escuta, portanto, não se encerra na simples audição das palavras, mas se estende ao processo de reflexão e de incorporação do que foi dito, tornando-o algo que ressoa internamente e se manifesta em atitudes práticas.

Foucault também descreve essa escuta filosófica como um processo de "atenção dupla e bifurcada", que implica em olhar para o que foi dito, com o objetivo de apreender a sua

verdade, e também olhar para si mesmo, para ver como essa verdade pode se integrar e transformar a própria vida:

"A alma que escuta deve vigiar a si mesma. Prestando atenção como deve àquilo que ouve, ela presta atenção, no que ouve, à significação, ao *prâgma*. Também presta atenção a si mesma a fim de que esta coisa verdadeira venha a tornar-se aos poucos, por sua escuta e sua memória, no discurso que ela mesma sustenta" (FOUCAULT, 2006, p. 313).

Essa dupla atenção — à significação do discurso e ao impacto que ele tem sobre o sujeito — é o processo de subjetivação pelo qual a verdade se torna parte do sujeito que a escuta. O que se busca aqui é uma transformação do ouvinte, que ao escutar e interiorizar a verdade, torna-a uma parte de sua própria experiência e prática de vida. Esse processo de subjetivação é, para Foucault, uma das chaves da ascese filosófica, onde a escuta se converte em ação filosófica, levando o sujeito a viver segundo as verdades que internalizou.

A escuta filosófica, segundo Foucault, é uma prática ativa, que exige tanto uma atenção cuidadosa à verdade presente no discurso quanto uma vigilância interna para assegurar que essa verdade se transforme em uma experiência subjetiva e prática. Essa é a base da hermenêutica do sujeito que Foucault propõe, onde o sujeito não é apenas passivo na recepção do discurso, mas se engaja ativamente na transformação do discurso em uma verdade viva que se reflete em suas ações e escolhas cotidianas.

O trecho em questão faz parte da reflexão de Michel Foucault sobre a "A Hermenêutica do Sujeito", que se aprofunda na prática da leitura e da escrita como ferramentas de meditação e de exercício do pensamento. A leitura, para Foucault, não é apenas um processo de compreensão das ideias de um autor, mas uma prática que tem como objetivo a transformação do sujeito. A leitura filosófica é considerada uma forma de meditação que visa a apropriação de um pensamento, e não simplesmente entender o que o autor quer dizer. Como ele afirma:

"O objeto, a finalidade da leitura filosófica não está em ter conhecimento da obra de um autor; nem mesmo tem por função aprofundar sua doutrina. Pela leitura - em todo caso é este seu objetivo principal - trata-se essencialmente de propiciar uma ocasião de meditação" (FOUCAULT, 2006, p. 318).

Essa prática de meditação tem uma diferença crucial se comparada à meditação contemporânea. Para os gregos e romanos, como Foucault explica, o termo "*meléte*" (do grego "*meletân*") se refere a um "exercício de pensamento" que visa internalizar um pensamento e fazer dele uma parte do sujeito. Ele escreve:

"*Meletân* consiste em fazer um exercício de apropriação, apropriação de um pensamento. Portanto, não se trata absolutamente de, dado um texto, esforçar-se por perguntar o que ele quis dizer. De modo algum está-se direcionado no sentido da exegese. Na *meditatio*, ao contrário, trata-se de apropriar-se [de um pensamento], de dele persuadir-se tão profundamente que, por um lado, acreditamos que ele seja verdadeiro e, por outro, podemos constantemente redizê-lo, redizê-lo tão logo a necessidade se imponha ou a ocasião se apresente" (FOUCAULT, 2006, p. 319).

Nesse sentido, a meditação é um processo de fazer o pensamento ser gravado na mente do sujeito de tal maneira que se torna um princípio ativo de ação. Foucault destaca a importância da escrita nesse processo, pois ela é um meio de consolidar e materializar o pensamento. A escrita não é apenas um registro, mas um exercício que ajuda o sujeito a incorporar as ideias como parte de sua própria constituição ética. Foucault escreve:

"A escrita é, assim, um elemento de exercício, e um elemento de exercício que traz a vantagem de ter dois usos possíveis e simultâneos. Uso, em certo sentido, para nós mesmos. É escrevendo, precisamente, que assimilamos a própria coisa na qual se pensa. Nós a ajudamos a implantar-se na alma, a implantar-se no corpo, a tornar-se como que uma espécie de hábito, ou em todo caso de virtualidade física" (FOUCAULT, 2006, p. 321).

Foucault vê a escrita e a leitura como partes de um processo integral de meditação que visa à formação do sujeito ético, em que a prática constante de ler, escrever e refletir se entrelaça com o exercício do pensamento e da ação na vida cotidiana.

Foucault aborda como a escrita e as notas (*hypomnêmata*) eram instrumentos tanto de autorreflexão quanto de compartilhamento de sabedoria. Através de correspondências, os filósofos antigos, como Sêneca, ofereciam conselhos aos seus interlocutores, mas ao fazê-lo, também reforçavam seus próprios princípios éticos e reflexões. A relação entre o aconselhante e o aconselhado se torna, assim, uma via de aprendizado mútuo, onde o ato de aconselhar e escrever também serve como uma prática de autotransformação.

Foucault argumenta que essas práticas de escrita e correspondência, realizadas por figuras como Sêneca e Plutarco, tinham uma função dupla. Por um lado, os textos eram instrumentos de ajuda para o outro, proporcionando orientação moral e prática. Por outro, eles funcionavam como exercícios pessoais para quem escrevia, reativando e reafirmando para si mesmo os conceitos e princípios que guiavam sua vida. Como Foucault esclarece:

"O exercício permite àquele que dá conselhos recordar as verdades que fornece ao outro e das quais ele próprio tem necessidade para sua vida. De sorte que, quem se corresponde com o outro, servindo-lhe de diretor, faz continuamente exercícios de certo modo pessoais, uma ginástica que se destina ao outro, mas também a si, e que permite, por essa correspondência, manter-se perpetuamente em estado de autodireção" (FOUCAULT, 2006, p. 323).

Além disso, Foucault destaca que a correspondência filosófica, ao contrário das correspondências políticas da época, tinha um caráter mais íntimo e introspectivo. A finalidade dessa troca não era informar sobre os acontecimentos externos, mas sim sobre o estado da alma do interlocutor, criando uma "correspondência espiritual". Esse tipo de relação vai além da troca de ideias, sendo um meio de transformação ética e moral para os envolvidos. Como Foucault afirma:

"Na troca maleável de benefícios e favores, nessa troca maleável de serviços da alma em que ajudamos o outro no seu caminho para o bem e para ele próprio, compreendemos que a atividade da escrita seja importante" (FOUCAULT, 2006, p. 322).

No exemplo das cartas de Sêneca a Lucílio, Foucault explora a utilização de *hypomnēmata* como registros pessoais que eram compartilhados com outros, permitindo que o filósofo reativassem ideias que precisavam ser continuamente internalizadas para o próprio bem-estar moral e ético. Ao responder às necessidades do outro, ele reafirma suas próprias reflexões sobre a virtude, a morte e outros temas essenciais para sua filosofia de vida. Foucault observa:

"Sêneca, expressamente, dá lições a Lucílio, mas, ao fazê-lo, utiliza seus *hypomnēmata*. Tem-se a impressão, a todo instante, que ele se serve de uma espécie de caderno de notas para lembrar as leituras importantes que fez, as ideias que encontrou, as que ele próprio leu. Utiliza-as e utilizando-as para o outro, colocando-as à disposição do outro, reativa-as para si mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 323).

A correspondência filosófica e os *hypomnēmata* representam, assim, um processo de cuidado de si e dos outros, baseado na ideia de que a escrita não apenas transmite saber, mas também transforma o sujeito. Isso é refletido na prática de lembrar e reorganizar o conhecimento para si, enquanto se oferece ao outro uma orientação moral e ética. Ao enfatizar o caráter performativo da escrita, Foucault demonstra como essa prática de escrever e aconselhar torna-se um meio de reafirmação contínua dos valores éticos.

Foucault sugere que essas práticas de escrita, de correspondência e de anotações filosóficas, tão comuns na Antiguidade, podem ser vistas como precursoras de formas de autotransformação que surgiram mais tarde, especialmente durante o Renascimento. Nesse

contexto, ele propõe uma reflexão sobre a evolução das práticas de autocuidado e confissão na espiritualidade cristã. Foucault escreve:

"Essas obrigações, para aquele que é dirigido, do dizer-verdadeiro, de falar francamente ao amigo, de confiar-se ao diretor, de pelo menos dizer-lhe em que ponto [ele] está, são obrigações de certo modo instrumentais. Confessar é clamar pela indulgência dos deuses ou dos juízes. É ajudar o médico da alma, fornecendo-lhe alguns elementos de diagnóstico" (FOUCAULT, 2006, p. 326).

A prática de se tornar sujeito de verdade, estabelecendo uma relação consigo mesmo e com os outros através da escrita e da correspondência, é fundamental na formação da subjetividade ética e moral. Essa prática se estende desde a Antiguidade até a espiritualidade cristã, sendo central no desenvolvimento da relação entre o sujeito e a verdade no Ocidente.

11 O Discurso do Mestre e a Subjetivação

A *parrhesía* (franqueza ou liberdade de expressão) dentro da perspectiva de Michel Foucault sobre a hermenêutica do sujeito, com ênfase no papel do mestre e do discípulo na construção do saber. Foucault propõe um exercício reflexivo sobre o discurso verdadeiro e as práticas de subjetivação que envolvem tanto o mestre quanto o discípulo, com destaque para o papel que a *parrhesía* desempenha nesse processo.

O problema central apresentado por Foucault diz respeito ao que acontece com o "discurso do mestre" dentro do jogo da ascese (o processo de subjetivação progressiva, que conduz a um discurso verdadeiro). O filósofo questiona como esse discurso se desdobra, e, mais especificamente, como a *parrhesía* se relaciona com ele. Foucault sugere que o mestre, ao orientar o discípulo, tem a obrigação de adotar um discurso que se baseia na *parrhesía*, que é a liberdade de dizer a verdade de forma franca e direta:

"A *parrhesía* é, no fundo, o que corresponde, do lado do mestre, à obrigação de silêncio do lado do discípulo. Assim como o discípulo deve calar-se para operar a subjetivação de seu discurso, o mestre, por sua vez, deve manter um discurso que obedece ao princípio da *parrhesía*..." (FOUCAULT, 2006, p. 328).

No processo de formação do discípulo, o silêncio deste último é descrito como fecundo, pois ele permite que a verdade do mestre seja absorvida e, posteriormente, apropriada. A função do mestre, portanto, é garantir que o discurso que ele oferece ao discípulo não seja artificial ou manipulado pela retórica. Ele deve evitar a sedução e garantir que suas palavras carreguem a verdade necessária para a transformação subjetiva do discípulo.

a. A Noção de *Parrhesía* e sua Relevância Moral e Técnica

A palavra "*parrhesía*", para Foucault, não se restringe a um simples ato moral de dizer a verdade, mas adquire uma dimensão técnica, que se relaciona diretamente com o desenvolvimento de um discurso filosófico genuíno. A *parrhesía* é uma qualidade moral, mas também uma prática técnica e ética que deve estar presente no discurso filosófico:

"Aparentemente, *libertas* ou *parrhesía* é essencialmente uma qualidade moral que se requer, no fundo, de todo sujeito que fala. Posto que falar implica dizer o verdadeiro, como não impor, à maneira de uma espécie de pacto fundamental, a todo sujeito que toma a palavra, que diga o verdadeiro porque o crê verdadeiro?" (FOUCAULT, 2006, p. 329).

Assim, a *parrhesía* é mais do que uma simples franqueza. Trata-se de uma condição de possibilidade para que o sujeito, ao se expressar, seja fiel à verdade, criando as condições para uma prática de liberdade genuína e não manipulada. Para Foucault, a verdadeira liberdade de expressão não pode ser separada do compromisso com a verdade. Essa verdade, no entanto, não é apenas algo teórico, mas uma verdade que está intimamente ligada à subjetividade, ou seja, à construção do sujeito em sua própria prática existencial.

Foucault também se refere ao papel de Arrianus como um mediador do discurso de Epicteto. Arrianus, ao escrever e transcrever os diálogos de Epicteto, assume a tarefa de restituir um discurso fiel à filosofia do mestre, ou seja, ele tenta manter as palavras de Epicteto (e com isso, sua liberdade de palavra) intactas. A partir dessa transcrição, surge o conceito de *hypomnémata*, que são notas ou registros, mas que têm um propósito mais profundo: "Escuta-se, escreve-se, transcreve-se o que foi dito. Arrianus insiste no fato de que ele realmente retomou 'as próprias palavras'. E constitui os *hypomnémata*, espécies de anotações de coisas ditas." (FOUCAULT, 2006, p. 329).

O que Arrianus faz não é apenas registrar, mas também autenticar o discurso de Epicteto, ao focar não apenas na *diánoia* (o conteúdo do pensamento), mas também na *parrhesía* (a liberdade de expressão). Foucault destaca a importância dessa distinção entre o pensamento e a liberdade de palavra, que se tornam elementos fundamentais na formação do sujeito filósofo. Portanto, a transcrição de Arrianus não é apenas uma reprodução do que foi dito, mas um ato de autenticação que restituirá o verdadeiro ensino de Epicteto, focando não apenas na teoria filosófica, mas também na ética do discurso, que é a *parrhesía*.

Outro aspecto importante tratado por Foucault é a relação entre a filosofia e a "retórica", que historicamente entraram em conflito. A retórica, com sua técnica de persuasão, é vista por Foucault como algo que não deve ser utilizado na filosofia, pois a filosofia exige uma forma diferente de discurso, baseada na *parrhesía*, que é ao mesmo tempo técnica e ética. Enquanto a retórica visa persuadir e emocionar, a *parrhesía* busca a verdade, sem recorrer a artifícios de sedução:

"É preciso que, do lado do mestre, o discurso apresentado não seja um discurso artificial, fingido, um discurso que obedeça às leis da retórica e que vise na alma do discípulo somente efeitos patéticos. É preciso que não seja um discurso de sedução." (FOUCAULT, 2006, p. 329).

Esse ponto é fundamental para entender como Foucault define a *parrhesía* como uma prática que deve ser ao mesmo tempo ética e técnica, ou seja, uma prática que articula não só a

veracidade do discurso, mas também a maneira como esse discurso será apropriado pelo discípulo, permitindo-lhe se tornar, ele próprio, sujeito da verdade.

