

O princípio do “cuidado de si” como terapêutica da alma

Luciano André Palm¹

RESUMO:

Este artigo tem como propósito central investigar e compreender de que modo o *princípio do cuidado de si*, conforme abordado e apresentado por Michel Foucault, sobretudo em *A Hermenêutica do Sujeito*, pode ser concebido como uma *terapêutica da alma*. Além disso, apresentar-se-á a trajetória do *cuidado de si* na tradição e na civilização ocidental, desde seu surgimento até seu ocaso, ressaltando o papel e a relevância de Sócrates no florescimento de tal princípio e identificando no Helenismo um momento privilegiado de compreensão e de exercício do *cuidado de si mesmo*. Para finalizar, identificaremos naquilo que Foucault denomina “momento cartesiano”, isto é, no surgimento da ciência e da mentalidade científica moderna, o ocaso do *cuidado de si* como princípio constituidor do *ethos* da civilização ocidental.

PALAVRAS-CHAVE:

Cuidado. Ethos. Si Mesmo. terapêutica.

1. Mestre em Filosofia – Universidade Federal de Santa Maria - UFSM

The principle of the “self-care” and the therapeutic of the soul

Luciano André Palm

ABSTRACT:

The main purpose of this article is to investigate and understand how the principle of the care of the self as approached and presented by Michel Foucault, especially in *The Hermeneutics of the Subject*, can be conceived as a therapeutic of the soul. Moreover, I will present the trajectory of the self-care in the Western tradition and civilization from its onset until its decline. I will not only emphasize the role and relevance of Socrates in the flowering of this principle, but also identify in Hellenism a privileged moment for understanding and exercising the self-care. To conclude, I will identify in Foucault’s “cartesian moment”, that is, in the emergence of science and modern scientific mentality, the decline of the self-care as the constitutive principle of the ethos of Western civilization.

KEYWORDS:

Care. Ethos. Self. Therapeutics.

Definição geral do cuidado

Antes de abordar o princípio do *cuidado de si mesmo* propriamente dito, algumas palavras sobre a definição filosófica do cuidado de modo mais amplo. Martin Heidegger², em sua obra *Ser e Tempo*, definiu o cuidado como o próprio ser do existente humano e, esclarecendo mais a definição, ele diz que o cuidado implica sempre em uma ocupação ou em uma preocupação (HEIDEGGER, 1998a, p. 255-266). Nesse sentido, o cuidado é o princípio de toda e qualquer relação humana no mundo, em outras palavras, o cuidado é o princípio básico do ser-no-mundo do ser humano.

No entanto, cotidianamente, isto é, imerso no mundo das ocupações, na maioria das vezes, ocupamo-nos com os objetos que se encontram disponíveis a nós como meios para alcançar algum fim, ou seja, ocupamo-nos das coisas que nos servem para algo. Ao agirmos desse modo e por habitarmos um mundo finito, compartilhamos o mundo com os outros, o que faz com que os outros também se tornem *objeto* de nossa ocupação e preocupação, ou seja, tornem-se *objeto* de nosso cuidado. Além disso, uma vez que temos a tarefa de construir nossa própria existência no mundo, não podemos deixar de nos ocupar de nós mesmos, ainda que, frequentemente, isto ocorra apenas de modo impróprio e inautêntico, ou seja, em função dos outros e das coisas mundanas.

Assim, em nosso modo de ser cotidiano, tanto o lidar com as coisas, quanto a ocupação e a preocupação consigo e com os outros nos distanciam do autêntico *cuidado de si*, conforme apresentado e compreendido por Foucault. O *cuidado de si*, conforme Foucault, esteve presente de modo marcante, enquanto princípio de ação e fundamento do ethos da civilização ocidental, sobretudo na Antiguidade clássica e tardia.

Nesse período, o princípio do *cuidado de si* tinha como premissa básica que o objeto do cuidado, por excelência, de um ser autônomo, consciente e livre, deveria ser primordialmente o seu *si mesmo*, isto é, o *self* ou a alma, ou seja, aquela dimensão prévia do ser que se coloca como fundamento e base para toda e qualquer relação; em outras palavras, que se coloca como fundamento e base para o seu ser-no-mundo, o que é majoritariamente negligenciado e esquecido em nossa cultura e visão de mundo materialista, voltada sobretudo para a exterioridade, fundamentada na observação e experiência do mundo fenomênico. De modo que, em nosso cotidiano, geralmente, o que ocorre é um esquecimento de *si mesmo*, em outras palavras, um abandono do *self* ou ainda um eclipse da alma em favor das coisas e dos outros.

