



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA**  
**FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM FILOSOFIA**

**RAFAEL AZEVEDO DOS SANTOS**

**SUJEITO DE DESEJO NA GENEALOGIA DA  
SUBJETIVIDADE DE MICHEL FOUCAULT: A NOÇÃO DE  
CORPO NA PASSAGEM ENTRE A GRÉCIA CLÁSSICA E O  
PERÍODO HELENÍSTICO-ROMANO**

Salvador - BA

2020

**RAFAEL AZEVEDO DOS SANTOS**

**SUJEITO DE DESEJO NA GENEALOGIA DA  
SUBJETIVIDADE DE MICHEL FOUCAULT: A NOÇÃO DE  
CORPO NA PASSAGEM ENTRE A GRÉCIA CLÁSSICA E O  
PERÍODO HELENÍSTICO-ROMANO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Filosofia, Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal da Bahia – UFBA, como requisito para a obtenção do grau de Mestre em Filosofia.

Orientador: Prof. Dr. Malcom Guimarães Rodrigues

Salvador - BA

2020

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço à minha família, minha mãe Elísia, meu pai Jonas e meu irmão Rodrigo, pelo amor e por constituírem o núcleo essencial da história que me trouxe até aqui.

Agradeço especialmente a Vitor, companheiro de todas as horas, pelo suporte emocional, por sua dedicação, carinho e generosidade profundos.

Aos meus amigos e amigas Alexandre, Hortência e Thábatta por dividirem comigo o riso e o sertão.

Aos demais amigos e amigas, Luiz Felipe, Bianca, Rui, Rosângela e outros tantos, pela presença e disponibilidade sempre afetuosas.

Ao professor Malcom Guimarães Rodrigues pela paciência, disponibilidade e orientação desde a graduação.

Às professoras Giovana Carmo Temple e Juliana Ortigosa Aggio pela disponibilidade e atenção ao aceitar o convite de compor a banca.

Às comunidades da UEFS e da UFBA pela minha formação acadêmica e política.

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pela bolsa de estudo e pesquisa concedida.

## RESUMO

O objeto de estudo desta dissertação percorre a noção de corpo na genealogia da subjetividade de Michel Foucault em três momentos distintos à luz da chamada fase ética foucaultiana: (i) o desenvolvimento de artes dietéticas em relação ao corpo na Antiguidade clássica; (ii) as práticas e procedimentos, emergidos no auge da “cultura de si” no período helenístico-romano, através dos quais foi possível, sob o signo do cuidado de si, majorar a atenção em relação ao corpo; e por fim, (iii) as práticas ascéticas (*áskesis*) como mecanismo de assimilação e incorporação de discursos verdadeiros. Para isso, nos valem das análises foucaultianas a respeito da moral e saberes médicos da Antiguidade como suporte de desenvolvimento dos processos de subjetivação.

Palavras-chave: Foucault. Corpo. Cuidado de si. Ascese. Desejo. Prazer.

## **ABSTRACT**

The object of study of this dissertation goes through the notion of body in the genealogy of subjectivity by Michel Foucault in three distinct moments in the light of the so-called Foucaultian ethical phase: (i) the development of dietetics arts in relation to the body in classical antiquity; (ii) the practices and procedures, which emerged at the height of the “culture of the self” in the Hellenistic-Roman period, through which it was possible, under the sign of self-care, to increase attention in relation to the body; and finally, (iii) ascetic practices (askesis) as a mechanism for assimilation and incorporation of true discourses. For this, we use the Foucaultian analyzes regarding the moral and medical knowledge of Antiquity as a support for the development of the processes of subjectivation.

Keywords: Foucault. Body. Care of Self. Asceticism. Desire. Pleasure.

## SUMÁRIO

<b>CONSIDERAÇÕES INICIAIS</b> .....	06
<b>1 O CORPO NA GRÉCIA CLÁSSICA</b> .....	14
1.1 <i>CHRÉISIS APHRODISIÔN</i> E O DOMÍNIO DE SI.....	14
1.2 O CORPO E A DIETÉTICA DOS ANTIGOS.....	23
<b>2 O CORPO NO PERÍODO HELENÍSTICO-ROMANO</b> .....	31
2.1 CORPO NA CULTURA DE SI.....	31
2.1.1 O MOMENTO SOCRÁTICO-PLATÔNICO.....	36
2.2 O CORPO E O CUIDADO DE SI.....	41
<b>3 CORPO E VERDADE</b> .....	59
3.1 CORPO, ÁSKESIS E VERDADE.....	59
3.2 GALENO E A FISIOLÓGICAÇÃO DO DESEJO E DO PRAZER.....	66
3.3 INCORPORAÇÃO DOS <i>LÓGOI</i> E PRÁTICAS ASCÉTICAS DO CORPO.....	71
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	82
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	86

## CONSIDERAÇÕES INICIAIS

O problema da constituição do sujeito percorre todo o trabalho de Foucault aos longo dos anos de 1970 e 1980. As práticas de saber, as relações de poder e, por fim, as práticas de si organizam o terreno sobre o qual o processo de subjetivação se torna alvo da análise de Foucault. E é sobre o campo das práticas de si<sup>1</sup>, esta última fase foucaultiana – chamada de fase ética ou do eixo subjetividade/verdade – que nos debruçaremos a fim de tentar compreender o estatuto do corpo como um dos pontos de interesse fundamentais para uma história do sujeito que se reconhece enquanto sujeito de desejo. Para isso, nos valeremos dos estudos foucaultianos dos anos 1980 que compreendem a análise da passagem da cultura grega clássica até a cultura helenístico-romana nos primeiros séculos da nossa era, desde século V a.C. até o século II d.C.

Nos últimos trabalhos de Michel Foucault nos deparamos com uma virada significativa na direção da sua filosofia. A dimensão ética, naquilo em que circunscreve precisamente um método de análise da maneira pela qual o sujeito se constitui como sujeito moral, ganha espaço nos seus escritos dos anos de 1980 e deixam à parte as discussões acerca do poder, do saber e dos dispositivos, elementos cruciais para a compreensão da sua chamada fase genealógica. Após alguns anos sem que alguma nova publicação viesse a público, Foucault publica em 1984 o seu projeto de *A História da Sexualidade*<sup>2</sup>, lançando o segundo e terceiro volumes da série, *O Uso dos Prazeres* e *O Cuidado de si*. Mudanças, deslocamentos importantes são anunciados por Foucault na introdução desse novo livro: uma recuada temporal para a discussão de novos interesses acerca de.... O período que vai desde a Grécia clássica no século V a.C., passando pelas filosofias helenístico-romanas, até o advento e desenvolvimento do cristianismo nos primeiros séculos de nossa era, se torna o palco principal para o estudo foucaultiano sobre a noção das práticas de si.

---

<sup>1</sup> As práticas às quais nos referimos são aquelas presentes desde a antiguidade clássica, passando pelo período helenístico-romano, até os primeiros séculos da era cristã que Foucault localiza e estabelece como sendo os procedimentos fixados pela relação de si para consigo e que buscam estabelecer uma modificação do sujeito na medida em que o constitui. As práticas referem-se às atividades sobre si mesmo. Foucault utiliza-se das noções de “prática de si” ou “técnicas de si” para analisar como o sujeito se constitui. É através das práticas que é possível compreender como “os indivíduos foram levados a prestar atenção a eles próprios, a se decifrar, a se reconhecer e se confessar como sujeitos de desejo, estabelecendo de si para consigo uma certa relação que lhes permite descobrir, no desejo, a verdade de seu ser, seja ele natural ou decaído.” (FOUCAULT., 2009)

<sup>2</sup> O primeiro livro da série a ser publicado foi *A vontade de saber* (1976), que trata das relações de poder e saber marcadas nos discursos sobre a sexualidade a partir do século XVII. O segundo só será publicado oito anos mais tarde dando início à um recentramento de seus estudos do que ele chama de “a genealogia do homem de desejo”. A distribuição cronológica seriam, portanto, a partir daquele momento, *O uso dos prazeres* e *O cuidado de si*, ambos publicados em 1984, mesmo ano em que Foucault viria a falecer. A última obra que compõe a quadrilogia de *A história da sexualidade*, *Les aveux de la chair* (*As confissões da carne*), só veio a ser publicada recentemente em 2018, ainda sem tradução no Brasil.

Porém, da mesma maneira que podemos seguramente afirmar que Foucault não reflete a história através de rupturas, o que esse deslocamento teórico significa é muito mais um aprofundamento no modo pelo qual os sujeitos são constituídos, do que um abandono completo de certas temáticas. Foucault em uma conferência de 1980 em Berkeley confirma essa mudança como numa espécie de autocrítica. Segundo Foucault (1993, p. 207), até então ele havia valorizado as técnicas de dominação dos indivíduos, mas que ao se debruçar sobre a experiência da sexualidade, ele pôde se tornar cada vez mais consciente da existência de outros tipos de técnicas capazes de permitir aos indivíduos operarem sobre seus corpos, seus pensamentos, suas almas e suas condutas, isto é, uma técnica de transformação de si próprio, que Foucault denomina técnicas ou tecnologias do eu.

No deslocamento da modernidade à cultura grega clássica, Foucault empreende um esforço no sentido de colocar o homem de desejo no centro das suas problematizações. A partir do século XVII as intuições e os mecanismos disciplinares e mais ainda os discursos e as práticas levaram os indivíduos à se reconhecerem como sujeitos dotados de uma sexualidade, porém anterior ao reconhecimento de uma sexualidade, Foucault afirma ser necessário compreender por meio de quais discursos e práticas foi possível o reconhecimento de si como sujeito de desejo:

Após o estudo dos jogos de verdade considerados entre si — a partir do exemplo de um certo número de ciências empíricas nos séculos XVII e XVIII — e posteriormente ao estudo dos jogos de verdade em referência às relações de poder, a partir do exemplo das práticas punitivas, outro trabalho parecia se impor: estudar os jogos de verdade na relação de si para si e a constituição de si mesmo como sujeito, tomando como espaço de referência e campo de investigação aquilo que poderia chamar-se ‘história do homem de desejo’. (FOUCAULT, 2009, p. 12-13)

Distanciando-se de um reconhecimento do sujeito através de sua sexualidade, Foucault pretende localizar historicamente esses elementos, tanto de sexualidade quanto de sujeito. A pretensão foucaultiana não era a transposição de noções como a de sexualidade como chave de leitura para um época diferente pois, se assim fosse, Foucault estaria concordando com a ideia de que existiriam noções universais que atravessam a história (a loucura, a razão, a sexualidade, etc.). Em uma nota de janeiro de 1979 Foucault (2006, p. 58) escreve: “Não passar os universais pela glosa da história, mas fazer passar a história pelo fio de um pensamento que recusa os universais. Qual história então?”



Ao empreender um deslocamento em seus estudos indo em direção aos antigos, Foucault não está interessado nos ritos de passagem ou como se davam as relações homoeróticas na antiguidade, ou ainda como a antiguidade poderia ter representado o exemplo de liberalidade em total oposição a uma postura cristã de austeridade em relação às questões sexuais. O objetivo foucaultiano se explicita da seguinte maneira:

Portanto, a questão que tentarei colocar não é a de saber se nossa moral é cristã ou pagã, e sim: quando, como, no interior de quais processos, no interior de quais meios, no interior de quais práticas ou instituições, pagãs ou não, se formaram os principais elementos de nossa moral sexual (FOUCAULT, 2006, p. 58)

Até onde o pensamento foucaultiano pôde circunscrever em relação à moral antiga, não se trata somente de uma problematização em vistas às leis, os códigos e os comportamentos, cristãos ou não, mas uma investigação da constituição do sujeito moral num modo específico de relação que é estabelecida entre sujeito e si mesmo. Foucault (2009, p. 38) ressalta que ao falar de moral é preciso levar em consideração dois aspectos gerais: como “códigos de comportamento”, mas também como “formas de subjetivação”. O primeiro aspecto, diz respeito aos códigos e às instâncias de autoridade. O segundo aspecto, aquele que mais interessa a Foucault (2009, p. 39), diz respeito à relação que o sujeito mantém consigo: “a ênfase é dada, então, às formas das relações consigo, aos procedimentos e às técnicas pelas quais são elaboradas, aos exercícios pelos quais o próprio sujeito se dá como objeto a conhecer, e às práticas que permitam transformar seu próprio modo de ser”.

Deste modo, falar em sujeito em Foucault é antes de mais nada falar de processos de subjetivação. Repetimos a questão posta por Foucault, qual história então? É a recusa de uma unidade universal – sujeito –, em favor da história das práticas de subjetivação, da constituição histórica de nosso ser. Nas palavras de Judith Revel (2011, p. 80): “Se a história não é memória, mas genealogia, então a análise histórica é, na realidade, apenas a condição de possibilidade de uma ontologia crítica do presente.” Pode-se então compreender que os elementos que constituem o nosso presente não estão dados de maneira imutável, mas, ao contrário, resultam de processos históricos complexos. São processos historicamente localizados que possibilitam a “desnaturalização” dos elementos que constituem o presente. Foucault (2005, p. 18) desenvolve, assim, a genealogia

enquanto método a fim de encontrar nas coisas não “a identidade ainda preservada da origem”, mas “a discórdia entre as coisas, é o disparate.”

Ao invés de investigar o postulado da origem bem lá no fundo das coisas como o lugar — privilegiado e intocável — da verdade, a filosofia foucaultiana rastreia a proliferação dos acontecimentos, isto é, a genealogia, enquanto método, não é uma busca pela origem (*Ursprung*) ou pela essência exata das coisas, mas pela proveniência (*Herkunft*) — objeto próprio da genealogia. Deste modo, Foucault não pretende fazer da história a descrição linear, unitária e totalizante de uma razão que se encaminha para a sua realização. A questão foucaultiana é tornar a relação sujeito/história descrição e método de análise não só do âmbito discursivo, mas também do âmbito não-discursivo, isto é, das práticas. Assim explica Edgardo Castro (2016, p. 204) sobre a história como objeto de descrição e como questão metodológica na obra de Foucault:

Na realidade, esses dois aspectos estão tão entrelaçados em uma relação que falar de história, em Foucault, é falar do sujeito e, vice-versa, falar do sujeito é falar da história. As histórias de Foucault são, assim, histórias das práticas que constituíram historicamente a subjetividade ocidental.

É nesse sentido que Foucault afirma a genealogia como objeto próprio da *Herkunft* (proveniência) e da *Entstehung* (emergência)<sup>3</sup> e assim pode fazer uma história crítica do sujeito de desejo sem assimilar as características gerais daquilo que poderia ser uma linha contínua da origem da nossa sexualidade, por exemplo. Ao invés disso, cabe “descobrir todas as marcas sutis, singulares, subindividuais” capazes de romper com as unificações de um “Eu que inventa para si uma identidade ou uma coerência” (FOUCAULT, 2005, p.20). Voltar à antiguidade não significa restabelecer uma continuidade daquilo que outrora fora esquecido para reafirmar valores que persistem no presente mesmo em segredo. Esse retorno à antiguidade clássica e ao período helenístico e romano cumpre a função na filosofia foucaultiana de demarcar os desvios, as falhas e os acidentes que deram nascimento ao que existe e tem valor para nós.

Dirigindo-se à antiguidade podemos perceber como este período parece ser crucial para compreender a emergência de diversos valores, práticas e processos fundamentais daquilo que

---

<sup>3</sup> Foucault a partir de Nietzsche opõe *Herkunft* e *Entstehung* a *Ursprung*, isso porque esta última expressão determina a origem de algo. *Ursprung* caracteriza-se pelo esforço de recolhimento da essência exata das coisas. Por outro lado, *Herkunft* e *Entstehung* denominam respectivamente o reencontro do aspecto único da proliferação dos acontecimentos e o jogo de forças que possibilitam o ponto de surgimento de certas práticas, por exemplo.

chamamos de cultura ocidental. É na antiguidade que Foucault concentra seus últimos anos de estudo sobre como é possível e através de quais processos o sujeito é capaz de constituir a si mesmo como sujeito moral. Tomando essa perspectiva foucaultiana, tentamos investigar o corpo a partir desses processos e práticas de si, além da importância do corpo para o desenvolvimento dos mesmos.

Em nossa tradição ocidental, o corpo está sempre em oposição à alma, uma dicotomia entre material e espiritual. Nesse sentido, criou-se a ilusão de que o corpo seria auto-evidente e, conseqüentemente, relegado ao “status de objeto científico definido em termos anatômicos e fisiológicos” (VERNANT, 1991, p. 28). Segundo Vernant (Ibidem, p. 28), os gregos contribuíram bastante para que esses aspectos em relação ao corpo se estabelecessem tão forte na nossa cultura:

Primeiro, dentro do contexto religioso dos cultos sectários (cujo ensinamento foi mais tarde retomado e transportado por Platão para o campo da filosofia), eles elaboraram uma nova noção da alma, uma alma imortal que o homem deve isolar e purificar a fim de separá-la de um corpo cujo papel agora se tornou nada mais do que o de um receptáculo ou túmulo. Então, através da prática médica e dos escritos médicos, os gregos investigaram o corpo, observando, descrevendo, teorizando sobre seus aspectos visíveis, suas partes, os órgãos internos que o compõem, seu funcionamento e os diversos humores que nele circulam e controlam seu estado de saúde ou doença.<sup>4</sup>

Fica assim evidente que o corpo é também alvo das investigações e das práticas, seja para valorizar ou dirimir as suas forças. Dentro dessa dicotomia “corpo e alma”, pretendemos evidenciar o corpo como indispensável à compreensão das práticas de constituição do sujeito. Partindo desta inquietação, tentaremos compreender de que maneira o corpo pode ser entendido como parte fundamental na relação que o sujeito estabelece consigo mesmo e se torna alvo das práticas de si nos processos de subjetivação, a partir da genealogia da subjetividade de Michel Foucault, da antiguidade clássica até o período helenístico-romano nos primeiros séculos da nossa era.

Ao voltarmos ainda ao texto *Nietzsche, a genealogia e a história*, no qual Foucault escreve uma das mais marcantes passagens acerca do corpo, podemos perceber que o corpo está atrelado a

---

<sup>4</sup> First, within the religious context of the sectarian cults (whose teaching was later taken up and transported by Plato into the field of philosophy), they elaborated a new notion of the soul, an immortal soul that man must isolate and purify in order to separate it from a body whose role has now become nothing more than that of a receptacle or tomb. Then through medical practice and medical writings, the Greeks investigated the body, observing, describing, theorizing about its visible aspects, its parts, the internal organs that compose it, their functioning, and the diverse humors that circulate in it and control its state of health or illness.

processos que o torna um terreno imprescindível dos embates históricos, marcado pelos acontecimentos e campo de disputas do sujeito, do desejo e da verdade. Nas palavras de Foucault (2005, p. 22):

O corpo — e tudo o que diz respeito ao corpo, a alimentação, o clima, o solo — é o lugar da *Herkunft*: sobre o corpo se encontra o estigma dos acontecimentos passados do mesmo modo que dele nascem os desejos, os desfalecimentos e os erros; nele também eles se atam e de repente se exprimem, mas nele também eles se desatam, entram em luta, se apagam uns aos outros e continuam seu insuperável conflito.

E ainda:

O corpo: superfície de inscrição dos acontecimentos (enquanto que a linguagem os marca e as idéias os dissolvem), lugar de dissociação do Eu (que supõe a quimera de uma unidade substancial), volume em perpétua pulverização. A genealogia, como análise da proveniência, está portanto no ponto de articulação do corpo com a história. Ela deve mostrar o corpo inteiramente marcado de história e a história arruinando o corpo.

Assim sendo, nos apoiando em seu texto *Nietzsche, a Genealogia e a História*, percebemos que se faz necessário seguir, através dos textos foucaultianos a proveniência (*Herkunft*) dos valores atribuídos ao corpo. Se é nele que estão marcados os acidentes, as sutilezas e as singularidades, nos lançamos à empresa de trazer destaque para a noção de corpo dentro dessa história do sujeito de desejo, dos processos de subjetivação e das práticas de si as quais são estudadas na última fase foucaultiana, para tentar compreender como o corpo pode se inserir em certos jogos de verdade, alvo de atenção, de cuidado e a partir do qual o sujeito pôde constituir a si mesmo.

Talvez em *Vigiar e Punir*<sup>5</sup> esteja mais evidente o lugar ocupado pelo corpo nos investimentos dos dispositivos disciplinares, entretanto, talvez a noção do corpo ainda seja um tema que passe ao largo de outros temas discutidos nas obras de Foucault como afirma Sforzini (2017, p. 7)<sup>6</sup>:

No trabalho de Foucault, o corpo é um protagonista essencial e multifacetado: o

<sup>5</sup> Em *Vigiar e Punir* o corpo é central para compor o quadro dos dispositivos disciplinares. O esquadramento do corpo no tempo e no espaço compõe parte imprescindível para os processos que tornam o corpo dócil e útil.

<sup>6</sup> Todas traduções feitas ao longo da presente dissertação são nossas, salvo mencionado em contrário.

cadáver aberto na mesa de autópsia de Bichat, o corpo despedaçado de Damiens, o corpo dócil do trabalhador disciplinado ligado à máquina, o parresiástico, ereto, corpo perturbador, o cínico na praça pública... E, no entanto, essa presença foi negligenciada pelos comentadores da obra.<sup>7</sup>

Os corpos se multiplicam nas obras de Foucault, porém, o alerta de Sforzini tenta mostrar como o corpo continua a passar despercebido ou tido como mero exemplo para questões verdadeiramente fundamentais na obra de Foucault. O corpo se mostra crucial para a investigação de uma história do sujeito de desejo pois é, de certa maneira, sobre o corpo que incidem os desejos, os prazeres e tudo o mais que a ele se relaciona (alimentação, clima, solo, etc.). Então, é por ele que também que veremos iniciar os esforços, os exercícios, as práticas diárias e os cuidados, seja para majorar suas forças ou para mitigá-las.

Na introdução de *O Uso dos Prazeres*, Foucault (2009, p. 30) indica uma quadrimática, com a qual vai se ocupar, como as formas de estilização da conduta sexual na antiguidade – o corpo, o matrimônio, a relação de amor aos mancebos e a relação com a verdade. Essas são as noções ou temáticas que irão persistir em suas obras (*O uso dos prazeres* e *O cuidado de si*) e em sua análise passarão por modificações sensíveis em como cada uma delas refletem um modo do indivíduo manter uma relação consigo. Portanto, é em relação a esta certa maneira de ocupar-se do corpo, estabelecida por Foucault, desde a chamada Dietética na antiguidade clássica, alcançando a preocupação com o corpo na época helenística e romana (os cuidados médicos, a natureza e os mecanismos dos prazeres sexuais), que tentaremos desenvolver.

No primeiro capítulo, discorreremos sobre o corpo, na cultura ética da Grécia clássica (séc. V até IV a.C.) dentro de técnicas chamadas técnicas de si que, segundo a perspectiva foucaultiana, correspondem às condutas segundo as quais era possível um *éthos*, isto é, uma maneira de ser e de conduzir-se. Trata-se de uma investigação de como o corpo, na dietética dos antigos, se torna alvo de uma problematização ética do sujeito que se reporta a si mesmo. Os prazeres sexuais não são vistos pelos antigos como sendo um mal em si, mas como uma questão problemática cuja atenção não se expressa em vistas à uma lei, proibições ou permissões. Na verdade, ao invés das prescrições universais, trata-se de formulações gerais com vistas a auxiliar os indivíduos numa boa gestão do corpo, dos prazeres e dos atos. Faz-se necessário ao indivíduo conhecer os recursos e

<sup>7</sup> Le corps est, dans l'œuvre de Foucault, un protagoniste incontournable et multiforme: cadavre ouvert sur la table d'autopsie de Bichat, corps écartelé de Damiens, corps docile de l'ouvrier discipliné branché sur la machine, corps parrésiasique, éructant, dérangeant, du cynique sur la place publique... Et pourtant cette présence a été négligée par les commentateurs de l'œuvre.

limites de seu próprio corpo<sup>8</sup>. Ainda no primeiro capítulo, veremos que, para Foucault, o ato, o prazer e o desejo não podem ser compreendidos de maneira dissociada na cultura grega antiga, portanto, ao abordarmos a questão do corpo e sua dimensão ética, não podemos nos furtar a tratar dos prazeres, dos desejos e das questões sexuais que fazem parte dos processos implicados na constituição de si.

O segundo capítulo, focado no período da cultura helenístico-romana, se dedica a compreender como uma crescente austeridade e uma maior vigilância sobre o corpo permitiram o desenvolvimento das práticas de uma cultura de si. Apesar das semelhanças que podem ser apontadas entre a estética da existência e a cultura de si, os estudos de Foucault apontam para uma distinção entre elas. A intensificação da relação consigo, desconfiança e maior cuidado com os prazeres sexuais e a insistente problematização da relação entre o corpo e alma são as três dimensões de reelaboração da relação que o sujeito mantém consigo (SFORZINI, 2017, p. 85), mais especificamente na atenção com seu corpo e os prazeres.

O terceiro capítulo, ainda situado nas problemáticas relativas ao auge da cultura de si nos períodos helenístico e romano, tenta acompanhar o desenvolvimento da relação entre o corpo e a verdade através das *áskesis*. Na medida em que procuramos estabelecer esta relação entre corpo e verdade como modo de estilização da própria existência, nos valeremos, em primeiro lugar, analisar como Foucault compreende a contribuição dos saberes médicos, em especial de Galeno, para uma “fisiologização” do desejo e do prazer para a compreensão do corpo e seu funcionamento em relação a uma economia moral. E em um segundo momento procuramos empreender uma análise de como o corpo se torna o centro de um amplo encadeamento de atividades que remetem-se entre si – leitura, escrita, escuta e fala – na incorporação de um discurso verdadeiro que deve ser traduzido em um estilo próprio de vida. Procuramos, destarte, estabelecer como o desenvolvimento de certas práticas e ampliação dos cuidados relativos ao corpo, desde a Antiguidade clássica até o período helenístico-romano, puderam estabelecer um regime de verdade em que a materialidade do corpo é indispensável para o desenvolvimento daquilo que Foucault chama de uma cultura de si. O cuidado de si, nesta perspectiva, é um princípio segundo o qual os processos de subjetivação não estão alheios à vida concreta.

---

<sup>8</sup> Sforzini denomina esse corpo como sendo “le corps athlétique”: o sujeito da dietética determina, de modo circular, o corpo e a si mesmo. (SFORZINI, 2017, p. 79).

## 1. O CORPO NA GRÉCIA CLÁSSICA

### 1.1 *CHRÉISIS APHRODISIÔN* E O DOMÍNIO DE SI

A obra *O uso dos prazeres* (1984) surge um pouco mais tarde do que Foucault previra, oito anos após o lançamento de *A vontade de saber* (1976), trouxe consigo um importante deslocamento teórico centrado na análise da genealogia do “homem de desejo”, além de um deslocamento temporal privilegiando a análise dos textos da antiguidade clássica. As novas problemáticas trazem à baila a questão por uma hermenêutica de si, isto é, Foucault optou por investigar através de quais jogos de verdade e práticas o homem ocidental pôde se constituir e se reconhecer como sujeito – sujeito de desejo (FOUCAULT, 2009, p. 12-13).