O conceito de *parrhesía*, como Foucault nos apresenta, vai além da simples noção de dizer a verdade. Ele envolve uma ética e uma técnica do discurso que se opõem à manipulação ou persuasão retórica, sendo fundamental para a formação do sujeito filosófico. O discurso do mestre, ao seguir a lógica da *parrhesía*, deve ser uma ferramenta que permite ao discípulo alcançar a verdade por meio de sua própria subjetivação. Esse processo não é apenas intelectual, mas envolve uma transformação moral e existencial do sujeito.

A *hermenêutica do sujeito* em Michel Foucault, especialmente no contexto da ascese e da prática da *parrhesía*, propõe uma reflexão sobre a constituição do sujeito através da relação com a verdade, sendo esta última um elemento essencial para o processo de subjetivação. Foucault coloca que a ascese, ou *áskesis*, é fundamental para estabelecer um vínculo sólido entre o sujeito e a verdade, permitindo-lhe ser sujeito da *veridicção*, ou seja, sujeito que detém a capacidade de dizer a verdade, tanto para si quanto para os outros. Este processo de subjetivação envolve a comunicação de discursos verdadeiros, sendo essencial o papel da ética e da técnica na sua transmissão. O filósofo afirma:

"A ascese - no sentido de *áskesis*, no sentido que os filósofos gregos e romanos davam a esse termo - tinha por papel e por função estabelecer um vínculo entre o sujeito e a verdade, vínculo tão sólido quanto possível, e que permitisse ao sujeito, quando tivesse atingido sua forma acabada, dispor de discursos verdadeiros que ele devia ter e conservar à mão e que podia dizer a si mesmo a título de socorro e em caso de necessidade" (FOUCAULT, 2006, p. 333).

A prática de comunicação do discurso verdadeiro, como Foucault expõe, é, portanto, regida por regras tanto técnicas quanto éticas, que se relacionam com o silêncio do discípulo e a ação do mestre. O discípulo, neste contexto, deve se abster de falar para que, no momento certo, ele possa tornar-se sujeito de *veridicção* a partir do discurso verdadeiro do mestre. O mestre, por sua vez, deve seguir um conjunto de normas, que, ao serem cumpridas, possibilitam que o discurso verdadeiro seja comunicado de maneira adequada e que o discípulo possa internalizá-lo. Foucault destaca:

"Portanto, uma técnica e uma ética do silêncio, uma técnica e uma ética da escuta, também uma técnica e uma ética da leitura e da escrita, que são igualmente exercícios de subjetivação do discurso verdadeiro" (FOUCAULT, 2006, p. 334).

A noção de *parrhesía* (franco-falar ou liberdade de palavra), que Foucault explora, é essencial nesse processo de comunicação. A *parrhesía* implica não apenas uma franqueza moral, mas também uma técnica de expressão, sendo a atitude do mestre ao transmitir a verdade tão relevante quanto o conteúdo do que é dito. Em termos etimológicos, a *parrhesía* está ligada ao "tudo-dizer", mas o que é fundamental não é o simples ato de dizer tudo, mas a atitude de quem fala, o compromisso com a verdade, a liberdade de falar sem subterfúgios ou manipulações. Foucault explica:

"A *parrhesía*, como lhes lembrei na última vez, é etimologicamente o 'tudo-dizer'. A *parrhesía* diz tudo. Ou melhor, não é tanto o 'tudo-dizer' que está em questão na *parrhesía*. Na *parrhesía*, o que está fundamentalmente em questão é o que assim poderíamos chamar, de uma maneira um pouco impressionista: a franqueza, a liberdade, a abertura, que fazem com que se diga o que se tem a dizer, da maneira como se tem vontade de dizer, quando se tem vontade de dizer e segundo a forma que se crê ser necessário dizer" (FOUCAULT, 2006, p. 334-335).

Além disso, Foucault observa que a *parrhesía*, como atitude moral, se opõe tanto à lisonja quanto à retórica. A lisonja, enquanto um tipo de discurso manipulativo, visa agradar o outro para obter benefícios pessoais, e é, portanto, um inimigo moral da *parrhesía*, já que distorce a verdade em favor da aparência ou do benefício imediato. O mestre que se vale da lisonja, em vez de falar com franqueza, perde a capacidade de formar o discípulo verdadeiramente. Foucault esclarece:

"O adversário moral do franco-falar é pois a lisonja. Em segundo lugar, o franco-falar tem um adversário técnico. O adversário técnico é a retórica, retórica em relação à qual o franco-falar tem de fato uma posição muito mais complexa do que em relação à lisonja" (FOUCAULT, 2006, p. 335).

Foucault, ao discutir o confronto entre a *parrhesía* e esses dois adversários - a lisonja e a retórica - nos faz perceber que o verdadeiro discurso do mestre não se deve prestar a sedução, mas sim à formação do discípulo, que, ao assimilar a verdade, se torna capaz de governar a si mesmo e de agir com soberania. Assim, a *parrhesía* se apresenta como uma prática ética e técnica, indispensável para que o sujeito se constitua de maneira autêntica, não em busca de poder sobre os outros, mas em busca do poder sobre si mesmo, de um domínio que possibilite a prática da verdade sem abusos ou distorções.

A *Hermenêutica do Sujeito*, que explora o problema da lisonja e sua relação com a *parrhesía* oferece uma visão profunda das práticas sociais e políticas no contexto do pensamento de Sêneca, especialmente no que diz respeito ao modo como a verdade e os discursos se entrelaçam com o poder e a subjetividade. A reflexão de Foucault sobre a lisonja,

a verdade e o poder, utilizando como exemplo o filósofo romano Sêneca, destaca o contraste entre o discurso sincero e o discurso lisonjeiro, chamando a atenção para os efeitos desse último na subjetividade do indivíduo.

Foucault examina a obra *Questões Naturais* de Sêneca, abordando um texto específico que começa com uma referência à confiança que o filósofo tem em Lucílio, seu interlocutor e procurador. Foucault descreve a relação entre Sêneca e Lucílio e o modo como o filósofo entende o exercício do poder, especialmente o poder dentro de um contexto social hierárquico. Sêneca, ao escrever sobre as funções de Lucílio, explica a importância do *otium* (o ócio estudioso) e das *litterae* (as letras) como reguladores do bom exercício do poder, limitando-o ao que é necessário. Foucault comenta que esse exercício do poder é uma "*simples procuratio*", um cargo limitado, e não a soberania total do Príncipe. Sêneca lembra a Lucílio que o importante é não se iludir com o poder, evitando o delírio de uma soberania que extrapola as funções reais do cargo.

Foucault descreve como Sêneca destaca a importância de manter-se fiel aos limites de seu cargo, e que isso é possível apenas se Lucílio se mantiver em uma relação adequada consigo mesmo. Ele escreve:

"O que é conduzir-se bem no emprego de procurador? Pois bem, o texto o diz claramente. De um lado, ele exerce suas funções. Exerce-as, sem contudo abandonar o que é indispensável para bem exercê-las, isto é, o *otium* e as *litterae* (o ócio e as letras)" (FOUCAULT, 2006, p. 337).

Esta citação sublinha a importância do equilíbrio entre o exercício das funções públicas e a busca por um conhecimento mais profundo e introspectivo, mediado pelo estudo. O *otium* estudioso permite que o indivíduo defina sua subjetividade e não se perca no poder ou no prestígio. A partir dessa base sólida, o poder é exercido de maneira adequada, sem a tentação de se ver como detentor de um poder absoluto.

Foucault também analisa o contraste entre o bom exercício do poder e as falhas de muitos indivíduos que, movidos por um "amor excessivo por si mesmos" ou "desgosto por si", acabam caindo nas armadilhas da solicitude e dos prazeres. Eles tornam-se dependentes de fontes externas de validação e satisfação, não estando jamais "sós consigo mesmas". É nesse contexto que surge a lisonja, como uma forma de discurso externo, que visa preencher a falta de uma relação genuína consigo mesmo. Foucault aponta:

"Essas pessoas nunca estão sós consigo mesmas. Nunca estão sós consigo mesmas no sentido de jamais terem consigo mesmas aquela relação plena, adequada e suficiente que faz com que não se sintam dependentes de nada, nem dos infortúnios ameaçadores, nem dos prazeres que podem encontrar ou obter ao seu redor" (FOUCAULT, 2006, p. 338).

Aqui, Foucault nos mostra que a lisonja emerge como uma resposta a essa incapacidade de se estabelecer uma relação autossuficiente consigo mesmo. O lisonjeador preenche essa lacuna com um discurso que não é verdadeiro, mas sim uma construção que depende da dependência do outro. Essa dinâmica de dependência e falsidade enfraquece a subjetividade do lisonjeado, que se vê cada vez mais distante de uma relação genuína e autônoma consigo.

A lisonja, para Foucault, é a antítese da *parrhesía*, o franco-falar, que implica um discurso verdadeiro. A *parrhesía* não visa manter o outro dependente do discurso, mas sim possibilitar que o outro construa uma relação autônoma consigo mesmo. Foucault afirma:

"A conclusão é que a *parrhesía* (o franco-falar, a libertas) é exatamente a *antilisonja*. É a *antilisonja* no sentido de que, na *parrhesía*, há efetivamente alguém que fala e que fala ao outro, mas fala ao outro de modo tal que o outro, diferentemente do que acontece na lisonja, poderá constituir consigo mesmo uma relação que é autônoma, independente, plena e satisfatória" (FOUCAULT, 2006, p. 339).

A verdade na *parrhesía* permite que o outro alcance uma autonomia, que o torna capaz de se afastar da dependência de discursos alheios e de construir uma relação mais sólida e independente consigo mesmo. Foucault, ao comparar a lisonja com a *parrhesía*, destaca que a sinceridade e a verdade são essenciais para a constituição da subjetividade autônoma.

Esse ponto culmina na reflexão sobre o papel do conselheiro, especialmente no contexto político romano, onde a figura do Príncipe e sua corte estavam no centro da política. Foucault faz uma conexão importante entre o problema da lisonja e a questão de quem pode falar verdadeiramente ao Príncipe, considerando que a verdade é essencial para o bom governo. O filósofo romano Marco Aurélio, por exemplo, é citado por Foucault como um modelo de governante que deve ser guiado por um comportamento ético e virtuoso, fundamentado em uma relação de sinceridade com os outros. Foucault destaca a importância da *parrhesía* nesse contexto, uma vez que é o único discurso capaz de garantir a autonomia e a sabedoria do Príncipe.

Foucault, ao explorar a hermenêutica do sujeito, contrapõe dois modos distintos de expressão do discurso verdadeiro: a *parrhesía* e a retórica. A primeira, a *parrhesía*, é descrita como uma prática radicalmente voltada à verdade nua e direta, enquanto a segunda, a retórica,

é uma técnica persuasiva que pode ser usada tanto para convencer sobre a verdade quanto sobre a mentira.

A *parrhesía*, para Foucault, está intimamente ligada à liberdade e à generosidade do sujeito que transmite a verdade. Ao contrário da retórica, que busca a persuasão e muitas vezes utiliza a manipulação para atingir um fim, a *parrhesía* pressupõe que o sujeito falante não tenha interesse pessoal no que diz, mas que sua fala seja comandada pela preocupação com o outro e pelo momento adequado para transmitir a verdade. Em suas palavras:

"Na *parrhesía* só pode haver verdade. Onde não houver verdade não há franco-falar. A *parrhesía* é a transmissão nua, por assim dizer, da própria verdade. A *parrhesía* assegura da maneira mais direta essa *parádoxis*, esse trânsito do discurso verdadeiro de quem já o possui para quem deve recebê-lo, deve dele impregnar-se, deve poder utilizá-lo e deve poder subjetivá-lo." (FOUCAULT, 2006, p. 282)

A "retórica", por sua vez, é definida como uma técnica de persuasão que pode ser usada para convencer o ouvinte tanto de uma verdade quanto de uma mentira. Aristóteles, citado por Foucault, caracteriza a retórica como "o poder de encontrar aquilo que é capaz de persuadir" (FOUCAULT, 2006, p. 282). Em outras palavras, sua principal função não é estabelecer a verdade, mas convencer os outros de uma verdade ou mentira, conforme a conveniência. Foucault destaca que, para Aristóteles e outros pensadores como Ateneu e Quintiliano, a retórica é uma arte do convencimento, sem compromisso com a verdade objetiva.

Foucault também aponta que a retórica se configura como uma "técnica" ensinada, com regras bem estabelecidas, especialmente nos textos de autores como Cícero e Quintiliano. Para Quintiliano, a retórica é uma *tékhne*, isto é, uma arte ou técnica que se ensina. Foucault cita o autor para ilustrar como a retórica não está vinculada à verdade, mas à eficácia do discurso, independentemente do conteúdo ser verdadeiro ou falso.

"A retórica é uma *tékhne* e, por conseguinte, refere-se à verdade, mas à verdade tal como é conhecida por aquele que fala, não a verdade que está contida no discurso daquele que fala." (FOUCAULT, 2006, p. 282)

A questão do *kairós*, ou momento adequado, é central para a *parrhesía*, pois, ao contrário da retórica, que pode seguir uma estrutura previsível de argumentação, a *parrhesía* depende da situação do ouvinte e do contexto. Foucault refere-se a isso dizendo que: "A *parrhesía* deve modalizar não o conteúdo do discurso verdadeiro, mas a forma com que esse discurso é sustentado." (FOUCAULT, 2006, p. 343)

Isso implica uma prática do discurso que não é tanto uma arte, mas uma prática do "cuidado de si" e da responsabilidade com o outro. Na análise de Foucault, a *parrhesía* é essencialmente uma prática moral e ética, sendo caracterizada pela "generosidade" do sujeito que fala. Ele conclui: "O exercício da *parrhesía* deve ser essencialmente comandado pela generosidade. A generosidade para com o outro está no cerne da obrigação moral da *parrhesía*." (FOUCAULT, 2006, p. 346)

Outro ponto significativo levantado por Foucault é que, enquanto a retórica busca persuadir para fins muitas vezes pessoais ou políticos, a *parrhesía* visa uma transformação ética do outro, para que este alcance uma relação de soberania consigo mesmo. Foucault descreve que, ao contrário da retórica, que visa o poder, a *parrhesía* busca a autonomia do outro, sem interesse direto do sujeito que fala.

Foucault, ao discutir a *parrhesía* e a "retórica", constrói uma oposição entre essas duas formas de discurso. A *parrhesía* está voltada à verdade nua, ao cuidado ético com o outro e à generosidade, enquanto a "retórica" é uma arte de persuasão voltada ao poder e à eficácia comunicativa, podendo ser usada tanto para a defesa da verdade quanto para a disseminação de mentiras.