2. A questão do cuidado em Heidegger e na tradição filosófica será abordada mais pormenorizadamente em outra oportunidade. Para o objetivo deste artigo, a definição heideggeriana do cuidado será apresentada apenas como definição geral, que será concebida como pano de fundo a partir do qual a problemática do *cuidado de si* se desvelará como um dos modos específicos do cuidado.

É no intuito de superar tal esquecimento, com todas as tensões, perturbações e angústias geradas por ele, que se faz necessária uma terapêutica, ou seja, o desenvolvimento e aplicação de métodos e procedimentos de cura, através de processos de autoconsciência, autoconhecimento e autodisciplina. Nesse sentido, segundo Foucault, na Antiguidade clássica e tardia, havia duas formas distintas de terapêutica, uma destinada à cura do corpo, a medicina, que teve em Hipócrates um de seus maiores referenciais na Antiguidade, e outra destinada à cura da alma, a filosofia, mais especificamente a filosofia que se ocupa com as questões humanas, diretamente relacionada com o princípio do *cuidado de si*, que teve em Sócrates um de seus grandes referenciais e o seu marco inicial.

Sócrates e o surgimento do “cuidado de si”

O *cuidado de si* era um preceito geral que designava amplo conjunto de princípios morais, convertidos e traduzidos em práticas diversas, as quais, além de influenciarem decisivamente a formação da moralidade cristã, moldaram as bases dos costumes da Antiguidade. Em *A Hermenêutica do Sujeito*, ao se propor investigar quais seriam as bases fundamentais da relação entre sujeito e verdade no ocidente, Foucault acaba descortinando a importância e a abrangência do *cuidado de si* enquanto princípio orientador da ação humana e do modo de ser-no-mundo do existente humano durante a Antiguidade.

É em torno da figura de Sócrates que a noção do *cuidado de si* ganha relevo e aparece pela primeira vez no horizonte da filosofia ocidental. Até então a filosofia natural dos Pré-Socráticos e a erística dos Sofistas dominavam a cena cultural na Antiga Grécia, nenhuma das duas alternativas se apresentava como uma via legítima para o saber segundo Sócrates. Interessado na edificação de um *ethos* humano preparado para o exercício cívico autônomo e convicto de que nem o conhecimento da *physis*, nem a arte sofística poderiam proporcionar tal edificação, Sócrates parte então em busca de uma nova abordagem (LAERCIO, 1985a, p. 77-86).

A convicção íntima de Sócrates é que toda injustiça e todo mal se fundamentam, em última instância, na ignorância. Dessa forma, educação e o esclarecimento colocam-se como as principais vias para a edificação e consolidação do novo *ethos* (JAEGGER, 2001, p. 511-580). No entanto, está claro para Sócrates que tal tarefa não será consolidada exclusivamente pela via do saber, embora este tenha um papel crucial. O *ethos* cívico, democrático e livre objetivado por Sócrates só poderia ser alcançado a partir de um cuidado voltado para si mesmo, autoformativo, de um trabalho do ser humano sobre si mesmo ou mais especificamente sobre sua alma.

Sócrates não deixou uma linha escrita sequer, assim como nenhuma teoria filosófica propriamente dita. Seu legado consiste muito mais no despertar da necessidade

de uma nova atitude e de uma nova relação do ser humano com a verdade. É justamente nesta nova atitude de atenção, reflexão, cultivo, preparação e cuidado que o ser humano deve ter em relação a si mesmo para acessar a verdade que consiste e se fundamenta o *cuidado de si* (*epiméleia heatôu*, em grego) enquanto princípio orientador da ação (JASPERS, 1971, p.109-134).

Num primeiro momento, de acordo com a hipótese investigativa proposta pelo próprio Foucault, pareceria óbvio colocar o *conhece-te a ti mesmo* (*gnôthi seautón*, em grego) como a possível fórmula fundadora da relação entre ser humano e verdade na tradição ocidental. No entanto, com olhar mais atento, é possível perceber que tal princípio consiste apenas em uma das fórmulas de um princípio mais geral e fundamental no pensamento grego: o *cuidado de si mesmo* (*epiméleia heautoû*). Segundo Foucault:

O *gnôthi seautón* (“conhece-te a ti mesmo”) aparece, de maneira bastante clara e, mais uma vez, em alguns textos significativos, no quadro mais geral da *epiméleia heautoû* (“cuidado de si mesmo”), como uma das formas, uma das consequências, uma espécie de aplicação concreta, precisa e particular da regra geral: é preciso que te ocupes contigo mesmo, que não te esqueças de ti mesmo, que tenhas cuidados contigo mesmo. (FOUCAULT, 2006, p.7)

No entanto, se, por um lado, o *conhece-te a ti mesmo* precede a Sócrates, por outro, enquanto princípio orientador da ação humana e associado às práticas do *cuidado de si*, surge, segundo Foucault, pela primeira vez na tradição ocidental, justamente por Sócrates. Nos textos *Alcibiades* (FOUCAULT, 2006, p. 35-51) e *Apologia de Sócrates* (FOUCAULT, 2006, p. 3-24) identificam-se, mais especificamente, os primeiros referenciais bibliográficos do *cuidado de si* na tradição filosófica, ambos relacionados à figura de Sócrates.

Embora na tradição filosófica se tenha perpetuado a ideia de que o *conhece-te a ti mesmo* é a principal via para o despertar filosófico socrático, esses dois textos esclarecem que a prática do autoconhecimento não se encerra e não tem um sentido em si mesma, mas está inserida dentro de um espectro mais amplo que diz respeito à necessidade de os homens livres *ocuparem-se consigo mesmos*, de *cultivarem-se*, por assim dizer, a fim de serem dignos de verdade ou de terem acesso à verdade. Um aspecto fundamental é que a consolidação desse *cultivo de si* deveria ser expressa e traduzida em ação, transparecendo no comportamento humano, podendo ser identificada com a sabedoria propriamente dita.

Na *Apologia de Sócrates*, por exemplo, Sócrates é apresentado como o homem cuja função é fazer com que as pessoas *se ocupem consigo mesmas*, o homem do *cuidado*. O *cuidado de si* coloca-se, nesse momento, na posição do despertar da consciência. Nesse sentido, o *cuidado de si* implica em um princípio de inquietude permanente. O texto *Alcibiades*, por sua vez, deixa claro que o *cuidado de si* constitui o pano de fundo sobre o qual o *conhece-te a ti mesmo* se insere como uma de suas práticas. Sendo assim,

toda a tradição posterior reconhecerá Sócrates como aquele que interpela os cidadãos convocando-os a *cuidarem de si mesmos*.

No entanto, não é necessariamente a todos os cidadãos que se remete e é possível esse cuidado. Num primeiro momento, o *cuidado de si* é um exercício endereçado sobretudo àqueles que pretendem exercer o domínio sobre os outros através do governo da cidade. O jovem Alcibíades, por exemplo, é convidado a *ocupar-se de si mesmo* no intuito de preparar-se para ser um futuro governante de Atenas. Nesse sentido, o *cuidado de si* é uma prática destinada a poucos que, por objetivarem exercer o governo sobre os outros, precisam, antes, exercer tal soberania sobre si mesmos.

O governante precisa possuir determinadas virtudes que não são as mesmas do cidadão comum. Na Antiguidade clássica, o *cuidado de si* é claramente uma prática destinada preferencialmente aos que devem exercer alguma função diretiva, estando a grande maioria dos seres humanos dispensados de tal tarefa, de modo que uma das condições para o exercício pleno do *cuidado de si* era o ócio. Apenas aqueles que não precisavam estar constantemente ocupados com o mundo das coisas, a fim de garantir a própria sobrevivência material, tinham condições de dedicarem-se aos *cuidados de si mesmos*. O que, de algum modo, ainda ocorre na atualidade, pois, só é possível *ocupar-se consigo*, isto é, com as questões íntimas relativas à interioridade, após as necessidades materiais de sobrevivência serem devida e minimamente atendidas.

O Helenismo e a universalização do “cuidado de si”

Embora tenha surgido na Antiguidade clássica, a “idade de ouro” do *cuidado de si*, segundo Foucault, situa-se, com maior relevo, no período Helenista, mais precisamente nos séculos I e II da era cristã. Como afirma Foucault ao definir o escopo de sua investigação em *A Hermenêutica do Sujeito*:

[...] irei desde o período do estoicismo romano, desenvolvido com Musonius Rufus, até Marco Aurélio, isto é, o período do renascimento da cultura clássica do helenismo, imediatamente antes da difusão do cristianismo e do aparecimento dos primeiros grandes pensadores cristãos, Tertuliano e Clemente de Alexandria. É este período, portanto, que pretendo escolher, pois a meu ver constitui uma verdadeira idade de ouro na história do *cuidado de si*, entendido este tanto como noção quanto como prática e como instituição (FOUCAULT, 2006, p. 101).