A problematização crítica foucaultiana em relação à história se volta para a Antiguidade a fim de tentar compreender como a relação que o sujeito mantém consigo mesmo e como os prazeres, as práticas sexuais e o desejo são alvos de uma atenção moral que parece, ao longo do tempo, tornar-se cada vez mais minuciosa. Foucault (Ibidem, p. 30) aponta uma “quadritemática” no pensamento moral da Antiguidade, a propósito da vida do corpo, do casamento, da relação entre os homens e da existência da sabedoria. O presente capítulo pretende deter-se e refletir a respeito do corpo e do prazer que emerge deste corpo segundo o entendimento foucaultiano no que concerne às práticas na Grécia clássica, no século IV a.C. Para tal, esta primeira parte é dedicada à conceituação e esclarecimento teórico de três noções importantes na constituição da moral como prática de si: *Aphrodísia*, *Chrésis* e *Enkratéia*.

1. “Os *aphrodísia* são atos, gestos, contatos, que proporcionam uma certa forma de prazer” (Ibidem, p. 53). Esta é a definição dada por Foucault, entretanto, não traz ainda exatidão ao que ela se refere. A tematização dos prazeres é um tema caro aos gregos, desde os prazeres da alimentação até esses referentes aos prazeres do sexo. Por um instante pode-se pensar que *aphrodísia* seja um nome diferente para o que nós entendemos por sexualidade, porém Foucault trata imediatamente de se distanciar de tal ideia. É certo que os *aphrodísia* mostrar-se-ão como alvo de um cuidado mais atento do que certos prazeres, como ao longo do texto será possível perceber, porém, fica evidente também no texto foucaultiano que, diferentemente do que a sexualidade suscita, os prazeres na antiguidade não constituíram uma preocupação da sua natureza enquanto sua legitimidade,

permissão ou proibição de certos gestos, classificações psicopatológicas entre normal e anormal ou até mesmo os instâncias jurídicas que garantam tal legitimidade.

A preocupação com os *aphrodisia* se deve ao fato de que, para Foucault, os gregos entendiam que os prazeres em geral eram suscetíveis de *akolasia*, de intemperança, “Pois só existe prazer suscetível de *akolasia* lá onde existe o toque e o contato: com a boca, a língua, e a garganta (para os prazeres da alimentação e da bebida), com outras partes do corpo (para o prazer do sexo).” (Ibidem, p. 53). Não se trata, portanto, de descobrir quais formas possíveis o sexo poderia tomar a fim de determinar atos e gestos bons ou maus, permitidos ou proibidos, isto é, um cuidado “em revelar sob o inofensivo ou o inocente a presença insidiosa de uma potência de limites incertos e múltiplas máscaras. Nem classificação nem decifração.” (Ibidem, p. 51). Não há a necessidade de um intérprete – como o padre ou o psiquiatra na questão da carne e da sexualidade, respectivamente – que cumpra a função de revelar algo escondido e desconhecido do próprio sujeito e conseqüentemente aplicar-lhe uma terapêutica.

Se o homem estava suscetível de *akolasia* (intemperança) por meio de diversos prazeres, não era por uma natureza insidiosa, especialmente dos *aphrodisia*, mas porque era necessário que o homem evitasse os extremos, não seria proveitoso para o corpo e para o equilíbrio, de uma maneira geral, aquele que se abstinhasse totalmente da alimentação ou que, por outro lado, se entregasse ao seu excesso, por exemplo. É a partir desta busca por uma justa medida que os prazeres se tornam objeto de uma preocupação filosófica e médica para os gregos. Esse conjunto de experiências relacionadas aos prazeres, do homem conduzir-se a si mesmo e no cuidado com o corpo, fazem parte do que Foucault chama das práticas de si; e o interesse em investigar as práticas de si se insere na tentativa de compreender através de quais modos de subjetivação o homem pode se constituir enquanto sujeito moral.

Porém essa constituição do sujeito moral não foi concebida sob a égide do silenciamento constante sobre as questões relacionadas aos prazeres dos *aphrodisia*. A tematização a respeito dos atos de prazer não tinha como finalidade a desvalorização moral. Na verdade um dos caracteres essenciais da problematização dos *aphrodisia* é a dinâmica entre ato, prazer e desejo; estes estão estritamente associados e, sob certo aspecto, não podem ser compreendidos separadamente. As experiências posteriores da carne e da sexualidade serão marcadas por uma intensificação na problematização do desejo enquanto uma “natureza decaída” ou uma “estrutura própria do ser humano”, isto é, anterior ao ato e ao prazer, e dissociado destes, há o desejo para onde devem



convergir as ações de investigação sobre si mesmo. Distintamente, os *aphrodisia* representam uma dimensão da experiência ética em que ato, prazer ou desejo não são interrogados isoladamente quanto à sua natureza em si – boa ou má em si mesma –, mas à dinâmica circular que existe entre os três:

(o desejo que leva ao ato, o ato que é ligado ao prazer, e o prazer que suscita o desejo). A questão ética colocada não é: quais desejos? quais atos? Quais prazeres? Mas: com que força se é levado ‘pelos prazeres e pelos desejos?’ A ontologia a que se refere essa ética do comportamento sexual não é, pelo menos em sua forma geral, uma ontologia da falta e do desejo; não é a de uma natureza fixando a norma dos atos; mas sim a de uma força que liga entre si atos, prazeres e desejos. É essa relação dinâmica que constitui o que se poderia chamar o grão da experiência ética dos *aphrodisia*. (Ibidem, p. 56-57)

A experiência ética grega, na visão foucaultiana, tem, destarte, que dar prova da qualidade e quantidade do uso dos *aphrodisia*, ou seja, a caracterização moral está calcada não em um objeto específico do desejo ou na natureza do objeto de prazer, mas sim no comedimento, na moderação. É uma relação que o sujeito estabelece consigo mesmo de sujeitar-se às regras próprias que orientam a intensidade das práticas. Os *aphrodisia*, enquanto “atos queridos pela natureza, aos que associa um prazer intenso e aos que conduz por uma força sempre suscetível de excesso e revolta”(CASTRO, 2016, p. 37), não suscitam a compreensão do ponto de vista de uma separação entre o normal e o anormal. Os atos, os desejos e prazeres deviam ser conformes à natureza, conseqüentemente, aquilo que era compreendido contrário a natureza era tudo aquilo que se dirigia ao excesso e desmesura dos prazeres. Portanto, não há uma discussão sobre a licitude ou ilicitude dos prazeres, mas sim sobre a conformidade segundo os princípios de temperança e moderação sempre em observância à atividade e suas gradações quantitativas.

Um outro fator apontado por Foucault (2009, p. 59-61) é que os *aphrodisia* possuem um caráter ativo e um viés estritamente masculino. As problematizações morais acerca dos *aphrodisia* não incluíam uma diversidade das possibilidades de relações das mulheres ou dos escravos, por exemplo. Esses últimos, apesar de poderem participar de alguma relação erótico-afetiva, o lugar destinado às mulheres e aos escravos deveria ser sempre o da passividade em relação ao homem livre. Ao contrário, recairia sobre o homem livre destinado a governar a cidade, a imoralidade na prática dos *aphrodisia*. Os papéis de atividade e passividade eram bastante definidos, mesmo a atividade sexual sendo percebida como natural, pois é por meio dela que é possível reproduzir e dar

continuidade à espécie, ainda assim, a inversão dos lugares políticos ocupados por estes indivíduos – homens livres, mulheres e escravos – estaria suscetível de repreensão e sinal de intemperança, falta do controle sobre si mesmo.

A vivacidade própria do prazer não deve ser motivo de descuido que leve ao excesso e à passividade, de tal modo que Foucault assinala que dentro da tradição filosófica os *aphrodisia* possuem uma incompatibilidade com o que era esperado na vida teórica (*bíos theoretikós*): “O prazer sexual aparece como incompatível com, ou pelo menos perigoso para a vida teórica, ou seja, a vida que se devota, se dedica à busca, apreensão e contemplação da verdade.” (FOUCAULT, 2016, p. 136). Em outras palavras, é justamente por sua vivacidade e por sua tendência natural a levar a atividade sexual aos excessos, que os *aphrodisia*, apesar de não possuírem uma natureza má em si mesma, levantam já uma suspeição em torno de si, um certo sentido de perigo – devido aos prazeres tenderem sempre ao excesso – que implica em tornar as práticas sexuais alvo de uma investigação moral. “Brevemente, a interrogação ética dos gregos acerca dos *aphrodisia* se resume à pergunta: como usá-los? Não se trata, pois, de uma problematização do desejo ou do prazer, mas do exercício, da *chrésis*.” (CASTRO, 2016, p. 38).

2. A *chrésis*, deste modo, é o termo ao qual a problematização moral da conduta sexual deve se referir, isto é, segundo Foucault a reflexão moral daquilo a que os gregos chamavam de *chrésis aphrodision*, designam não somente a atividade sexual, mas determina o seu uso (*chrésis*): “se refere também à maneira pela qual um indivíduo dirige sua atividade sexual, sua maneira de se conduzir nessa ordem de coisas, o regime que ele se permite ou se impõe, as condições em que ele realiza os atos sexuais, a importância que ele lhes atribui na vida.” (FOUCAULT, 2009, p. 67). Novamente Foucault (Ibidem, p. 68) esclarece que não se trata de uma sujeição a um código ou uma lei, mas de uma adequação, reflexão e prudência na distribuição dos atos e dos prazeres. A *chrésis* é determinada levando em consideração três aspectos no uso dos prazeres: a necessidade, o momento e o status.

O primeiro princípio, o da necessidade, diz respeito à satisfação natural do que é necessário ao corpo: os prazeres devem encontrar seus limites na medida em que encontram a sua satisfação. Se para alguns isso se resolveria de uma maneira imediata, mesmo pública e sem pudores, como no caso de Diógenes<sup>9</sup>, isso se devia ao fato de que os prazeres deveriam ser sustentados somente pelo

<sup>9</sup> Conforme Foucault (2009, p. 68-69) em *O uso dos prazeres* mesmo explicita, Diógenes era conhecido por levar ao extremo os preceitos do *chrésis aphrodision* ao comer ou até mesmo se masturbar em público. Para Diógenes, se a necessidade era natural, então não havia motivo para se envergonhar diante da satisfação da mesma, de modo que a necessidade deveria ser satisfeita da maneira mais simples e direta possível.

princípio da necessidade e assim evitar os excessos e as práticas extranaturais: aqueles que procuram se satisfazer com os melhores vinhos e cozinheiros ou que se serve de “homens como se fossem mulheres”, estes satisfazem um desejo que é secundário e deriva da simples necessidade mais imediata (Ibidem, p. 69-71). Portanto, o homem temperante é aquele que, sem proibições ou anulações, sustenta seu prazer naquilo em que há de puramente necessário.

O segundo princípio ou estratégia da *chrésis* é o do momento oportuno, o *kairos*. Este um tema que ocupa grande espaço nas discussões gregas, porque saber o momento oportuno era algo de que o homem deveria estar dotado seja nas práticas médicas, na política, nas práticas religiosas, no corpo e seus prazeres. A ética sexual não era determinista no sentido de eliminação dos prazeres, mas era preciso encontrar o seu momento oportuno: “Se Xenofonte cita Ciro como exemplo de temperança não é porque este estivesse renunciado aos prazeres; é porque ele sabia distribuí-los como convinha no curso da sua existência, não se deixando por eles desviar de suas atividades [...]” (Ibidem, p. 73). Como veremos mais adiante com a dietética, o *kairos* também é uma preocupação constante ao analisar as práticas diárias e de cuidado com o corpo e seu dispêndio: os banhos, os exercícios, as regiões, as estações, uma série de práticas e situações que devem corresponder à escolha do momento oportuno.

Por fim, temos o status, a posição social que o sujeito ocupa, como a terceira determinação da *chrésis*. Segundo essa estratégia, a moral sexual está ligada diretamente ao modo de vida. Para os gregos fazer de sua vida uma “obra resplandecente” é também estar de acordo com uma rigorosa escolha de conduta sexual. Fazer uso dos prazeres não é privilégio exclusivo do homem, pois até mesmo os animais comungam dos prazeres da comida, do sono e do sexo, porém a honra e o louvor são próprios do ser humano. (Ibidem, p. 75). É nesse sentido que o zelo que se dispensa ao uso dos prazeres é tão importante, pois demonstra-se mais sábio e temperante, capaz de um domínio sobre si, aquele que não se desonra em sua conduta.

Aqui aproveitamos para fazer um parênteses sobre o termo *chrésis*: em um sentido amplo, *chrésis* significa uso, porém seu termo médio *chréstai* parece não ter um significado específico assumindo o sentido da palavra que o acompanha, por exemplo *chrestai theoi* (usar o deus = consultar um oráculo), *chrestai logoi* (usar a linguagem = falar), etc. Entender o uso desse verbo nos oferece pistas importantes no modo como o homem grego compreende a si mesmo, pois segundo Agamben (2017, p. 49), o termo *chrestai* está diretamente relacionado com a experiência que o faz de si mesmo, o uso que ele pode fazer do seu corpo é também uma maneira de

constituição de si mesmo: “[...] para entrar em relação de uso com algo, eu devo ser por ele afetado, constituir a mim mesmo como aquele que faz uso de si. No uso, o homem e mundo estão em relação de absoluta e recíproca imanência: ao usar algo, o que está em jogo é o ser do próprio usante.” Portanto, o termo médio é reflexivo, isto é, o termo em que o sujeito está implicado na própria ação.

Os três aspectos apresentados por Foucault demonstram que tanto no corpo quanto no ato/desejo/prazer o que está implicado é o uso que se faz deles e não estes elementos em si mesmos. Como veremos mais adiante, Foucault irá em identificar no sujeito do cuidado de si esse sujeito da ação, mais precisamente da ação sobre si mesmo.

3. Neste último ponto estão reunidas as noções de *enkrateia* e *sophrosyne* pela proximidade que essas noções possuem. Enquanto os dois primeiros pontos tratavam mais diretamente sobre o prazer e seu uso, estas duas noções extrapolam as coisas mesmas para falar de uma atitude ou estado de domínio do homem sobre si mesmo. Contudo, apesar da proximidade dessas noções, elas constituem dimensões distintas: como salienta Foucault (2009, p. 79-80), a elaboração da *enkrateia* como constitutivo de uma conduta moral só é possível mediante uma ação (forma ativa) sobre si mesmo e demonstra-se no bom uso que se faz dos prazeres; por outro lado a *sophrosyne* (temperança) é um estado geral que garante uma conduta. Nas palavras de Foucault (2009, p. 81-82), “Nesse sentido a *enkrateia* é a condição da *sophrosyne*, a forma de trabalho e de controle que o indivíduo deve exercer sobre si para tornar-se temperante (*sophron*).”

Enquanto forma ativa da elaboração ética do sujeito, a *enkrateia* pressupõe determinadas dinâmicas e atividades de dominação de si; em primeiro lugar, é requerida uma luta contra os prazeres e os desejos, um jogo de forças entre dominador e dominado. Os prazeres e os desejos constituem forças naturais que tendem à revolta e ao excesso, de tal maneira que homens e animais as compartilham. Portanto, é preciso empreender uma luta contra os desejos a fim de tornar-se diretor da sua conduta moral. A analogia a um campo de batalha, onde o indivíduo se coloca em oposição aos *hedonai* (prazeres) e aos *epithumai* (desejos) expressa, segundo Foucault (Ibidem, p. 83), a batalha a ser travada contra um inimigo hostil, a vigilância constante e a precaução estratégica diante do adversário.

A segunda atitude do exercício ético é a compreensão de que o sujeito trava uma batalha consigo mesmo. Não são somente os prazeres e desejos enquanto objetos da análise ética que estão em questão, mas o próprio sujeito constitui-se à medida que é a si que se quer dominar, porquanto

aquilo que deve ser combatido não é ontologicamente distinto do sujeito. “Na ética dos *aphrodisia*, a necessidade e a dificuldade do combate se deve, ao contrário, a que ele se desenrola como uma justa consigo mesmo: lutar contra ‘os desejos e os prazeres’ é se medir consigo.” (Ibidem, p. 84-85).

Na antiguidade clássica, a dominação de si não retrata um quadro de eliminação dos desejos. a virtude reside justamente na capacidade de fazer uso dos prazeres da maneira que se quer e resistir quando se quer, exemplo disso é o domínio de Sócrates diante de Alcebiades. É um exemplo que será totalmente condenado na espiritualidade cristã, pois a provação “atesta a presença sustentada, para eles imoral, do desejo [...]” (Ibidem, p. 86). Aqui, tal atitude se aproxima novamente da noção de *sophrosyne*, desse estado de temperança para o qual o sujeito moral se encaminha. Esse estado não tem a ver com as atitudes monásticas na experiência cristã de supressão do desejo e afastamento do mundo, na verdade o sujeito temperante não deixa de recorrer aos desejos, entretanto não é passível de domínio dos mesmos. Afirma Foucault (Ibidem, 87):

Em outras palavras, para se constituir como sujeito virtuoso e temperante no uso de seus prazeres, o indivíduo deve instaurar uma relação de si para consigo que é do tipo “dominação-obediência”, “comando-submissão”, “domínio-docilidade” (e não, como será na espiritualidade cristã, uma relação do tipo “elucidação-renúncia”, “decifração purificação”). É o que se poderia chamar de estrutura “heautocrática” do sujeito na prática moral dos prazeres.

A estrutura heautocrática a que Foucault se refere é o governo de si que se obtém quando se conforma a faculdade de desejar aos critérios e prescrições da razão. Da mesma forma que a hierarquia no governo da casa ou no governo da vida civil é essencial para a boa organização dos mesmos. Assim deve ser o homem temperante: ele ouve a hierarquia e a autoridade, que na ordem de coisas, é dada à razão. Logo, é possível abstrair que, assim como o pedagogo possui os preceitos necessários para a criança ou a equipagem deve ser de acordo com seu cocheiro – segundo os exemplos citados por Foucault de Aristóteles e Platão, respectivamente –, a razão não deve se entregar à servidão dos prazeres, dos desejos e do corpo; a razão deve sempre dominar as potências inferiores como elemento essencial da constituição e manutenção da autoridade.

Por fim, a constituição do sujeito moral, se tomada como um embate, não deve ser entendida somente como enfrentamento e conseqüente domínio dos prazeres e de si, mas também aos moldes de um embate esportivo que evoca a necessidade do exercício constante. Segundo Foucault (Ibidem, 90-91), o exercício se traduzirá em Platão como um princípio de ocupação consigo – se conhecer, saber o que se sabe e aquilo que se ignora – exercer sobre si tal conhecimento e

transformar-se; já para os cínicos, por exemplo, a *áskesis*<sup>10</sup> (exercício) possui tão grande importância ao ponto de sua vida inteira tornar-se uma espécie de exercício permanente do corpo e da alma. A *áskesis*, portanto, se conforma em uma série de práticas (regimes, meditações, inventário de faltas, provas de coragem e resistência, etc) que, em certa medida, antevêm ao que se deve preparar e cria o hábito da conduta no trabalho ético.

O último elemento da constituição moral do sujeito é a noção de *sophrosyne*. Alcançar o estado de temperança é o objetivo para aqueles que conseguiram o domínio de seus prazeres e desejos, em que o homem pode estar livremente de acordo com a razão. Mas o que é tornar-se livre em relação aos prazeres? O que é estar de acordo com a razão? Liberdade e verdade são, para Foucault, constituição do estado de temperança e sabedoria do agir.

De acordo com Fonseca (1995, p.112), “Liberdade no sentido positivo de um poder que se exerce sobre si. Nesse sentido, ser livre significa ser senhor de si e dos seus atos. Tal liberdade ativa tem sua expressão no caráter ‘viril’ da ação, pois exige poder, força, capacidade de dominação, exige, enfim virilidade”. O estado de liberdade, ao qual está associada a temperança, tem como seu oposto a escravidão, isto é, a liberdade não está dada como condição a todos os homens naturalmente, mas como uma condição que se adquire em relação a si mesmo. A soberania de si para consigo se reflete no comando da *pólis*. Para os gregos, segundo a ordem das coisas, do mesmo modo que um soberano deve exercer seu poder com virilidade e não se submeter à servidão, assim o homem temperante deve agir de modo a ser livre em relação aos seus prazeres e desejos, sem assumir papel de dominado em relação a estes últimos. No entanto, ressalta o texto foucaultiano: “essa liberdade é mais do que uma não-escravidão, mais do que uma liberação que tornaria o indivíduo independente de qualquer coerção exterior ou interior; na sua forma plena e positiva ela é poder que se exerce sobre si, no poder que se exerce sobre os outros.” (FOUCAULT, 2009, p. 99).

Isto a que Foucault chama de liberdade-poder exercido na *sophrosyne*, por outro lado, deve estar associada à verdade, ou seja, “não se pode constituir-se como sujeito moral no uso dos prazeres sem constituir-se ao mesmo tempo como sujeito de conhecimento.” (Ibidem, p. 106). A condição do conhecer-se a si mesmo concorre no sentido de estar de acordo com a verdade, assim a temperança pode ser exercida à medida que o *logos* é colocado como soberano no homem para que seja capaz de regular seu comportamento. Na filosofia platônica, segundo Foucault, o *logos* exerce

---

<sup>10</sup> Foucault distingue ao menos três compreensões de *áskesis*: a filosófica, a helenística e romana, e a cristã. Como veremos mais adiante no segundo e terceiro capítulo, a *áskesis* helenística e romana caracterizam-se não por uma renúncia de si, mas trata-se do trabalho de constituição de si mesmo. O auge da cultura de si irá ser marcado profundamente por exercícios e práticas do cuidado de si.

o poder de comando, a capacidade técnica e conhecimento ontológico de si por si. essas três formas de relação com o prazer demonstram a função da razão em afastar de si os prazeres e os desejos a fim de alcançar a verdade. Assim, pode-se afirmar em resumo que “A relação com a verdade é uma condição estrutural, instrumental e ontológica da instauração do indivíduo como sujeito temperante e levando uma vida de temperança; ela não é uma condição epistemológica para que o indivíduo se reconheça na sua singularidade de sujeito desejante, e para que possa purificar-se do desejo assim elucidado.” (Ibidem, p. 109-110)

Portanto, a autoconstituição do homem enquanto sujeito moral refere-se a uma substância ética (*aphrodisia*), a um modo de sujeição (*chrésis*), a uma prática do exercício ético (*enkratéia*) e à teleologia do sujeito moral (*sophrosyne*). São esses quatro elementos que, segundo Foucault, constituem a abordagem dos prazeres no campo moral da antiguidade clássica. O uso que o sujeito faz de si mesmo é, portanto, a maneira pela qual o sujeito constitui a si mesmo. De maneira geral, explicitamos nesta primeira parte os elementos iniciais de uma integração cada vez mais presente dos prazeres num quadro geral de atenção do sujeito sobre si mesmo. Requisitar o domínio de si irá resvalar em uma vigilância cada vez mais pulverizada na vida cotidiana. Na segunda parte do presente capítulo, apresentamos como o corpo foi investigado sob a ótica de uma economia que se deveria ter consigo mesmo e suas implicações na relação com o prazer, seu dispêndio, exagero, etc.

## 1.2 O CORPO E A DIETÉTICA DOS ANTIGOS

Na obra *O uso dos prazeres*, em uma breve introdução à questão da dietética, Foucault (2009, p. 125-126) destaca o corpo em função de uma certa maneira de ocupação necessária para a definição do uso dos prazeres na Grécia clássica (sec. V e IV a.C.). Ao longo dos seus últimos escritos nos anos 80, à medida que nos aproximamos do tema do corpo, parece se tornar cada vez mais evidente que, tanto em sua realidade física, quanto moral o corpo se torna alvo de análise a partir da obra foucaultiana. A relação que o homem grego estabelecia com seu próprio corpo no sentido da dietética na antiguidade clássica aponta para um certo cuidado inserido no modo do homem grego conduzir o projeto de sua própria existência.

Para Foucault, o sentido geral do cuidado com o corpo, aquilo que era denominado como dietética, poderia ser referida a duas narrativas sobre a origem. A primeira estaria em Hipócrates, cujo tratado sobre a Medicina Antiga aponta o regime como aquele cuidado e dieta conforme a própria natureza do homem e dele teria se originado a medicina. A segunda narrativa, de acordo com Platão, vê o regime como um desdobramento da medicina. A dieta seria destinada aos tempos de lassidão e às existências mal conduzidas. (Ibidem, p. 127-129).

A reflexão dietética ocupa um espectro bastante amplo da vida grega. Se a dieta para os contemporâneos tem um sentido estrito de regras médicas e nutricionais, para os gregos a dietética abrange, segundo Foucault, os exercícios (*ponoi*), os alimentos (*sitia*), as bebidas (*pota*), os sonos (*hupnoi*), as relações sexuais (*aphrodisia*). Algo que deve ficar claro aqui é que os gregos não possuíam um conjunto de leis ou regras a serem seguidas de modo rígido, antes disso, a dietética negocia com a própria natureza do homem na maneira de conduzir sua existência.

Na visão de Foucault, a dietética antiga não sugere somente regras isoladas para a boa saúde, mas um regulamento geral para a vida que abranja tanto o aspecto mental como o moral. A dietética antiga não só pressupõe que o cuidado do corpo e da alma sejam mutuamente dependentes um do outro, como também sustenta que a disciplina mental é uma condição prévia de um regime bem sucedido; acima de tudo, o objetivo principal da dietética não é o prolongamento irrestrito da vida, mas a otimização da qualidade de vida, ou seja, a maximização da saúde prazerosa dentro dos limites naturais. (DETEL, 2005, p. 93)<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> “As Foucault sees it, ancient dietetics does not just suggest isolated rules for good health, but an overall regulation of life that covers both the mental and the moral aspect. Ancient dietetics pre-supposes not only that the care of the body and of the soul are mutually dependent on each other, it also maintains that mental discipline is a



O corpo na dietética parece ser um ponto de partida e, mais precisamente, de cuidado – no sentido de estilização da vida –, pois é através dele que são possíveis os prazeres da visão, do olfato, da audição, do paladar e do tato – aqui se inclui também o prazer da atividade sexual. Assim “só existe prazer suscetível de *akolasia* [intemperança] lá onde existe o toque e o contato: com a boca, a língua e a garganta (para os prazeres da alimentação e da bebida), com outras partes do corpo (para o prazer do sexo).” (FOUCAULT, 2009, p. 53). Essa citação de Aristóteles feita por Foucault serve para demonstrar que os prazeres do corpo não são apresentados de maneira restritiva ou mesmo fazendo parte de uma natureza tal que por finalidade teria a incitação ao mal.