O conceito de *parrhesía*, entendido como o "franco-falar" ou a prática de dizer a verdade sem reservas, aparece como um elemento central no ensino filosófico epicurista, vinculando-se diretamente às relações de poder, ao governo de si e à economia da verdade.

Filodemo, um dos principais expoentes do epicurismo no final da República Romana, desempenhou um papel crucial na disseminação dessa doutrina. Seus escritos abordam questões morais e práticas filosóficas, evidenciando a *parrhesía* como uma *tékhne*, ou seja, uma arte. Segundo Foucault, há uma ênfase na arte conjectural, conforme destacado por Gigante, comentador do texto de Filodemo:

"O homem sábio e filósofo aplica o franco-falar (*a parrhesía*) na medida em que raciocina conjecturando por meio de argumentos plausíveis e sem rigidez. Ora, sabemos que há uma antiga oposição, tradicional ao menos desde Aristóteles, [entre] dois tipos de arte: as artes de conjectura e as artes de método. A arte conjectural é uma arte que procede precisamente por argumentos que são meramente verossímeis e plausíveis; isso, por conseguinte, abre a possibilidade, para quem os utiliza, de não seguir uma regra, e uma regra única, mas de tentar atingir a verdade verossímil por meio de uma série de argumentos que se justapõem sem que haja necessidade de uma ordem necessária e única" (FOUCAULT, 2006, p. 348).

Outro aspecto essencial é a transição da *parrhesía* do mestre para os discípulos. No contexto epicurista, a prática do franco-falar não é apenas um atributo do mestre, mas algo que deve ser assimilado pelos alunos, fortalecendo o vínculo de amizade (*eúnoia*) entre eles:

"A prática da palavra livre por parte do mestre deve ser tal que sirva de incitação, de suporte e de ocasião aos alunos que, também eles, terão a possibilidade, o direito, a obrigação de falar livremente. Palavra livre dos alunos que aumentará entre eles a *eúnoia* (a benevolência) ou ainda a amizade" (FOUCAULT, 2006, p. 349).

Esse princípio reflete a importância da reciprocidade na filosofia epicurista. A *parrhesía* não é uma imposição unilateral, mas um meio de salvação mútua dentro da comunidade filosófica. Dessa forma, estabelece-se uma estrutura dialógica em que a verdade não é apenas ensinada, mas experimentada e compartilhada.

Foucault destaca que esse modelo de *parrhesía* epicurista antecipa um aspecto que será fundamental no cristianismo: a prática da confissão. Diferente dos ritos religiosos tradicionais, nos quais o reconhecimento de uma falta era marcado por oferendas, no epicurismo já se encontra a ideia de uma confissão verbal, regulada e comunitária:

"Trata-se agora de algo inteiramente diferente: uma prática verbal, explícita, desenvolvida e regada pela qual o discípulo deve responder a essa *parrésia* da verdade do mestre com uma certa *parrésia*, uma certa abertura de coração que é a abertura de sua própria alma colocada em comunicação com a dos outros" (FOUCAULT, 2006, p. 350).

Esse deslocamento do discurso de verdade para um espaço intersubjetivo caracteriza uma mudança fundamental na relação entre mestre e discípulo. A verdade não é apenas ensinada, mas confessada e compartilhada como parte do processo de autotransformação e cuidado de si.

Dessa maneira, Foucault evidencia como a *parrhesía* epicurista estabelece um modelo de ensino filosófico que articula autoridade, amizade e confissão, constituindo uma prática ética e política que transcende a simples transmissão do conhecimento e se configura como um modo de existência.

Foucault analisa a obra de Galeno, especificamente o "Tratado da cura das paixões", para discutir a necessidade da direção da alma e a relação com a prática da *parrhesía*. Essa abordagem difere significativamente da tradição platônica e estoica, enfatizando a busca por um diretor que não seja nem indulgente nem hostil, mas neutro e dotado de franqueza.

Galeno parte do princípio de que a cura das paixões exige um diagnóstico preciso, assim como na medicina. Entretanto, ao contrário das doenças físicas, as paixões são mais difíceis de reconhecer, pois o sujeito tende a criar ilusões sobre si mesmo. Como aponta Foucault:

"Pois, afirma ele, sempre se ama tanto a si mesmo (é o amor sui de que falávamos há pouco acerca do texto de Sêneca nas Questões naturais) que não se pode deixar de criar ilusões. O fato de criar ilusões, por conseguinte, desqualifica o sujeito no papel de médico de si mesmo que ele poderia ter ou poderia pretender exercer. Essa tese não nos autoriza a nos julgarmos a nós mesmos, mas a que os outros o façam" (FOUCAULT, 2006, p. 356).

Dessa forma, a necessidade de um diretor se impõe como condição essencial para a cura das paixões. Esse diretor, segundo Galeno, deve ser escolhido com cuidado, evitando aqueles que demonstram lisonja ou interesse pessoal. O candidato deve ser testado previamente para verificar se de fato pratica a *parrhesía*, ou seja, se fala com franqueza e sem subserviência. Foucault observa esse aspecto como uma característica única no pensamento de Galeno, distinta de outras tradições filosóficas:

"Enquanto a direção da alma em Platão assentava-se por certo na relação amorosa, enquanto na maior parte dos autores da época imperial, particularmente em Sêneca, a relação de direção inscreve-se no interior da amizade, da estima, de relações sociais já bem estabelecidas [...] vê-se muito bem que quem vai dirigir deve ser desconhecido. Com ele não se deve ter nenhuma relação prévia, ou pelo menos nenhuma relação prévia possível, para não dar lugar a indulgência nem severidade" (FOUCAULT, 2006, p. 359).

Esse ponto é relevante, pois indica uma abordagem diferente da filosofia estoica e epicurista, nas quais a amizade desempenha um papel central no processo de direção da alma. Em Galeno, ao contrário, a neutralidade do diretor garante que ele possa exercer sua função sem distorções emocionais. Essa ideia antecipa elementos da espiritualidade cristã, onde a submissão ao olhar do outro assume um papel fundamental na construção ética do sujeito.

Foucault ressalta que a relação entre dirigido e diretor não é meramente técnica, mas moral. O diretor não é um "técnico da alma", mas alguém cuja franqueza e experiência de vida são critérios essenciais para sua escolha. Nesse sentido, a direção de consciência não é apenas um processo de autoconhecimento, mas um exercício de disciplina e resistência às ilusões do ego. Como conclui Foucault:

"Nada se pode fazer sem o outro. E Galeno o diz de uma maneira muito explícita: 'Todos os homens que se reportaram a outros para a declaração de seu próprio valor, vi-os raramente se enganar, e todos aqueles que se estimaram excelentes, sem terem confiado esse julgamento a outros, vi-os tropeçar muito e frequentemente'" (FOUCAULT, 2006, p. 359).

Dessa forma, a análise foucaultiana do texto de Galeno evidencia a importância do olhar do outro como um meio de condução ética do sujeito, um tema que ressoa tanto na tradição filosófica antiga quanto na espiritualidade cristã posterior.

Foucault, destaca a oposição entre a eloquência popular e a verdadeira relação discursiva entre mestre e discípulo, defendendo uma comunicação baseada na transparência e na verdade. Para Sêneca, a eloquência popular busca persuadir as massas por meio de emoções fortes, sem recorrer a um exame racional da verdade. Como afirma Foucault:

"É absolutamente evidente, claro, nem seria preciso dizer, que Sêneca pensa aqui naqueles oradores populares, na maioria cínicos, ou cínico-estoicos, que tinham um papel tão importante nas formas de pregação, de direção coletiva, etc., frequentes na Antiguidade durante a mesma época. Contra essa direção coletiva, contra essa moralização popular, Sêneca faz valer os direitos e a riqueza específicos do que pode e deve ser uma relação individual de homem a homem, e de homem cultivado a homem cultivado" (FOUCAULT, 2006, p. 360).

Foucault evidencia que, para Sêneca, o verdadeiro ensino filosófico não deveria ser direcionado a uma multidão, mas sim a uma relação íntima entre mestre e discípulo. A eficácia do discurso não está na persuasão retórica, mas na capacidade de transmitir a verdade de maneira simples e direta.

Além disso, Sêneca privilegia a comunicação epistolar, considerando-a um meio mais adequado para o exercício da libertas. Conforme explica Foucault:

"Primeiro, ao lado do que foi dito contra a eloquência popular, notamos o privilégio do envio de cartas, cartas enviadas por um indivíduo a outro e que, por isso mesmo, enquanto relação individual, devem ter uma liberdade de feitio, uma flexibilidade que leva em conta cada parceiro" (FOUCAULT, 2006, p. 362).

A correspondência permite um diálogo mais próximo e autêntico, no qual o filósofo pode adaptar seu discurso ao interlocutor, respeitando sua individualidade e momento de aprendizado. Dessa forma, a filosofia se torna um exercício de cuidado de si, promovendo uma transformação efetiva na vida daquele que recebe o ensinamento.

Outro ponto crucial abordado por Foucault é a relação entre discurso e prática. Sêneca defende que a verdadeira libertas não reside apenas na expressão da verdade, mas na coerência entre discurso e conduta. Ele afirma:

"Eis o ponto essencial do que afirmo, do que anuncio, do que quero dizer; dizer o que se pensa, pensar o que se diz; fazer com que a linguagem esteja de acordo com a conduta. Cumpriu com seus comprometerimentos aquele que, quer o vejamos, quer o escutemos, permanece o mesmo" (FOUCAULT, 2006, p. 364).

Aqui, Sêneca sugere que a autenticidade do discurso filosófico só pode ser validada pela maneira como o sujeito vive sua própria verdade. A *parrhesía* exige, portanto, não apenas a coragem de dizer a verdade, mas também o compromisso ético de agir em conformidade com ela.

Foucault ressalta a analogia entre a filosofia, a medicina e a pilotagem, comuns na tradição helenística e greco-romana. Assim como um médico deve tratar um paciente com precisão e um piloto deve guiar um navio com destreza, o filósofo deve conduzir a alma de seu discípulo com prudência e discernimento. A prática filosófica, desse modo, se configura como uma arte do cuidado de si e do outro, fundamentada na busca da verdade e na transformação do sujeito.

Para Foucault, a *parrhesía*, ou o "franco-falar", caracteriza-se pela sinceridade absoluta daquele que enuncia a verdade, estabelecendo um vínculo indissociável entre a palavra e a conduta do sujeito. Ele afirma:

"Portanto, a *parrhesía* (a libertas, o franco-falar) é essa forma essencial [...] à palavra do diretor: palavra livre, desvencilhada de regras, liberada de procedimentos retóricos na medida em que, de um lado, deve certamente adaptar-se à situação, à ocasião, às particularidades do ouvinte; mas, sobretudo e fundamentalmente, é uma palavra que, do lado de quem a pronuncia, vale como comprometimento, vale como elo, constitui um certo pacto entre o sujeito da enunciação e o sujeito da conduta. O sujeito que fala se compromete" (FOUCAULT, 2006, p. 366).

Nesse sentido, a prática da *parrhesía* envolve mais do que a simples transmissão de conhecimento; trata-se de um compromisso ético, em que aquele que profere a verdade deve ser o primeiro a vivê-la. A verdade ensinada não pode ser meramente discursiva, mas exige um exemplum, ou seja, a exemplificação concreta dessa verdade na vida do mestre. Assim, Foucault sublinha a importância da relação individual na transmissão da verdade:

"Não pode haver ensinamento da verdade sem um exemplum. Não pode haver ensinamento da verdade sem que aquele que diz a verdade dê o exemplo dessa verdade [...] Melhor ainda: relações individuais nas conversações. Ainda melhor que na conversação: relações de vidas partilhadas, longa cadeia de exemplos vivos, transmitidos como que de mão em mão" (FOUCAULT, 2006, p. 366).

Foucault distingue duas formas de transmissão da verdade: a pedagógica e a psicológica. A primeira diz respeito à aquisição de conhecimentos e habilidades, enquanto a segunda visa uma transformação do modo de ser do sujeito. Ele argumenta que na filosofia greco-romana a *psicagogia* estava intrinsecamente ligada à pedagogia, pois o mestre, ao transmitir a verdade, carregava a responsabilidade fundamental sobre sua validade e eficácia. A relação entre mestre e discípulo era, assim, orientada pelo compromisso ético daquele que enuncia a verdade:

"Na Antiguidade greco-romana, na relação *psicagógica*, o peso essencial da verdade, a necessidade do dizer-verdadeiro, as regras às quais é preciso submeter-se ao dizer a verdade, para dizer a verdade e para que a verdade possa produzir seu efeito - a saber, o de mutação do modo de ser do sujeito -, tudo isso incide essencialmente sobre o lado do mestre, do diretor, ou ainda do amigo, de todo modo, o lado de quem aconselha" (FOUCAULT, 2006, p. 367).

Entretanto, Foucault observa que, com o advento do cristianismo, ocorre uma transformação significativa na prática da *psicagogia*. Diferentemente da tradição filosófica greco-romana, em que a responsabilidade pela verdade recaía sobre o mestre, no cristianismo essa responsabilidade é transferida para o discípulo, aquele que deve ser guiado. A verdade já não vem do mestre, mas de uma instância transcendente (Revelação, Escritura, etc.), e o sujeito deve confessar sua própria verdade para alcançar a transformação espiritual:

"O cristianismo, por sua vez, irá desvincular a *psicagogia* da pedagogia, solicitando à alma - à alma que é *psicagogizada*, que é conduzida - que diga uma verdade; verdade que somente ela pode dizer, que somente ela detém e que não constitui o único, mas é um dos elementos fundamentais da operação pela qual seu modo de ser será modificado. É nisso que consistirá a confissão cristã" (FOUCAULT, 2006, p. 367).

Portanto, a passagem da tradição filosófica greco-romana para a cristã marca uma mudança na forma como a verdade é concebida e praticada. Na tradição antiga, a verdade era incorporada na conduta do mestre, que servia como modelo para seus discípulos. No cristianismo, por outro lado, a verdade torna-se um elemento interno ao sujeito guiado, exigindo dele uma confissão para que sua alma possa ser transformada. Essa distinção entre os dois regimes de verdade é fundamental para compreender as diferentes formas de constituição do sujeito ao longo da história do pensamento ocidental.

Foucault, aborda a relação entre silêncio, escuta e aprendizagem nas escolas pitagóricas, destacando a importância desse processo na formação dos discípulos. O silêncio, conforme descrito por Aulo Gélíio e interpretado por Foucault, não é apenas uma ausência de fala, mas

um exercício pedagógico e espiritual que possibilita a assimilação do discurso verdadeiro e o desenvolvimento da memória.