Nesse momento, devido ao contato com as culturas orientais, o pensamento ocidental expande suas perspectivas para além do eixo referencial da Pólis. Com isso,

o *cuidado de si*, antes consagrado especialmente ao governante da Cidade, passa a ser aplicado a todos aqueles que tiverem condições para tal. Desse modo, na Antiguidade romana, o compromisso de *cuidar de si* universaliza-se e alcança o seu ponto de máxima popularização. Transcende os limites do preparo para o desempenho de um determinado papel social e destina-se a todo e qualquer ser humano que queira e possa experimentar a plenitude de sua humanidade, sendo senhor de si mesmo e não apenas um reflexo condicionado do contexto em que fortuitamente se encontra.

Um ponto controverso entre as escolas helenistas refere-se ao momento mais oportuno para as práticas do *cuidado de si*. Algumas escolas colocavam ênfase na infância e na adolescência, como período de preparação para a vida, outras na velhice, por ser o momento em que se desfruta do ócio necessário para as práticas do *cuidado de si*, além de se estar livre das fortes perturbações das paixões e desejos. Ainda que eventualmente se tenha dado mais ênfase para um ou outro momento da vida para a intensificação do *cuidado de si*, havia uma compreensão consensual entre as escolas helenistas de que tal cuidado deve se estender ao longo de toda a vida, permeando todas as suas fases, o que é claramente expresso por Epicuro quando este diz: “[...] Nunca é demasiado cedo nem demasiado tarde para ter cuidados com a própria alma. [...] Logo, deve-se filosofar quando se é jovem e quando se é velho. [...] Todo homem, noite e dia, e ao longo de toda a sua vida, deve ocupar-se (*therapeúein*) com a própria alma” (EPICURO, *apud* FOUCAULT, 2006, p.108).

No entanto, para além das concepções teóricas, o mais importante em relação às práticas do *cuidado de si* é que elas visavam constituir, em última instância, uma “arte de viver”, ou seja, objetivavam sobretudo resultar num determinado *ethos*, num determinado “estilo de vida”, num determinado modo de viver que pretende colocar o ser humano em harmonia com a razão (*Logos*) e com a verdade, o que implica uma compreensão viva da filosofia, em que o saber verdadeiro em muito se distanciava da simples erudição intelectual, e a verdadeira sabedoria era aquela que se apresentava no palco da vida, refletida em um *ethos* que reconhecidamente estava em correspondência com os princípios do *Logos* universal.

Assim, as práticas do *cuidado de si* tiveram longa e profunda inserção na tradição ocidental, remontando aos primeiros momentos do exercício filosófico e estendendo-se até o desenvolvimento do ascetismo cristão, englobando um período que se estende aproximadamente do século V a.C. até o século IV – V d.C. (FOUCAULT, 2006, p. 3-24).

O “cuidado de si” como terapêutica da alma

Pensemos mais atentamente nessa relação entre o *cuidado de si* e uma *terapêutica da alma*. Primeiramente, a alma que necessita de uma terapêutica, há de ser uma alma que sofre de alguma patologia, de alguma doença ou enfermidade. Qual seria a enfermidade da alma que necessita de uma terapêutica? A enfermidade básica é, conforme mencionamos no início do artigo, o esquecimento de *si mesmo* em favor das coisas e dos outros, ou ainda, em outras palavras, de acordo com a passagem sobre Sócrates, a enfermidade básica da alma humana é a ignorância, da qual resulta todo sofrimento e infelicidade.

Outra questão a se pensar é a seguinte, por que o *cuidado de si* seria a terapêutica mais apropriada para tal patologia? Devido à ignorância ou ao esquecimento, cuidamos, ocupamo-nos e preocupamo-nos com várias coisas e questões, mas acabamos por negligenciar cuidados com aquilo que é a condição de ser e fundamento de todas elas, isto é, o *si mesmo*, o self ou a alma. O *cuidado de si* se apresenta como a terapêutica mais adequada, pois é justamente o *si mesmo* que se encontra esquecido ou ignorado na habitual e cotidiana ocupação com as coisas e com os outros e é para ele que se deve despertar e prestar cuidados.