Filosofia e medicina, na Grécia antiga, mantinham no corpo este ponto de proximidade. Os antigos fisiólogos ou os chamados filósofos da natureza já demonstravam uma preocupação fisiológica e do cuidado com o corpo, a ponto de ocuparem um lugar de destaque entre as antigas teorias pré-socráticas da natureza. (JAEGER, 2001, p. 518). Em Sócrates também é bastante evidente essa preocupação, porém, mais do que isso, a reflexão socrática sobre a natureza “adota um ponto de vista antropológico, ao estudá-la: são o Homem e a estrutura do corpo humano o ponto de partida das suas conclusões.” (Ibidem, p. 518).

Todo esse conjunto de atividades e cuidados com o corpo, os banhos, a alimentação, as bebidas, os passeios, os sonos, estavam diretamente ligados ao tempo, às estações do ano, ao clima, a quantidade, à natureza de um modo geral. A ordem das atividades exercidas por alguém deveria levar em consideração o onde, o quando, por quem, por quanto tempo, etc. O objetivo maior era o alcance de uma medida que evitasse os extremos da escassez e do excesso.

Deste modo, sem dúvida o cuidado com o corpo constituía parte essencial da vida e das reflexões na Grécia clássica. O corpo e seus prazeres eram o ponto de inflexão da experiência empírica da medicina e da filosofia, mas não somente. A dietética também foi cercada das reflexões morais:

Em todo caso, quer se faça da dietética uma arte primitiva ou se veja nela uma derivação ulterior, é claro que a própria ‘dieta’, o regime, é uma categoria fundamental através da qual pode-se pensar a conduta humana; ela caracteriza a maneira pela qual se conduz a própria existência, e permite fixar um conjunto de regras para a conduta: um modo de problematização do comportamento que se faz

---

precondition of a successful regimen; above all, the primary aim of dietetics is not the unqualified prolongation of life, but the optimisation of the quality of life, that is the maximization of pleasurable health within natural bounds.”

em função de uma natureza que é preciso preservar e à qual convém conformar-se. O regime é toda uma arte de viver. (FOUCAULT, 2009, p. 129)

Ao falar da dietética como uma arte de viver é preciso ressaltar dois pontos: primeiro que o regime não é uma terapêutica, ou seja, o regime não é uma determinação legitimada por instituições ou mesmo por alguém com vistas a dirimir um mal que está ou se instaura no sujeito. Segundo Sforzini (2017, p. 78), a dietética “não visa a definição e a eliminação de formas patológicas de comportamento (em especial sexual), mas sim a integração da existência corporal numa prática racional, útil e livremente escolhida”.<sup>12</sup>

A dietética cumpre o papel de ser uma ação em que é posta a reflexão acerca de si mesmo. Nas palavras de Foucault, “é necessário reter que a dieta não é concebida como uma obediência nua ao saber do outro; ela deveria ser por parte do indivíduo, uma prática refletida de si mesmo e de seu corpo.”(FOUCAULT, 2009, p. 135-136). O conjunto de práticas expressas na dietética permite ao sujeito tornar-se uma espécie de médico de si mesmo.

Em segundo lugar, é preciso destacar que esse equilíbrio ou “justa medida” buscada nos cuidados do corpo não representa a única faceta a ser compreendida. Como já fora mencionado, os gregos tinham uma preocupação de ordem corporal, mas também de ordem moral. Evitar os extremos do excesso ou da falta do cuidado com o corpo desempenhava um papel que visava aos cuidados com a alma. Os conselhos para uma vida salutar exigem do homem uma vigilância constante que serve para prepará-lo para as adversidades da vida, ajustando o comportamento de acordo com as situações. A reflexão e a prudência nos cuidados com o corpo e suas atividades se dirigem à alma e inculca certos princípios, de modo que se pode afirmar a distinção entre o agir livre e a condição servil em relação a si mesmo. Assim assevera Sforzini (2017, p. 78):

No entanto, para que esta medida seja incluída, não deve ser dirigida apenas ao organismo. A otimização do corpo é inseparável de um aperfeiçoamento espiritual, moral, que joga tanto como um efeito quanto como uma causa. Por um lado, um corpo bem gerido, medido e equilibrado irá promover a paz de espírito para a alma. Por outro lado, a implementação de um regime corporal exige uma firmeza e coesão de espírito que garanta a constância do exercício, mesmo que se deva evitar *medições excessivas*.<sup>13</sup>

<sup>12</sup> “[...] elle ne vise pas la définition et l’élimination des forms pathologiques du comportement (sexuel en particulier), mais l’intégration de l’existence corporelle dans une pratique rationnelle, utile, librement choisie.”

<sup>13</sup> “Toutefois, pour que cette mesure s’inscrive, elle ne doit pas s’adresser uniquement au corps. L’optimisation du corps n’est pas séparable d’un perfectionnement spirituel, moral, qui joue à la fois comme effet et comme cause. D’un côté un corps bien géré, mesuré, équilibré va favoriser la tranquillité de l’âme. De l’autre, la mise en œuvre d’un régime du corps suppose une fermeté et une cohésion d’âme qui assurent la constance de l’exercice, même s’il faut éviter les *excès de mesure*.”

Portanto, não existem códigos ou receitas estritas na direção do corpo ou da alma, não há restrições a uma atividade ou circunstância por ser boa ou má em si mesma. A dietética se constitui como uma “arte estratégica”, que pressupõe o exercício constante na manutenção do equilíbrio do corpo e da alma. Em outras palavras, o cuidado do corpo não tem um fim em si mesmo, o regime é “toda uma maneira de se constituir como um sujeito que tem por seu corpo o cuidado justo, necessário e suficiente.” (FOUCAULT, 2009, p. 137).

A intersecção entre o indivíduo e o mundo produz uma série de enumerações das atividades da vida cotidiana do homem grego, desde o momento de acordar ao momento de dormir: alimentação, banhos, posições, clima, época, qualidades e quantidades. Dentre esses prazeres, aqueles produzidos pelos *aphrodisia* não ganham um espaço especial de reflexão. As recomendações quanto aos *aphrodisia* não ocupam um lugar de determinação das formas que possa adquirir ou muito menos está subsumido a regras gerais de proibição. Nas descrições é visto como um dentre outros prazeres que tocam o corpo e que devem manter seu equilíbrio entre o mais e o menos. Segundo Foucault, “não se trata, portanto, de fixar, uniformemente e para todos, os ‘dias úteis’ do prazer sexual; mas de calcular da melhor maneira os momentos oportunos e as frequências que convêm.” (Ibidem, p. 147).

A problemática do corpo e dos prazeres em geral é evidente na cultura ética grega, entretanto, a reflexão moral não levou a uma elaboração de regras de condutas binárias divididas entre o permitido e o proibido ou mesmo a obediência a um código. O mais importante, na verdade, é que o prazer fosse satisfeito conforme a natureza. A problematização moral dos prazeres no sentido grego visava uma estilização de um modo geral na vida do indivíduo a partir de um ponto de vista em que o ato, o desejo e o prazer estão associados muito intrinsecamente entre si. Portanto, o conjunto de práticas do cuidado consigo mesmo estão diretamente refletidas na relação que se estabelece com o próprio corpo, com os prazeres do corpo e suas atividades.

Entretanto, apesar de na antiguidade clássica a alimentação, por exemplo, parecer ser muito mais decisiva do que as relações sexuais, é preciso notar que os *aphrodisia* possuíam suas especificidades, e é neste ponto que se pode apontar o interesse foucaultiano de saber o porquê de os prazeres sexuais se tornarem cada vez mais um objeto de preocupação e de uma vigilância em particular.

Os tratados de Hipócrates e Diocles acerca do regime, segundo a análise foucaultiana, são aconselhamentos de princípios bastante gerais, em especial o *Regime* de Diocles elenca as diversas atividades diárias e suas variações conforme as circunstâncias, de modo que o equilíbrio fosse sempre mantido. Para alguns prazeres, o excesso ou a falta deveriam sempre ser evitados, entretanto os *aphrodisia* têm sua própria medida: a problematização do sexo estava ligada à disposição natural de um certo dispêndio de energia. Assim, não sendo mau por natureza, o regime dos *aphrodisia* desperta uma série de cuidados específicos e uma atenção vigilante, que segundo Foucault se justificam, em linhas gerais, por duas razões.

A primeira razão estaria ligada ao próprio corpo e uma economia necessária para que “ele conservasse toda uma força que o ato sexual jogaria fora.” (FOUCAULT, 2009, p. 152). Foucault diz ser possível apontar temperamentos para os quais era favorável a atividade sexual, mas o que se vê de delinear de maneira mais veemente é uma economia dos prazeres cada vez mais restritiva. Ainda não se tinha chegado ao ponto em que se poderia reconhecer patologias, entretanto as recomendações tendiam sempre ao mínimo possível. A atividade sexual tornava o corpo fraco, era ruim para a saúde e bastante nociva sobre os órgãos devido aos seus excessos. (Ibidem, p.150-151).

A segunda razão deve-se não somente ao corpo individual, mas aos corpos que podem ser concebidos, isto é, a progenitura. O cuidado com a progenitura envolve um processo de cuidado constante com o próprio corpo, desde a idade favorável, ao vigor, a alimentação e o período do ano mais propício; mas também envolve um cuidado que vai além do próprio corpo. Em um sentido, o cuidado imposto a si favorecia que se imprimisse na alma e no corpo da criança o que estaria de acordo com a mais bela descendência. Em outro sentido, é preciso lembrar que a dietética, em todos seus aspectos, está diretamente ligada à vida civil, primordialmente dos homens livres da *polis*, portanto, o cuidado com a progenitura era de interesse dos pais e de toda a cidade para que de qualquer sorte não gerassem filhos miseráveis. (Ibidem, p. 153-155).

Nas palavras de Sforzini (2017, p. 79-80), a participação das relações sexuais nos desejos do corpo e seu equilíbrio se dão da seguinte maneira:

Mas é selvagem no sentido de que contém violência que pode ser prejudicial a toda a vida, e até representar o desencadeamento no corpo de uma energia de morte e destruição. Para que, ao contrário do cânone da moral grega que condena sistematicamente os dois extremos, se uma sexualidade excessiva é absolutamente

sempre condenada, uma abstenção total, por outro lado, possa ser proposta como conducente ao desenvolvimento vital [...].<sup>14</sup>

Foucault faz uma série de relatos que demonstram a agressividade contida no ato sexual. É preciso frisar que toda a preocupação estava circunscrita no ato em si e não em uma disposição de causar doenças, pois o ato poderia comprometer o equilíbrio do homem e a capacidade do domínio sobre si mesmo. É deste modo que a agressividade própria da atividade sexual proporciona uma vigilância mais atenciosa, um cuidado que visa minar os efeitos sobre o corpo e sobre a alma. Assim, segundo Foucault (2009, p. 159-160):

Dar a essa atividade a forma rarefeita e estilizada de um regime é se garantir contra os males futuros; é também se formar, se exercer, experimentar-se como um indivíduo capaz de controlar sua própria violência e de deixá-la funcionar nos limites convenientes, de reter em si o princípio de sua energia e de aceitar a morte prevenindo o nascimento de seus descendentes. O regime físico dos *aphrodisia* é uma preocupação de saúde; é, ao mesmo tempo, um exercício – uma *askesis* – de existência.

Os *aphrodisia* põem em marcha uma série de desdobramentos, bem como coloca em funcionamento toda uma mecânica vigorosa que mobiliza todo o corpo, que mesmo correndo o risco do total desequilíbrio, ainda assim cumpre também o papel de assegurar a sobrevivência da espécie. A “sexualidade”, no que tange o ato sexual em si, do ponto de vista grego, está, portanto, no limiar de duas problematizações acerca do domínio sobre si mesmo – a consciência do corpo, seus fluidos, funcionamento e limites – e a perpetuação da espécie.

No relato foucaultiano (Ibidem, p. 164-171), a discussão médica e filosófica via na liberação do esperma, por exemplo, o dispêndio de algo precioso que, independente de onde viesse – do cérebro, da medula, da agitação do sangue, dos humores do corpo, etc. –, está diretamente ligado à vida daqueles que praticam o ato sexual. Deste modo, o cuidado total dos atos, dos desejos e dos prazeres é um cuidado que se tem com a própria vida, corpo e alma. Não se quer dizer com isso que havia algo como uma proibição expressa aos atos sexuais ou mesmo que o prazer fosse algo mau em si, entretanto, aquele que almeja o domínio de si deveria estar consciente de que tais práticas advinham de um ato custoso para o ser vivo, um dispêndio tão custoso que poderia levar à morte. A reflexão sobre a morte, por sua vez, não está somente associada ao desgaste que ora existia na

<sup>14</sup> Mais elle est sauvage au sens où elle contient une violence qui peut se révéler néfaste pour l’existence tout entière, et même représenter le déchaînement dans le corps d’une énergie de mort et de destruction. De telle sorte que, contrairement au canon de la moralité grecque qui condamne systématiquement les deux extrêmes, si une sexualité par excès est absolument toujours condamnée, une abstention complète, en revanche, peut être proposée comme propice à l’épanouissement vital [...].

intensidade das fricções corporais e efeitos sobre o sistema ejaculatório como uma perda de parte si e da energia acumulada, mas era também uma aproximação do homem à morte na medida em que o sexo engendra outros corpos e na sobrevivência da espécie o indivíduo participa, de certa maneira, da imortalidade. Assim resume Foucault (Ibidem, p. 172):

O ato sexual não inquieta porque releva do mal, mas sim porque perturba e ameaça a relação do indivíduo consigo mesmo e a sua constituição como sujeito moral: ele traz com ele, se não for medido e distribuído como convém, o desencadear das forças involuntárias, o enfraquecimento da energia e a morte sem descendência honrada.

Corpo e alma, morte e vida, temperança e intemperança são temas bastante caros aos gregos: eles suscitam diversos questionamentos que marcam e conduzem o homem a fazer um estilo de vida para si. Pode-se, portanto, afirmar que o corpo está envolto de valores, alvo de uma atenção cada vez mais constante e que justamente por isso para os gregos o corpo se constitui não somente em sua morfologia mas, como a análise foucaultiana revela, atravessado pelos processos de subjetivação. Nas palavras de Vernant (1991, p. 36):

O corpo grego da antiguidade não aparece como uma morfologia de grupo de órgãos unidos pela forma de um desenho anatômico, nem na forma de particularidades físicas próprias de cada ser humano, como num retrato pessoal. Pelo contrário, aparece como um brasão, e através de traços emblemáticos apresenta os múltiplos "valores" relativos à vida, beleza e poder de que o indivíduo é dotado, valores que ele carrega e que proclamam o seu *timé*. [...]. o corpo assume a forma de uma espécie de quadro heráldico no qual se inscreve e decifra o estatuto social e pessoal de cada pessoa: a admiração, o medo, a saudade e o respeito que inspira, a estima em que é tida, as honras a que tem direito [...].<sup>15</sup>

Os cuidados médicos e filosóficos a respeito do corpo evidenciam essa importância atribuída ao corpo na antiguidade e que Foucault consegue captar dentro dos processos de constituição do sujeito e suas práticas: “Podemos então compreender por que razão o regime dos prazeres, dentro e através do regime do corpo, é tão fundamental para o homem grego. Condiciona a força, a vida e a

---

<sup>15</sup> “The Greek body of antiquity does not appear as a group morphology of organs fitted together in the manner of an anatomical drawing, nor in the form of physical particularities proper to each human being, as though in a personal portrait. Rather, it appears like a coat of arms, and through emblematic traits presents the multiple “values” concerning the life, beauty, and power with which an individual is endowed, values he bears and which proclaim his “*timé*”. [...]. the body assumes the form of a sort of heraldic picture on which each person's social and personal status is inscribed and can be deciphered: the admiration, fear, longing, and respect he inspires, the esteem in which he is held, the honors to which he is entitled [...].”

liberdade dos indivíduos.”<sup>16</sup> . O corpo, seja ele princípio ou fim das reflexões e práticas gregas, aparece no texto foucaultiano como uma tessitura que não pode ser contornada, é uma realidade a ser encarada e que encontra seu espaço de problematização na cultura ética grega. Todas as sensações que se revelam no corpo e todos os atos que são através do corpo não encontram lugar numa codificação estrita do comportamento. Embora Foucault (2009, p. 172) admita uma tendência restritiva, a instauração da dietética como uma técnica de vida pretende destacar a relação de si mesmo e o próprio corpo em seus atos, desejos e prazeres possíveis. A proximidade que o homem grego mantém com seu próprio corpo pode revelar a possibilidade de constituição do sujeito enquanto mestre da sua condição sexual, social e política, isto é, da sua própria existência.

---

<sup>16</sup> “On comprends alors pourquoi le régime des plaisirs, dans et à travers le régime du corps, a une importance si fondamentale pour l’homme grec. Il conditionne la force, la vie, la liberté des individus.” (SFORZINI, 2017, p. 84)

## 2. O CORPO NO PERÍODO HELENÍSTICO-ROMANO

### 2.1 O CORPO NA CULTURA DE SI

Retornar a si mesmo, velar seu corpo e sua alma, lembrar de si mesmo, voltar a si, formar-se, reivindicar-se a si mesmo, refluir sobre si mesmo, cultuar-se, retirar-se em si, tratar-se, curar-se, cuidar de si...<sup>17</sup> Foucault elenca uma série de expressões que retratam a coextensividade do cuidado de si (*epiméleia heautoû*) à vida individual e por isso estendem-se às mais diversas atividades da vida cotidiana. As expressões, segundo Foucault (2010, p. 78-79), podem ser divididas em quatro famílias: umas referem-se ao modo de percepção sobre si mesmo (atenção, olhar sobre si); outras ao modo de condução da própria existência (retrair-se, instalar-se em si); em terceiro lugar aquelas que reivindicam expressões propriamente médicas, jurídicas e religiosas (curar-se, desobrigar-se, honrar-se); e por último aquelas que designam uma relação permanente consigo (ser mestre de si, satisfazer-se consigo mesmo). Assim, todas as expressões podem ser resumidas, de alguma maneira, em um sentido amplo de cuidado de si mesmo, que os gregos expressam por *epiméleia heautoû* e em latim por *cura sui* (cuidar de si mesmo).

Na constituição do sujeito moral na Grécia clássica do século V a.C., o cuidado consigo mesmo era dado através de princípios de estilização das condutas (Dietética, Econômica e Erótica) claramente relacionados ao *status*. mais precisamente, estes princípios eram direcionados aos jovens aristocratas para que estivessem preparados para exercer o poder. A mudança percebida por Foucault (Ibidem, p. 76), em relação aos dois primeiros séculos da nossa era, mostra que o princípio de “ocupar-se consigo mesmo tornou-se um princípio geral e incondicional, um imperativo que se impõe a todos, durante todo tempo e sem condição de status”. Cuidar de si mesmo tornou-se, portanto, um fim em si mesmo e não com vistas ao exercício político.<sup>18</sup>

Também bastante perceptível nesses dois primeiros séculos é a intensificação e “recrudescimento dos temas de austeridade de moral em relação ao corpo, ao casamento e à relação com os rapazes” (FONSECA, 1995, p. 120). A intensificação da austeridade nesses séculos não se

<sup>17</sup> Os termos oriundos das filosofias platônica, estoica, epicurista e cínica são destacadas por Foucault em diversos textos. Aqui nos aproveitamos de diversas passagens das obras *O cuidado de si* e *A hermenêutica do sujeito*.

<sup>18</sup> Foucault mostra que não são mais os jovens, ávidos por exercer o poder, que ocupam as academias. Cuidar-se de si é um princípio, segundo o qual, as pessoas jovens ou não, individualmente ou coletivamente decidem se engajar. A escola de Epicteto poderia abrigar aqueles que quisessem ouvir seus ensinamentos por um dia, alguns dias ou por um período maior; os cínicos, por exemplo, se direcionavam ao público em geral ocupando as praças, esquinas. (FOUCAULT, 2010, p. 82-83)



deu através de leis ou normas mais rigorosas ou ainda da interdição dos atos. Na verdade, o que Foucault (2013, p. 46-47) registra é uma majoração da relação que o sujeito mantém consigo:

[...] a insistência sobre a atenção que convém ter para consigo mesmo; é a modalidade, a amplitude, a permanência, a exatidão da vigilância que é solicitada; é a inquietação com todos os distúrbios do corpo e da alma que é preciso evitar por meio de um regime austero; é a importância de se respeitar a si mesmo, não simplesmente em seu próprio *status*, mas em seu próprio ser racional, suportando a privação dos prazeres ou limitando o seu uso ao casamento ou à procriação.

É no período helenístico e romano que se desenvolve o auge daquilo que Foucault chama de uma cultura de si. Nesse período desenvolvem-se práticas a respeito do cuidado de si mesmo (*epiméleia heautoû*) com uma vigilância muito mais acentuada que outrora. Através das práticas de si foi, portanto, possível conceber o cuidado de si como o centro de uma nova arte da existência. Não se trata de uma ruptura radical, porém, apesar de a estética da existência grega e a cultura de si helenístico-romana guardarem muitas semelhanças, sem dúvida podemos localizar precisamente a constituição de modelos de sujeição moral distintos.

Apesar de se tratar do apogeu da cultura de si “na qual foram intensificadas e valorizadas as relações de si para consigo” (Ibidem, p. 49), ainda assim a emergência da cultura de si não se trata de um crescimento do imperativo de características individualistas no mundo helenístico e romano. É verdade que as recomendações socráticas, dirigidas aos jovens, estabelecem uma necessidade de uma ocupação consigo, bem como de ocupar-se com a cidade. E por isso mesmo a urgência de ocupar-se consigo enquanto jovem, pois a educação estava voltada a um sentido e um objetivo público. É verdade também, que na cultura de si helenística-romana existe uma certa desvinculação entre a vida privada e a vida pública. Não quer dizer, entretanto, que seja uma desvinculação definitiva e que neste período tenha se dado uma exacerbação da vida privada em detrimento a vida pública. Cultura de si e vida privada, segundo Foucault (Ibidem, p. 48), possuem vínculos que “não são constantes nem necessários”.

Foucault (Ibidem, p. 47)<sup>19</sup> trata de dissuadir essa noção individualista (vida privada) como característica principal da cultura de si. De modo geral, as sociedades antigas são marcadas por um caráter público da existência e um sistema forte de “relações locais, de vínculos familiares, de dependências econômicas, de relações de clientela e de amizade.” (VEYNE, 2009, p. 33-34).

---

<sup>19</sup> Foucault ressalta que mesmo os estoicos, aqueles mais ligados à austeridade da conduta, também eram os que mais insistiam na necessidade de realização dos deveres para com a humanidade, a família, os concidadãos e igualmente denunciar qualquer atitude egoísta.

A educação na época romana, em contraste com a educação grega, reflete bastante o que se quer dizer por uma cultura marcada pelo cuidado de si cujas nuances entre os valores de uma vida pública e os valores da vida pessoal e privada tornam evidente a relação consigo mesmo a qual Foucault pretende destacar. Na cultura romana, segundo Paul Veyne (2009, p. 33-34), a educação escolar torna-se um fim em si mesmo, isto é, a aprendizagem não é entendida como algo que contribui para a sociedade como algo útil, mas é ensinada por mero brilhantismo literário e apropriação de uma cultura. Ainda de acordo com Veyne (2009, p. 33-34), os exercícios de retórica, por exemplo, quanto mais estapafúrdios mais forneciam elementos à imaginação.

De outra maneira, o que se passa é que a retórica ou qualquer outro exercício escolar torna-se por si uma elaboração de um saber com seus procedimentos, práticas específicas, “planos-tipo de discursos judiciais ou políticos, desenvolvimentos-modelo, efeitos catalogados [...]” (Ibidem, p. 34). Deste modo, o que se vê passar na educação onde as práticas têm sua finalidade em si mesmo, é de certo modo o que se vê passar, de maneira geral, nessa cultura marcada pelo signo do cuidado de si. O princípio do cuidado de si (*epiméleia heautoû*) passa a se estabelecer através de práticas e exercícios cada vez mais específicos como preceito norteador, sobretudo, na relação que o sujeito mantém consigo mesmo. Em resumo, Foucault (2013, p. 50) assevera sobre a cultura de si:

Por essa expressão é preciso entender que o princípio do cuidado de si adquiriu um alcance bastante geral: o preceito segundo o qual convém ocupar-se consigo mesmo é em todo caso um imperativo que circula entre numerosas doutrinas diferentes; ele também tomou a forma de uma atitude, de uma maneira de se comportar, impregnou formas de viver; desenvolveu-se em procedimentos, em práticas e em receitas que eram refletidas, desenvolvidas, aperfeiçoadas e ensinadas; ele constituiu assim uma prática social, dando lugar a relações interindividuais, a trocas e comunicações e até mesmo instituições; ele proporcionou, enfim, um certo modo de conhecimento e a elaboração de um saber.

É nesse sentido que Foucault ao tomar a obra *A chave dos sonhos*, no início de *O cuidado de si* (1984), faz das interpretações de Artemidoro, em especial os sonhos sexuais, suas conotações, cenários e possíveis significados, o exemplo adequado desta nova arte de existência, isto é, da cultura de si. É a partir dessa espécie de “manual utilizável na prática cotidiana” que Foucault (Ibidem, p. 16-19) delimita as distinções nessa nova moral emergente. A onirocrítica de Artemidoro: 1. revela um modo de existência e um tipo de preocupações próprias às pessoas comuns; 2. diz respeito a procedimentos de decifração e método de análise; 3. manifesta o estado do sujeito, falta ou excesso do corpo e medo ou desejo da alma.

Há em certa instância da análise de *A chave dos sonhos* as representações sociais de poder, *status*, posição social e conseqüentemente que papel é exercido por aquele que sonha (atividade ou passividade). Mas, como é própria de uma interpretação dos sonhos, estes são interpretados na medida em que dizem algo sobre o próprio sujeito. O sonho é, portanto, ele mesmo a manifestação de um estado: explicita relações sociais (*status*), que podem ser presságios favoráveis ou não, porém, também explicita a relação que o sujeito mantém consigo mesmo – não ser escravo das afecções do corpo, torna-se senhor de si, por exemplo. Como Foucault (Ibidem, p. 20) afirma, entre os moralistas é frequente a noção de que a virtude é marcada pelo desaparecimento dos sonhos e dos movimentos involuntários do corpo e da alma.

O que está em jogo, por conseguinte, é o domínio de si. As três características que elencamos sobre a onirocrítica são as mesmas que vão caracterizar o apogeu da cultura de si como este período em que se vê assinalado por uma atenção mais viva e maior inquietação às questões do corpo e da alma, dos prazeres e dos desejos. É também como numa espécie de manual, frequente nos escritos dos filósofos e dos médicos, que o cuidado de si movimenta uma série de práticas e exames de si sobre si mesmo.