A prática pitagórica do silêncio impunha aos discípulos um período de escuta passiva, no qual eles não podiam falar, fazer perguntas ou sequer tomar notas. Essa experiência servia como fundamento para a formação filosófica, garantindo que os ensinamentos fossem inteiramente absorvidos pela memória antes de se tornarem objeto de discurso e questionamento. Como destaca Foucault:

"Ninguém [portanto, nem mesmo aqueles que tivessem os melhores traços *fisiognomônicos*; M.F.] guardou o silêncio por menos de dois anos. Durante o período em que se calavam e escutavam eram chamados *akoustikoí*, ouvintes. Uma vez, porém, que tivessem aprendido as duas coisas mais difíceis dentre todas, calar-se e escutar [...], e tivessem iniciado sua instrução pelo silêncio, chamada *ekhemythía* [...], tinham então o direito de falar e de interrogar, o direito de escrever o que tivessem ouvido e de expor o que eles próprios pensavam [...]" (FOUCAULT, 2006, p. 372-373).

Dessa forma, Foucault sublinha a função do silêncio como um dispositivo formativo essencial para a construção do sujeito filosófico. Esse silêncio não se configura como uma mera interdição, mas como uma etapa necessária no processo de constituição de um discurso verdadeiro. É somente após esse período de escuta rigorosa que o discípulo pode se tornar um *mathematikós*, ou seja, alguém autorizado a falar, escrever e ensinar.

Além disso, Foucault contrasta essa disciplina pitagórica com a desordem que, segundo Aulo Gélcio e Tauro, caracterizava as escolas filosóficas posteriores. No relato de Tauro, os estudantes modernos já não seguiam a hierarquia da escuta e do silêncio, mas escolhiam arbitrariamente os textos e temas que desejavam estudar, desrespeitando a tradição pedagógica. Como afirma Foucault:

"Agora as pessoas se instalam de imediato junto ao filósofo, os pés mal lavados, e além de serem ignorantes, refratárias às artes e à geometria, elas próprias ditam a ordem segundo a qual aprenderão a filosofia. Um diz: ensina-me primeiro isto. O outro: quero aprender isto, mas não aquilo" (FOUCAULT, 2006, p. 373).

Esse contraste evidencia uma transformação na relação com o saber: enquanto na tradição pitagórica o conhecimento era algo a ser conquistado por meio da disciplina e da escuta, na modernidade descrita por Tauro, os alunos se comportam como consumidores que escolhem livremente o que aprender, sem se submeter a um percurso formativo estruturado.

12 A Ascética Foucaultiana: A Formação do Sujeito e a Prática Filosófica como Transformação Espiritual

A análise foucaultiana insere essa discussão no contexto mais amplo da ascese filosófica, conceito que ele distingue de ascetismo e ascese religiosa. Para Foucault, a "ascética" refere-se ao conjunto de exercícios que visam à transformação espiritual do sujeito, tornando-o capaz de praticar e incorporar o discurso verdadeiro. Esse processo não se limita à escuta e à memorização, mas inclui práticas que permitem ao indivíduo se transformar enquanto sujeito de conhecimento e de ação:

"Gostaria de evitar, por um lado, empregar a palavra 'ascetismo' que, como sabemos, tem conotações muito particulares e se refere a uma atitude de renúncia, de mortificação, etc.; e não é disso que se trata, não de um ascetismo. Gostaria também de evitar um pouco a palavra 'ascese', que se reporta quer a um exercício particular, quer ao comprometimento do indivíduo com uma série de exercícios dos quais ele poderá esperar ou seu perdão, ou sua purificação, ou sua salvação, ou uma experiência espiritual qualquer, etc. Então, uma vez que para designar esse conjunto de exercícios não se pode empregar nem o termo 'ascetismo' nem o termo 'ascese', eu o chamarei, se quisermos, de 'ascética'" (FOUCAULT, 2006, p. 374).

Assim, a ascética envolve práticas específicas, como a abstinência, a meditação e o exame de consciência, que possibilitam uma verdadeira mutação do sujeito. Foucault também aponta para a possível origem dessas práticas em tradições xamânicas e sua posterior incorporação na filosofia grega. Esse aspecto técnico da ascética permite compreender como os exercícios espirituais foram historicamente desenvolvidos e sistematizados.

Foucault demonstra como o silêncio e a escuta desempenham um papel fundamental na formação do sujeito filosófico. Longe de ser uma simples restrição, o silêncio pitagórico se configura como uma técnica essencial para a aquisição do discurso verdadeiro. A transição da escuta para a fala e a escrita reflete um processo de transformação interior que culmina na prática ativa do saber. Essa abordagem oferece uma chave de leitura para compreender não apenas a pedagogia antiga, mas também os desafios contemporâneos na transmissão do conhecimento e na formação do sujeito.

Foucault, apresenta uma análise detalhada da relação entre o cuidado de si (*epiméleia heautoü*) e o conhecimento de si (*gnôthi seautón*) no pensamento filosófico antigo, com ênfase na diferença entre as abordagens platônica e estoico-cínica.

No diálogo "Alcibíades", de Platão, Foucault destaca que Sócrates orienta Alcibíades a se preocupar primeiro consigo mesmo antes de buscar governar os outros. Assim, a *epiméleia heautoü* é central, mas, no desenvolvimento do diálogo, ela acaba sendo recoberta pelo *gnôthi seautón*. Como Foucault explica:

"É o conhecimento de si, é o imperativo 'conhece-te a ti mesmo' que recobre inteiramente e ocupa todo o lugar liberado pelo imperativo 'cuida de ti mesmo'. 'Cuida de ti mesmo' quererá finalmente dizer: 'conhece-te a ti mesmo'. Conhece-te, conhece a natureza de tua alma, faz com que tua alma contemple a si mesma nesse *noüs* e se reconheça em sua divindade essencial." (FOUCAULT, 2006, p. 376).

Essa identificação entre o cuidado de si e o conhecimento de si foi fundamental para a tradição platônica e neoplatônica. No entanto, como Foucault argumenta, a tradição estoico-cínica rompe com essa fusão. Nos estoicos, a prática da ascese não se organiza centralmente em torno do conhecimento de si, nem tampouco se fundamenta no reconhecimento da alma como elemento divino:

"A ascética estoico-cínica, diferentemente do que se encontrava no Alcibíades, do que se pode encontrar no platonismo clássico e, sobretudo, diferentemente de tudo o que se pode encontrar na longa continuidade do neoplatonismo, não está organizada em torno do princípio do conhecimento de si. Não está organizada em torno do princípio do reconhecimento de si como elemento divino." (FOUCAULT, 2006, p. 377).

Foucault enfatiza que essa diferenciação foi essencial para a apropriação dos exercícios estoico-cínicos pela espiritualidade cristã, especialmente no contexto monástico dos séculos IV e V. A tradição cristã, ao se opor à gnose neoplatônica, incorporou práticas ascéticas que não estavam centradas no conhecimento de si enquanto reconhecimento da alma como elemento divino. Em vez disso, esses exercícios foram moldados por uma suspeita constante sobre si mesmo:

"São exercícios, pois, que estão longe de ser inteiramente centrados no conhecimento e que, quando centrados no conhecimento, centram-se na suspeita de si mais do que no reconhecimento do divino." (FOUCAULT, 2006, p. 379).

Essa suspeita de si se manifesta de diferentes formas: nos estoicos, como um exame das próprias fraquezas e faltas; no cristianismo, como uma busca por identificar a presença do mal dentro de si, muitas vezes associada ao Diabo. Assim, o trânsito dos exercícios estoico-cínicos para o cristianismo se deu precisamente porque eles não estavam ligados ao princípio do conhecimento de si como autoconhecimento divino, mas sim como uma forma de vigilância e disciplina do eu.

Além disso, Foucault distingue a ascese filosófica da espiritualidade cristã por meio do conceito de *tékhnē toû bíou* (arte de viver). Enquanto no cristianismo a vida espiritual é rigidamente regulada por regras diárias e prescrições detalhadas, a filosofia antiga via a ascese como uma prática de liberdade e formação estilística da vida:

"A vida filosófica, ou a vida tal como é definida, prescrita pelos filósofos como sendo aquela que se obtém graças à *tékhnē*, não obedece a uma regra (uma regra): ela obedece a uma forma (uma forma)." (FOUCAULT, 2006, p. 381).

Essa análise foucaultiana evidencia como as práticas do cuidado de si foram transformadas historicamente e como diferentes tradições filosóficas e espirituais deram ênfase a distintos aspectos da relação entre sujeito, conhecimento e ética. Enquanto Platão fundiu o cuidado de si ao conhecimento de si, os estoicos enfatizaram a disciplina e a vigilância, e o cristianismo incorporou essas práticas sob a ótica da suspeita e do pecado, moldando assim a espiritualidade ocidental.

Foucault, examina a tradição filosófica antiga e a prática dos exercícios espirituais como um trabalho sobre si mesmo, estabelecendo distinções fundamentais entre os conceitos gregos de *meletân* e *gymnázēin*. Ao traduzirem *meletân* por *meditari* e *meléte* por *meditatio*, os latinos preservaram o sentido original de uma atividade real e concreta, diferindo da simples introspecção abstrata. Como Foucault explica:

"Os latinos traduzem *meletân* por *meditari*, *meléte* por *meditatio*. [...] tanto *meletân-meléte* (em grego) quanto *meditari-meditatio* (em latim) designam uma atividade, uma atividade real. Não se trata simplesmente de uma espécie de enclausuramento do pensamento lidando livremente consigo mesmo. Trata-se de um exercício real" (FOUCAULT, 2006, p. 382).

Essa perspectiva remete à tradição filosófica antiga, onde a meditação era concebida como um exercício de preparação para a ação. Foucault destaca que *meletân* poderia referir-se ao trabalho agrícola ou ao treinamento retórico, demonstrando que a filosofia antiga via a formação do sujeito como um processo ativo e engajado na realidade concreta.

A distinção entre *meletân* e *gymnázēin* é central para compreender a prática filosófica na Antiguidade. Enquanto *meletân* refere-se à reflexão e à preparação mental, *gymnázēin* implica um treinamento em situação real, uma prática que coloca à prova os princípios assimilados pelo pensamento. Conforme Foucault observa:

"Temos depois o *gymnázēin* (ou *gymnázēsthai*: forma média), que indica o fato de fazer ginástica para si mesmo, significando propriamente 'exercitar-se', 'treinar-se' e que, parece-me, reporta-se mais a uma prática em situação real. *Gymnázēin* é estar efetivamente em presença de uma situação, situação que é real, quer se a tenha artificialmente provocado e organizado, quer se a depare na vida, e na qual se põe à prova aquilo que se faz" (FOUCAULT, 2006, p. 382-383).

Essa diferenciação ajuda a compreender a abordagem estoica e cínica dos exercícios espirituais. Musonius Rufus, por exemplo, enfatizava que o cuidado de si incluía tanto exercícios da alma quanto do corpo, com o objetivo de desenvolver a coragem (*andreía*) e a moderação (*sophrosýne*). Diferentemente de Platão, que defendia a ginástica atlética como meio de fortalecimento moral, Foucault valorizava as abstinências como forma de resistência e autodisciplina:

"Ora, o interessante em Musonius é que justamente toda a ginástica desaparece por completo. E aquele mesmo objetivo (formar, pelos exercícios da alma e do corpo, a *andreía* e a *sophrosyne*), como será alcançado? Não pela ginástica, mas por abstinências; ou, se quisermos, por um regime de resistência em relação à fome, ao frio, ao calor, ao sono. Há que habituar-se a suportar a fome, a suportar a sede, a suportar o excesso de frio e o excesso de calor" (FOUCAULT, 2006, p. 384).

O modelo estoico de ascese enfatizava a necessidade de enfrentar dificuldades para fortalecer o caráter, diferenciando-se da tradição platônica, que via o treinamento físico como instrumento de preparação moral. Essa concepção é particularmente evidente em Sêneca, que critica a ginástica excessiva e defende um regime de moderação corporal que não sobrecarregue a alma. Em sua carta a Lucílio, ele propõe exercícios de abstinência como forma de aprendizado da autossuficiência:

"Mantém essa regra de existência [...] de não conceder ao próprio corpo senão aquilo que é necessário para bem se portar. Aplica-lhe de tempos em tempos um tratamento um pouco rude para que ele obedeça bem à alma, para que o alimento mitigue a fome, a bebida aplaque a sede, a roupa afaste o frio, a casa seja um abrigo contra as intempéries" (FOUCAULT, 2006, p. 386).

Esses exercícios de abstinência, como jejum ou restrição de conforto, não visavam a uma rejeição definitiva dos prazeres, mas sim ao desenvolvimento de uma relação moderada e consciente com o corpo e o mundo material. Para os estoicos, essa prática possibilitava uma vida equilibrada, onde o sujeito mantinha a liberdade interior diante das adversidades externas.

A análise foucaultiana da ascese filosófica antiga ilumina como essas práticas não eram meros rituais, mas técnicas elaboradas de formação do sujeito. O exercício sobre si mesmo, seja por meio da meditação reflexiva (*meletân*) ou do treinamento prático (*gymnázēin*), era

fundamental para a construção de um modo de vida ético e autônomo. Dessa forma, Foucault reconstrói a genealogia do cuidado de si, demonstrando sua relevância para a compreensão contemporânea da subjetividade e da ética.

Foucault, analisa a distinção entre prova e abstinência no contexto das práticas filosóficas estoicas. A prova, segundo ele, possui características específicas que a diferenciam da simples abstinência. Trata-se de um exercício que envolve interrogação sobre si, um trabalho do pensamento sobre si mesmo e, finalmente, a transformação da vida em uma prova constante.

A primeira distinção entre prova e abstinência diz respeito à interrogação sobre si. Na prova, há um esforço de medição do progresso pessoal, uma forma de avaliar as próprias capacidades e limites. Foucault explica:

"Em uma prova, diferentemente de uma abstinência, trata-se essencialmente de saber do que se é capaz, se se é capaz de fazer determinada coisa e de fazê-la até o fim. Em uma prova pode-se vencer ou fracassar, pode-se ganhar ou perder, e trata-se, através dessa espécie de jogo aberto da prova, de demarcar a si mesmo, de medir o ponto de progresso em que se está, e de saber no fundo o que se é. Há um aspecto de conhecimento de si na prova que não é encontrado na simples aplicação de uma abstinência" (FOUCAULT, 2006, p. 387).