Se o esquecimento e a ignorância são metaforicamente as doenças da alma, o *pathos*, as paixões, por sua vez, são os sintomas mais evidentes e perturbadores de tais doenças. Desse modo, para todas escolas filosóficas do Helenismo, as práticas do *cuidado de si* (ou da *cura sui*, como era conhecida entre os romanos) implicavam em e perpassavam por, entre outros aspectos, uma crítica das paixões e dos riscos potenciais oriundos de entregar-se cegamente a elas, já que são capazes, segundo a mentalidade helenista, de conduzir à dilaceração da alma, à doença e à infelicidade.

É como caminho e forma de superação do esquecimento, da ignorância e do sofrimento por eles causados que a filosofia, através do *cuidado de si*, especialmente durante o Helenismo, constitui-se em uma terapêutica da alma, do mesmo modo como a medicina o era para o corpo³. Assim, a filosofia deveria proporcionar recursos para que, antes de mais nada, o ser humano pudesse assegurar-se frente às perturbações das paixões e quaisquer outras perturbações que eventualmente pudessem abalar a

3. Com isso, não pretendemos sugerir uma compreensão rasa do exercício da medicina na Antiguidade, em que os aspectos psicossomáticos, tanto das doenças quanto dos procedimentos de cura, eram considerados em alta conta. O *cuidado de si*, nesse sentido, se apresentava como um conjunto de saberes específicos destinados aos cuidados da alma, que eram distintos daqueles destinados aos cuidados para com o corpo.

tranquilidade, a estabilidade e o equilíbrio da alma, o que é exemplarmente expresso pelo princípio epicurista da *ataraxia* (equanimidade, não perturbabilidade ou tranquilidade da alma) como caminho para se alcançar a felicidade.

Nesse sentido, buscava-se diminuir ao máximo o poder de influência das paixões e de qualquer afecção externa sobre a existência humana, a começar pelo desejo de possuir objetos ou mesmo outros indivíduos. O apego, a avidez e a aversão eram identificados como os principais motivos do sofrimento humano, isto é, o sofrimento decorre, sobretudo, do apego e da identificação radical com as coisas, os papéis sociais e as pessoas. Desse modo, ao invés do egoísmo e materialismo exacerbados, valoriza-se o autoconhecimento, o autocontrole e a autossuficiência como vias para a felicidade. É neste contexto que o *cuidado de si* assume destaque na constituição ética do universo helenista.

Observa-se, assim, que o *cuidado de si* jamais dispensou a via do conhecimento, mas objetivava sobretudo que o conhecimento se expressasse em ação e se refletisse nos costumes. Para tanto, o *cuidado de si* sempre implicava inicialmente em uma atitude reflexiva, em uma conversão do olhar do exterior para *si mesmo*, o que demandava subsequentes ações de si para consigo, ações de autoconhecimento, de purificação, de transformação, as quais visavam a preparação do ser para a verdade. Tais ações, por sua vez, eram realizadas através de diversas técnicas, entre elas, técnicas de meditação, de memorização, de exames de consciência, de verificação das representações, dos juízos e das paixões.

Com isso, o *cuidado de si* desvela um aspecto de espiritualidade na relação do ser humano com a verdade, o que gradativamente vai se perdendo ao longo da história da filosofia. A espiritualidade era entendida como o conjunto de buscas, práticas e experiências (purificações, ascetes, renúncias, conversões do olhar, modificações nos modos de ser, viver e conviver) que eram colocadas como condições necessárias e imprescindíveis para o ser humano acessar a verdade, ou ao menos estar apto para tal.

De acordo com o princípio da espiritualidade, a verdade jamais é dada ao sujeito por um simples ato de conhecimento, mas sim através de uma modificação (de um trabalho) do ser humano sobre si mesmo. É de fundamental importância observar que na Antiguidade o acesso à verdade e à espiritualidade sempre andaram juntos, de tal modo que a verdade só era dada ao ser humano no momento em que seu próprio ser estivesse em jogo.

Nessa perspectiva, segundo Foucault, são basicamente duas formas de espiritualidade e transformação do ser humano que o colocam em correspondência com a verdade na Antiguidade. O primeiro, consiste no *eros*, ou seja, num processo de iluminação, em um movimento que arrancava o ser humano de sua condição e o elevava abruptamente à verdade (FOUCAULT, 2006, p.55-75). O segundo, por sua vez, consiste na *áskesis*, a partir da qual o acesso à verdade era compreendido como o resultado de um trabalho, de um profundo, disciplinado e cuidadoso *cultivo de si*. O *eros* correspondia mais ao âmbito religioso, embora até hoje não esteja ausente também

do universo intelectual, os *insights* e as intuições intelectuais são provas vivas da presença do princípio erótico no universo filosófico e científico. Mas, era mais comum conceber-se o *cuidado de si* relacionado a áskesis, ou seja, a um exercício ou trabalho de si sobre si mesmo.