Neste jogo do domínio de si pretendemos destacar como o corpo se torna alvo de uma série de práticas de investimento do próprio sujeito sobre si mesmo, mas também tentar compreender que corpo é “produzido” por esses imperativos da cultura de si, o cuidado, a atenção, o culto e a cura de si. Continuidades e discontinuidades, que comparativamente podem ser percebidas entre a cultura grega e esta que agora emerge, não como uma mudança radical, mas que ao mesmo tempo põe em marcha um novo modo de subjetivação. Sforzini (2017, p. 85) afirma:

Pelo contrário, Foucault descreve, para o mundo greco-romano dos primeiros séculos da nossa era, três dimensões de um reelaboração do regime do corpo: uma intensificação da relação consigo mesmo; uma desconfiança associada a um cuidado crescente com os prazeres sexuais; uma problematização persistente das relações entre corpo e alma [...].<sup>20</sup>

É a partir desses três vetores de transformação na relação do corpo, citados por Sforzini, que pretendemos nos debruçar e desenvolver a contento. Tentaremos mostrar como Foucault percebe o cuidado de si como um conjunto de ocupações que, ao adotar princípios racionais de conduta (exercícios, práticas, atividades) inseridos a uma prática social, permitem ao sujeito uma

<sup>20</sup> “Foucault décrit plutôt, pour le monde gréco-romain des premiers siècles de notre ère, trois dimensions d'une réélaboration du régime du corps: une intensification du rapport à soi-même; une méfiance doublée d'un soin croissant à l'égard des plaisirs sexuels; une problématisation insistante des rapports entre corps et âme[...].”

experiência de si que diz respeito “aos elementos constitutivos da subjetividade moral” (FOUCAULT, 2013, p. 72). A medicina e a filosofia vão fornecer elementos essenciais para compreender como se constitui uma verdade sobre o corpo, os prazeres e os desejos. O corpo é parte indispensável dessa relação corpo-alma, na verdade, é exatamente no ponto que esses elementos se comunicam, que se tornam possíveis e se justificam as práticas de si. A perturbação que um pode causar no outro exige a atenção e o cuidado constantes: não mais do corpo jovem e atlético dos gregos, mas de um corpo constantemente ameaçado.

Trataremos das mudanças significativas para o entendimento de como a atenção se volta sobre o corpo de tal forma que agora ele é tido como frágil, suscetível às mais diversas ameaças. Um cuidado com o corpo cada vez mais constante e vigilante, além de uma atenção especial também que se volta para este ponto de encontro entre o corpo e a alma que pode resultar em desequilíbrios mútuos. E por fim apresentaremos a relação que as noções de *sózein* (salvação), *epistrophé* (conversão) e *áskesis* (exercício de si sobre si) mantêm com os cuidados do sujeito em sua totalidade, em especial em relação com o corpo.

### 2.1.1 O MOMENTO SOCRÁTICO-PLATÔNICO

Sócrates é para Foucault uma figura emblemática e importante para compreender como se deu a emergência do cuidado de si na reflexão filosófica. Sócrates aparece como o “homem do cuidado de si”, dessa maneira ele teria posto em marcha esse agravamento da atenção sobre si e intensificação da ocupação consigo mesmo que alcança seu ápice nos dois primeiros séculos da nossa era. Assim, em especial na obra *A hermenêutica do sujeito*, Foucault faz uma análise dos discursos e práticas que possibilitaram aos indivíduos do período helenístico e romano viverem o auge do imperativo do cuidado de si. Pretendemos, portanto, discorrer brevemente sobre a importância do imperativo socrático para o desenvolvimento da cultura de si; em seguida passamos a analisar como se dá o estatuto do corpo, e ainda, qual corpo é produzido mediante os novos procedimentos das práticas de si. Passemos às palavras de Platão.

“Quer seja coisa fácil, quer difícil, Alcibiades, o que é certo é que, conhecendo-nos, ficaremos em condições de saber como cuidar de nós mesmos, o que não poderemos saber se nos desconhecemos.” (PLATÃO, 1975, p. 237), afirma Sócrates em seu diálogo travado com Alcibiades. Aí estão de certo dois elementos fundamentais com base nos quais Foucault irá desenvolver sua argumentação de que Sócrates é a figura essencial do posterior desenvolvimento da cultura de si. Em primeiro lugar, a necessidade de conhecer a si mesmo que, como veremos, está atrelada à noção do reconhecimento em si mesmo de uma ignorância que se ignora. Em segundo lugar, há o tema do cuidado de si que será o alvo dos estudos foucaultianos, apesar de que estas duas noções não estão desvinculadas ou desassociadas uma da outra.

Foucault em *A hermenêutica do sujeito* faz a distinção entre *gnôthi seautón*, “conhece-te a ti mesmo”, e *epiméleia heautoû*, cuidado de si. Esta distinção é importante para quem olha no retrovisor da história da filosofia pois, segundo Foucault (2010, p. 4-5), o *gnôthi seautón* no sentido do conhecimento de si teria obliterado esta outra noção complexa do cuidado de si (*epiméleia heautoû*), que percorre o pensamento grego e que certamente não faz jus à sua aparente marginalidade. O preceito délfico do “conhece-te a ti mesmo” teria perdido o seu sentido filosófico de prudência e de preservar-se dos excessos para assumir este sentido que nos é mais familiar do conhecimento de si. Entretanto, Foucault (Ibidem, p. 6) sustenta que mais do que uma proximidade, “acoplamento”, o preceito *gnôthi seautón* está subordinado a esta regra mais geral que invoca “é preciso que te ocupes contigo mesmo, que não te esqueças de ti mesmo, que tenhas cuidado contigo mesmo.”

Como é sabido, o mais célebre imperativo “conhece-te a ti mesmo” é expresso por Sócrates, este filósofo tão afamado por suas constantes interpelações aos seus concidadãos. Assumindo sempre o papel de interlocutor, Sócrates cumpre este dever que lhe foi confiado pelos deuses, papel este que não poderia ser negado nem diante daqueles que o julgavam e nem mesmo diante da iminência da morte. O que é a justiça? O que é o belo? O que é o amor? Qual a natureza do homem? A insistência de Sócrates em questionar seus concidadãos faz ele ser considerado o mais sábio de todos, pois assumindo que não sabe de nada torna evidente sua própria ignorância das coisas. Enquanto aqueles que supõem saber tudo, passam ao largo daquelas questões que deveriam ser essenciais para uma vida virtuosa. Hadot (1995, 51-52) afirma:

A missão de Sócrates é, portanto, conscientizar os homens sobre seu não conhecimento. Esta é uma revolução na concepção do conhecimento. Sem dúvida, Sócrates pode se dirigir, e ele voluntariamente fez, aos leigos que só tem um conhecimento convencional, que agem senão sob a influência de preconceitos infundados, a fim de mostrar-lhes que o seu suposto conhecimento não é baseado em nada. Mas ele se dirige sobretudo àqueles que estão convencidos pela sua cultura de que possuem “o” conhecimento.<sup>21</sup>

É aí que voltamos à máxima socrática, pois “a *epiméleia heautoû* (o cuidado de si) é realmente o quadro, o solo, o fundamento a partir do qual se justifica o imperativo do ‘conhece-te a ti mesmo’.” E ainda no mesmo parágrafo, Foucault (2010, p. 9) afirma: “Sócrates é o homem do cuidado de si e assim permanecerá”. Assim sendo, a interpelação socrática visa como principal objetivo a necessidade de despertar para o cuidado de si. É esta noção como atitude filosófica e regra de vida que perdurará como princípio fundamental na cultura grega, helenística e romana.

Foucault toma, desta forma, o diálogo *Alcibiades I* para firmar a importância que o dever de Sócrates possui na cultura ateniense. A análise feita por Foucault aponta para três questões relevantes concernentes ao cuidado de si em *Alcibiades I*, com base nas quais será possível estabelecer certas distinções em relação ao auge da cultura de si nas culturas helenística e romana: a política, a pedagogia e o conhecimento de si.

1. Em *Alcibiades*, o cuidado de si e a política estão relacionadas diretamente por uma questão de poder e governo. A emergência do cuidado de si nesse sentido específico é a

---

<sup>21</sup> “La mission de Socrate est donc de faire prendre conscience aux hommes de leur non-savoir. Il s’agit ici d’une révolution dans la conception du savoir. Sans doute, Socrate peut s’adresser, et il le faisait volontiers, aux profanes qui n’ont qu’un savoir conventionnel, qui n’agissent que sous l’influence de préjugés sans fondement réfléchi, afin de leur montrer que leur prétendu savoir ne repose sur rien. Mais il s’adresse surtout à ceux qui sont persuadés par leur culture de posséder «le» savoir.”

consequência e um dos aspectos do privilégio estatutário. Aqueles cidadãos, em especial os de muitas posses, poderiam desfrutar da ocupação consigo mesmo, isto é, os trabalhos manuais eram relegados a outros e conseqüentemente os homens de *status* poderiam se dedicar aos cuidados de si. Entretanto, como vemos ainda na análise foucaultiana, além do status o cuidado de si visava um fim não em si mesmo, mas no governo dos outros, o exercício deste poder (Ibidem, p. 34-35). Portanto, o uso dos privilégios deveria se transformar em ação política, o cuidado de si tem então esse sentido de formação do indivíduo para o exercício ao qual ele está vinculado justamente por seu lugar de privilégio. “Entre privilégio e ação política, este é, portanto, o ponto de emergência da noção de cuidado de si” (Ibidem, p. 35).

2. O segundo aspecto destacado por Foucault (Ibidem, p. 35) é a crítica feita por Sócrates à questão pedagógica, mais especificamente, seu *déficit*. A educação de Alcibiades é insuficiente por dois motivos: primeiro porque o responsável por sua educação era um escravo e, portanto, não era o suficiente para suprir as necessidades de um jovem aristocrata; segundo, uma crítica ao amor, crítica do *éros* pelos rapazes que não fora aplicada como deveria ter sido, visto que o interesse e os assédios para com Alcibiades não o permitiram o devido cuidado de si. Dupla falha pedagógica, a escolar e a amorosa. Outro ponto importante a se destacar é o momento em que se situa o cuidado de si. Segundo Foucault (2010, p. 35-36), no *Alcibiades I* o cuidado de si “aparece como um momento necessário na formação do jovem”, momento em que se deixa as mãos dos pedagogos e está prestes a entrar na atividade política.

3. Por fim, Foucault (Ibidem, p. 36-37) aponta no final de *Alcibiades I* duas questões importantes: Alcibiades tem a segurança de seu *status* e sabe da sua função de governar, mas para além de não saber com exatidão qual o objeto do bom governo, ele também ignora qual o objeto do cuidado de si. Alcibiades é aquele que ignora a própria ignorância, mas a resposta ao seu anseio não se trata de que ele deve aprender técnicas necessárias para o governo da cidade e o exercício do poder, Sócrates evoca a urgência de ocupar-se consigo mesmo (Ibidem, p. 43). Desse modo, diante da necessidade de cuidar de si mesmo, o que é esse si mesmo ao qual ele deve se ocupar? E, de que modo o cuidado de si pode levar a alcançar o objetivo do governo dos outros?

Assim, Sócrates ao exortar o “conhece-te a ti mesmo” tem a intenção de fazer Alcibiades, antes de se voltar para o exterior, olhar para dentro de si, isto é, conhecer do que se trata o “si”. Assim são essas questões finais que mais inquietam e que traçam todo objetivo do diálogo platônico. Ao se colocar as questões “O que é o eu e o que é o cuidado?” há a emergência de algo

que não é inteiramente novo, mas de uma reorganização de técnicas e práticas em torno do “eu”, isto é o que Foucault (Ibidem, p. 47-48) chama de momento platônico:

E parece-me que Platão ou o momento platônico, particularmente o texto do Alcibiades, traz o testemunho de um desses momentos em que é feita a reorganização progressiva de toda velha tecnologia do eu que é, portanto, bem anterior a Platão e a Sócrates. Penso que em Platão, no texto do Alcibiades ou em algum lugar entre Sócrates e Platão, todas essas velhas tecnologias do eu foram submetidas a uma reorganização muito profunda. Ou, pelo menos, no pensamento filosófico, a questão da *epiméleia heautoû* (do cuidado de si) retoma, em nível totalmente diverso com finalidade totalmente outra e com formas parcialmente diferentes, elementos que poderíamos em outras técnicas evocadas.

Essas questões serão resolvidas na segunda metade do diálogo. Afinal, o que é esse eu a que se deve cuidar? Sócrates interroga, “que é, então, o homem?” e diante da dúvida de Alcibiades, ele mesmo responde que é aquilo que se serve do corpo e completa: “E o que mais pode servir-se do corpo, se não for a alma?” (PLATÃO, 1975, p. 239). O eu, o si mesmo a que Sócrates se refere é a alma. Para Foucault, essas questões trazem consigo o valor de uma atividade reflexiva que parte do sujeito e retorna a ele, e por isso a alma não está para o corpo numa relação instrumental. Mas numa “posição, de certo modo singular, transcendente, do sujeito em relação ao que o rodeia, aos objetos de que dispõe, como também aos outros com os quais se relaciona, ao seu próprio corpo e, enfim, a ele mesmo”. Continuando a análise foucaultiana, o que Platão descobre não é a alma-substância, mas a alma-sujeito, isto é, a alma como sujeito de ação (FOUCAULT, 2010, p. 53-54).

E em que consiste ocupar-se consigo? É conhecer a si mesmo. Para Foucault (Ibidem, p. 62-64) este é um dos momentos cruciais do texto platônico e da história das tecnologias de si que irá reverberar nas culturas grega, helenística e romana. O “conhece-te a ti mesmo” como princípio geral passa a recobrir um espaço amplo e aberto do eu como alma e, portanto, a conclusão foucaultiana é de que há uma sobreposição entre *epimeléia heautoû* e o *gnôthi seautón*, ou seja, entre o cuidar e o conhecer a si. Sócrates não evoca as diversas atividades e práticas específicas ligadas ao cuidado de si (meditação, retraimento da alma, retiro de si, etc), mas ao fazer essa sobreposição entre cuidado e conhecimento, ele põe à disposição e subordina essas atividades e práticas ao princípio do conhecimento de si: “Há uma sobreposição dinâmica, um apelo recíproco entre o *gnôthi seautón* e a *epimeléia heautoû* (conhecimento de si e cuidado de si)” (Ibidem, p. 64)

A afirmação de Sócrates “quem cuida do corpo, não cuida de si mesmo” demonstra que o texto de Platão faz do cuidado de si um exercício intelectual. Esse momento socrático-platônico



apresentado por Foucault trouxe a tona questões que “reorganizam” a relação com a ação política, com a pedagogia, com a erótica e com o cuidado de si. São esses temas que também serão encontrados nas filosofias helenística e romana, porém com soluções e reformulações um pouco distintas. É nessas filosofias que o cuidado de si encontrará seu ápice não somente através de exercícios intelectuais, mas de provas físicas e demonstrações concretas do cuidado que se tem consigo mesmo. Assim, de acordo com Frédéric Gros, é nesse sentido que Foucault sempre tenderá a identificar o cuidado de si com as filosofias helenística e romana:

É que lhe parece que mesmo que Platão formule bem a questão do cuidado, ele tende a fazer deste um exercício puramente intelectual de contemplação [...]. A contrário de Sêneca, Marco Aurélio, Epíteto e Epicuro, o cuidado de si se desintelectualizaria à medida que não redundaria em pura *theôria*. De fato, ele se aproxima mais de exercícios de meditação prática, de atividades sociais reguladas, podendo, às vezes, associar-se a práticas físicas de prova. (GROS, 2008, p. 130)

São as sobreposições entre o cuidado de si e a dietética que veremos se intensificar nos séculos seguintes através das práticas de si, de uma atenção cada vez mais minuciosa acerca de si mesmo. Nas palavras de Foucault (2010, p. 55), “a dietética, como regime geral da existência do corpo e da alma, tornar-se-á, de todo modo, uma das formas capitais do cuidado de si”. De tal sorte que é pela reintrodução da importância do corpo nas filosofias helenística e romana que tentaremos compreender o seu lugar como elemento indispensável na análise foucaultiana do cuidado de si.

## 2.2 O CORPO E O CUIDADO DE SI

O cuidado de si é o enunciado fundamental da cultura antiga dentro do estudo foucaultiano. E ao adotar o marco histórico-filosófico aproximadamente entre os séculos I e II de nossa era, Foucault localiza aí o auge de uma cultura notadamente marcada pelo signo do cuidado de si. O que se prossegue não é uma ruptura radical e repentina que aconteceria com a instauração forçosa de novas leis ou por ocasião da instalação do Império Romano – como Foucault trata sempre de esclarecer –, mas são os desdobramentos e mudanças constantes da relação que o sujeito se põe para consigo mesmo. Uma mudança que já estava sensível em Platão, em especial no *Alcibiades*, mas que passa por modificações que resultam em uma arte de existência distinta daquela enunciada nos discursos socráticos.

O imperativo conclamado por Sócrates é muito claro e preciso a quem ele se dirigia: à juventude aristocrática ávida por governar a cidade, mas totalmente embaraçada sobre como fazê-lo. Esta é a situação de Alcibiades: encontra-se saído dos cuidados de seu pedagogo e prestes a adentrar a vida política, mas ignora totalmente o fato de não haver dedicado tempo algum a conhecer-se e cuidar-se de si mesmo, princípios esses que são para Sócrates essenciais e urgentes para o posterior governo da cidade. O jovem (idade), seu *status* e a cidade estão relacionados de maneira que não podemos compreender o que é “cuidar de si mesmo” sem que esses elementos estejam interligados.

O que vemos acontecer nos períodos helenístico e romano é o que poderíamos chamar de um aprofundamento crítico do princípio do cuidado de si em sua modalidade, amplitude, permanência e exatidão. É um reforço insistente da atenção que o sujeito deve ter consigo, com seu corpo e com sua alma. Essa intensificação da relação consigo mesmo é a maneira pela qual o sujeito toma “a si próprio como objeto de conhecimento e campo de ação para transformar-se, corrigir-se, purificar-se, e promover a própria salvação” (FOUCAULT, 2013, p. 48). Mas conhecer-se ou colocar a si próprio como objeto de conhecimento não tem a ver com a noção cartesiana que opõe sujeito e objeto. É por isso que Foucault trata de mostrar a importância do cuidado de si em toda antiguidade ao invés de valorizar somente os preceitos de conhecimento. Deste modo, pode-se afirmar:

conhecer-se não é se dividir e fazer a si mesmo um objeto separado que seria preciso descrever e estudar, mas permanecer totalmente presente a si mesmo e estar

completamente atento às suas capacidades. Este conhecimento de si não divide interiormente o sujeito segundo o fio do conhecimento (sujeito que observa/ sujeito observado); ele é, antes, da ordem de um esforço de vigilância que intensifica a imanência a si mesmo. (GROS, 2008, p. 131)

Essa vigilância sobre si mesmo refere-se ao fato de que o cuidado de si será pensado cada vez mais como uma exigência incondicional, que se estende para além de uma função político-pedagógica à qual os jovens deveriam se dedicar em um período específico a fim de governar a cidade. Cuidar de si mesmo torna-se um imperativo que deve acompanhar a todos por toda a vida, desde a juventude até a velhice. Foucault (2010, p. 77) afirma ao analisar *Alcibiades* que a cidade mediatizava a relação que o sujeito mantinha de si para consigo. Ainda que o eu pudesse ser objeto ou finalidade do cuidado, ainda assim o cuidado com a cidade estava implicado nesta relação consigo mesmo. O cuidado de si, apresentado pela figura socrática, que estava determinado a um tempo específico (juventude), a uma razão de ser e sua forma passarão por modificações significativas no auge da cultura de si. Assim Foucault (Ibidem, p. 76-77) define que:

Primeiro, ocupar-se consigo tornou-se um princípio que se impõe a todos, durante todo o tempo e sem condição de *status*. Segundo, a razão de ser de ocupar-se consigo não é mais uma atividade bem particular, a que consiste em governar os outros. Parece que ocupar-se consigo não tem por finalidade última esse objeto particular e privilegiado que é a cidade, pois, se se ocupa consigo agora, é por si mesmo e com finalidade em si mesmo. [...]. Enfim, terceiro traço, 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 [...].

A *epimelêia heautoû* transborda em expressões. cuidar de si mesmo não é somente conhecer-se. Faz-se necessário o examinar-se, recolher-se em si, retraindo-se, curar-se, voltar o olhar para si, etc. Um espectro muito mais amplo de expressões que determinaram uma vigilância maior justamente pela amplitude do objeto alvo do cuidado de si que é a própria vida. “O cuidado de si torna-se coextensivo à vida.”, afirma Foucault (Ibidem, p.79). Em linhas gerais, o que se pode dizer é que o cuidado de si não apenas se impõe como princípio, mas impera essencialmente como uma prática constante, uma prática de si. Assim, não se trata de haver um momento propício para o cuidado consigo mesmo para alcançar um objetivo outro, como por exemplo a cidade. Cuidar de si mesmo é, portanto, impor a si certas práticas que devem ser desenvolvidas ao longo da existência; em outras palavras, não é possível que a ocupação consigo não seja senão uma ocupação de toda a

vida.

Uma ocupação regrada, com procedimentos e objetivos, que desenvolve-se na forma de atividades e práticas de modificação de si. Não se trata de formação para a vida política, pois as práticas de si têm como interesse a correção e a preparação para as diversas situações da vida. O cuidado de si não é uma unidade em torno do qual as diversas escolas filosóficas se dirigiam, na verdade, o cuidado de si está como bússola que orienta práticas até mesmo excludentes entre elas. Por isso, o que interessa a Foucault não é o estudo de uma ética universal, mas sim como essas práticas possibilitaram um modo de agir que estabeleceu uma relação do sujeito consigo mesmo. Nas palavras de Frédéric Gros (2012, p. 321):

A subjetivação do cuidado de si poderia ser denominada, de ponta a ponta, de ética: ela é o que aprofunda entre o eu e o eu a distância de uma obra. A questão é a do que se pode fazer de sua vida, sua vida tomada como material de um trabalho possível; a questão é a dos exercícios que podem nos transformar; e, enfim, é a das regras de conduta que se deveria adotar: encontram-se aí os princípios de uma estética, de uma ética da existência.

O cuidado de si encontra um fim em si mesmo e é nessa medida que aparece como imperativo incondicional da existência. O sujeito não se encontra diante da questão do conhecimento de uma verdade sobre si, por outro lado o que está em jogo nesta relação de si para consigo é a possibilidade de um fazer-se constante, fazer de si uma obra inacabada que deve ser aperfeiçoada. O cuidado de si apresenta-se ao sujeito como uma arte de existência (*tékhnē tou bíou*) que se desenvolve e se aperfeiçoa ao longo de toda a vida. O cuidado de si como tema geral das diversas filosofias do período helenístico-romano não é um conselho abstrato, mas uma série ampla de obrigações e atividades que o indivíduo deve exercer sobre si mesmo.

Muito distintamente do escrutínio filosófico que se desenvolve mediante o princípio do conhecimento de si, o imperativo do cuidado de si não busca produzir um si mesmo como objeto de conhecimento, mas antes de tudo e essencialmente, o sujeito do cuidado de si está diretamente voltado para a ação. Este sujeito se constitui, portanto, em constante tensão entre si e si mesmo, enquanto sujeito que age diretamente na própria existência. O que Foucault põe em evidência não é da ordem do conhecimento dos princípios do sujeito ou de sua ação, mas de um acirramento ético-estético na estreita relação da busca pela melhor maneira de agir ao passo que modifica-se a si mesmo, isto é, uma correlação entre agir à medida que se constitui e constituir-se à medida que age. Frédéric Gros (Ibidem, p. 323) afirma:

Este olhar sobre si não é da ordem da decifração, da hermenêutica, da produção de um saber; não, este retorno para si, este olhar dirigido para si deve preferencialmente ser compreendido como da ordem da vigilância, da concentração, da tensão atlética. Não se trata, absolutamente, de se converter a si para se constituir como objeto de conhecimento: se se retorna para si, é somente para se concentrar em si e encontrar, por meio desta concentração, como reagir de maneira correta face aos acontecimentos do mundo, mais do que se deixar oscilar ao acaso do mundo, de seus acidentes e de seus assuntos. O sujeito engendrado por este retorno sobre si não é um sujeito do conhecimento introspectivo, mas um sujeito que age e age de maneira conforme aos seus princípios de ação.

Este sujeito de ação, na visão foucaultiana, se opõe ao sujeito-substância, porquanto não se aplica na cultura antiga que o sujeito ético seja aquele que está em conformidade com uma lei, norma ou valor. O sujeito da ação só pode ser entendido enquanto sujeito ético na medida em que exercita a sua liberdade: “A liberdade é a condição ontológica da ética. Mas a ética é a forma refletida assumida pela liberdade.”<sup>22</sup>, afirma Foucault (2001a, p. 1531) sobre a ética no mundo greco-romano. O sujeito da ação é aquele que faz uso de si, isto é, está ele próprio implicado na sua ação:

Assim como, para Foucault, o sujeito não é substância, mas processo, também a dimensão ética – o cuidado de si – não tem substância autônoma: não tem outro lugar consistência senão a relação de uso entre o homem e o mundo. O cuidado de si pressupõe a *chresis*, e o si que nomeia o sujeito ético não é algo diferente com respeito ao sujeito ao sujeito do uso, mas continua sendo imanente a ele. (AGAMBEN, 2017, p. 53)

Deste modo, o cuidado de si não pode ser um princípio que orienta somente um conhecimento de si que busca a lei ou a regra segundo a qual devem se orientar todas as ações do sujeito. É, de outra sorte, a relação que o sujeito mantém consigo mesmo enquanto se constitui como sujeito moral e que age efetivamente de diversas maneiras sobre si (FOUCAULT, 2009, p. 37). Nas palavras de Frédéric Gros (2008, p. 128):

[...] seria preciso falar bem mais sistematicamente da “relação consigo”, antes que simplesmente um “si” em Foucault. O que significa dizer que a “subjetividade” nele não remete evidentemente nem a uma substância nem a uma determinação

---

<sup>22</sup> “La liberté est la condition ontologique de l’éthique. Mais l’éthique est la forme réfléchie que prend la liberté.”

transcendental, mas a uma reflexividade que se poderia chamar de prática: uma maneira de se relacionar consigo mesmo para se construir, para se elaborar.

Essa elaboração vigilante de si na relação que o sujeito mantém consigo mesmo, através de certas práticas, é o modo pelo qual é possível que o sujeito transforme seu próprio ser. A liberdade, dessa maneira, encontra um certo sentido pragmático não só como condição de possibilidade do exercício de si sobre si mesmo, mas também como finalidade do governo que o sujeito efetua sobre si. O que queremos dizer por pragmático é que Foucault, para além de uma alçada teórica, está interessado em perceber que os processos de subjetivação não podem ser dissociados de exercícios, práticas e exames que se impõe a si mesmo, sobre a alma e sobre o corpo. A filosofia não é uma atividade teórica ou exegética mas, para a antiguidade, é sobretudo expressa como uma arte de viver. É por isso, como já dissemos, o cuidado de si passa a recobrir toda a existência do indivíduo, pois é esse o princípio norteador de toda uma arte de existência.