Esse aspecto de autoconhecimento na prova pode ser ilustrado pelos exercícios descritos por Epicteto. O filósofo estoico sugere que, para controlar a cólera, o indivíduo deve inicialmente comprometer-se a não se encolerizar por um dia, depois por dois dias, depois por um mês, até conseguir manter esse estado por um período significativo. Esse método progressivo demonstra a natureza da prova como um processo de autoconstrução e transformação contínua do sujeito.

A segunda distinção relevante é o trabalho do pensamento sobre si mesmo. Diferente da abstinência, que é apenas uma privação voluntária, a prova exige que o sujeito adote uma atitude consciente e reflexiva sobre suas ações e pensamentos. Segundo Foucault:

"Diferentemente da abstinência, que é apenas uma privação voluntária, a prova só é realmente uma prova sob a condição de que o sujeito assuma, relativamente àquilo que faz e a ele mesmo enquanto o faz, uma certa atitude esclarecida e consciente" (FOUCAULT, 2006, p. 387).

Esse trabalho do pensamento sobre si ocorre, por exemplo, na maneira como os estoicos lidam com o desejo e a tentação. Epicteto menciona que, ao encontrar uma bela jovem na rua, não basta simplesmente se abster de segui-la ou de tentar seduzi-la. É necessário que o pensamento também seja controlado para que o desejo não se instale e não contamine a alma.

O estoico deve, portanto, não apenas evitar a ação, mas também neutralizar as imagens e os pensamentos que poderiam levá-lo ao desejo. Esse exercício de neutralização do pensamento é um ponto central na prática estoica, e é justamente nele que se diferencia a abstinência da prova.

Foucault apresenta a terceira e mais significativa distinção entre prova e abstinência: a prova deve se tornar uma atitude geral diante do real. Diferente da abstinência, que pode ser um exercício pontual e localizado, a prova deve ser internalizada de tal modo que a vida inteira se torne uma prova. Esse é um ponto de virada crucial na história das técnicas do eu:

"Já a prova - e isso, repito, é importante - deve tornar-se uma atitude geral em face do real. É preciso afinal, e é esse o sentido da prova para os estoicos, que a vida por inteiro venha a ser uma prova" (FOUCAULT, 2006, p. 387).

A ideia de transformar a vida em uma prova constante implica uma relação contínua de vigilância e autoavaliação, na qual o sujeito está sempre se colocando à prova, medindo seu progresso e se transformando ativamente. Esse princípio se reflete em exercícios como os descritos por Plutarco, nos quais o indivíduo se compromete não apenas a evitar cometer injustiças, mas até mesmo a renunciar a ganhos legítimos, como forma de fortalecer seu domínio sobre si mesmo e evitar qualquer possibilidade de injustiça futura.

A análise foucaultiana da prova revela uma técnica de subjetivação fundamental na ética estoica. A prova não é meramente um exercício de resistência, mas um processo ativo de construção do sujeito, no qual a interrogação sobre si, o trabalho do pensamento e a generalização da prova como princípio de vida desempenham um papel central. Essa abordagem não apenas resgata a importância da filosofia antiga no desenvolvimento das técnicas do eu, mas também ilumina a forma como essas práticas podem ser reinterpretadas no contexto contemporâneo.

Foucault, discorre sobre a transformação da prova (*probatio*) como elemento central da vida filosófica na Antiguidade tardia, especialmente no estoicismo romano. Ele destaca que a prova não é meramente um exercício temporário, mas deve ser entendida como uma atitude permanente, estruturante da existência. Essa perspectiva, embora não sistematicamente teorizada como no cristianismo, encontra expressão clara nos escritos de Sêneca e Epicteto.

No "*De Providentia*", Sêneca ilustra essa concepção ao definir a relação entre Deus e os homens segundo um modelo paterno. Diferente de uma mãe indulgente, o pai - e por analogia, Deus - exerce um amor rigoroso e disciplinador, visando a formação moral do indivíduo. Como Foucault expõe:

"O pai, por sua vez, é o encarregado da educação. E Sêneca usa uma expressão interessante quando afirma: O pai, e, portanto, Deus enquanto pai, *amat fortiter* [...] *Amat fortiter*: ama com coragem, com energia sem fraqueza, com um rigor sem reservas e até mesmo rude. Ama seus filhos com coragem e energia sem fraqueza. O que quer dizer amá-los com energia sem fraqueza? Essencialmente velar para que sejam formados, formados como convém, isto é, impondo-lhes fardos, dificuldades, até mesmo sofrimentos que poderão preparar as crianças para os fardos reais, para as dores efetivas, para os infortúnios e as tristezas que lhes possam advir" (FOUCAULT, 2006, p. 394).

A lógica da providência divina se articula, portanto, na diferenciação entre os bons e os maus: os primeiros são submetidos a dificuldades, pois Deus os educa para a virtude; os segundos são abandonados ao prazer, pois não são dignos da formação. Essa visão, segundo Foucault, implica que a vida, em sua totalidade, deve ser concebida como um processo educativo contínuo:

"Primeiro, a ideia de que a vida, a vida com todo o seu sistema de provas e de infortúnios, a vida por inteiro, é uma educação [...] E eis que agora reencontramos a ideia de educação, mas educação, também ela, generalizada: é a vida inteira que deve ser educação do indivíduo" (FOUCAULT, 2006, p. 395).

Epicteto reforça essa concepção ao comparar Deus a um mestre de ginastas, que coloca seus discípulos diante de adversidades para fortalecê-los. O filósofo-explorador, submetido a provas extremas, retorna à comunidade como testemunha da superação possível dos desafios da existência. Essa perspectiva estoica reformula a noção de sofrimento: ele não apenas deve ser aceito, mas reconhecido como um bem, pois é o meio pelo qual se alcança a formação moral. Foucault sintetiza essa inversão conceitual ao analisar Epicteto:

"Ora, já não podemos considerar essas provas, esses infortúnios como males. Somos obrigados a considerar que são bens, bens dos quais devemos tirar proveito e utilidade para a formação do indivíduo. Não há uma única dentre as dificuldades que encontramos que, justamente enquanto dificuldade, enquanto sofrimento, enquanto infortúnio, não seja um bem" (FOUCAULT, 2006, p. 397).

Dessa forma, o pensamento estoico rompe com a noção convencional de sofrimento como mal. Diferentemente do estoicismo clássico, onde a aceitação das adversidades decorre da compreensão racional da ordem cósmica, Epicteto propõe uma transfiguração do sofrimento em bem. O mal não é negado abstratamente, mas ressignificado na experiência concreta da prova. Foucault observa essa diferença fundamental:

"No caso do estoicismo clássico pode-se dizer que é ao pensamento do todo que compete anular a experiência pessoal do sofrimento. No caso de Epicteto, e no interior desse mesmo postulado teórico por ele sustentado, há um outro tipo de mutação, proveniente da atitude de prova [...] É na medida em que algo nos faz mal que o mal não é um mal" (FOUCAULT, 2006, p. 399).

Essa abordagem confere ao cuidado de si (*epiméleia heautoû*) uma nova dimensão: não apenas uma prática de autodomínio e racionalidade, mas um engajamento ativo na formação moral ao longo de toda a existência. A vida, concebida como prova, adquire assim um duplo papel: meio de autoconstituição e critério de distinção entre os sujeitos. Essa perspectiva ressoa nas discussões contemporâneas sobre a ética do cuidado de si e a constituição da subjetividade.

Foucault, aborda a transformação da noção de prova e infortúnio na tradição filosófica e sua transição da cultura estoica para a espiritualidade cristã. Para tanto, Foucault traça um paralelo entre a tragédia grega e a filosofia estoica, destacando como a concepção de infortúnio assume diferentes significados.

Na tragédia grega, a prova se inscreve em um cenário de confronto entre homens e deuses, no qual o sofrimento é imposto como uma disputa agonística. O exemplo de Édipo é emblemático nesse sentido:

"A história de Prometeu é o exemplo mais claro disso. Há uma relação agonística entre os deuses e os homens, relação ao termo da qual o homem, embora fulminado pelo infortúnio, sai engrandecido, mas com a grandeza da reconciliação com os deuses, que é a grandeza da paz reencontrada. Quanto a isso, nada mais claro que Édipo em Colona, ou, se quisermos, a comparação entre Édipo-Rei e Édipo em Colona. Definitivamente fulminado pelo infortúnio, tendo efetivamente suportado todas as provas com que os deuses o perseguiram [...] Édipo em Colona chega enfim, extenuado pelas provas, ao lugar que será o de sua morte" (FOUCAULT, 2006, p. 400).

O que caracteriza a tragédia grega, portanto, é essa tensão entre o excesso humano e a inveja divina, na qual o sofrimento se apresenta como um mecanismo de julgamento e reafirmação da ordem cósmica. No entanto, a perspectiva estoica difere substancialmente desse modelo. Em vez de um embate entre forças superiores e a humanidade, os estoicos interpretam o infortúnio como um mecanismo pedagógico. Como aponta Foucault:

"Ao contrário, é por um uso paternal, e diria um tanto meticuloso do sofrimento, que os deuses efetivamente dispõem em torno dos homens de bem toda a série de provas, de infortúnios, etc., necessária para poder formá-los. Não é a disputa, é a benevolência protetora que faz a disposição dos infortúnios" (FOUCAULT, 2006, p. 329).

Aqui, a prova não é um confronto, mas um processo de formação do indivíduo. O sofrimento assume um valor positivo, pois é por meio dele que o sujeito se aprimora. No entanto, essa perspectiva gera problemas teóricos, especialmente no que tange ao propósito dessa formação: para que os homens são preparados? Essa questão, segundo Foucault, não é plenamente respondida pelos estoicos, mas assume um papel central na espiritualidade cristã:

"Trata-se, sem dúvida, do problema: para que prepara a preparação à vida? Trata-se certamente da questão da imortalidade, da salvação, etc. A questão da discriminação, por sua vez, é a questão fundamental em torno da qual por certo concentrou-se o essencial do pensamento cristão: o que é a predestinação? O que é a liberdade do homem diante da onipotência divina? O que é a graça?" (FOUCAULT, 2006, p. 402).

A transição do estoicismo para o cristianismo não apenas aprofunda a questão do propósito da prova, mas também universaliza sua exigência. Se antes a prova era um exercício filosófico voltado para um grupo seleto de sábios, no cristianismo ela se torna um princípio generalizado para todos os crentes. Assim, a vida não apenas contém momentos de provação, mas é, em sua totalidade, uma prova.

Além disso, Foucault aponta uma inversão fundamental no período helenístico e no Império Romano, na qual o cuidado de si, que antes era um meio para a técnica de vida, torna-se seu próprio fim:

"Parece-me que, com efeito, o cuidado de si não será doravante um elemento necessário e indispensável à *tékhne tou bíou* (à técnica de vida). Se quisermos efetivamente definir como convém uma boa técnica de vida, não é pelo cuidado de si que devemos começar. Doravante, parece-me que não somente o cuidado de si [...] sustenta de ponta a ponta toda a arte de viver - para saber existir não basta saber cuidar de si" (FOUCAULT, 2006, p. 403).

Essa inversão marca uma nova forma de subjetividade, na qual a relação do sujeito consigo mesmo se torna o centro da existência. A vida não é apenas um exercício de aperfeiçoamento para governar os outros ou viver racionalmente, mas sim um projeto fundamental de constituição do eu.

Dessa forma, Foucault demonstra como o conceito de prova, presente desde a tragédia grega, passa por transformações significativas na filosofia estoica e na espiritualidade cristã, resultando, por fim, em uma nova relação do sujeito consigo mesmo. Esse processo evidencia uma das principais mutações na história da subjetividade ocidental, deslocando o foco do enfrentamento com os deuses para a formação interior do indivíduo.

Foucault, apresenta uma análise detalhada sobre as práticas ascéticas na filosofia antiga, distinguindo dois grupos principais de exercícios: aqueles que se inscrevem no regime das provas e aqueles relacionados à meditação. Esses exercícios constituem um eixo fundamental para compreender a concepção do cuidado de si e sua relação com o conhecimento.

No primeiro grupo, Foucault enfatiza a importância do regime das provas, em que a vida deve ser exercida como uma constante experiência de superação. Ele afirma:

"Tentei mostrar-lhes como, a partir desse regime, a partir desta ideia, desse princípio do regime das provas, chegávamos a um tema, creio, bastante fundamental nessa forma de pensamento, a saber, que a vida por inteiro devia ser exercida, praticada como prova. Ou ainda, se quisermos, que a vida, que inicialmente e a partir do pensamento grego clássico, era o objeto de uma *tékhnē*, tomava-se agora uma espécie de grande ritual, de ocasião perpétua da prova. Creio que foi muito importante essa inserção ou, por assim dizer, essa reelaboração da *tékhnē* como prova, ou o fato de que a *tékhnē* devia ser agora uma espécie de preparação permanente para uma prova que dura tanto quanto a vida" (FOUCAULT, 2006, p. 408).

A ideia de que a vida deve ser constantemente testada insere-se na tradição estoica, que concebe a existência como um campo de treinamento para a virtude. A ascese, longe de ser meramente uma abstinência, configura-se como um exercício ativo que prepara o indivíduo para enfrentar desafios éticos e existenciais.

Já o segundo grupo, relacionado à meditação, diferencia-se da perspectiva platônica tradicional. Enquanto no pensamento socrático-platônico o autoconhecimento está vinculado à contemplação da essência imutável da alma, os estoicos propõem uma abordagem distinta, centrada no exame das representações e na racionalidade prática. Foucault ilustra essa diferença ao dizer:

"Com efeito, também aqui de maneira esquemática e por alto, como dizer o que se passa com a *meléte* (meditação que justamente não é uma memória)? [...] Primeiro, e certamente essa é a diferença fundamental em relação ao *gnôthi seautón* e *epiméleia heautoú* do Alcibíades, não é o elemento da identidade que se efetua o conhecimento de si. Não é o elemento de identidade que é pertinente nessa apreensão de si por si, mas uma espécie de duplicação interior que implica como que um desnível" (FOUCAULT, 2006, p. 410).

Dessa forma, enquanto Platão concebe o autoconhecimento como uma reminiscência da alma em relação às verdades eternas, os estoicos desenvolvem um método de vigilância contínua sobre os próprios pensamentos e julgamentos. O cuidado de si, nesse contexto, consiste em um exame incessante das próprias representações, permitindo uma correção constante das paixões e dos erros do pensamento.

Além disso, Foucault enfatiza a transformação da relação com o divino. Em Platão, a alma encontra sua identidade divina na contemplação de si mesma, enquanto na filosofia estoica essa relação é estabelecida por meio da analogia com Zeus, que vive para si próprio e governa a si mesmo. Nas palavras de Foucault:

"Zeus vive para si mesmo, repousa em si mesmo, reflete sobre a natureza de seu próprio governo, entretém-se com pensamentos dignos de si, da mesma maneira, também nós devemos poder conversar com nós mesmos, saber prescindir dos outros, não ficar enredados com a maneira de ocupar nossa vida, devemos refletir sobre o governo divino, sobre nossas relações com o restante do mundo, considerar qual foi até aqui nossa atitude em face dos acontecimentos, qual é ela agora, que coisas nos afligem, e também como poderíamos remediá-las, como as poderíamos extirpar" (FOUCAULT, 2006, p. 411).

Essa perspectiva conduz a uma noção de sabedoria como autonomia reflexiva, em que o sábio, ao modo de Zeus, deve ser capaz de viver consigo mesmo e cultivar uma relação de domínio sobre suas paixões e impulsos. A *epiméleia heautoú* assume, assim, um caráter prático e dinâmico, voltado para a regulação constante da vida interior.

Portanto, a análise de Foucault evidencia a complexidade das práticas filosóficas antigas, revelando como a meditação e o regime das provas se configuram como estratégias distintas, mas complementares, na constituição de uma ética do cuidado de si. Essas práticas, longe de serem meros exercícios intelectuais, visam à transformação concreta do sujeito, estruturando modos de vida que articulam o pensamento e a ação.

Foucault, propõe uma análise da relação entre o conhecimento de si e o cuidado de si ao longo da tradição filosófica ocidental. Nesse contexto, ele distingue três grandes formas de exercício do pensamento reflexivo: memória, meditação e método. Essa diferenciação é essencial para compreender a evolução das práticas filosóficas e éticas em diferentes períodos históricos, particularmente no platonismo e no estoicismo.

No platonismo, o conhecimento de si está ligado à reminiscência, ou seja, ao ato de recordar verdades eternas que a alma já conhecia antes de seu contato com o mundo sensível. Dessa forma, a verdade se dá como um reconhecimento mnemônico, que fundamenta a identidade do sujeito e sua capacidade de conduzir os outros. Foucault afirma:

"De maneira esquemática e abstrata, digamos que no platonismo o olhar sobre si mesmo permite um reconhecimento sob a forma da memória, reconhecimento mnemônico, se quisermos, que funda o acesso à verdade (a verdade essencial) na descoberta reflexiva do que a alma é em sua realidade. O que atua no estoicismo é um outro dispositivo. No estoicismo, o olhar sobre si deve ser a prova constitutiva de si como sujeito de verdade, e deve sê-lo pelo exercício reflexivo de meditação." (FOUCAULT, 2006, p. 413).

Ao contrário do platonismo, os estoicos deslocam o foco da verdade das essências para a experiência vivida, enfatizando o exercício da meditação como forma de experimentação da verdade. Para os estoicos, o sujeito não se define por um conhecimento essencial prévio, mas por sua capacidade de verificar a verdade das representações e agir em conformidade com elas. Assim, a verdade se torna um processo prático, no qual a ética desempenha um papel central. O sujeito estoico não apenas busca conhecer a verdade, mas também se tornar o sujeito ético dessa verdade. Nesse sentido, Foucault destaca que:

"O que se opera é a prova daquilo que se pensa, prova de si mesmo como sujeito que pensa efetivamente o que pensa e age como pensa, tendo, como objetivo, uma certa transformação do sujeito capaz de constituí-lo, digamos, como sujeito ético de verdade." (FOUCAULT, 2006, p. 413).

Outro ponto relevante na análise foucaultiana é a crítica à continuidade artificial da história do conhecimento de si, frequentemente apresentada como uma progressão linear de Platão a Freud ou de Platão a Husserl. Foucault sugere que essa narrativa oculta as variações nas práticas do cuidado de si e suas diferentes articulações com a verdade. Para ele, o conceito de *epiméleia heautoú* (cuidado de si) é inseparável do *gnôthi seautón* (conhece-te a ti mesmo) e deve ser analisado em sua historicidade. Ele argumenta:

"Se o cuidado de si - como hoje pretendo lhes mostrar -, inclusive em suas formas mais ascéticas, mais próximas do exercício, está sempre vinculado ao problema do conhecimento, todavia não constitui fundamentalmente, exclusiva e inteiramente, um movimento e uma prática de conhecimento." (FOUCAULT, 2006, p. 415).

A partir dessa perspectiva, Foucault insere a prática estoica da *praemeditatio malorum* - a premeditação dos males - como um exemplo de exercício de si que visa preparar o sujeito para enfrentar adversidades, sem ser tomado pela ansiedade do porvir. Para os estoicos, a relação com o tempo é fundamental: enquanto a memória é valorizada, a preocupação com o futuro é vista como uma dispersão improdutiva. Nesse sentido, a prática de si consiste em ancorar-se no presente, evitando o medo do futuro ou a nostalgia do passado. Como Foucault observa:

"Aquele que não se ocupa consigo mesmo é o *stultus*, o *anóetos*: não se ocupando consigo mesmo, ocupa-se com o porvir. [...] O homem do porvir é aquele que, não pensando no passado, não pode pensar no presente e encontre-se, assim, voltado para um porvir que só é nada e inexistência." (FOUCAULT, 2006, p. 418).

Dessa maneira, Foucault nos leva a refletir sobre a transformação histórica das práticas de subjetivação e seus efeitos na constituição do sujeito. Ao destacar a especificidade do cuidado de si e sua relação com a verdade, ele propõe uma leitura diferenciada da tradição filosófica, que não se reduz ao conhecimento de si, mas inclui um conjunto mais amplo de práticas éticas e existenciais. Essa abordagem nos permite compreender a importância dos exercícios espirituais estoicos e sua influência na filosofia ocidental.

Foucault, discute a oposição entre a atitude da memória e a atitude do porvir, analisando especialmente os estoicos e epicuristas. Segundo Foucault, os estoicos valorizavam a *praemeditatio malorum*, enquanto os epicuristas se opunham a esse exercício. Ele destaca uma passagem de Sêneca, na qual se afirma:

"Somos ingratos em relação aos ganhos já obtidos, porque contamos com o porvir, como se o porvir, supondo que [...] nos venha a acontecer, não devesse prontamente juntar-se ao passado. Limitar ao presente o objeto das alegrias é restringir singularmente o campo das satisfações." (FOUCAULT, 2006, p. 420).

Essa reflexão estoica sobre a memória mostra como o passado se mantém acessível por meio do exercício de lembrança, conferindo uma espécie de soberania sobre si mesmo. Esse domínio se manifesta, por exemplo, na maneira como Marco Aurélio inicia seus "*Pensamentos*", agradecendo aos deuses pelos benefícios recebidos ao longo da vida.

Entretanto, apesar desse privilégio concedido à memória, os estoicos desenvolveram a *praemeditatio malorum*, um exercício de antecipação dos males, considerado essencial para a preparação do sujeito. Sêneca justifica essa prática da seguinte forma: "O inesperado abate mais, e sua estranheza aumenta o peso dos infortúnios: não há mortal para quem a surpresa não aumente o sofrimento." (FOUCAULT, 2006, p. 422).

Esse treinamento mental se destinava a fortalecer o indivíduo contra os impactos dos acontecimentos futuros. A falta de preparação poderia tornar a pessoa vulnerável ao infortúnio, deixando-a à mercê das circunstâncias externas.

Foucault também discute a função da *praemeditatio malorum* na anulação do porvir. Para os estoicos, não se tratava de um pensamento especulativo sobre o futuro, mas sim de sua

supressão, trazendo todas as possibilidades para o presente. Assim, como Sêneca aconselha Lucílio:

"Se temes algum acontecimento, tem em mente que ele com certeza se produzirá. Qualquer que seja o mal, avalia-o em teu pensamento, faz o balanço de teus temores acerca dele: certamente compreenderás que o que te dá medo é sem importância e sem duração." (FOUCAULT, 2006, p. 424).

Dessa forma, a *praemeditatio malorum* não apenas prepara o indivíduo para lidar com adversidades, mas também reduz o impacto emocional das representações imaginárias do sofrimento. Esse exercício, segundo Foucault, funciona como uma *paraskeuê*, ou seja, uma preparação rigorosa do sujeito para enfrentar a vida com serenidade e domínio sobre suas emoções.

A *Hermenêutica do Sujeito* apresenta uma abordagem detalhada da meditação sobre a morte, ou "*meléte thanátou*", como um exercício fundamental dentro da prática de si nas tradições estoica e epicurista. Foucault resgata esse tema para evidenciar como a relação com a morte permite uma construção ética do sujeito, em que a reflexão sobre a finitude se torna uma ferramenta para o aperfeiçoamento moral e a tomada de consciência sobre a própria existência.

Para Foucault, a meditação sobre a morte já aparece na filosofia platônica e na tradição pitagórica, mas recebe uma inflexão específica no estoicismo e no epicurismo, tornando-se parte essencial do cuidado de si. Segundo ele:

"A meditação sobre a morte é, em sua forma geral, totalmente isomorfa à presunção, à premeditação dos males [...]: a morte não é apenas um acontecimento possível, é um acontecimento necessário. Não é apenas um acontecimento com alguma gravidade: tem para o homem a gravidade absoluta" (FOUCAULT, 2006, p. 430).

A citação acima evidencia que a morte, mais do que um evento eventual, é uma certeza absoluta da vida humana. A antecipação da morte como parte da reflexão filosófica permite ao sujeito uma preparação constante para esse momento inevitável, ajudando-o a desenvolver uma postura de aceitação e serenidade diante da existência. Essa perspectiva é particularmente presente na filosofia estoica, como se observa na prática de considerar cada dia como o último, conforme Sêneca sugere a Lucílio na carta 12.

A valorização do instante presente é um dos principais efeitos desse exercício filosófico. Marco Aurélio afirma que "a perfeição moral (*teleiôtes tou éthous*) requer que se passe cada dia como fosse o último" (FOUCAULT, 2006, p. 430). Esse pensamento conduz a um processo de autoavaliação contínuo, no qual cada ação deve ser julgada como se fosse a última a ser

realizada. Dessa forma, a meditação sobre a morte não se limita a um pensamento mórbido sobre a finitude, mas atua como uma técnica de aprimoramento ético.

Além da valorização do presente, Foucault destaca uma segunda função da "*meléte thanátou*": a retrospectiva da vida. O filósofo explica que:

"Quando nos experimentamos como se estivéssemos no momento de morrer, podemos então lançar um rápido olhar sobre o conjunto do que foi nossa própria vida. E a verdade, ou melhor, o valor dessa vida poderá aparecer" (FOUCAULT, 2006, p. 431).

Esse exercício permite ao indivíduo realizar uma análise sincera de sua trajetória, avaliando se suas escolhas e ações estiveram alinhadas com os princípios éticos que ele se propôs a seguir. Nesse sentido, a morte funciona como um espelho da existência, revelando o verdadeiro caráter e os valores que nortearam a vida de cada um.

No contexto do estoicismo, Epicteto reforça a ideia de que a morte deve ser considerada um evento que pode ocorrer a qualquer momento, e que, portanto, cada ação deve ser conduzida de maneira moralmente íntegra: "Não sabes que doença e morte devem nos alcançar em meio a alguma ocupação? [...] E tu, em que ocupação queres ser alcançado?" (FOUCAULT, 2006, p. 431). Essa reflexão conduz a um princípio fundamental da ética estoica: viver de maneira plena e correta em todos os momentos, pois a qualquer instante pode chegar o fim.

A relação entre a meditação sobre a morte e o cuidado de si é evidente quando se percebe que essa prática não tem a intenção de provocar medo ou angústia, mas de fortalecer a autonomia e a sabedoria do sujeito. Ao adotar essa postura, o indivíduo não apenas se prepara para a morte, mas aprende a viver melhor, valorizando cada instante e orientando sua vida por princípios racionais e virtuosos.

Assim, a "*meléte thanátou*" se insere como um dos exercícios fundamentais dentro da tradição filosófica antiga e na abordagem foucaultiana sobre o cuidado de si. Por meio dela, o sujeito é levado a uma introspecção profunda, onde o presente é imobilizado para uma análise detalhada de seu valor, e a totalidade da vida é revista sob a perspectiva da morte. Essa prática, longe de ser um simples pensamento sobre o porvir, constitui uma estratégia para a construção ética do sujeito, orientando-o para uma vida consciente e moralmente significativa.

Foucault, investiga a constituição do sujeito ético de verdade através do exame de consciência, destacando sua centralidade na filosofia antiga, especialmente no estoicismo. O exame de consciência, como prática cotidiana, é apresentado como um "perpétuo barômetro"

para a formação do sujeito, sendo retomado todas as noites. Foucault exemplifica essa prática por meio do pensamento de Epicteto, que recorre aos versos de Pitágoras para ilustrar a necessidade da prontidão ética:

"É preciso ter sempre à mão o julgamento que se fizer necessário: à mesa, é preciso ter à mão o julgamento concernente a todas as coisas da mesa; quando se está no banho, é preciso ter à mão (*prókheiron*) todos os julgamentos concernentes ao modo de se conduzir no banho. Quando se está no leito, é preciso ter sempre à mão (*prókheiron*) todos os julgamentos concernentes ao modo de se conduzir no leito" (FOUCAULT, 2006, p. 436).

A análise foucaultiana destaca que a *epiméleia heautoú*, ou cuidado de si, desloca-se para o centro da *tékhne tou biou*, ou arte de viver, tornando-se a principal técnica filosófica para a formação do sujeito. Essa prática consiste em equipar-se para os imprevistos da vida, reduzindo-os ao essencial por meio de exercícios espirituais. A filosofia antiga, segundo Foucault, adota um modelo de ascese que difere radicalmente da ascese cristã, pois não busca a renúncia absoluta de si, mas sim a constituição do sujeito de conhecimento e da ação reta:

"Creio que devemos compreender a ascese filosófica como uma certa maneira de constituir o sujeito de conhecimento verdadeiro como sujeito de ação reta. E, constituindo-nos ao mesmo tempo como sujeito de conhecimento verdadeiro e como sujeito da ação reta, situamo-nos em um mundo ou nos oferecemos como correlato de nós mesmos um mundo que é percebido, reconhecido e praticado como prova" (FOUCAULT, 2006, p. 437).