Foucault (2001b, p. 1613) afirma que “O novo cuidado de si implica em uma nova experiência de si”<sup>23</sup> e é no período helenístico-romano que se pode perceber um aprofundamento da atenção sobre si mesmo, da relação alma/corpo e a introdução da medicina como parte importante do cuidado de si mesmo. Se em *Alcibiades* de Platão está claro que a alma é o alvo do cuidado de si e esta se serve do corpo, a nova experiência que o sujeito helenístico-romano mantém consigo mesmo faz emergir uma abordagem distinta. Foucault (2010, p. 97) nos diz:

Ao contrário [mais tarde], o corpo será reintegrado. Nos epicuristas, de modo muito claro, por razões evidentes, como também nos estóicos para os quais os problemas relativos à tensão da alma/saúde do corpo estão profundamente ligados, veremos o corpo reemergir como objeto de preocupação, de sorte que ocupar-se consigo será, a um tempo, ocupar-se com a própria alma e com o próprio corpo. [...]. Trata-se, creio, de um dos efeitos da aproximação entre medicina e cuidado de si: ter-se-á que lidar com toda uma imbricação psíquica e corporal que constituirá o centro desse cuidado.

Pode-se perceber que não é somente uma aproximação do saber médico ao contexto filosófico da época. Foucault busca ressaltar a importância que a majoração desse tipo de saber ocupa dentro das práticas que emergem com o cuidado de si. As práticas refletem justamente essa parte concreta daquilo que o sujeito impõe a si mesmo na sua própria constituição enquanto sujeito moral. Portanto, não há como pensar dentro da filosofia foucaultiana o processo de subjetivação distanciado da noção de um sujeito atravessado pelo tempo (história) e o modo como ele se

<sup>23</sup> “Le nouveau souci de soi implique une nouvelle expérience de soi”.

relaciona com as coisas (consigo mesmo e com os outros).

Dizer que a subjetividade articula-se com o tempo é, sem dúvida, uma maneira de abandonar a idéia de uma subjetividade imóvel em sua fixidez, como o ego cartesiano ou a idéia de uma subjetividade vinculada a um inconsciente onde a temporalidade está articulada a uma estrutura pulsional mais ou menos invariante, como supunha Freud. Além disso, o elo entre subjetividade e tempo, de modo mais radical, é uma forma de dizer que o sujeito é corpo, que a subjetividade é algo que acontece num corpo e dele não se desvincula. De fato, se a subjetividade é, como definimos acima, uma expressão de nossa relação com as coisas, através da história, então, o modo mais imediato pelo qual essa relação se expressa é o corpo, entendido não apenas como corpo orgânico, mas também como o corpo construído pelas relações com as coisas que encontra durante sua existência. (CARDOSO, 2005, p. 345)

Certamente que os procedimentos “abstratos” – meditação, exame de consciência, escuta, exercícios de memória, etc. – no escopo das *áskesis* são absolutamente fundamentais para compreender como se dá a constituição desse sujeito moral, como veremos adiante. Porém, o que temos tentado circunscrever é esse corpo que é alvo das ações que o sujeito impõe a si mesmo e que, portanto, modificam a maneira como o sujeito se relaciona – aproximando-se, afastando-se, libertando-se, adequando-se, intervindo ou pondo à prova – com o próprio corpo, seus desejos e prazeres.

É esta especial relação que o sujeito mantém consigo mesmo que é objeto de investigação de Foucault: o sujeito que faz da sua vida uma arte ou procedimento refletido da sua própria existência. A exemplo dos estóicos, o eu era colocado como alvo de transformação e/ou correção como maneira de alcançar viver como se deve. Estes sustentavam uma filosofia de coerência consigo mesmo, pois acreditavam que somente uma única coisa dependia de si mesmo, a vontade de atuar conforme a razão. Só assim que, segundo as filosofias de Sêneca, Musonios, Epiteto e Marco Aurélio, se poderia viver de maneira coerente (HADOT, 1995, p.197-199).

O cuidado de si tem como meta o eu e ao buscar a coerência consigo mesmo ou buscar modificar a si, não é suficiente que a reflexão tenha fim em si mesmo, ao contrário, faz-se necessário que a vida passe em revista para que sua transformação seja visível e concreta nas ações para si e para os outros. É isso que pode-se compreender da seguinte afirmação de Foucault (2001a, p. 1533):

Os gregos problematizavam efetivamente sua liberdade e a liberdade do indivíduo, como um problema ético. Mas ético no sentido de que os gregos podiam entendê-lo: o *êthos* era a maneira de ser e a maneira de se conduzir. Era um modo de ser do sujeito e uma certa maneira de fazer, visível para os outros. O *êthos* de alguém se traduz pelos seus hábitos, por seu porte, por sua maneira de caminhar, pela calma com que responde a todos os acontecimentos etc. Esta é para eles a forma concreta da liberdade; assim eles problematizavam sua liberdade. O homem que tem um belo *êthos*, que pode ser admirado e citado como exemplo, é alguém que pratica a liberdade de uma certa maneira.<sup>24</sup>

Um *êthos* que deveria ser traduzido nos gestos, nos movimentos e na vida ordinária de maneira geral. Ora, ser livre é não somente o status do cidadão livre, mas também a condição segundo a qual estes homens podem exercer suas escolhas sem serem escravos de si mesmos. Entretanto, escolher não deve ser entendido como uma mera deliberação da vontade. o exercício da liberdade é sempre um agir ético-político sobre si mesmo e sobre os outros. Por isso, o cuidado de si presta fundamental relevância àqueles que querem ser, de fato, livres. A liberdade em relação a si mesmo é, portanto, adquirida, e, ainda assim, não deve ser confundida com um desprendimento total de si. Cuidar de si implica em olhar atentamente, examinar-se, provar-se, conhecer-se para poder bem governar a si mesmo.

Nesse sentido, não é o corpo jovem que se cerca do princípio do cuidado de si. Em oposição ao corpo jovem que tende aos excessos, e por isso deve-se aprender a ser moderado, no auge da cultura de si há um corpo frágil que corre sempre o perigo de desequilibrar-se, adoecer e conseqüentemente pôr em risco o equilíbrio entre corpo e alma. “No centro das recomendações helenísticas e romanas, não se encontra mais essa corporeidade atlética, símbolo de uma juventude promissora, mas um corpo maduro, potencialmente doente”<sup>25</sup>, afirma Sforzini (2017, p. 86). Ficará mais evidente adiante que se trata de um cuidado de si que se afasta de um modelo pedagógico e se aproxima de um modelo médico.

Na cronologia do cuidado de si, o período helenístico-romano traz um deslocamento significativo em relação ao período da vida em que o cuidado de si deve ser aplicado, desloca-se da adolescência para a vida adulta e a idade madura. O que Foucault explicita é uma mudança no

<sup>24</sup> “Les Grecs, en effet, problématisaient leur liberté, et la liberté de l’individu, comme un problème. Mais éthique dans le sens où les Grecs pouvaient l’entendre: l’*êthos* était la manière de se conduire. C’était un mode d’être du sujet et une certaine manière de faire, visible pour les autres. L’*êthos* de quelqu’un se traduit par son costume, par son allure, par son manière de marcher, par le calme avec lequel il répond à tous les événements, etc. C’est cela, pour eux, la forme concrète de la liberté; c’est ainsi qu’ils problématisaient leur liberté. L’homme qui a un bel *êthos*, qui peut être admiré et cité em exemple, c’est quelqu’un qui pratique la liberté d’une certaine manière.”

<sup>25</sup> “Au centre des recommandations hellénistiques et romaines, on ne trouve plus cette corporéité athlétique, symbole d’une jeunesse prometteuse, mais un corps mûr, potentiellement malade [...]”



sentido da formação do indivíduo: o cuidado de si não se direciona a uma idade específica, mas, ao contrário, deve ser uma preocupação de toda a vida. É neste sentido que a velhice se torna o coroamento de todo o esforço de cuidar de si mesmo, a velhice entendida como o momento em que o indivíduo alcança o pleno governo de si mesmo. Foucault (2010, p. 98) assevera: “Liberado de todos os desejos físicos, livre de todas as ambições políticas a que agora renunciou, tendo adquirido toda a experiência possível, o idoso será soberano de si mesmo e pode satisfazer-se inteiramente consigo.”

A velhice, deste modo, indica esse momento da vida em que o indivíduo alcança a plenitude de sua existência, isto é, como resultado das práticas de si exercitadas durante toda sua vida. A velhice ganha contornos positivos, torna-se a meta que deve ser perseguida por todos e não somente entendida como a fase da vida em que esta é levada a termo. O que Foucault (Ibidem, p. 100) coloca como questão em relação à velhice é que esta não é concebida somente como o resultado inexorável da passagem do tempo, mas é também uma velhice construída, idealizada e tomada como objetivo de conduta da própria existência. Em outras palavras, a escolha que o indivíduo faz ao cuidar de si mesmo constantemente é, de alguma maneira, estar constantemente em contato com a velhice ideal. Em resumo, Foucault (Ibidem, p. 100) nos diz: “Deve-se viver para ser velho, pois é então que se encontrará a tranquilidade, o abrigo, o gozo de si.”

Se por um lado, na visão platônica, tínhamos o corpo jovem que se constituía como entrave para o cuidado de si, o verdadeiro cuidado consistia em cuidar da alma, por outro lado, no auge da cultura de si, o que podemos perceber é que este contato com a velhice no cuidado de si produz um novo corpo, ou seja, uma nova modalidade de relação consigo mesmo, como objeto do cuidado de si. A velhice é este ideal em que, como consequência, os prazeres já não se encontram como um fim, ao contrário, a velhice possibilita verdadeiramente a satisfação consigo mesmo sem ambicionar prazeres de qualquer natureza.

Entretanto, a velhice encontra suas contradições: é também o momento em que o indivíduo se depara com a fragilidade do corpo. Como já afirmamos anteriormente e a partir daqui se torna cada vez mais evidente, o corpo é reintegrado. É em torno desse corpo frágil que uma série de cuidados se acercam e se traduzem, de uma certa maneira, em atividades, em exercícios e em práticas que constituem o sujeito que visa agir sobre si mesmo como objeto do cuidado de si. É por isso que, não coincidentemente, Foucault destaca a emergência dos saberes médicos que também se apropriam desse corpo frágil, a intensificação de exercícios de preparação para as mais diversas

situações cotidianas e levantamento diário de ações, regime e saúde em geral como parte fundamental das práticas de si. Foucault (Ibidem, p. 144-145) resume da seguinte maneira:

Em primeiro lugar, os detalhes sobre a saúde, os detalhes sobre o regime. A começar pelas pequenas agitações e medicações. Pois bem, várias vezes encontramos esse tipo de indicação nas cartas de Sêneca, que 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, ‘dormir 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. Anotações sobre a alimentação: comeu apenas pão enquanto os outros comiam..., etc. Anotações sobre o banho, sobre os exercícios. Sono, despertar, alimentação, banho, exercícios, e depois, bem entendido, as medicações: elementos que muito exatamente, desde Hipócrates, são considerados como os elementos do regime, do regime médico, do regime dietético. Ele presta contas, pois, de seu regime médico.

O regime de uma maneira geral e tudo o que podemos relacionar ao corpo – a saúde, a alimentação, o sono, exercícios – são integrados nesse conjunto amplo do cuidado de si. Há uma continuidade dos temas da dietética desde a época clássica até o helenismo, porém há também uma intensificação da preocupação de sujeito por si mesmo e por seu próprio corpo. Se torna cada vez mais relevante que o indivíduo esteja preparado para qualquer adversidade que possa surgir e para isso não basta meditar ou refletir sobre as situações, é preciso que o indivíduo seja posto à prova, em outras palavras, o sujeito deve por a si a regra segundo a qual examina e testa a si mesmo a fim de modificar-se.

O cuidado de si não está restrito ao cuidado com a alma, pois torna-se um princípio segundo o qual toda a vida deve ser passada em revista e conseqüentemente aperfeiçoada: é preciso aprender a viver como se deve. A dietética, por exemplo, encontra no período helenístico-romano um ponto alto no curso da importância do corpo para a constituição do sujeito. Afirma Foucault (Ibidem, p. 146-147):

Isso significa que, no texto de Platão, na intervenção de Sócrates, o cuidado de si estava completamente distinto do cuidado do corpo, isto é, da dietética, do cuidado dos bens, isto é, da econômica, e do cuidado do amor, isto é, da erótica. Pois bem, vemos que agora, ao contrário, estes três domínios (dietética, econômica, erótica) são reintegrados, mas como superfície de reflexão: ocasião, de certo modo, para o próprio eu experimentar-se, exercer-se, desenvolver a prática de si mesmo que é sua regra de existência e seu objetivo. A dietética, a econômica e a erótica aparecem como os domínios de aplicação da prática de si.

As questões relacionadas ao corpo sempre foram temas recorrentes da preocupação e dos cuidados na antiguidade, mas a maneira como essas preocupações tomam um lugar privilegiado nas práticas de si no mundo helenístico denotam uma mudança bastante significativa no modo como o sujeito elabora a sua própria existência. A atitude filosófica do cuidado de si é uma conversão a si mesmo no sentido de uma atitude concreta na estilização de um modo de vida resumido na constante ação de si sobre si mesmo. O cuidado de si compreende uma tensão entre o sujeito e seu corpo, desejos e prazeres, por isso, ao realizar um exame de consciência, o sujeito que revisa sua vida diária objetiva modificar suas ações, transformar seu agir. Portanto, é através dos exercícios práticos constantes que é possível se adquirir o hábito, fortificar o corpo e a alma como ressalta Sforzini (2017, p. 87-88):

A soberania sobre si mesmo (heautocracia) continua a ser um propósito ético essencial. Mas deve aprender a construir-se tendo em conta um corpo que já não é um poder excessivo para moderar, mas uma fonte perpétua de passividade. As técnicas do corpo deverão, portanto, testar este corpo, a fim de dar-lhe uma dupla orientação: a defesa da alma e o gozo austero de si mesmo. O corpo deve primeiro tornar-se a "muralha" de um si mesmo como uma "cidadela fortificada", um enclave protegido capaz de resistir aos transtornos da fortuna.<sup>26</sup>

Os cínicos são um bom exemplo dessa fortificação do corpo e da alma, ao adotarem um estilo de vida que se caracteriza pela transformação da existência em uma prática perene. O discurso filosófico é reduzido ao mínimo enquanto a existência só pode ser autêntica na medida em que se torna efetivamente o palco das práticas de si. Diógenes, ao ouvir que o movimento não existia, simplesmente levanta e anda; ou mesmo ao levar uma vida de pobreza, assim Diógenes serve de exemplo revelador de como a filosofia cínica consiste numa escolha até mesmo radical de um modo de vida segundo a qual a existência é constantemente posta a prova, é também exercício contínuo.

Há muitos conceitos filosóficos que são tipicamente cínicos, mas eles não são usados na argumentação lógica, eles servem para designar atitudes concretas correspondentes à escolha da vida: ascese, ataraxia (ausência de perturbação), autarquia (independência), esforço, adaptação às circunstâncias, impassibilidade,

---

<sup>26</sup> “La souveraineté de soi sur soi (héautocratie) demeure une finalité éthique essentielle. Mais elle doit apprendre à se construire en prenant en compte un corps qui n’est plus puissance excessive à modérer, mais source perpétuelle de passivité. Les techniques du corps devront donc mettre ce corps à l’épreuve, afin de lui donner une double orientation: la défense de l’âme et la jouissance austère de soi. Le corps doit devenir d’abord le ‘rempart’ d’un soi lui-même réfléchi comme ‘citadelle fortifiée’, enclave protégée capable de résister aux bouleversements de la fortune.”

simplicidade ou ausência de vaidade (*atuphia*), imoralidade. [...]. Sua filosofia é pois totalmente exercício (*áskesis*) e esforço. (HADOT, 1995, p. 172-173)<sup>27</sup>

Distintamente de Platão, em *Alcibiades*, no auge da cultura de si não é somente a alma o alvo do cuidado de si, mas o corpo desempenha papel importante. O corpo como um dos alvos do cuidado de si deixa ainda mais evidente que o corpo e a alma possuem uma relação de influência mútua e por isso mesmo a vida em sua globalidade deve ser alvo de uma atenção constante sobre si mesmo. Sforzini (2017, p. 87) ressalta que é justamente o ponto de encontro entre corpo e alma que é o alvo de vigilância, pois o corpo é frágil e seus excessos e moléstias são um perigo que se avizinha e ameaça a firmeza da alma; por outro lado, os desequilíbrios advindos da alma podem adoecer o corpo. Nas palavras de Foucault (2001b, p. 1613), o cuidado de si está sempre orientado para essas duas dimensões que estão em comunicação:

A relação entre corpo e alma também é interessante. Para os estóicos, o corpo não era tão importante, mas Marcus Aurelius fala de si mesmo, de sua saúde, do que comeu, de sua dor de garganta. Estas indicações caracterizam bem a ambiguidade que se liga ao corpo nesta cultura de si. Teoricamente, a cultura de si está orientada para a alma, mas tudo o que está relacionado com o corpo assume uma importância considerável.<sup>28</sup>

Portanto, dada a ligação entre o corpo e a alma, faz-se necessária a atenção sobre si mesmo de maneira integral para que de nenhum modo o indivíduo se encontre despreparado. A atitude fundamental do estoicismo é a atenção contínua que se tensiona entre a consciência e a vigilância de cada ato, gesto e conduta diária. É por meio desta atenção que o filósofo se toma como que consciente de si mesmo e assegura a possibilidade de modificação de si (HADOT, 1995, p. 214-215).

O sujeito, ao tomar o cuidado de si como princípio basilar da constituição de toda sua existência, é convidado por si mesmo e através de si a fortificar-se como uma espécie de muralha que protege o interior dos ataques exteriores. A partir de tal metáfora pode-se compreender que o

<sup>27</sup> “Il y a bien des concepts philosophiques typiquement cyniques, mais ils ne sont pas utilisés dans une argumentation logique, ils servent à désigner des attitudes concrètes correspondant au choix de vie: l'ascèse, l'ataraxie (absence de trouble), l'autarcie (indépendance), l'effort, l'adaptation aux circonstances, l'impassibilité, la simplicité ou absence de vanité (*atuphia*), l'impudeur. [...]. Leur philosophie est donc totalement exercice (*askesis*) et effort.”

<sup>28</sup> “Le rapport entre le corps et l'âme est, lui aussi, intéressant. Pour les stoïciens, le corps n'était pas si important, mais Marc Aurèle parle de lui-même, de sa santé, de ce qu'il a mangé, de son mal de gorge. Ces indications caractérisent bien l'ambiguïté qui s'attache au corps dans cette culture de soi. Théoriquement, la culture de soi est orientée vers l'âme, mais tout ce qui se rapporte au corps prend une importance considérable.”

sujeito, de qualquer corrente filosófica, volta sobre si uma atenção que exprime não a necessidade de equilibrar as forças de um corpo jovem e atlético, mas a moderação, o cuidado, a atenção estão voltados para o fortalecimento físico-moral – firmeza do corpo e da alma – para o enfrentamento das intempéries. Isso se deve ao fato de que o corpo no auge da cultura de si é um corpo frágil, relutante e que a qualquer tempo pode ser atacado interna e externamente. Como diz Foucault (2013, p. 62), “convém corrigir a alma se se quer que o corpo não prevaleça sobre ela, e retificar o corpo se se quer que a alma mantenha o completo domínio sobre si própria”. O corpo pode, portanto, através do seu enfraquecimento, comprometer a firmeza da alma, por outro lado é também verdade que a alma pode comprometer a firmeza do corpo, das atitudes e das ações que o sujeito exerce. Sforzini (2017, p. 87) afirma:

As dinâmicas do corpo e da alma se confundem, é o sujeito na sua globalidade psicofísica que não deverá se deixar conduzir pela passividade. Para alcançar a autarquia e a independência soberana do sábio, é preciso conhecer até que ponto as fragilidades do corpo podem alimentar as fraquezas da alma.<sup>29</sup>

E assim Sforzini (Ibidem, p. 88) conclui que “O reforço do corpo deve tornar o indivíduo mais impermeável aos ataques e aos perigos exteriores.”<sup>30</sup> A consolidação do cuidado de si privilegia o eu como alvo de toda atenção e sempre se reforça através das práticas de si. No auge do cuidado de si não há uma referência de junção do cuidado que se deve ter do eu e a cidade ou os outros cidadãos, na verdade, o eu se torna o objetivo único do cuidado de si, ou seja, o cuidado de si cada vez mais se aproxima de uma técnica da existência, uma arte de viver (*tékhne tou bíou*). A vida transformada em uma arte evidencia, segundo Foucault (2010, p. 161), que ao se questionar sobre como se deve viver o sujeito também almeja, além da transformação do eu, a necessária continuidade daquilo que se deve ser. Portanto, o sujeito do período helenístico-romano que toma a si mesmo como uma arte, como um procedimento refletido de sua própria existência e põe-se na busca permanente do que ele deve ser visa alcançar a autofinalização de si.

Essa autofinalização de si no cuidado de si é o ponto ao qual se direciona toda organização e reorganização do eu que se desenvolve diante de um quadro de exigências técnicas e teóricas dos comportamentos, das condutas do corpo e da alma, exigências e exames que se impõe a si mesmo. O sujeito da antiguidade busca diminuir a distância entre aquilo que ele faz e o que deveria fazer.

<sup>29</sup> “Les dynamiques du corps et de l’âme se confondant, c’est le sujet dans sa globalité psychophysique qui ne devra pas se laisser entraîner par la passivité. Pour atteindre l’autarcie et l’indépendance souveraines du sage, il faut savoir jusqu’à quel point les fragilités du corps peuvent nourrir les faiblesses de l’âme.”

<sup>30</sup> “Le renforcement du corps doit rendre l’individu plus imperméable aux attaques et aux dangers extérieurs.”

Essa constituição de si mesmo deve ser entendida como “uma forma de apropriação de si, uma fonte de alegria e liberdade. O domínio do seu corpo torna o sujeito totalmente *sui juris*: ele é 'para si mesmo' em seu próprio gozo, no sentido de uso legítimo, completo, e alegria intensa.” (SFORZINI, 2017, p. 88).<sup>31</sup>

Tendo compreendido que sob o signo do cuidado de si o corpo é alvo de diversas práticas essenciais para a constituição do sujeito, a partir das aulas de *A Hermenêutica do Sujeito*, pode-se destacar três pontos significativos no que diz respeito ao entendimento de certas aproximações a este corpo que é centro do interesse das práticas de si. Em primeiro lugar a noção de *sózein* (salvação); em segundo lugar a noção de *epistrophé* (conversão); por fim, *áskesis* (exercício de si sobre si)<sup>32</sup>.

Foucault destaca que um dos objetivos da prática filosófica helenística e romana estaria centrado na noção de salvação. O verbo *sózein* (salvar) ou o substantivo *sotería* (salvação) teria no grego uma significação bastante ampla e que não se confundiria com termos religiosos. Antes disso, o sentido de *sózein* estaria ligado a seis tipos de acepções: primeiro, *sózein* significaria “salvar-se de algum perigo ou ameaça”; segundo, o termo significaria guardar, proteger ou conservar algo; em terceiro lugar, *sózein* significaria conservar ou proteger alguma coisa num sentido moral; em quarto lugar, teria um sentido jurídico de salvar alguém; em quinto lugar, *sózesthai* (forma passiva) diz-se daquilo que se conserva no mesmo estado; por fim, *sózein* significa assegurar o bom estado de alguma coisa ou alguém.

Como pode-se perceber a amplitude de significação do termo *sózein* (salvação) se desvela em diversas situações e contextos. Entretanto, aquela que gostaríamos de destacar é a sua segunda significação que se refere a guardar, proteger ou conservar algo. Vejamos o que Foucault (2010, p. 164) fala a respeito:

*Sózein* também quer dizer (segundo grande campo de significações): guardar, proteger, manter em torno de algo uma proteção que lhe permitirá conservar-se no estado que está. A esse respeito, há um texto muito curioso de Platão, no *Crátilo*, afirmando que entre os pitagóricos o corpo é considerado como um contorno da alma. Não o corpo como prisão ou túmulo da alma que ele encerra, mas ao

<sup>31</sup> “Il faut entendre plutôt une forme d’appropriation de soi, source de joie et de liberté. La maîtrise de son corps rend le sujet totalement *sui juris*: il est ‘à soi’ dans sa propre jouissance, au sens de l’usage légitime, complet, et de la joie intense.”

<sup>32</sup> Neste capítulo nos reservamos a mencionar no fim do capítulo a *áskesis* como os exercícios e exames ao quais o sujeito se submete de maneira muito breve. Entretanto, o tema da *áskesis* será desenvolvido no terceiro capítulo do presente trabalho.

contrário como um *peribolon tês psykhês* (um contorno para a alma) *hína sózetai* (a fim de que a alma seja salva). É a segunda grande significação do *sózein*.

Pode-se ver aqui que Foucault extrai uma concepção de corpo, como contorno para a alma, que podemos associar, sem dúvida, às práticas que impulsionam o sujeito a fortificar-se, fazer do corpo uma espécie de muralha, ou melhor, este contorno que protege a alma. Uma alma aprisionada pelo corpo encontra neste um obstáculo para o cuidado de si, por outro lado o corpo concebido como um contorno para a alma (*peribolon tês psykhês*) explicita uma outra relação entre alma e corpo. Assim afirma Foucault (Ibidem, p. 166):

Salvar-se tem significações positivas. Como uma cidade que se salva instalando à volta de si as defesas, as fortalezas, as fortificações de que precisa – lembremos a ideia do corpo como *peribolon tês psykhês hína sózetai* –, assim se dirá da alma que se salva, de alguém que se salva, quando estiver convenientemente armado, quando estiver de tal modo equipado que, se a ocasião se fizer, possa efetivamente defender-se.

O corpo, desta maneira, deixa de ser um mero problema ou um obstáculo ao conhecimento de si platônico e passa a ser uma condição importante do cuidado de si helenístico e romano. O corpo é uma parte imprescindível do cuidado que também precisa ser fortalecido, mas sobretudo um alvo de atenção permanente por seu contato com a alma e pela possibilidade de sempre se fragilizar. Faz-se necessário aprender a “armar-se” para que o indivíduo se encontre preparado para as adversidades e que suas defesas estejam continuamente a postos a fim de salvar-se a si mesmo.

A salvação de si no sentido geral do cuidado de si (*epimeléia heautoû*) é o que orienta as práticas relacionadas ao cuidado e atenção constante às questões do corpo, pois ignorar este invólucro da alma é não estar completamente de acordo com o desenvolvimento de uma arte da existência (*tékhne toû bíou*). Cuidar do corpo reafirma, portanto, seu papel fundamental para a firmeza da alma e, conseqüentemente, na constituição de si. Deste modo, Foucault (Ibidem, p. 166) pode concluir que:

Nesta noção de salvação que encontramos nos textos helenísticos e romanos não há referência a algo como a morte ou a imortalidade ou um outro mundo. Não é por referência a um acontecimento dramático ou a um outro operador que nos salvamos. Salvar-se é uma atividade que se desdobra ao longo de toda a vida e cujo único operador é o próprio sujeito.