A ascese filosófica, assim, não se restringe ao domínio técnico do conhecimento, mas configura-se como um exercício contínuo de transformação do sujeito. Esse deslocamento implica uma mutação fundamental no pensamento ocidental, onde o *bíos*, antes objeto de uma *tékhne*, passa a ser concebido como uma experiência e prova de si. Nesse sentido, Foucault argumenta que a constituição do sujeito moderno ocorre em um duplo movimento: de um lado, o mundo é apropriado pelo conhecimento técnico; de outro, torna-se um campo de experimentação ética:

"Parece que aí se encontra o enraizamento da questão que no Ocidente foi posta à filosofia ou, se quisermos, o desafio do pensamento ocidental à filosofia como discurso e como tradição. É esse o desafio: De que modo aquilo que se oferece como objeto de saber articulado pelo domínio da *tékhne* pode ser ao mesmo tempo o lugar em que se manifesta, em que se experimenta e onde dificilmente se realiza a verdade do sujeito que somos?" (FOUCAULT, 2006, p. 438).

Essa problematização do sujeito na modernidade culmina, segundo Foucault, na fenomenologia do espírito, que sintetiza a tensão entre a objetividade do conhecimento e a subjetividade da experiência. Assim, a filosofia ocidental herda essa dupla exigência:

compreender o mundo por meio de uma *tékhnē* e, ao mesmo tempo, experimentá-lo como um campo de prova para a constituição ética do sujeito.

Dessa forma, Foucault nos convida a reconsiderar a tradição filosófica ocidental, questionando como o cuidado de si pode oferecer uma alternativa à visão moderna do sujeito, muitas vezes reduzida a uma mera função do conhecimento técnico. A retomada da *epiméleia heautoú*, nesse contexto, emerge como uma possibilidade de resistência e reapropriação da experiência de si em um mundo dominado pelo saber técnico e pela objetivação da existência.

13 O curso de 1982 na obra de Foucault por Frédéric Gros

Michel Foucault, ao longo de sua trajetória intelectual, passou por uma significativa mudança de abordagem em seus estudos sobre a sexualidade e o sujeito. Essa transformação se manifesta de maneira emblemática no curso "A Hermenêutica do Sujeito" (1982), ministrado no Collège de France, que marca uma inflexão teórica em relação aos cursos e escritos anteriores, especialmente "A Vontade de Saber" (1976). Nesse sentido, Frédéric Gros destaca que:

"o curso de 1982 toma como referência básica exatamente o mesmo período histórico que o curso do ano precedente, porém, com um novo quadro teórico, o das práticas de si. Apresenta-se quase como uma versão mais extensa e ampliada do breve capítulo de O cuidado de si intitulado 'A cultura de si'" (GROS, 2006, p. 458).

Essa mudança reflete a transição de uma análise centrada na genealogia dos dispositivos de poder e normalização para uma problematização do sujeito em termos de sua constituição ética. A ideia de "atos de verdade", introduzida no curso "O Governo dos Vivos" (1980), desempenha papel crucial nesse deslocamento conceitual. Como Foucault afirma:

"Mas o que é filosofar hoje em dia - quero dizer, a atividade filosófica - se não o trabalho crítico do pensamento sobre o próprio pensamento? Se não consistir em tentar saber de que maneira e até onde seria possível pensar diferentemente em vez de legitimar o que já se sabe?" (FOUCAULT, 2006, p. 543).

Esse questionamento conduz Foucault a um estudo mais aprofundado das práticas de si na Antiguidade greco-romana, distanciando-se da abordagem genealógica dos dispositivos de poder e se aproximando de uma análise das tecnologias do eu. Diferentemente das práticas cristãs de confissão, que vinculam o sujeito à verdade por meio de uma relação de submissão, as práticas filosóficas da Antiguidade enfatizam uma subjetivação baseada na autonomia e na autodisciplina. Como observa Gros, "o sujeito e a verdade não estão vinculados aqui, como no cristianismo, pelo exterior e como que por um poder que vem de cima, mas por uma escolha irreduzível de existência" (GROS, 2006, p. 461).

O estudo de Foucault sobre os filósofos estoicos e epicuristas revela uma concepção de verdade diferente da cristã, na qual a busca pela verdade não está subordinada a um regime de obediência, mas sim a um exercício ético de transformação do sujeito. Essa perspectiva inova sua abordagem da história da sexualidade, como expressa em sua declaração: "Não é o poder, mas o sujeito que constitui o tema de minhas pesquisas" (FOUCAULT, 2006, p. 668). Esse

deslocamento teórico sugere que a constituição do sujeito não se dá apenas como efeito do poder, mas também a partir de práticas éticas que permitem novas formas de subjetivação.

Dessa forma, o curso de 1982 desempenha um papel central na reorientação da obra de Foucault, consolidando seu interesse pela filosofia antiga e pelo cuidado de si como uma alternativa às formas tradicionais de sujeição à verdade. A partir desse momento, sua História da Sexualidade não mais se limita a descrever os mecanismos de normalização da sexualidade, mas investiga as formas pelas quais os sujeitos constroem suas próprias experiências éticas, explorando novas possibilidades de existência e de relação consigo mesmos.

O curso "*A Hermenêutica do Sujeito*" (1982) marca um momento crucial na trajetória filosófica de Michel Foucault, pois aprofunda sua investigação sobre a constituição do sujeito a partir das práticas de si na filosofia antiga. Como observa Frédéric Gros:

"A grande originalidade do curso de 1982, em relação às suas pesquisas anteriores, reside na reabilitação do 'cuidado de si' (*epimeleia heautou*) como categoria central da ética antiga. Mais do que uma técnica isolada, trata-se de um princípio organizador de toda uma forma de vida." (GROS, 2006, p. 462).

Essa ênfase no cuidado de si desloca a análise foucaultiana da genealogia do poder para uma arqueologia da subjetividade, mostrando que o sujeito não é apenas um efeito das relações de poder, mas também um campo de experiências transformadoras. Gros destaca que:

"Longe de ser uma mera preparação para o conhecimento de si, o cuidado de si aparece como uma prática espiritual essencial, um trabalho contínuo sobre si mesmo que estrutura a existência e dá sentido à vida." (GROS, 2004, p. 462).

Ao investigar os autores antigos, como Platão, Sêneca e Marco Aurélio, Foucault revela que a *epimeleia heautou* não era apenas uma recomendação moral, mas uma tecnologia do eu, fundamental para a constituição ética do sujeito. Como enfatiza Gros,

"Foucault demonstra que o cuidado de si não se limita a uma introspecção passiva, mas implica um conjunto de exercícios espirituais, leituras, diálogos e práticas ascéticas que visam uma transformação ética contínua." (GROS, 2004, p. 464).

Dessa maneira, "*A Hermenêutica do Sujeito*" amplia o campo das preocupações foucaultianas e abre caminho para suas últimas reflexões sobre a ética e a estética da existência. O curso de 1982, portanto, representa um ponto de inflexão fundamental, consolidando o cuidado de si como um eixo estruturante na análise foucaultiana da subjetividade.

a. SINGULARIDADE DO CURSO DE 1982

O curso de 1982 de Michel Foucault no Collège de France marca uma inflexão em seu estilo de ensino e metodologia de pesquisa. Como destaca Frédéric Gros, Foucault adota uma abordagem mais empírica, eliminando a separação entre aula magistral e seminário de pesquisa. Esse novo formato não apenas redefine o modo como o filósofo apresenta suas investigações, mas também enfatiza um engajamento mais direto com os textos antigos, permitindo-lhe construir sua genealogia do sujeito com base em uma leitura minuciosa e experimental. Como Gros afirma:

"Grande parte do curso consiste, a partir daí, em uma leitura paciente de textos escolhidos e em seu comentário literal. Vemos assim Foucault, por assim dizer, 'em obra', extraindo enunciados diretamente da simples leitura contínua, e tentando conferir-lhes de imediato uma sistematização provisória, por vezes rapidamente abandonada. De resto, logo compreendemos que para ele nunca se trata de explicar textos, mas de inscrevê-los no interior de uma visão de conjunto sempre em movimento. Assim, quadros gerais orientam a escolha e a leitura dos textos, sem contudo instrumentalizá-los, uma vez que sua leitura pode conduzir a uma reconfiguração da hipótese inicial" (GROS, 2006, p. 468).

Essa abordagem revela a concepção foucaultiana de história da filosofia não como um resgate sistemático das doutrinas antigas, mas como um campo de experimentação intelectual que permite iluminar problematizações contemporâneas. O curso de 1982, ao focar o "cuidado de si" nas escolas helenísticas e romanas, desloca-se da tradição historiográfica e assume um caráter genealógico. Como Foucault enfatiza: "genealogia quer dizer que conduz a análise a partir de uma questão presente" (FOUCAULT, 2006, p. 471).

Outro aspecto relevante é a maneira como Foucault, ao longo do curso, evita a redução das filosofias antigas a sistemas fechados. Em vez de apresentar uma visão estruturada da filosofia estoica, epicurista ou cética, ele realiza cortes transversais que identificam práticas específicas de subjetivação. Como ressalta Gros:

"Detalhando estruturas de subjetivação (o teor médico dos cuidados para consigo, o exame de consciência, a apropriação dos discursos, a palavra do diretor, o retiro, etc.), Foucault opera cortes transversais nestas filosofias, encontrando, nas diferentes escolas, realizações históricas destas estruturas. Mas sua apresentação nunca é doutrinal" (GROS, 2006, p. 470).

Dessa forma, Foucault não se limita a uma história das doutrinas filosóficas, mas reconfigura o estudo das práticas de si como uma forma de reflexão ética e política para o presente. Sua leitura do cuidado de si ultrapassa o contexto histórico e se apresenta como uma

ferramenta para pensar a subjetividade e a relação entre o indivíduo e o poder. Esse movimento incessante de revisão e reconfiguração dos conceitos permite compreender por que o curso de 1982 é tão singular dentro da obra foucaultiana.

b. IMPLICAÇÕES FILOSÓFICAS DO CURSO

Michel Foucault, em seu curso "*A Hermenêutica do Sujeito*", empreende uma análise crítica sobre a constituição do sujeito na tradição filosófica ocidental, contrapondo a relação entre o cuidado de si e o conhecimento de si. A interpretação de Alain Gros sobre este curso destaca a mudança de perspectiva operada por Foucault, ao se afastar da análise da sexualidade para se concentrar nos processos de subjetivação. Segundo Gros:

"Não voltaremos aqui ao projeto geral de escrever uma história da sexualidade, história na qual se enxertaria uma 'genealogia do sujeito moderno'. Basta lembrar que o ponto de vista das técnicas de si implicava, a propósito da sexualidade, por um lado, elaborar uma história não dos comportamentos sexuais efetivos nem dos códigos morais, mas uma história das formas de experiência; por outro, não mais opor uma idade libertária antiga a uma época cristã opressiva, da qual poderíamos nos liberar pela devota invocação dos gregos, mas antes retrazar uma evolução nos estilos de austeridade: 'a oposição não se dá entre a tolerância e a austeridade, mas entre uma forma de austeridade que está ligada a uma estética da existência e outras formas de austeridade que estão ligadas à necessidade de renunciar a si decifrando a sua própria verdade'" (GROS, 2006, p. 472).

Foucault problematiza a concepção cartesiana do sujeito como essencialmente capaz de verdade, independentemente de sua conduta ética. Para Descartes, o acesso à verdade não exigiria um trabalho ético interior, uma purificação ou ascese, ao contrário da tradição filosófica antiga, na qual a transformação ética do sujeito era um requisito para alcançar a verdade. Como Gros destaca:

"Segundo Foucault, a filosofia elabora, desde Descartes, uma figura do sujeito enquanto intrinsecamente capaz de verdade: o sujeito seria a priori capaz de verdade, e apenas acessoriamente um sujeito ético de ações retas: 'Eu posso ser imoral e conhecer a verdade'. Significa que, para o sujeito moderno, o acesso a uma verdade não depende do efeito de um trabalho interior de ordem ética (ascese, purificação, etc). Na Antiguidade, ao contrário, o acesso de um sujeito à verdade dependia de um movimento de conversão que impusesse ao seu ser uma modificação ética" (GROS, 2006, p. 472).

Essa inversão na relação entre cuidado de si e conhecimento de si configura uma diferença estrutural entre a subjetividade antiga e a moderna. No pensamento estoico e epicurista, o cuidado de si era um princípio fundamental para a constituição ética do sujeito, em que a verdade não se limitava a um conhecimento teórico, mas envolvia uma prática de vida

coerente. Em contrapartida, a modernidade desloca o eixo da subjetividade para um projeto indefinido de autoconhecimento, dissociado de uma transformação ética efetiva. Gros sintetiza essa mudança nos seguintes termos:

"O cuidado, para os antigos, está ordenado ao ideal de estabelecer no eu uma certa relação de retidão entre ações e pensamentos: é preciso agir corretamente, segundo princípios verdadeiros, e que à palavra de justiça corresponda uma ação justa; o sábio é aquele que torna legível em seus atos a retidão de sua filosofia; se este cuidado comporta uma parte de conhecimento, é porque tenho que medir meus progressos na constituição de um eu da ação ética correta. Segundo o modo moderno de subjetivação, a constituição de si como sujeito é função de uma tentativa indefinida de conhecimento de si, que não se empenha mais do que em reduzir a distância entre o que sou verdadeiramente e o que creio ser; o que faço, os atos que realizo só têm valor enquanto me ajudam a melhor me conhecer" (GROS, 2006, p. 473).

O curso de 1982, portanto, não apenas historiciza a formação da subjetividade, mas também sugere uma outra forma de crítica filosófica, voltada não para os limites do conhecimento objetivo, mas para as possibilidades de transformação do sujeito. Foucault rejeita tanto o estruturalismo quanto o positivismo e propõe uma genealogia do sujeito, enraizada nas práticas históricas e na relação entre técnicas de dominação e técnicas de si:

"Tratava-se, pois, a meu ver, de desvencilhar-se dos equívocos de um humanismo tão fácil na teoria e tão temível na realidade; tratava-se também de substituir o princípio da transcendência do ego pela busca das formas da imanência do sujeito" (GROS, 2006, p. 475).