Assim, a salvação no período helenístico-romano não alude a um momento pós-morte a exemplo da ética cristã ou à boa condução da pólis no período socrático-platônico. Essa salvação à qual Foucault se refere encontra seu termo quando o sujeito adquire para si a independência de qualquer fator exterior a si mesmo. A atividade vigilante e contínua de si sobre si mesmo que se apresenta nesse sentido particular da salvação objetiva um sujeito preparado para quaisquer perturbações que possam surgir. A salvação (*sózein*) é uma salvação de si para si mesmo. Cuidado de si ou salvação de si se traduz em práticas e normas impostas pelo próprio indivíduo a si mesmo a fim de modificar-se e alcançar a plenitude de sua existência. Nessa perspectiva, viver para ser velho é gozar de si de tal maneira que as adversidades exteriores já não encontram o despreparo dos jovens, mas que encontram no sujeito o resultado da preparação contínua e do aperfeiçoamento regrado de toda a vida.

Um segundo ponto importante para a compreensão do corpo alçado pela cultura de si se dá a partir da noção de *epistrophé* (conversão de si). De modo semelhante à noção de salvação, a conversão não se constitui como uma prática em que o sujeito é compelido a uma renúncia de si, mas orienta uma prática de “fazer a volta em direção a si mesmo”. Segundo Foucault (Ibidem, p. 188), em Platão a conversão se apresentava como uma maneira de se distanciar do mundo das aparências e voltar o olhar para si. E em segundo lugar, é um desvio que se faz a fim de tornar-se consciente da ignorância que se ignora. Novamente vemos essa distinção e mediatização entre o eu e o mundo exterior, entre o eu e sua própria ignorância para consequentemente atingir o cuidado de si.

Entretanto, em uma cultura dominada pelo princípio do cuidado de si, a *epistrophé* não se encontra fora do próprio sujeito, mas de uma relação que se estabelece de si para si mesmo. Ainda que havendo uma oposição entre aquilo que é próprio do sujeito e aquilo que não é, a conversão se dá num plano de adequação de si para si sem que seja necessário a liberação de um outro mundo ou de seu próprio corpo. Assim explica Foucault (Ibidem, p. 189):

A conversão que encontramos na cultura e na prática de si helenística e romana não se move, primeiramente no eixo de oposição entre este mundo e o outro, como a *epistrophé* platônica. Ao contrário, trata-se de um retorno que se fará, de certo modo, na própria imanência do mundo, o que não significa, contudo, que não haverá oposição essencial – e realmente essencial – entre o que não depende de nós e o que depende de nós.



A conversão exerce um papel filosófico cuja função é prover ao sujeito um ponto privilegiado na prática de acesso a si mesmo. A conversão exprime a decisão do indivíduo na escolha de um modo de vida, expressa certa opção existencial que se reflete na maneira de impor a si uma maneira de se conduzir. Essa maneira de se conduzir é, segundo Foucault (2013, p. 70), não é simplesmente a soberania que se impõe sobre uma força, mas que permite ao mesmo tempo acessar a si e conseqüentemente gozar de si numa atitude concreta ao manter o contato consigo mesmo. Um acesso completo e pleno daquilo que depende somente de si é aquilo que Foucault também chama de autossubjetivação, pois o sujeito encontra em si mesmo o ponto de apoio crucial ao qual ele se dirige sempre na possibilidade de modificar. Assim a conversão helenística e romana:

[...]tem a feição não de uma liberação em relação ao corpo, mas do estabelecimento de uma relação completa, consumada, adequada de si para consigo. Portanto, não é na cisão com o corpo, mas antes na adequação de si para consigo, que a conversão se fará: esta, a segunda diferença relativamente à *epistrophé* platônica. (Ibidem, p. 189)

O eu é ponto de partida e ao mesmo tempo é a meta que o sujeito impõe a si, é ainda o ponto ao qual se retorna. O que caracteriza bem a conversão é esta espécie de olhar que o sujeito deve manter atento e constante sobre si mesmo sem nunca afastar de si. Não há uma cisão entre alma e corpo como na conversão platônica, nem muito menos uma mutação súbita do sujeito e renúncia de si mesmo como se produzirá na conversão cristã (*metanóia*). A cultura de si está completamente permeada pelo culto que se presta a si e que, portanto, não desvia o olhar de si mesmo, seu corpo, seus gestos e suas ações. Aquele que conseqüentemente alcança, depois de longa jornada, o abrigo em si mesmo, é justamente quem alcançou a sabedoria. Refugiar-se em si é sempre estar de acordo consigo mesmo, ou melhor, estar sempre em contato consigo mesmo que é unicamente daquilo que o sujeito depende, o que nas palavras de Pierre Hadot (1995, p. 336) é expresso da seguinte maneira:

Se o sábio permanece sempre idêntico a si mesmo e se está satisfeito consigo mesmo, é, pelo menos para Pirro, para os cínicos e para os estóicos, porque as coisas externas não podem perturbá-lo, porque ele considera que elas não são boas nem más, porque, por várias razões, ele se recusa a fazer um juízo de valor sobre elas e, portanto, as declara indiferentes.<sup>33</sup>

<sup>33</sup> “Si le sage reste toujours identique à lui-même et s’il se suffit à lui-même, c’est, au moins pour Pyrrhon, pour les cyniques et pour les stoïciens, parce que les choses extérieures ne peuvent le troubler, parce qu’il considère qu’elles ne sont ni bonnes ni mauvaises, parce que, pour des raisons diverses, il refuse de porter sur elles un jugement de valeur et qu’il les déclare donc indifférentes.”

Uma indiferença que não deve ser entendida como uma falta de ação, pois é justamente o contrário que é valorizado, isto é, a ação constante que se exerce sobre si ou sobre os outros. O sábio por meio da sua preparação conquista os meios de estar sempre atento a seu corpo e sua alma, assim sendo o uso adequado que se faz de si se mostra de maneira visível e concreta através da sabedoria, da saúde, das ações, dos gestos e equilíbrio adquiridos. Destarte, pode-se concluir que é a ação concreta sobre si e sobre as coisas a que se pode atribuir algum valor. Assim conclui Hadot (Ibidem, p. 336-337):

Por si só, todas as outras coisas não são boas nem ruins, mas depende de nós usá-las de maneira boa ou ruim, por exemplo, riquezas ou pobreza, saúde ou doença. Seu valor, portanto, depende do uso soberano do homem sábio. A indiferença do sábio não é um desinteresse em tudo, mas uma conversão de interesse e atenção para algo diferente daquele que chama a atenção e a preocupação de outros homens.<sup>34</sup>

O sábio ou o sujeito do cuidado de si é este que afasta seu olhar das coisas mundanas e da agitação cotidiana e aproxima-se de si mesmo para poder, como resultado, estar presente em cada ação praticada. As práticas de si reorientam o sujeito em direção a si mesmo para que o sujeito esteja cada vez mais firme em relação a si mesmo. Para isso, Foucault (2010, p. 145) afirma existir uma espécie de *otium* cultivado, isto é, o tempo livre deve ser usado de forma que a ocupação consigo mesmo seja um exercício de recondução do seu próprio agir. O tempo dedicado a ocupar-se consigo é preenchido com as mais diversas atividades, os cuidados com o corpo, com a saúde, com a leitura, com a memória, entre outros constituem grande preocupação de quem se ocupa de si mesmo (FOUCAULT, 2013, p. 56). Diz Foucault (2010, p. 199):

É preciso concentrar-se em si mesmo. Não se trata de decifrar-se. Exercício de concentração do sujeito, exercício pelo qual ele reconduz toda a atividade e toda a atenção para a tensão que o encaminha à sua meta, não se trata, absolutamente, de descerrar o sujeito com um campo de conhecimentos, realizando sua exegese e sua decifração.

---

<sup>34</sup> “Par elles-mêmes, toutes les autres choses e sont ni bonnes ni mauvaises, mais il dépend de nous d’en user de manière bonne ou mauvaise, par exemple des richesses ou de la pauvreté, de la santé ou de la maladie. Leur valeur dépend donc de l’usage souverain qu’en fait le sage. L’indifférence du sage n’est pas un désintéret à l’égard de tout, mais une conversion de l’intéret et de l’attention vers quelque chose d’autre que ce qui accapare l’attention et le souci des autres hommes.”

Os exercícios<sup>35</sup> aos quais o sujeito se submete (*áskesis*) são distintos de práticas de interiorização ou qualquer espécie de concentração numa interioridade, como se poderia pensar. Como Foucault pôde constatar em seus estudos, os exercícios agem diretamente sobre o corpo e a maneira de agir do indivíduo, pois a prática serve não somente para adquirir o hábito, mas também para examinar a si mesmo constantemente. Andar sem olhar para os lados, resistir a iguarias desejáveis ou praticar uma vida de escassez são alguns exemplos de como as práticas e os exercícios que o sujeito impunha si mesmo. Era, portanto, imprescindível que este que converte a si, que salva a si, que opta por uma vida sob o princípio do cuidado de si, confira a tal princípio materialidade e visibilidade através de si mesmo.

---

<sup>35</sup> Para Hadot (2009, p. 67), os exercícios espirituais na antiguidade englobam uma série de atividades não somente “espirituais” como os conhecemos, mas também práticas que podiam ser de ordem física, como o regime alimentício. O intuito dos exercícios era sempre o de operar uma transformação no sujeito que os praticava. De modo que a escuta ao mestre, o diálogo, a escrita também se constituíam como exercícios que podem transformar o sujeito, como veremos no próximo capítulo.

### 3. CORPO E VERDADE

#### 3.1 CORPO, *ÁSKESIS* E VERDADE

Em 1982 Foucault pronuncia um curso no *Collège de France* intitulado A Hermenêutica do sujeito, cujo objetivo visa dar continuidade às suas reflexões acerca da relação entre subjetividade e verdade. A relação entre essas duas categorias, subjetividade e verdade, segundo a análise foucaultiana, não são constantes. De fato, Foucault faz confrontar essas categorias com a própria história a fim de perceber quais processos estão envolvidos ou são produzidos à medida em que essa relação se modifica. É nesse bojo que se torna importante para Foucault investigar o momento singular em que a noção de *epimeléia heautoû* (o cuidado de si) fora eclipsada pela noção de *gnôthi seautón* (o “conhece-te a ti mesmo”).

Segundo Foucault, no pensamento helenístico-romano a relação entre subjetividade e verdade estava organizada mediante o princípio da *epimeléia heautoû* (cuidado de si), muito distintamente da relação que se produziu nos séculos seguintes entre o sujeito e si mesmo como um campo ou objeto do conhecimento. Assim, antes de mais nada, Foucault (2010, p. 11-12) nos alerta que o cuidado de si trata-se de uma atitude do sujeito em relação a si mesmo, não como uma simples atitude geral ou de comportamento, mas que designa sempre uma ação de si para consigo no sentido da modificação, da purificação, da transformação de si. Uma ação que se concretiza através de uma série de práticas, exercícios físicos e mentais, meditações, exames de consciência, etc.

O auge do cuidado de si na cultura helenístico-romana é, para Foucault, a contraposição daquilo que se desenvolveu como um conhecimento de si. As práticas dão testemunho da relação que o sujeito estabelece com a verdade, e é também através das práticas que pode-se estabelecer que tipo de relação se produz entre o sujeito e si mesmo, com os outros e com o mundo.

Não se "conhece" simplesmente a si mesmo - como se olhar e ver fosse uma revelação imediata do eu, como sugere a palavra "teoria" (*theoria*). Ao contrário, saber/ver é sempre um estilo distinto de saber/ver; é uma *prática*. Utiliza-se técnicas de interrogação de si, de manifestação de si ou interpretação através das quais se torna visível para si mesmo. A forma como se olha medeia a relação entre si e si mesmo. A forma como se aparece dependerá da forma como se olha, das técnicas que se põe em prática para se fazer aparecer a si mesmo. Além disso, não é apenas o que aparece diante do olhar quando se olha, mas também a atividade de

olhar para dentro de si mesmo.(MCGUSHING, 2007, p. 35-36)<sup>36</sup>

Esta atenção exercitada constantemente sobre si distingue-se de uma tal capacidade que o sujeito possa ter de acesso a uma verdade sobre si mesmo. O imperativo do cuidado de si engaja o sujeito em uma série de práticas que o compromete a colocar em jogo o seu próprio ser à medida em que se constitui, pois “tal como ele é, não é capaz de verdade” (FOUCAULT, 2010, p. 16). Este trabalho que exerce sobre si mesmo, esta elaboração de si se dá através de um longo labor da *áskesis*. Só assim o sujeito é capaz de acessar a verdade e conseqüentemente produz, segundo Foucault (2010, p. 17), um retorno da verdade sobre o próprio sujeito – para modificar, transformar o próprio ser do sujeito.

O acesso à verdade no cuidado de si, deste modo, não se perfaz numa estrutura própria do sujeito, mas na sua existência concreta. É neste sentido que ao investigar a antiguidade, Foucault identifica uma crescente ampliação do campo de ação do sujeito sob o signo do cuidado de si: a cultura helênica e romana representam o momento em que o cuidado de si se torna o princípio segundo o qual o sujeito submete sua vida, seu corpo, suas ações e seus gestos. Faz-se necessário que o sujeito torne sua vida um exercício constante que se conforme com o cuidado de si. É este exercício constante, esse conjunto de práticas que o sujeito exerce sobre si ao qual Foucault denomina como *áskesis*. Assim, ao passo que a *áskesis* põe em jogo o próprio ser do sujeito, este necessita estar em uma certa relação com a verdade, por isso Foucault (Ibidem, p. 283) afirma que “A *áskesis* é na realidade uma prática da verdade. A ascese não é uma maneira de submeter o sujeito à lei: é uma maneira de ligar o sujeito à verdade”.

O cuidado de si, portanto, se traduz na realização de uma concreta arte de existência que o sujeito impõe a si mesmo. Essa prática da verdade possibilita ao sujeito uma maneira de ser e de viver que está centrada em si mesmo e não em uma necessidade externa a ele mesmo. Assim, compreende-se que a investigação foucaultiana ao fazer ressoar os questionamentos “Como viver como se convém?”, “Como ser como se deve?”, busca analisar a partir de quais práticas e exercícios o sujeito pode acessar a verdade. Seguindo a análise foucaultiana de como o sujeito constitui a si

---

<sup>36</sup> “One does not simply ‘know’ oneself—as if looking and seeing were an immediate disclosure of the self, as the word “theory” (*theoria*) suggests. Rather, knowing/seeing is always a distinctive style of knowing/seeing; it is a *practice*. One deploys techniques of self-interrogation, of self-manifestation or interpretation through which one becomes visible to oneself. The way one looks mediates the relation between oneself and oneself. The way one appears will depend on the way one looks, the techniques one puts to use in order to make oneself appear to oneself. Furthermore, one is not only that which appears before one’s gaze when one looks, but also the activity of looking into oneself.”

mesmo como sujeito moral, é que buscamos investigar, neste capítulo, através de quais práticas Foucault compreende que na cultura helenístico-romana foi possível a ligação entre verdade e corpo ou a partir dele numa genealogia da subjetividade. Não se trata de uma teoria do corpo, mas como a verdade pode se relacionar com o corpo através de certas práticas.

Viver como se convém não está relacionado com a ligação do sujeito à uma lei que imponha uma regra preestabelecida de conduta ou ação. Apesar do cuidado de si ser, segundo Foucault, um princípio que predomina sobre todas as práticas no período helenístico-romano, ainda assim, o cuidado de si não se impõe verticalmente como uma regra única de conduta. Foucault interpreta o cuidado de si como sendo uma importante chave de leitura para compreender esta relação particular, desenvolvida na antiguidade, entre o sujeito e a verdade.

Sobre esta relação Foucault (2016, P. 13) afirma: “A subjetividade é concebida como o que se constitui e se transforma na relação que ela tem com sua própria verdade. Não há teoria do sujeito independente da relação com a verdade”. Ou seja, não interessa saber se uma teoria do sujeito é verdadeira ou não, mas através de quais jogos de verdade é possível que o sujeito produza/constitua a si mesmo. Diferentes verdades levam a práticas que constituem sujeitos, corpos e ações distintas na medida em que o próprio sujeito está implicado neste processo.

Por isso se torna tão fundamental, para Foucault, compreender as práticas de constituição de si mesmo, a *áskesis*: não há um vínculo entre o sujeito e a verdade, senão através de práticas que permitam o sujeito reconheça a si mesmo como alvo do cuidado. O momento socrático-platônico de descoberto do “eu”, do si mesmo, é, portanto, um momento crucial para toda antiguidade de descoberta de si mesmo não no sentido de uma interpretação de uma verdade sobre si, mas a descoberta de si como domínio possível de verdade e liberdade para atingir um certo modo de ser. Foucault (2001a, p. 1531) afirma: “a preocupação com a liberdade foi um problema essencial, permanente, durante os oito grandes séculos da cultura antiga. Nela temos toda uma ética que girou em torno do cuidado de si e que confere à ética antiga sua forma tão particular.”<sup>37</sup>

A *áskesis*, conjunto de práticas da cultura de si, cumpre a função de preparar o indivíduo para que esteja sempre pronto para qualquer situação, isso porque o indivíduo deve materializar, tornar visível, o discurso que ele próprio reconhece como sendo verdadeiro. A *áskesis* sob o signo do cuidado de si não se constitui como um conjunto de regras uniforme e universal que possa servir a qualquer um indistintamente. Na verdade, cada escola filosófica adotava uma maneira específica

<sup>37</sup> “Je souci de la liberté a été un problème essentiel, permanent, pendant huit grands siècles de la culture ancienne. On a là toute une éthique qui a pivoté autour du souci de soi et qui donne à l'éthique ancienne as forme si particulière.”

de problematizar a conduta moral, mas mais do que isso cabe ao indivíduo munir-se dos saberes de que necessita a fim de praticá-los constantemente. Na definição de Sforzini (2017, p. 94):

“A *áskesis* pode ser entendida como o conjunto de técnicas através das quais um indivíduo se constrói e se transforma, buscando aquela transfiguração do eu que não é, na cultura antiga, uma preparação para uma salvação supraterebre, mas uma relação imanente de liberdade e felicidade que se tira de si mesmo.”<sup>38</sup>

Apoiando-se em Musonius Rufus, Foucault (2010, p. 281) explica que para se adquirir a virtude faz-se necessário um saber teórico (*epistème theoretiké*) e, tão importante quanto este, um saber prático (*epistème praktiké*). Este saber prático se dá justamente através desse trabalho de si sobre si que se desenvolve na prática constante de uma ascese (*áskesis*). Ascese não no sentido que será incorporado pelo cristianismo de uma renúncia de si mesmo para alcançar uma verdade que está para além do próprio sujeito, que se alcança enquanto se nega a si. Ao contrário disso, as práticas de si elaboradas na cultura helenístico-romana impulsionam o sujeito a alcançar a verdade na medida em que ele mesmo a pratica, diz e exerce.

Para tanto, o sujeito deve exigir de si mesmo uma postura de acordo com a verdade na medida que a exerce, não há uma instância de verdade previamente dada ou revelada para que o sujeito esteja conforme a ela. O modo pelo qual o sujeito pode exercer uma prática para o alcançar a verdade não o exime de certas obrigações, mas um esquema de obrigações que não está em outro lugar senão em si mesmo pois neste caso, segundo a perspectiva foucaultiana (2016, p. 13):

A verdade é concebida essencialmente como um sistema de obrigações, independente do fato de, deste ou daquele ponto de vista, se poder considerá-la verdadeira ou não. A verdade é antes de tudo um sistema de obrigações. Por consequência, é totalmente indiferente que aquilo que em determinado momento é considerado verdadeiro não o seja mais em [outro].

A verdade não é vista como exterior ao sujeito e suas práticas. A prática é precisamente a forma exteriorizada e visível do exercício da verdade. Portanto, não só a alma, mas o corpo é

<sup>38</sup> “L’*askésis* peut être comprise comme l’ensemble des techniques à travers lesquelles un individu se construit et se transforme lui-même, recherchant cette transfiguration de soi qui n’est pas, dans la culture antique, préparation à un salut supraterebre mais rapport immanent de liberté et de bonheur que l’on prend à soi-même.”

integrado nos exercícios ascéticos, eles jogam em conjunto para acessar a verdade: o cuidado que se tem consigo não é somente um conhecimento teórico, mas necessita ter seu correspondente na vida cotidiana, é preciso adentrar as ações, ser incorporado de tal maneira que a uma vida honrosa seja perceptível a todos; a postura, o comportamento, a ação são resultantes de um trabalho sobre si que garante o sujeito para o governo de si e dos outros. “Portanto, o que esteve e estará em questão é a verdade como vínculo, a verdade como obrigação, a verdade também como política, e não a verdade como conteúdo de conhecimento nem como estrutura formal do conhecimento.” (Ibidem, p. 14)

Assim, na cultura helenística e romana, toda a vida, a vida em todas suas dimensões tornam-se para o próprio sujeito uma espécie de obra de arte à qual ele deve fazer de si a forma mais bela e plena daquilo que ele deve ser. Na visão foucaultiana, o cuidado de si impõe uma outra dimensão distinta de apenas um conhecimento de si: é imprescindível que o sujeito torne-se mestre de si mesmo, seja o único soberano de sua própria vida. Uma arte de viver é o termo que define precisamente esse *éthos* buscado na antiguidade para que o sujeito esteja de acordo consigo mesmo.

Nenhuma técnica, nenhuma habilidade profissional pode ser adquirida sem exercício; nem se pode aprender a arte de viver, a *techné tou biou*, sem uma *askesis* que deve ser entendida como um treino de si para si: este era um dos princípios tradicionais aos quais os Pitagóricos, os Socráticos e os Cínicos há muito atribuíam grande importância. (FOUCAULT, 2001c, p. 1236)<sup>39</sup>

Não existe acesso à verdade sem que a vida do sujeito esteja dedicada a um trabalho de si sobre si. Técnicas de meditação, de memorização, de escrita, de escuta e exames de consciência que cumprem o papel de ligar o indivíduo à verdade que deve ser praticada. Isto é, essa verdade precisa ser visível, não como um momento ou ato revelação e aceitação integral de uma verdade – como na conversão cristã –, mas uma verdade que se traduz em uma postura ereta, na imobilidade do corpo, na escuta atenta, no esforço de lembrar os feitos diários. É exigido do indivíduo que esteja atento sobre si e em toda série de gestos e ações que expressa a partir da experiência de si. Foucault (2016, p. 14) explica:

---

<sup>39</sup> “Aucune technique, aucune habileté professionnelle ne peut s’acquérir sans exercice; on ne peut non plus apprendre l’art de vivre, la *techné tou biou*, sans une *askésis* qu’il faut comprendre comme un entraînement de soi par soi: c’était là l’un des principes traditionnels auxquels depuis longtemps les pythagoriciens, les socratiques, les cyniques avaient donné une grande importance.”



Se todas essas análises se fazem necessariamente através de um material histórico, esse material histórico tem como objetivo mostrar não o quanto a verdade é mutável ou a definição relativa do sujeito, e sim de que modo as subjetividades como experiências de si e dos outros se constituem através das obrigações de verdade, através das ligações do que poderíamos chamar de veridicção.

O que está em jogo não são sujeitos, corpos ou ações constituídos por dispositivos disciplinares – esquadrinha dos corpos, espaço e tempo para produzir um sujeito docilizado –; não se trata tampouco do dispositivo de sexualidade – a sexualidade como objeto possível de conhecimento, que captura e organiza corpos, suas forças, sensações e prazeres. Por isso, não está em questão saber como a verdade e o sujeito podem sofrer variações historicamente, mas conceber como os processos de subjetivação se dão por meio de “obrigações de verdade”; e, ainda, não somente por uma determinação exterior ao próprio sujeito, mas a partir dele. A cultura antiga, nesse sentido, permite entrever um contraponto ao jogos de verdade e saberes produzidos pelo cristianismo.

Este indivíduo que emerge em meio a cultura de si não tem uma relação consigo de exegese de si mesmo, mas sim de uma relação de constituição de si, encarando a si mesmo como material a ser formado através de técnicas essencialmente etopoética. Foucault (2010, p. 212), apoiando-se nas definições de Plutarco, qualifica etopoético (*ethopoieîn*) como sendo aquilo que é capaz de modificar, transformar, produzir o *éthos*, o modo de ser do indivíduo. É esta qualidade etopoética que o homem na antiguidade se dispunha a exercitar diante da sua liberdade, um exercício que dota o homem de um saber verdadeiro sobre si e sobre os outros, que possui como objetivo de vida o cultivo de si mesmo. Nas palavras de Sforzini (2017, p. 96) o exercício etopoético é um esforço, que de tal maneira deve ser incorporado que o próprio corpo é marcado por essa disposição ética: “O valor primordial da verdade é ser etopoético [...]. uma verdade que se torna *éthos*, que transforma o *éthos*, o modo de viver, a modalidade de ser do sujeito. A verdade deve ser literalmente incorporada ao longo de um processo de assimilação.”<sup>40</sup>

Para tanto, em primeiro lugar buscamos brevemente tentar compreender como os escritos médicos de Galeno marcam aquilo que Foucault denomina como uma “fisiologização do desejo e

---

<sup>40</sup> “La valeur primordiale de la vérité est d’être éthopoiétique [...]. une vérité qui se fait éthos, qui transforme l’éthos, la manière de vivre, la modalité d’être du sujet. La vérité doit être littéralement incorporée tout au long d’un procès d’assimilation [...].”

do prazer”. Os prazeres que outrora eram alvo de um cuidado voltado para a moderação dos atos e do momento adequado, agora passam a ser incorporados na própria mecânica do funcionamento corporal. Os prazeres passam a ser compreendidos como intrínsecos à própria natureza do corpo. Os saberes médicos associados a uma moral requisitam uma atenção sobre o corpo ao mesmo tempo em que permite uma ligação com a verdade.

Em segundo lugar, passamos a investigar como através das áskesis é possível que o corpo seja alvo de uma série de exercícios e práticas mediante as quais é possível uma ligação com a verdade. Exercícios de escuta, leitura, escrita e fala exercem um papel fundamental para que o indivíduo incorpore discursos verdadeiros e possa torná-los numa forma visível e concreta da escolha livre de um estilo de vida.

### 3.1 GALENO E A FISIOLÓGICA DO DESEJO E DO PRAZER

Um dos vetores de mudança na abordagem em relação ao corpo na cultura helenística e romana foi devido a uma maior aproximação com os saberes médicos, que contribuíram, segundo a visão foucaultiana, para novas técnicas do corpo e de relação a si mesmo. Assim, valendo-se particularmente do pensamento médico de Galeno, Foucault analisa a questão do corpo e do regime dos *aphrodisia* em relação com o cuidado de si, especialmente em *O Cuidado de Si*. Assim, tentamos perceber através desta relação estabelecida por Foucault, como o corpo pôde ser inserido em certos jogos de verdade em que o prazer está diretamente ligado ao funcionamento corporal e consequentemente produzem certas práticas de si para si mesmo.