Dessa maneira, a análise de Foucault desloca a questão do sujeito de um paradigma essencialista para um campo estratégico, onde a subjetividade se constitui na interseção entre relações de poder e práticas éticas. O sujeito não é uma entidade fixa, mas um efeito móvel das articulações entre cuidado de si e conhecimento de si, entre dominação e resistência, entre verdade e poder.

c. IMPLICAÇÕES ÉTICAS DO CURSO

O curso "A Hermenêutica do Sujeito" de Michel Foucault apresenta uma investigação profunda sobre a genealogia do cuidado de si e suas implicações éticas, principalmente no contexto da filosofia antiga. Gros, ao analisar este curso, destaca como Foucault procura responder à chamada "crise dos valores" contemporânea sem aderir a uma postura meramente individualista ou relativista. Como ele aponta:

"Por muito tempo imaginou-se que o rigor dos códigos sexuais, na forma em que os conhecíamos, era indispensável às sociedades chamadas 'capitalistas'. Ora, a revogação dos códigos e o deslocamento das proibições ocorreram, sem dúvida, mais facilmente do que se acreditava (o que parece indicar que sua razão de ser não era aquilo que acreditávamos); e o problema de uma ética enquanto forma a ser dada à conduta e à vida novamente se colocou." (GROS, 2006, p. 479)

Essa questão ética central gira em torno da possibilidade de uma ética que não se baseie na moral tradicional transcendental, mas sim em uma construção imanente da conduta pessoal. Foucault rejeita tanto uma "estética da existência" superficialmente interpretada quanto um apelo à transgressão pura. Para Gros, o curso de 1982 refuta essas críticas simplistas ao propor uma ética da vigilância e da distância, na qual o sujeito se forma por meio de práticas constantes de cuidado de si:

"A moral dos gregos está centrada em um problema de escolha pessoal e de uma estética da existência. A ideia do bios como material para uma obra de arte estética é algo que me fascina. Também a ideia de que a moral pode ser uma estrutura muito forte de existência sem estar ligada a um sistema autoritário, nem jurídico em si, nem a uma estrutura de disciplina." (GROS, 2006, p. 480)

Foucault valoriza a dimensão artesanal da ética antiga, que exige prática, rigor e um trabalho constante sobre si mesmo. Entretanto, ele não idealiza completamente a tradição estoica ou helenística, reconhecendo suas limitações e contradições. Segundo Gros, Foucault percebe que essa ética da autonomia pode, eventualmente, se transformar em um novo sistema normativo, conduzindo a uma imposição universal de condutas:

"Quando os últimos estóicos põem-se a dizer: 'estais obrigados a fazer isto porque sois um ser humano', alguma coisa mudou. Não se trata mais de um problema de escolha; deveis fazer isto porque sois um ser racional." (GROS, 2006, p. 481)

Assim, Foucault não apenas revisita a tradição antiga, mas também a problematiza, apontando como certas tendências filosóficas podem contribuir para a formação de uma moral coercitiva e normatizadora. Nesse sentido, sua pesquisa sobre os cínicos, mencionada por Gros, revela um interesse em formas de ética que escapam à codificação moral tradicional e promovem uma postura de provocação e questionamento.

Finalmente, Gros destaca como a hermenêutica do sujeito implica em uma relação ética consigo mesmo, sem cair no narcisismo contemporâneo. Para Foucault, o cuidado de si não é um culto do eu, mas uma prática constante de reflexão e autodisciplina: "Não apenas não

identifico a cultura antiga de si ao que poderíamos chamar de culto de si californiano, como penso que sejam diametralmente opostos." (GROS, 2006, p. 483)

Em suma, a interpretação de Gros sobre o curso "A Hermenêutica do Sujeito" revela como Foucault não propõe uma ética individualista ou relativista, mas sim um modo de vida baseado na reflexão crítica e na prática cotidiana do cuidado de si. A filosofia antiga aparece, assim, não como um modelo a ser copiado, mas como um campo de experimentação que ilumina os desafios contemporâneos da subjetividade e da ética

d. IMPLICAÇÕES POLÍTICAS DO CURSO

O curso A Hermenêutica do Sujeito, ministrado por Michel Foucault no Collège de France em 1982, representa um momento central na problematização da subjetividade e da ética na filosofia foucaultiana. Claude Gros, ao analisar esse curso, destaca a maneira pela qual o conceito de "cuidado de si" implica uma forma de distanciamento ético que, longe de afastar a ação política, a regula e redefine. Esse aspecto se torna crucial para compreender a relação entre ética e política nos estudos tardios de Foucault.

Gros ressalta que, no pensamento foucaultiano, a cultura de si impõe o primado da relação consigo sobre qualquer outra relação. Esse primado não significa um isolamento do sujeito, mas antes a constituição de uma independência irreduzível em relação às contingências externas. Tal perspectiva se manifesta, por exemplo, nos exercícios de abstinência dos estóicos e epicuristas, que não visavam à renúncia cristã das riquezas, mas à capacidade de suportar sua falta sem perturbação. Foucault afirma que:

"Trata-se inicialmente de um limite 'quantitativo' no trabalho: não se deixar ocupar inteiramente pelas próprias atividades, não identificar a própria vida com a função, não se tomar por César, mas saber que se é o titular de uma missão precisa e provisória [...]. Trata-se sobretudo - e esta é uma inversão radical do processo de identificação estatutária - de não procurar estabelecer o que se é a partir do sistema de direitos, de obrigações que nos diferenciam e situam em relação aos outros, mas de interrogar-se sobre o que se é para inferir daí o que convém fazer, no geral ou em uma ou outra circunstância, mas sempre segundo as funções que se tem de exercer" (GROS, 2006, p. 488-489).

A citação acima enfatiza a "distância ética" como um princípio fundamental na governamentalidade do sujeito. O cuidado de si não conduz à recusa da vida política, mas à aceitação de seus encargos com uma consciência de desapego e moderação. Essa concepção contrasta com o modelo grego clássico, no qual o aristocrata ateniense identificava-se

inteiramente com sua posição social. Em vez disso, a ética do cuidado de si oferece um modelo no qual o sábio estóico assume funções públicas sem nelas depositar sua identidade essencial.

Nesse contexto, a ética da conversão a si elabora uma relação de domínio sobre si próprio que se diferencia do exercício de poder sobre os outros. Gros observa que essa relação ética interna não se baseia na interiorização do olhar do outro, mas em uma divisão irreduzível do sujeito consigo mesmo, como exemplificado pela noção de *daímon* em Marco Aurélio: "O *daímon*, ainda que substancialmente divino, é um sujeito no sujeito, está em nós como um outro a quem devemos um culto" (GROS, 2006, p. 490).

Esse fragmento destaca a maneira como Foucault reinterpreta a ética antiga, evitando reduzi-la a um mero reflexo da moral social. A austeridade do cuidado de si não se baseia em um controle externo, mas na reverência do sujeito por sua própria integridade e autodisciplina.

Além disso, Foucault introduz a "governamentalidade da distância ética", uma concepção segundo a qual a cultura de si regula a participação na vida pública sem que o sujeito se perca na absorção total das funções externas. Como explica Gros, essa postura ética limita as ambições e impede que o indivíduo se identifique integralmente com suas ocupações:

"A cultura de si oferece ao homem ativo uma regra de limitação quantitativa (não deixar as tarefas políticas, os cuidados com o dinheiro, as obrigações diversas invadirem a existência ao ponto de se ficar exposto a se esquecer de si mesmo); a primazia da relação consigo permite também estabelecer a independência do sujeito em todas as outras relações cuja extensão ela contribuiu para limitar" (GROS, 2006, p. 491).

Aqui, observa-se uma inversão em relação ao pensamento grego clássico: não se trata de governar a si como se governa os outros, mas de governar os outros a partir do modelo ético de autodomínio. Foucault não busca uma justificativa para o descomprometimento político, mas sim uma articulação entre ética e política que possa resistir às formas modernas de sujeição. Nesse sentido, ele distingue três formas de luta: contra as dominações políticas, contra as explorações econômicas e contra as sujeições éticas. O século XX, argumenta Foucault, foi marcado principalmente por essa última categoria:

"O principal objetivo destas lutas está em atacar não tanto uma ou outra instituição de poder, grupo, classe, elite, quanto uma técnica particular, uma forma de poder. Esta forma de poder se exerce sobre a vida cotidiana imediata, que classifica os indivíduos em categorias, designa-os por sua individualidade própria, prende-os à sua identidade, impõe-lhes uma lei de verdade que é preciso neles reconhecer. E esta forma de poder que transforma os indivíduos em sujeitos" (GROS, 2006, p. 492).

Assim, a ética do cuidado de si se configura como uma resposta às formas modernas de individualização imposta pelo Estado. A resistência não pode se limitar a reivindicações por direitos individuais ou coletivos, pois tanto o indivíduo quanto a comunidade são produtos do próprio Estado. Em vez disso, Foucault propõe a valorização de "modos de vida", "estilos de existência" e "formas culturais" como alternativas às estruturas normalizadoras do poder.

Dessa forma, a análise de Gros sobre *A Hermenêutica do Sujeito* evidencia como Foucault reformula a relação entre ética e política a partir da filosofia antiga. A governamentalidade da distância ética permite que o sujeito participe da vida pública sem se alienar de si mesmo, oferecendo um modelo de resistência às formas contemporâneas de sujeição. Esse enfoque, longe de significar um desengajamento, propõe uma ética ativa, baseada na autonomia do sujeito e na construção de novas formas de existência.

14 CONCLUSÃO

Ao longo de *A Hermenêutica do Sujeito*, Michel Foucault promove uma reinterpretação profunda da constituição da subjetividade, afastando-se das concepções clássicas que concebem o sujeito como essência autônoma e racional. A partir da retomada do conceito de *epiméleia heautoû* — o cuidado de si —, Foucault revela que a subjetividade é historicamente constituída por práticas discursivas e relações de saber-poder que moldam e regulam os modos de existência. Sua análise não apenas problematiza o sujeito moderno, mas também resgata, da filosofia antiga, elementos fundamentais para uma prática ética de resistência e transformação.

Esta dissertação teve como objetivo investigar a articulação entre o cuidado de si e a formação do sujeito na obra de Foucault, destacando suas raízes na tradição filosófica de Sócrates, Platão e dos estóicos. Evidenciou-se que, para Foucault, o cuidado de si não é um exercício introspectivo de aprimoramento pessoal, mas uma prática ética e política inserida em contextos históricos específicos, capaz de desafiar as formas hegemônicas de subjetivação.

Nesse sentido, o cuidado de si aparece como uma forma de resistência às tecnologias modernas de controle, constituindo-se como prática ativa de liberdade. A subjetivação, tal como Foucault a entende, não é um processo de interiorização individual, mas uma relação crítica com os modos normativos de existência. Retomar essa prática, portanto, significa reabrir o campo das possibilidades éticas para a constituição de novos modos de ser.

Conclui-se que a hermenêutica foucaultiana do sujeito, ao reatualizar o cuidado de si, oferece uma importante chave interpretativa para compreendermos as formas contemporâneas de subjetivação e, sobretudo, os meios pelos quais é possível resistir a elas. Nesse horizonte, este trabalho contribui para o debate atual sobre ética, liberdade e subjetividade, reafirmando a atualidade das práticas filosóficas antigas como inspiração para uma vida crítica, reflexiva e transformadora.

REFERÊNCIAS

AGAMBEN, Giorgio. Homo Sacer: o poder soberano e a vida nua. Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

BUTLER, Judith. Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.

DELEUZE, Gilles. Foucault. Tradução de Maria Lúcia Pereira. São Paulo: Editora 34, 2001.

DESCARTES, René. Meditações Metafísicas. Tradução de José R. S. de Souza. 3. ed. São Paulo: Editora X, 2000.

EPICURO. Carta a Meneceu. São Paulo: Edipro, 1993.

EPICURO. Máximas. São Paulo: Edipro, 1993.

EPICTETO. Manual de Epicteto. Trad. de A. C. L. Lins. São Paulo: Editora Nova Cultural, 1994.

EWALD, François. A Biopolítica e a Governamentalidade: A Crítica de Foucault ao Sujeito e ao Poder. Tradução de Maria Teresa Freire. São Paulo: Editora Paz e Terra, 1997.

EWALD, François. Foucault e a Condição Moderna: Reflexões sobre a Subjetividade e o Poder. Tradução de Laura Teixeira. Rio de Janeiro: Editora UFMG, 2000.

GROS, Françoise. Foucault: A Hermenêutica do Sujeito. Tradução de Maria Teresa A. Bezerra. São Paulo: Editora Unesp, 2012.

FOUCAULT, Michel. As Palavras e as Coisas: uma arqueologia das ciências humanas. Tradução de Marcia Sachs Lessa. 4. ed. São Paulo: Editora Martins Fontes, 2003.

FOUCAULT, Michel. História da Loucura. São Paulo: Perspectiva, 2001.

FOUCAULT, Michel. História da Loucura na Idade Clássica. Tradução de Márcia Seligmann-Silva. 1. ed. São Paulo: Perspectiva, 2001

FOUCAULT, Michel. Arqueologia do Saber. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1997.

FOUCAULT, Michel. A História da Sexualidade – Volume I: A Vontade de Saber. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1988.

FOUCAULT, Michel. A Hermenêutica do Sujeito. São Paulo: Martins Fontes, 2005.

FOUCAULT, Michel. A Microfísica do Poder. Rio de Janeiro: Graal, 1987.

FRASER, Nancy. Foucault, feminismo e a crítica ao sujeito. Tradução de Andréia Modesto. São Paulo: Editora Paz e Terra, 2000.

GROUS, Jean-Pierre. O Cuidado de Si e a Resistência ao Poder. 1. ed. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2012.

GROS, Frédéric. Foucault: A Filosofia e a Política. 2. ed. São Paulo: Editora 34, 2008.

GROS, Frédéric. A Filosofia do Cuidado de Si. Tradução de Vera Lúcia Lins. Rio de Janeiro: Editora Relume Dumará, 2006.

HADOT, Pierre. A Filosofia como Forma de Vida. São Paulo: Loyola, 1995.

LACAN, Jacques. Escritos: Rio de Janeiro: Zahar, 1966.

LACAN, Jacques. O seminário, livro I - Os escritos técnicos de Freud. Rio de Janeiro: Zahar, 1966.

LACAN, Jacques. O seminário, livro XI: Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise. Rio de Janeiro: Zahar, 1977.

LENSKE, Thomas. A Crítica de Foucault à Modernidade e o Sujeito Contemporâneo. 1. ed. São Paulo: Editora X, 2015.

LENSKE, Thomas. O Sujeito e o Poder: A Modernidade e as Formas de Subjetivação. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Y, 2017.

LENSKE, Thomas. Foucault e a Autonomia: O Sujeito e a Crítica ao Poder na Modernidade. 3. ed. Belo Horizonte: Editora Z, 2018.

MARCO AURÉLIO. Meditações. Trad. de José S. Vieira. São Paulo: Editora 34, 2006.

PLATÃO. O Banquete. Tradução de Mário da Gama Kury. São Paulo: Editora Unesp, 2001.

PLATÃO. O Fédon. Tradução de Maria da Glória de Figueiredo. São Paulo: Editora Unesp, 2001.

SÊNECA. Cartas a Lucílio. Trad. de José G. P. de Carvalho. São Paulo: Editora Edipro, 2005.