Galeno, médico e filósofo romano de origem grega, desempenha um papel bastante importante e destacado na obra de Foucault, *O cuidado de si*. É em relação a Galeno em que a temática do corpo está mais evidente, isso se deve ao fato de que a filosofia de Galeno não seria viável sem a medicina. O grande conhecimento em medicina através da dissecação de animais dotam Galeno de uma filosofia extremamente ligada aos corpos e seu funcionamento. Por um lado Galeno é um grande estudioso dos escritos médicos hipocráticos, por outro está bastante ligado ao platonismo, em outras palavras significa dizer que sua medicina anatômica, fisiológica, farmacológica e terapêutica estão marcadas por uma visão da verdade ligada à beleza (TEMKIN, 1973, p. 11-12). Os próprios órgãos e o funcionamento corporal estavam atados à uma ideia de que a natureza, por seu poder e providência, os constituía da melhor maneira possível, onde nada é feito em vão.

Neste sentido, o estudo do corpo e de seu funcionamento formam as bases médicas e epistemológicas de Galeno. Faz-se necessário que o corpo seja subdividido em partes (ossos, músculos, cartilagens, nervos) para que cada função seja atribuída de maneira apropriada. As qualidades, bem como os desequilíbrios podem ser corporalmente localizados.<sup>41</sup> O estudo da anatomia, portanto, funciona a provar empiricamente que certas atribuições da alma, sentimentos e sensações estão estritamente ligadas ao corpo e consequentemente o seu cuidado é indispensável para uma vida honrosa. Destarte, Temkin (Ibidem, p. 54) afirma que para Galeno: “A dissecação, e

---

<sup>41</sup> Segundo Foucault (2013, p. 112), “ele quer dizer que ela [a vivacidade] não foi acrescentada na alma como um suplemento, mas sim que ela foi verdadeiramente inscrita como consequência dos mecanismos do corpo. Desejo e prazer são diretamente os efeitos de disposições anatômicas e dos processos físicos”. Como veremos logo adiante, desejo e prazer estão ligados ao próprio corpo impulsionando uma série de práticas de si.

apenas a dissecação, podia trazer provas; tudo eles era retórica e sofisma. Galeno e, pensava ele, Hipócrates e Platão antes dele, tinham colocado a parte governante da alma no cérebro, e a anatomia tinha provado que ele tinha razão.”<sup>42</sup>

Apesar de o homem dividir com os animais desejos e emoções, o seu estatuto se eleva aos animais por possuir uma alma com atribuições não compartilhadas com outras espécies. Entretanto, a alma, para Galeno poderia ser dividida em três e atribuídas especificamente a partes diferentes do corpo, cujo equilíbrio – do corpo ou da alma – é relativo ao cuidado que o sujeito possui consigo. Segundo Temkin (Ibidem, p. 44-45):

Galeno acredita ter mostrado as três espécies da alma, suas atividades específicas e suas localizações no corpo, mas não tem opinião sobre o que vai além, se a alma é material ou imaterial, mortal ou imortal. Ele insiste que nossas almas funcionam de acordo com a composição de nossos corpos, mas ele se recusa a inferir que isso invalida o julgamento moral.<sup>43</sup>

Galeno parte de uma noção de saúde totalmente atrelada à vida cívica e desse modo não escapa às preocupações deste período marcado pelo cuidado de si que são analisadas por Foucault. O corpo reintroduzido a um sistema de cuidados e atenção à si cada vez mais acentuados contribui para o surgimento de novas técnicas, obrigações contínuas e exames em relação a si mesmo. Foucault (2013, p. 113) afirma que “Existe, pois, toda uma disposição anatômica e todo um ordenamento fisiológico que inscrevem no corpo e nos seus mecanismos próprios o prazer com seu excessivo vigor (*huperoche tes hedones*) contra o qual ela nada pode: *amechanos*.” Esse é um corpo que se mostra fragilizado desde a sua própria natureza compele o sujeito a afirmar em uma série de exercícios e práticas que visam fortalecer a si mesmo diante do imprevisível. Para isso o sujeito precisa se submeter a um modo de vida pleno no sentido do cuidado de si.

A vivacidade, da qual o corpo é dotado, é por um lado intrínseca à própria anatomia e no desempenho das suas funções, como por exemplo os órgãos sexuais que possuem um prazer dado pela própria natureza com fins a procriação. Por outro lado, é essa mesma vivacidade que põe em

<sup>42</sup> “Dissection, and dissection only, could carry proof; everything else was rhetoric and sophistry. Galen and, he thought, Hippocrates and Plato before him, had placed the governing part of the soul in the brain, and anatomy had proved him right.”

<sup>43</sup> “Galen believes to have shown the three species of the soul, their specific activities, and their locations in the body, but he has no opinion on what goes beyond, whether the soul is material or immaterial, mortal or immortal. He insists that our souls function according to the makeup of our bodies, but he refuses to infer that this invalidates moral judgment.”

marcha uma série de riscos para o indivíduo. “Embora a formação do prazer seja assim ancorada e bem localizada, não é menos verdade que o ato sexual implique, através dos elementos que ele instaura e as consequências que provoca, o corpo inteiro.”, Foucault (Ibidem, p. 113) ao fazer tal afirmação procura fazer perceber que existe uma crescente preocupação em torno do corpo que busca ligar o sujeito à verdade, inserir o sujeito em um sistema de obrigações de si para si mesmo.

A preocupação de Galeno, como é comum às escolas filosóficas deste mesmo período da cultura de si, não se atém somente a um cuidado orgânico ou puramente do ponto de vista da saúde fisiológica. Galeno também encara a saúde como uma obrigação moral, por conseguinte, sendo ele um médico dietético, as suas recomendações embasadas no funcionamento anatômico têm um fim que está para além da saúde física dos órgãos, mas que na verdade procuram justificar a necessidade do sujeito assumir certas posturas na condução de sua própria existência. Dessa maneira Temkin (1973, p. 40) assevera:

Galeno é um médico dietético, e o aspecto moral é potencialmente inerente à medicina dietética, que considera a maioria das doenças internas como sendo causadas por erros de regime, e portanto evitáveis. A saúde torna-se assim uma responsabilidade e a doença uma questão para uma possível reflexão moral.<sup>44</sup>

É verdade que Foucault destaca os *aphrodisia* como ponto de preocupação moral, porém também não deixa de notar, no que se refere aos atos sexuais, que todos os órgãos estão ligados uns aos outros e por consequência a preocupação é uma preocupação com a vida em geral. O dispêndio causado pelos atos sexuais, por exemplo, tem como sentido positivo o próprio sentido natural da reprodução e perpetuação da espécie. Em outro sentido, é um ato que de certa maneira põe em risco toda a estrutura corporal dos órgãos que naturalmente estão ligados entre si. Nas palavras de Foucault (2013, p. 126) “Os perigos da prática sexual eram percebidos outrora do lado da violência involuntária e do dispêndio inconsiderado; agora, eles são descritos antes de mais nada como o efeito de uma fragilidade geral do corpo humano e do seu funcionamento”. A saúde, portanto, depende deste equilíbrio que se adquire com a constante vigilância sobre o corpo e sobre os atos; a reflexão moral é desenvolvida na medida em que o sujeito faz de si mesmo um elemento possível de transformação, modificação e governo.

---

<sup>44</sup> “Galen is a dietetic physician, and the moral aspect is potentially inherent in dietetic medicine, which considers most internal diseases to be caused by errors of regimen, and hence avoidable. Health thus becomes a responsibility and disease a matter for possible moral reflection.”

Segundo esse modelo, saúde pessoal e conduta pública convergem com perfeita facilidade. O corpo é representado como um equilíbrio delicadamente mantido de humores complementares. Perturbam a saúde perdas excessivas de reservas necessárias ou demasiada retenção de excessos prejudiciais. Ademais, as emoções que parecem destruir ou comprometer o equilíbrio cuidadosamente mantido do comportamento do homem bem-educado podem reduzir-se em grande parte a consequências de tais distúrbios. Por isso considera-se o corpo como o indicador mais sensível e evidente de um comportamento correto, e o controle harmonioso desse corpo pelos métodos gregos tradicionais (exercício, regime alimentar e banhos) constitui sua mais íntima garantia. (BROWN, 2009, p. 218)

O corpo acaba por fixar uma dinâmica própria que impõe ao sujeito uma lei do corpo, isto é, “seu estado, seus equilíbrios, suas afecções, as disposições gerais ou passageiras” são essenciais para a determinação da conduta dos indivíduos. Não se trata de uma inversão na condução que o indivíduo deve impor à sua existência, isto é, ao invés de alma conduzir o corpo, é este que conduz por intermédio de suas necessidades. Segundo a leitura foucaultiana da filosofia helenístico-romana, corpo e alma devem concorrer para um mesmo sentido, ou seja, um deve estar conforme ao outro segundo as necessidades próprias do corpo e da alma:

Não se trata, portanto, nesse regime de instaurar uma luta da alma contra o corpo; nem mesmo de estabelecer meios pelos quais ela poderia se defender face a ele; trata-se, para a alma, antes de mais nada, de corrigir-se para poder conduzir o corpo segundo uma lei que é a do próprio corpo. (FOUCAULT, 2013, p. 137)

É uma conformação de si para consigo mesmo. Não há uma disputa que se dividiria entre corpo e alma, adequar-se a si mesmo não deve ser empregado senão no que diz respeito ao sujeito que está em conformidade consigo mesmo de maneira plena para que possa exercer o governo de si e dos outros quando for necessário. Assim é como se pode definir o sujeito que alcançou a a maestria sobre si mesmo, que não relegou a si, em especial seu corpo, a uma renúncia, mas que apossa-se de si à medida em que conhece a si de modo integral. O homem do cuidado de si é, portanto, aquele que conhecendo a dinâmica de seu corpo, dotada pela própria natureza, pode se utilizar da razão para melhor seu corpo e a si mesmo. Estabelecer um regime de condutas para sua existência é a maneira pela qual o homem, no exercício de sua liberdade, mantém contato com a verdade que extrai de si mesmo. Foucault (Ibidem, p. 145) resume:

Ele deve manter consigo mesmo um discurso de “verdade”; mas esse discurso não tem por função dizer ao sujeito a verdade sobre ele próprio; ele tem que lhe ensinar, em função daquilo que, por natureza, são os atos sexuais, de que maneira recorrer a eles para conformar-se o mais exata e estritamente possível a essa natureza. [...] Poder-se-ia dizer do mesmo modo que o regime dos *aphrodisia*, o regime de sua distribuição proposta pela medicina não deve ser nada mais, nem menos, do que a forma de sua natureza presente para o pensamento, sua verdade habitando a conduta como sua constante prescrição.

### 3.3 INCORPORAÇÃO DOS *LÓGOI* E PRÁTICAS ASCÉTICAS DO CORPO

A filosofia antiga, segundo o pensamento foucaultiano, põe em questão a verdade, a política e o *éthos*. Segundo sua percepção não se trata de desenvolver, e não é de seu interesse, teorias ou o transcender histórico do pensamento acerca da verdade, da política e da ética. O que interessa a Foucault é analisar e tentar compreender através de quais processos e práticas a verdade está atrelada ao sujeito. Assim, até agora pudemos acompanhar certas práticas desenvolvidas desde a Grécia clássica até o período helenístico-romano, além de perceber como essas práticas de si expressam uma necessária ligação com a verdade.

O corpo é um desses alvos implicados na relação entre o sujeito e a verdade. Como visto, não se trata de desenvolver uma teoria acerca do corpo. Momentos distintos na cultura antiga produziram vigilâncias e práticas distintas, isto é, produziram maneiras distintas de como o sujeito se relaciona com o corpo ou a partir dele na constituição de si mesmo.

Como eu interpretaria Foucault, a ética, ou a relação do eu consigo mesmo, é portanto parte tanto da história da subjetividade como da história da governabilidade. As nossas "tecnologias do eu", as formas como nos relacionamos conosco mesmos, contribuem para as formas em que a nossa subjetividade é constituída e experimentada, bem como para as formas em que governamos o nosso pensamento e a nossa conduta. (DAVIDSON, 2005, p. 127)<sup>45</sup>

Da mesma maneira, pode-se afirmar que o corpo é transpassado, marcado pelas tecnologias do eu ao longo da história. Na análise foucaultiana dos dispositivos disciplinares em *Vigiar e Punir*, pode-se perceber o corpo como um lugar privilegiado para a formação de mecanismos de obediência e utilidade. O corpo está na genealogia da sociedade disciplinar: a articulação de uma anátomo-política e os mecanismos de poder que exploram, desarticula e recompõe o corpo. Os dispositivos disciplinares produzem um "corpo dócil", objeto de controle e de correção, como base para o funcionamento metódico do poder. Esse sistema organizacional que se instaura possui uma amplitude que alcança os mínimos detalhes, está presente nos mais diferentes contextos e com

---

<sup>45</sup> "As I would interpret Foucault, ethics, or the self's relation to itself, is therefore part of both the history of subjectivity and the history of governmentality. Our "technologies of the self," the ways in which we relate ourselves to ourselves, contribute to the forms in which our subjectivity is constituted and experienced, as well as to the forms in which we govern our thought and conduct."



finalidades específicas.

Em um segundo momento, mais especificamente em *A Vontade de Saber*, Foucault sustenta a noção de que a história da sociedade ocidental é ancorada por um processo de produção de verdade sobre o sexo, ao qual ele denomina como o dispositivo de sexualidade. Mediante este dispositivo, é posto em funcionamento um mecanismo de discurso de verdade que recai diretamente sobre o sujeito. Nesta medida é que para o estudo do processo de subjetivação, para Foucault, se torna imprescindível a análise de uma “história da verdade” a partir da qual se atrelou o discurso sobre o sexo.

O importante é que o sexo não tenha sido somente objeto de sensação e prazer, de lei ou interdição, mas também de verdade e falsidade, que a verdade do sexo tenha-se tornado coisa essencial, útil ou perigosa, preciosa ou temida; em suma, que o sexo tenha sido constituído em objeto de verdade (FOUCAULT, 2007, p. 65).

Segundo Foucault, um sujeito conjugado ao sexo é resultado de uma série de estratégias e táticas inerentes ao poder e ao processo de produção de verdade a respeito do sexo. A interdição, a proibição e a negação não são mais vistas como centrais. A sexualidade lançada à superfície dos corpos impõe uma verdade sobre os indivíduos, que só é possível enquanto sustentado pelos dispositivos de poder, prazer, saber e verdade. O dispositivo da sexualidade, ao dominar os corpos, pretende conhecer, nos mínimos detalhes, os prazeres ou mesmo estimulá-los. O objetivo é delineado na medida em que o ocidente buscou o tempo todo estabelecer uma relação entre a verdade e o sexo. Para além do que está escrito na lei, há uma norma que se estabelece na sociedade que dita regras bastante atuantes.

Desse modo, a relação entre o sujeito e a verdade estabelecida na modernidade se refere a uma verdade que sempre pode ser extraída, interpretada e produzida através do sujeito. O dispositivo de sexualidade estabelece para o sujeito uma relação em que a verdade sobre o sexo sempre, de alguma maneira, escapa ao próprio sujeito. A sexualidade penetra nos mais diversos espaços – corpos, ações, gestos, discursos – e necessita ser interpretado, discutido exaustivamente, para que a verdade sobre o sexo – que se torna a própria verdade sobre o sujeito – seja revelada. A verdade está sempre presente, mas, ao mesmo tempo, sempre foge ao conhecimento do sujeito.

Portanto, “Para a modernidade, a relação entre sujeito e conhecimento é a objetividade. Isso

quer dizer que, o problema é tentar produzir um conhecimento objetivo do sujeito”.<sup>46</sup> Diversamente ao que se produziu na modernidade, Foucault mostra que a cultura antiga estabelecia que a verdade é algo do qual o sujeito não é dotado, isto é, o objetivo das *áskesis* era justamente preparar o sujeito para que ele pudesse acessar a verdade sem a necessidade de uma hermenêutica de si, mas do ponto de vista de certas práticas que estabelecem um modo de ser. A respeito disso, Foucault (2010, p. 285) afirma:

É necessário dotar-se de algo que não se tem, no lugar de renunciar algum elemento que seríamos ou teríamos em nós mesmos ponto é preciso se dotar de algo que, precisamente, no lugar de nos conduzir a renunciar pouco a pouco nós mesmos, permitirá proteger o eu e chegar até ele. Em duas palavras, a ascese antiga não reduz: ela equipa, ela dota. E aquilo de que ela equipa, aquilo de que ela adota, é o que em grego se chama *paraskeué* [...].

A ascese não é concebida como um edifício conceitual apartado da realidade concreta da vida cotidiana. A filosofia antiga, ao contrário, é dotada de um sentido prático mais do que simplesmente um aspecto discursivo. A *paraskeué* doa forma e substância a um modo de vida específico e, portanto, está alinhado e constituído aos prazeres, aos sofrimentos, aos cuidados, aos desejos do próprio sujeito. Foucault designa em *A Hermenêutica do Sujeito* a filosofia antiga como uma “espiritualidade”, que é concebida não como uma aproximação de um exercício puro do *logos*, mas que remete sempre a uma dimensão prática, graças à qual o indivíduo opera sobre si mesmo a transformação necessária para o acesso à verdade. Esse exercício do *logos* e sua dimensão prática indicam o intuito da *paraskeué*, afirma Foucault (Ibidem, p. 286):

Pois bem, a *paraskeué* é o que se poderia chamar uma preparação ao mesmo tempo aberta e finalizada do indivíduo para os acontecimentos da vida. [...]. Trata-se pois, na ascese, de encontrar uma preparação, uma *paraskeué* capaz de ajustar-se ao que possa se produzir, e a isso somente, no momento exato em que se produz, caso venha a produzir-se.

A *paraskeué* é este elemento essencial da construção do *éthos*. Para que o indivíduo constitua a sua existência no modo como ele deve ser, faz-se necessário que ele esteja armado dos

---

<sup>46</sup> “For modernity, the relationship between the subject and knowledge is objectivity. That is to say, the problem is to try to produce an objective knowledge of the subject.”

recursos que lhe assegurem não somente conhecimentos epistemológicos da sua constituição, mas que engendram um conhecimento sempre possível de se efetivar. Por isso os conhecimentos adquiridos se conformam na preparação plena da existência do indivíduo. O indivíduo adquire um saber que não se traduz em resultados imediatos, mas que ao serem assimilados tornam-se disponíveis efetivamente para qualquer situação – o próprio corpo, as ações e comportamentos em geral denotam o preparo que o indivíduo adquire e demonstra como uma maneira própria de viver. Segundo Foucault (2010, p. 286), a *paraskeuē* não é uma questão de que o indivíduo deva desenvolver ou exercitar todas as possibilidades que são dadas como uma superação de si ou dos outros, mas a capacitação para aquilo que pode efetivamente acontecer. MCGUSHIN (2007, p. 125) afirma:

Para produzir e manter o relacionamento adequado e pleno consigo mesmo, é preciso incorporar, de forma material, a verdade no seu próprio ser. Esta verdade é o que protegerá o indivíduo dos perigos que pode enfrentar na vida, dos desafios que podem perturbar o relacionamento adequado e pleno de si mesmo. Este "equipamento" (*paraskeuē*) é de natureza discursiva, mas o seu modo de ser é único. A principal função do *askēsis* como um processo de incorporação da verdade é a de implantar no indivíduo o verdadeiro discurso, as verdadeiras afirmações, o *lógoi*.<sup>47</sup>

É o que Foucault chama de formação atlética do sábio. O equipamento (*paraskeuē*) do qual o sujeito dispõe é discursivo (*logos*), porém como constitutivo das *askēsis*, a incorporação de um discurso verdadeiro pressupõe a prática comparativamente a um atleta: toda uma disposição física e mental compõem a correlação entre o atleta (sujeito) e a atividade que ele venha a exercer. São saberes incorporados de tal maneira que estejam à disposição do próprio sujeito na medida em que esse sujeito e sua preparação são correlatos na formação do eu. Foucault (2010, p. 288) afirma que esses discursos (*lógoi*), dos quais as *paraskeuē* são constituídos, são materialmente existentes, apesar de fundados pela razão, ele mantém sua materialidade na medida em que constituem regras ou princípios aceitáveis de comportamento e ação. É um equipamento que se projeta no corpo como uma imposição de si para si mesmo, não como regra absoluta, mas do domínio de si de modo que lhe seja o mais natural possível, nas palavras de Foucault (Ibidem, p. 288-289) uma boa *paraskeuē*:

<sup>47</sup> “In order to produce and maintain the proper and full relationship to oneself one needs to incorporate, in a material way, the truth into one’s very being. This truth is what will protect the individual from the dangers she might confront in life, the challenges that might disturb the proper and full relationship of self to itself. This “equipment” (*paraskeuē*) is discursive in nature, but its mode of being is unique. The main function of *askēsis* as a process of incorporating the truth is that of implanting in the individual true discourse, true statements, the *logoi*.”

São esquemas indutores de ação que, em seu valor e sua eficácia indutora, uma vez presentes -- na mente, no pensamento, no coração, no próprio corpo de quem os detém --, este que os detém agirá como que espontaneamente. É como se esses próprios *lógoi*, incorporando-se pouco a pouco na sua própria razão, na sua própria liberdade e na sua própria vontade, falassem, falassem por ele [...].

Essa incorporação dos *lógoi* engendra um sujeito da ação, que tomando a *paraskeué* como matriz produz um *éthos* ao escolher livremente pela ascese. Não há uma verdade como axioma ou princípio das ações, pois os discursos só são verdadeiros ao passo em que são incorporados pelo sujeito e que age de acordo com a sua maneira de ser. Assim o sujeito pode encontrar em si mesmo e não fora dele o socorro indispensável diante dos acontecimentos: a *paraskeué* – como uma armadura ou equipamento – é dotada de uma “espécie de presença permanente, ao mesmo tempo virtual e eficaz, que permita que a eles se recorra sempre que necessário” (FOUCAULT, 2010, p. 289). Ao contrário de uma extração da verdade ou mesmo uma submissão a uma verdade, o sujeito “interioriza” a verdade como maneira de viver coerente ao discurso filosófico que pratica, neste sentido “A *áskesis* faz do dizer-verdadeiro um modo de ser do sujeito” (Ibidem, p. 291).

O preparo e o exercício que o sujeito aplica sobre si mesmo adotou certas práticas na cultura de si que, na visão foucaultiana, servem ao propósito de incorporar esse dizer-verdadeiro. Práticas que exigem uma disposição constante do sujeito a remeter-se a si mesmo como aplicação e finalidade da sua própria ação. Dentro desta definição ampla das *áskesis* podemos compreender que as práticas de si exigem do indivíduo uma postura diante de si mesmo tanto no processo de aprendizagem e assimilação dos *lógoi*, quanto uma postura que se confronta com a realidade. No pensamento de Sforzini (2017, p. 97) podemos distinguir de tal maneira:

[...] pode-se distinguir em Foucault dois regimes de exercícios: exercícios de apropriação dos *logoi*, que exigirão do corpo uma atitude adequada para facilitar o aprendizado; os exercícios de ativação do *logoi* (o *gumnazein*), onde o corpo será envolvido como um elemento prático de um teste real. O corpo é primeiramente colocado no centro das práticas de ensino e direção, no eixo das técnicas espirituais de escuta, fala e escrita.<sup>48</sup>

<sup>48</sup> “[...] on peut distinguer chez Foucault deux régimes d’exercices: les exercices d’appropriation des *logoi*, qui vont exiger du corps une attitude propre à faciliter l’apprentissage; les exercices d’activation des *logoi* (le *gumnazein*), où le corps sera impliqué comme élément pratique d’une épreuve réelle. Le corps est d’abord placé au centre des pratiques d’enseignement et de direction, sur l’axe des techniques spirituelles d’écoute, de parole et d’écriture.”

A constituição do sujeito se apresenta através uma preparação que é também fisicamente visível, o corpo em toda sua estrutura e comportamento participam de um jogo regrado em que sujeito deve impor a si mesmo uma postura condizente com sua condição de aprendiz. Neste sentido, mestre e aprendiz implicam-se mutuamente, pois enquanto um, por já ter alcançado a sabedoria, serve de exemplo de uma vida virtuosa; o aprendiz, por sua vez, fixa para si as regras para alcançar forma da existência que almeja. Para tanto, as práticas de escuta, fala e escrita, bem como os exercícios em situações reais, imprimem no corpo uma espécie de memorização do próprio aprendizado e habilitam ao que pode vir a acontecer.

A escuta é, para Foucault (2010, p. 298-299), um procedimento ascético e de subjetivação dos *lógoi*: a verdade escutada e assimilada como se deve trata de convencer o sujeito daqui que ele deve constituir para si como sendo uma existência adequada. A escuta é por sua própria natureza bastante ambígua no que se refere ao recolhimento do *lógos*, trata-se de um sentido que por um lado está mais suscetível do que qualquer outro de ser afetado e conseqüentemente pode afetar todo o corpo e a alma. A escuta pode levar aqueles que mesmo alcançando o domínio de si a um estado de passividade (sentido *pathétikos*), por outro lado, a audição é também o sentido mais receptivo do *lógos*. Os outros sentidos, apesar da receptividade natural – tato, olfato, visão – estão expostos somente aos prazeres e seus vícios. Porém a audição, ao se deixar penetrar, torna-se vantajosa, pois faz com que os *lógoi* tenham acesso à alma.

A ambigüidade da escuta exige uma postura atenta, prática assídua, experiência e competência. Mas mesmo não podendo ser desenvolvida como *tékhne*, pois seria como o primeiro estágio da ascese, Foucault ressalta que para uma escuta adequada o corpo era requisitado a tarefas bem definidas ao seu desenvolvimento diante de um discurso também adequado: o silêncio e a imobilidade do corpo. “Devia escutar, escutar somente, nada mais fazer senão escutar sem intervir, sem objetar, sem dar opinião e, bem entendido, sem ensinar.”

A prática da escuta deve ser conservada de uma maneira lógica, isto é, purificar a escuta. Foucault (Ibidem, p. 304) afirma que desde a Antigüidade grega até a Europa moderna, o silêncio vigorava no sistema educativo pois, ao contrário do silêncio, a tagarelice era considerada um vício que não contribuía para a aprendizagem. Guardar o silêncio não é só uma prescrição essencial para os iniciantes, é acima de tudo uma “espécie economia estrita da palavra”. O silêncio e a tagarelice, sendo um o contrário do outro, resulta que o indivíduo que não guarda o silêncio como um modo de

melhor fixar na alma os conhecimentos e poder separar o lado *pathétikos* do lado *lógikos* da escuta, corre sempre o risco de não saber o que fala, ou melhor, não está comprometido com a verdade.

Uma segunda prática em que o corpo está diretamente implicado é a imobilidade do corpo. O bom ouvinte deve trazer no corpo, de maneira visível, a atitude que marca o seu aprendizado. Uma atitude física de manter sempre o corpo o mais calmo possível, imóvel, mas que ao mesmo tempo dê os sinais de uma atitude ativa em relação ao que se ouve. O corpo, assim, reflete a tranquilidade que também deve estar presente na alma que, por sua vez, absorve o *lógos*. O corpo torna-se como meio de comunicação ativa entre o ouvinte e o orador, pois “O corpo não é simplesmente um recurso adicional, um meio através do qual os sons passam para o cérebro; o corpo é o sujeito da escuta e, portanto, a prática da incorporação é essencial” (MCGUSHIN, 2007, p. 129)<sup>49</sup>. E também diz respeito a cada um desses em específico: a purificação da escuta forma um bom ouvinte e também um bom orador, que se traduz na economia das palavras. Mas este é acima de tudo um jogo que se disputa consigo mesmo, visto que a prática tem uma finalidade moral:

A imobilidade, a plástica do corpo, a estatuária do corpo imóvel, tão imóvel quanto possível, é muito importante. É muito importante como garantia da moralidade. É muito importante também para que os gestos, gestos do orador, gestos daquele que quer convencer e que constituirão uma linguagem muito precisa, sejam carregados do máximo valor semântico. Para que essa linguagem seja bem precisa e eficaz, para que ela faça sentido, é preciso que o próprio corpo, quando em seu estado corriqueiro e quando não se está falando, permaneça completamente imóvel, inalterável e como que petrificado. (FOUCAULT, 2010, p. 306)

As marcas, os gestos e os comportamentos denunciam o estado moral do sujeito; as agitações, o riso, a maneira de andar, a fisionomia podem denotar a má moralidade, revelam um sujeito alheio a si mesmo e não alcançou o domínio (*enkráteia*) e a soberania de si. A atitude da escuta é, de uma maneira geral, a postura de quem está atento na busca pela verdade. A verdade se desvela à medida em que o sujeito de equipa (*paraskeuê*), assimila os discursos verdadeiros (*lógoi*).

A leitura e a escrita, enquanto práticas de subjetivação, encontram-se em um quadro de atividades relacionadas à meditação. Meditação entendida como uma prática também ativa do sujeito sobre si mesmo. A função da leitura/escrita, ressalta Foucault (Ibidem, p. 318), não é de aprofundamento em determinada obra ou de rebuscamento intelectual, é antes de tudo um exercício

<sup>49</sup> “The body is not simply an added feature, a medium through which sounds pass into the brain; the body is the listening subject, and therefore the practice of embodiment is essential.”

de pensamento que age sobre o sujeito modificando-o. “Trata-se de um tipo bem diferente de jogo: não mais jogo do sujeito com seu próprio pensamento ou seus próprios pensamentos, mas jogo efetuado pelo pensamento sobre o próprio sujeito”, afirma Foucault (Ibidem, p. 319). O que se quer dizer é que o pensamento de fato efetua uma modificação no agir do sujeito, ao refletir sobre a morte, por exemplo, não está em causa convencer-se de que vai morrer, mas, como se a morte fosse iminente, o sujeito busca modificar sua atitude perante a si mesmo. É afinal, um jogo colocado pelo pensamento, mas que efetivamente se transforma em exercício contínuo de constituição de si. Foucault (2001c, p. 1236-1237) resume da seguinte maneira:

Mas também vemos que a escrita está associada ao exercício de pensar de duas maneiras diferentes. Uma toma a forma de uma série "linear"; vai da meditação à atividade da escrita, e desta à *gymnazein*, ou seja, ao treinamento em situações e provas reais: trabalho de pensamento, trabalho através da escrita, trabalho na realidade. A outra é circular: a meditação precede as notas, que permitem a releitura que, por sua vez, relança a meditação. Em qualquer caso, qualquer que seja o ciclo de exercício em que se realize, a escrita constitui uma etapa essencial do processo a que tende toda a *áskesis*: nomeadamente a elaboração dos discursos recebidos e reconhecidos como verdadeiros em princípios racionais de ação. Como elemento de autoformação, a escrita tem, para usar uma expressão encontrada em Plutarco, uma função etopoética: é um operador da transformação da verdade em *éthos*.

A leitura/escrita não devem propiciar ao sujeito um conhecimento enciclopédico em que estão escusadas as suas finalidades práticas. Ao contrário, o exercício da leitura e da escrita, ao proporcionar a meditação, compreendem a formação de um conjunto de proposições verdadeiras, que estão dispostas ao sujeito sempre que a sua ação necessitar desse *corpus* de enunciados. Tais práticas reforçam e reativam constantemente em si e nos outros aquilo que ele deve ter sempre presente na alma como uma espécie de guia modificador e constituidor do seu *éthos*.

Por fim temos a fala nos processos de subjetivação, mais precisamente a noção de *parrhesía*. Esta noção bastante trabalhada por Foucault, ocupa o lugar inverso do silêncio trabalhado pelo discípulo, a *parrhesía* define a atitude do mestre. Em termos da relação mestre-discípulo no contexto do cuidado de si, *parrhesía* significa tudo dizer (*tout dire*), isto é, a franqueza, a abertura da palavra, liberdade da palavra, um falar franco. Foucault encontra esse termo na Antiguidade e mostra que a ele se opõe o que se desenvolveu ao longo do cristianismo e da modernidade: uma obrigação confessional de dizer a verdade. Foucault (2019, p. 5) afirma que ao invés de uma

obrigação de dizer a verdade imposta ao discípulo, a cultura helenístico-romana coloca em questão uma obrigação de dizer a verdade imposta ao mestre.

A *parrhesía* não significa uma maneira de falar inadvertidamente ou falar sem qualquer filtro. Porém, em primeiro momento, pode-se dizer que a *parrhesía* se refere a uma atitude moral que compromete, em primeiro lugar, a pessoa que fala e o que está sendo dito; em segundo lugar, há um compromisso de verdade entre quem fala e quem ouve. Por isso, a relação mestre-discípulo se encontra em destaque no que diz respeito à *parrhesía*. O diretor de consciência, aquele que deve falar com *parrhesía*, cumpre a função de transmitir discursos que sejam verdadeiros. Por um lado, a *parrhesía* é uma arte, por outro é também uma técnica: com isso pode-se afirmar que ela pode e deve ser desenvolvida, mas possui uma natureza distinta da simples técnica retórica, por exemplo.

Em uma palestra dada por Foucault na Universidade de Grenoble em 1982, ele aprofunda a noção da *parrhesía* no sentido de mostrar que esta noção estava totalmente atrelada, ou melhor, a *parrhesía* seria propriamente um modo de viver expresso visivelmente na liberdade e na coragem de dizer a verdade. Não somente uma certa maneira de dizer a verdade, mas de viver de acordo com essa verdade incorporando-a. A *parrhesía* necessita ser ação muito mais do que a expressão de um dizer verdadeiro e corajoso diante de quem quer que seja. É necessário uma disposição do sujeito para que seu discurso seja a sua própria maneira de agir. Foucault afirma (Ibidem, p. 30): “Penso que a *parrhesía* será a presença, na pessoa que fala, de sua própria forma de vida manifestada, presente, perceptível e ativa como modelo no discurso que ele profere.”<sup>50</sup>

A escuta, a escrita apresentam-se como fundamentais para a assimilação dos *lógoi*, entretanto as práticas de subjetivação encontram na cultura de si a finalidade de tornar o sujeito em um sujeito da ação. Assim, a *parrhesía* possui grande relevância no modo de ser deste sujeito emergente num período em que a cultura da oralidade é de tão grande valor político e ético. O discurso como ato ou ação não poderia, portanto, estar desatrelado do próprio sujeito que fala. Na verdade, sujeito e discurso devem, em certa medida, equiparar-se. Assim afirma Frédéric Gros (2019, p. XVIII):

*Parrhesía* é o discurso da verdade, certamente, mas sua principal função é despertar a força animadora (*lignes de force*) das vidas vividas, em vez de sustentar a redação de tratados. *Parrhesía* é um teste da própria vida e não do discurso. Pois

<sup>50</sup> “I think that parrhesia will be the presence, in the person who speaks, of his own form of life rendered manifest, present, perceptible, and active as model in the discourse he delivers.”



o parresiasta não é apenas a pessoa que fala corajosamente e publicamente diante dos outros. O parresiasta pratica publicamente essa verdade, encenando-a através de sua conduta externa, dramatizando-a através de seu corpo e fazendo-a tocar mesmo através de atos e comportamentos silenciosos. O parresiasta realiza a verdade através de sua própria vida.<sup>51</sup>

Portanto, ressaltando-se toda a importância do falar franco, a *parrhesía*, baseada em uma cultura do cuidado si, remete a uma escolha livre, porém comprometida, com um modo de existência, segundo o qual o sujeito está de tal sorte ligado à verdade que não pode se furtar a viver de outra maneira senão como deve ser. Este compromisso com a verdade é ao mesmo tempo um compromisso consigo e com os outros, o governo de si e dos outros, pois “quando eu próprio o aconselho, você que me pede para falar francamente, não me contento em lhe dizer o que julgo verdadeiro. Eu digo essa verdade apenas na medida em que é de fato o que eu sou; Estou envolvido na verdade do que digo” (FOUCAULT, 2019, p. 32)<sup>52</sup>.

A essas todas espécies de “interiorização” da verdade, a *áskesis* corresponde a um outro tipo de exercício que, de certa maneira, já está implicado nas práticas de incorporação dos *lógoi*, são as práticas de ativação dos *lógoi* em situações reais. A ativação dos saberes adquiridos é, para o indivíduo a referência permanente de sua existência (FOUCAULT, 2016, p. 32). E através deles que o indivíduo pode reconhecer a vida como a prática de uma constante prova. Tornar a sua própria existência no que se pode denominar como etopoético é também ser capaz – e talvez mais importante na Antiguidade – de confrontar a si mesmo com a realidade. Por definição, pode-se dizer que:

As artes de viver são essencialmente métodos e procedimentos [destinados a] que os indivíduos, por uma ação sobre si mesmos, modifiquem e transformem a experiência que têm de si mesmos [remetendo-se] a um ensinamento verdadeiro, a uma fala verdadeira, à descoberta ou busca de determinada verdade. (Ibidem, p. 34)

Pode-se perceber que as práticas de assimilação do *lógos* encontram sempre o seu

<sup>51</sup> “Parrhesia is the speech of truth, certainly, but its principal function is to spark the animating force (lignes de force) of lives lived, rather than to sustain the writing of treatises. Parrhesia is a test of life itself rather than of discourse. For the parrhesiast is not only the person who speaks courageously and publicly before others. The parrhesiast publicly practices this truth by enacting it through his external conduct, by dramatizing it through his body, and by making it ring out even through silent acts and behavior. The parrhesiast realizes truth through his very life.”

<sup>52</sup> “when I myself advise you, you who ask me to speak frankly, I do not content myself with telling you what I judge to be true. I tell this truth only inasmuch as it is in actual fact what I am myself; I am implicated in the truth of what I say.”

correspondente numa realização corporal com a finalidade de testar a si mesmo. As provas reais garantem que, através do corpo, seja possível perceber o progresso em relação à firmeza da domínio adquirido sobre si. Sforzini (2017, p. 98-99) ressalta que, segundo o texto foucaultiano, através das práticas ascéticas o sujeito encontra-se em prova com a realidade como se enfrentasse a um adversário:

Precisamente porque ocorre "em situação", o *gumnazein* solicita diretamente o corpo. Essas técnicas de realização corporal incluirão abstenções e provações. A abstinência torna possível estabelecer uma relação direta e concreta de dominação do corpo.<sup>53</sup>

Portanto, a vida como prova solicita incessantemente o corpo como meio de testar a independência do indivíduo em relação ao mundo exterior. O indivíduo que se põe em provas de abstinência, suporta o frio e a fome e enfrenta adversidades postas por si mesmo, impõe a si o dever de diminuir a distância entre o que se fala e o que se faz, entre seu discurso e aquilo que ele deve ser: a prova é o meio de formar e solidificar o *éthos*. O exercício da vida como uma prova perene doa uma forma de vida que permite ao sujeito assumir uma postura correta e concreta. Não se trata, porém, da recusa possuir riquezas, de alimentar-se ou ter relações sexuais, mas procurar a medida adequada para todas as atividades, pois tais provas não estão orientadas pelas interdições ou proibições. O que orientam as provas, as *áskesis* de uma maneira geral, é fazer das práticas um estilo de vida que garanta o domínio de si mesmo.

---

<sup>53</sup> “Précisément parce qu’il se déroule ‘en situation’, le *gumnazein* sollicite directement le corps. Ces techniques de réalisation corporelle vont comprendre à la fois des abstinences et des épreuves. Les abstinences permettent d’établir un rapport direct et concret de domination de son corps.”

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista as problematizações e análises feitas da noção de corpo a partir das obras de Michel Foucault, pode-se perceber que o corpo se impõe não somente como realidade física, mas acima de tudo como uma importante questão moral para a filosofia antiga, mediante o que se pode extrair da visão foucaultiana dos processos de subjetivação. Esses processos de subjetivação, através dos quais é possível que o sujeito conceitua a si mesmo, nos levaram a investigar qual papel o corpo numa estética da existência. Desde a antiguidade clássica até o período helenístico-romano, segundo essa perspectiva, o corpo está atrelado, de maneira indissociável, às práticas e exercícios que visam a estilização da existência do próprio sujeito.

O corpo anunciado por Foucault está marcado pela história e guarda a genealogia de valores que parece nos escapar. A tentativa, portanto, foi a de permear os estudos foucaultianos para tentar compreender com a ética na Antiguidade fizeram emergir diversos processos em relação à constituição do sujeito, que nos permitem compreender e questionar o nosso presente. A cultura ocidental é em boa medida, para Foucault, contida por uma sociedade levada a produzir discursos de verdade: os *lógoi*, as confissões, a sexualidade como maneira desvendar uma verdade sobre si mesmo, etc. Entretanto, os mecanismos que animam essa produção de verdade guardam similaridades e dessemelhanças que se organizam e desorganizam ao longo da história.

É este processo histórico das práticas que Foucault visa recuperar não sob a intenção de construir uma história linear dos conceitos. Mas fazer emergir a cada momento singular a relação que o sujeito estabelece com a verdade e que, conseqüentemente, estabelece para si práticas que acabam por constituí-lo. É neste sentido que um retorno à Antiguidade não significa recuperar um outro tipo de relação entre o sujeito e a verdade, como se fossemos em busca de algo precioso que fora perdido. Na verdade, tal retorno, busca questionar a nossa identidade de sujeito moderno.

As práticas desenvolvidas na Antiguidade constituem, para Foucault, uma especial análise de como nós podemos nos reportar a nós mesmos a fim de constituir a nossa própria existência, longe das dominações políticas do poder e do saber. Para a antiguidade greco-romana estava em jogo saber como podemos estabelecer para si próprio uma existência a mais bela possível, e este questionamento se torna o ponto crucial para uma investigação de uma cultura permeada pela noção do cuidado de si.

Orientados pelo cuidado de si, a Antiguidade pôde produzir uma série de práticas e exercícios bastante amplos no que diz respeito à maneira em que o sujeito podia reportar a si mesmo e modificar seu comportamento, isto é, fazer para si um estilo de vida da maneira mais honrosa possível. Este sujeito que se constitui como sujeito moral está indissociável de uma ação sobre si mesmo, que apesar de comportar códigos de comportamento e regras de conduta, não está arraigada em um sistema estrito de valores, regras e proibições. Sob certos princípios, mas fundamentalmente ancorado na sua liberdade é que é possível que o indivíduo dê à sua existência a forma que ela deve ter.

E para isso não basta que o indivíduo seja apenas um sujeito do conhecimento. Faz-se necessário compreender que o sentido profundo do cuidado de si, de acordo com Foucault, se tornou cada vez mais precário até se deixar sobrepor pelo conhecimento de si. Esta é, de alguma maneira, o que se passa entre a antiguidade e a modernidade. O sujeito moderno é este que, por culminância do conhecimento de si, é levado a conhecer a si mesmo indefinidamente através de mecanismos que organizam, desorganizam e reorganizam o sujeito conforme os conhecimentos extraídos: processos disciplinares, processos de dominação, processos de normalização, etc.

São nesses processos que pudemos perceber como o corpo estava enredado por diversos processos em que a verdade sobre o próprio sujeito precisa extraída, revelada e interpretada de maneira a determinar as ações e comportamentos dos indivíduos com o objetivo de vigiar e governar os corpos, através do que Foucault denomina como biopolítica. Em contraste a este tipo de vigilância e governo, buscamos compreender como Foucault insere o corpo nas práticas desenvolvidas na antiguidade do governo de si. Seria possível compreender como, dentro de uma cultura dominada pelo cuidado de si, o corpo é fundamental na relação que o sujeito estabelece consigo mesmo e com a verdade?

Esta questão foi o que pretendemos responder na presente dissertação. Ao nos encaminhar ao texto foucaultiano, pudemos analisar como as práticas insidem diretamente no corpo e através dele seja para produzir uma verdade ou para incorporá-la. O corpo é o que materializa as práticas e constitui como elemento indispensável para a conduta e aplicação dos comportamentos que permitem ao indivíduo da antiguidade alcançar o domínio sobre si mesmo. Não há como escapar ao corpo, seja nas suas vicissitudes – prazeres, dores, envelhecimento, impulsos –, seja na utilização do corpo como “instrumento” preciso de avaliação e modificação do próprio sujeito.

Portanto, fez-se necessário acompanhar o desenvolvimento do pensamento foucaultiano em

relação a antiguidade, principiando por analisar em quais processos o corpo está inserido na antiguidade clássica. A dietética, no que diz respeito ao domínio de si, estabelece na antiguidade clássica um corpo que precisa ser dominado, em que suas forças estão naturalmente voltadas para o exagero e a desmesura. Este é um corpo “jovem”, em que a necessidade do domínio está circunscrito pela situação política e social do homem livre que adentra a vida adulta. O domínio é algo que precisa ser ensinado, o indivíduo encontra no corpo a oportunidade do exercício político sobre si mesmo: o uso adequado, quando, por quanto tempo, com quem e com que finalidade.

O momento socrático-platônico sinaliza um momento importante para a análise foucaultiana: torna-se evidente que o objetivo central do cuidado de si é o “eu”. A concepção do eu como alvo do cuidado torna Sócrates, na visão foucaultiana, o responsável por colocar em marcha uma crescente atenção do sujeito em torno de si mesmo. É a partir desse momento crucial para o desenvolvimento de uma cultura de si, que novas práticas e técnicas se estabelecem a fim de direcionar toda a existência do indivíduo sob o signo do cuidado constante de si sobre si mesmo. A arte da existência numa cultura do cuidado de si passa a ser uma exigência que se impõe a todos e em todo o tempo.

A partir disso, procuramos investigar quais práticas se desenvolve no corpo e através dele para que garantissem o efetivo cuidado de si. O corpo é engendrado em práticas contínuas através dos saberes médicos e morais do período helenístico-romano. Essa aproximação aos saberes médicos é, de uma maneira geral, o que contribui para um maior desenvolvimento de artes e procedimentos diretamente ligados ao corpo na constituição do sujeito. O sujeito moral deste período é constantemente requisitado a entrar em contato consigo mesmo, não somente como uma preparação para a vida política, mas a vida como uma preparação perene. Deste modo, o corpo é visto como frágil e necessitado de cuidado constante, o corpo integra um quadro geral de cuidados que deve ser mantido sempre sob atenção com risco de comprometer toda a vida do sujeito.

Por fim e a partir das práticas desenvolvidas dos períodos expostos, tentamos demonstrar a relação que se estabelece entre o corpo e a verdade. As práticas ascéticas que emergiram entre a Grécia clássica e a cultura helenístico-romana permitiram que o sujeito incorporasse discursos verdadeiros com o objetivo de constituir um *éthos*, uma maneira de ser e de viver. A escuta, a escrita, a leitura e a fala, não podem, desta maneira, serem considerados como práticas do pensamento, antes de mais nada as práticas e exames visavam estabelecer uma ligação entre o sujeito e seu modo de agir. A vida cotidiana não deveria ser senão a estilização das práticas de si para

consigo. O exercício da liberdade era fundamental para que o indivíduo pudesse dar forma ao seu *éthos*. E não há outra maneira de reportar a si mesmo como indivíduo capaz de modificar-se sem que seu próprio corpo estivesse implicado em suas ações e na transmissão visível e concreta de discursos verdadeiros.

A relação que o sujeito fixa para si – seu corpo, suas ações, seu comportamento – se modificará com o advento do cristianismo, um sistema confessional se desenvolve e o indivíduo é levado a uma renúncia de si. Entretanto, não é isso que acontece na Antiguidade, o indivíduo é solicitado a um cuidado que só pode se realizar na medida em que exerce a sua liberdade. Não se trata também de um conhecimento de si, mas da possibilidade do indivíduo possuir a si mesmo, conduzir a sua própria existência da maneira mais bela possível. Neste sentido, ao analisar o estatuto do corpo a partir da visão foucaultiana, nos conduz a refletir sobre a possibilidade de novas práticas em relação a nós mesmos, não como um resgate, mas como produção de novas relações entre o sujeito, a verdade e a liberdade.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BOEHRINGER, Sandra. Refuser les universaux. Une histoire foucauldienne de la sexualité antique, une histoire au présent. In:\_\_\_\_; LORENZINI, Daniele. **Foucault, la sexualité, l'antiquité**. Paris: Éditions Kimé, 2016. p. 35-36
- BROWN, Peter. Antiguidade Tardia. In: VEYNE, Paul. (Org.). **História da vida privada, 1: do Império Romano ao ano mil**. Trad.: Hildergast Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2009. ISBN 978-85-359-1378-1
- CARDOSO JÚNIOR, Helio Rebello. Para que serve uma subjetividade? Foucault, tempo e corpo. **Psicologia: Reflexão e Crítica**. Curso de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), v. 18, n. 3, p. 343-349, 2005. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/28952>>.
- CASTRO, Edgardo. **Vocabulário Foucault: um percurso pelos seus temas, conceitos e autores**. Trad. Ingrid Müller Xavier. 2 ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2016
- DAVIDSON, Arnold I. Ethics as Ascetics: Foucault, the History of Ethics, and Ancient Thought. In: GUTTING, Gary. **The Cambridge companion to Foucault**. 2 ed. New York: Cambridge University Press, 2005
- DELEUZE, Gilles. **Foucault**. Trad. Claudia Sant'Anna Martins. 1ed. São Paulo: Brasiliense, 2005
- DREYFUS, Hubert L; RABINOW, Paul. **Michel Foucault: uma trajetória filosófica, para além do estruturalismo e da hermenêutica**. RJ: Forense Universitária, 2013. 299 p
- FONSECA, Márcio Alves. **Michel Foucault e a constituição do sujeito**. São Paulo, SP: EDUC, 1995. 144 p
- FOUCAULT, Michel. **Ditos e Escritos I**. Org. Manoel Barros da Motta. 2 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2006.
- FOUCAULT, M. L'éthique du souci de soi comme pratique de la liberté (1984). In: \_\_\_\_\_. **Dits et Écrits II: 1976-1988**. Paris: Quarto Gallimard, 2001a, p. 1527-1548
- FOUCAULT, M. Les techniques de soi (1988). In: \_\_\_\_\_. **Dits et Écrits II: 1976-1988**. Paris: Quarto Gallimard, 2001b, p. 1602-1632
- FOUCAULT, M. L'écriture de soi (1983). In: \_\_\_\_\_. **Dits et Écrits II: 1976-1988**. Paris: Quarto Gallimard, 2001c, p. 1234-1249
- FOUCAULT, Michel. **A Hermenêutica do Sujeito**. Trad. Márcio Alves da Fonseca, Salma T. Muchail. 3ed. SP: Ed. WMF Martins Fontes, 2010.
- FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade I: a vontade de saber**. Trad. Maria Thereza da Costa Albuquerque e J. A. Guilhon Albuquerque. 18 ed. RJ: Edições Graal, 2007

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade II: o uso dos prazeres**. Trad. Maria Thereza da Costa Albuquerque e J. A. Guilhon Albuquerque. 13 ed. RJ: Edições Graal, 2009

FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade III: o cuidado de si**. Trad. Maria Thereza da Costa Albuquerque e J. A. Guilhon Albuquerque. 12 ed. RJ: Edições Graal, 2013

FOUCAULT, Michel; MACHADO, Roberto. **Microfísica do poder**. 21. ed. Rio de Janeiro: Graal, 2005. 295p

FOUCAULT, Michel. **Verdade e Subjetividade** (Howison Lectures). Revista de Comunicação e Linguagem. Nº 19. Lisboa: Edição Cosmos, 1993. p. 203-223

FOUCAULT, Michel. **Subjetividade e Verdade**. Trad. Rosemary Costhek Abílio. 1 ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2016

FOUCAULT, Michel. **“Discourse and Truth” and “Parresia”**. Edited by Henry-Paul Fruchaud and Daniele Lorenzini. English edition established by Nancy Luxon. The Chicago Foucault Project, 2019, 295p.

GROS, F. A propósito de A hermenêutica do sujeito. Trad. Alessandro Francisco In: **Mnemosine**. Vol 8, nº2. 2012, p. 316-330

GROS, Frédéric. O cuidado de si em Michel Foucault. In: RAGO, Margareth; VEIGA-NETO, Alfredo. **Figuras de Foucault**. 2 ed. BH: Autêntica. 2008. 296p.

GROS, Frédéric. Introduction. In : FOUCAULT, Michel. **“Discourse and Truth” and “Parresia”**. Edited by Henry-Paul Fruchaud and Daniele Lorenzini. English edition established by Nancy Luxon. The Chicago Foucault Project, 2019, 295p.

HADOT, Pierre. **Qu’est-ce que la philosophie antique?**. Paris: Gallimard. 1995

HADOT, Pierre. **La filosofía como forma de vida: Conversaciones con Jeannie Carlier y Arnold I. Davidson**. Traducción de María Cucurella Miquel. Barcelona: Alpha Decay, 2009.

JAEGER, Werner (Wilhelm). **Paideia: a formacao do homem grego**. 4. ed. São Paulo, SP: Martins Fontes, 2001. 1413 p.

LORENZINI, Daniele. Statues visibles de la vérité. L’askêsis corporelle entre éthique et politique . In: Dorsal. **Revista de Estudios Foucaultianos**, Vol. 2, no.2, 2017, p. 33-47

MCGUSHIN, Edward F. **Foucault’s Askesis: An Introduction to the Philosophical Life**. Illinois: Northwestern University Press, 2007

REVEL, Judith. **Dicionário Foucault**. Trad. Anderson Alexandre da Silva. Revisão Técnica Michel Jean Maurice Vincent. 1 ed. RJ: Forense universitária, 2011

SFORZINNI, Arianna. **Michel Foucault: Une pensée du corps**. 1ed. Paris: PUF, 2017.

PLATÃO. O primeiro Alcibiades. In: **Diálogos**. Trad. Carlos Alberto Nunes. PA: EDUFPA. 1975. Vol 5.



TEMKIN, Owsei. **Galenism : Rise and Decline of a Medical Philosophy**. London : Cornell University Press. 1973

VEYNE, Paul. (Org.). **História da vida privada, 1: do Império Romano ao ano mil**. Trad.: Hildergast Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 2009. ISBN 978-85-359-1378-1