De acordo com Foucault:

A questão que os gregos e romanos colocam acerca das relações entre sujeito e prática consiste em saber em que medida o fato de conhecer a verdade, de dizer a verdade, de praticar e de exercer a verdade, pode permitir ao sujeito não somente agir como deve agir, mas como deve ser e como quer ser. [...] Os antigos do período grego, helenístico e romano entendiam a constituição de um saber sobre o mundo como uma experiência espiritual do sujeito. [...] Era “espiritualidade do saber”, era “prática e exercício da verdade”. É assim, penso, que devemos abordar a questão da áskesis (FOUCAULT, 2006, p.385).

Assim, é possível perceber que, na Antiguidade, verdade e espiritualidade encontravam-se intimamente relacionadas. A verdade é o que ilumina o ser, é o que lhe dá beatitude, a verdade é o que dá tranquilidade de alma. Desse modo, no acesso à verdade há alguma coisa que completa o próprio ser humano, que completa o seu próprio ser e que o transfigura. O *cuidado de si* consistia assim no conjunto dessas condições de espiritualidade, conjunto de transformações de si, que configuram a condição necessária para que se possa ter acesso à verdade, superando-se a ignorância e o esquecimento.

Desse modo, o processo terapêutico do *cuidado de si* consistia na escolha e administração dos meios corretos e do modo mais oportuno de utilizar-se de determinadas técnicas a fim de se alcançar a cura ou a tranquilidade da alma. Tratava-se de saber e ter à mão os instrumentos ou saberes necessários para aplicá-los assim que a ocasião o exigisse. O *cuidado de si* tinha sempre uma dimensão propedêutica, que dizia respeito a assimilação de saberes e técnicas para conquistar a tranquilidade da alma ou a completude; e uma dimensão terapêutica, responsável pela aplicação e dosagem corretas das técnicas a serem ministradas em cada condição.

De modo geral, o *cuidado de si* visava a instrução e preparação do ser humano, a fim de que, assim que as situações se apresentassem, pudesse lidar com sabedoria e perspicácia. Em especial aquelas situações inevitáveis, aquelas que todo e qualquer ser humano hipoteticamente enfrentaria em sua existência, como o adoecimento, eventuais privações ou dificuldades e a morte por exemplo, tais ocasiões se colocavam como objetos primordiais do *cuidado de si*.

Da formação do ethos cristão ao “momento cartesiano”: o ocaso do “cuidado de si”

Com a expansão da cultura grega pelo mundo através das conquistas militares de Alexandre Magno, a cultura helênica não só extrapola os limites geográficos da Magna Grécia, alcançando povos e culturas longínquos, mas também dialoga e incorpora vários elementos dessas culturas. De imediato é perceptível a assimilação de várias concepções do pensamento oriental pelas escolas helenistas. Contudo, será outra novidade vinda do oriente, o cristianismo, que impactará de forma mais profunda a cultura grega e ocidental, mudando inclusive a compreensão de ser e a visão de mundo ocidentais. Com a consolidação do cristianismo, o *cuidado de si* vai perdendo gradativamente a sua força espiritual enquanto princípio filosófico, uma vez que, na nova visão de mundo cristã, a fé tem primazia sobre a razão no acesso à verdade.

Mas este rompimento entre acesso à verdade e espiritualidade não se dá do dia para a noite, nem num só golpe. Além disso, ao contrário do que inicialmente se possa imaginar, ele se encontra do lado da teologia e não da ciência. Ele se dá especificamente quando Sto. Tomás de Aquino, ao conciliar a filosofia de Aristóteles com o cristianismo, forja a ideia de um Deus que tudo conhece e de sujeitos capazes de tudo conhecer, única e exclusivamente através da fé, sem qualquer trabalho de preparação ou transformação do ser humano, em outras palavras, sem a necessidade da espiritualidade propriamente dita. O conflito que resultará na perda da centralidade e da importância do *cuidado de si* se dá no seio do cristianismo e se desenrola por longo período, entre o séc. V e os sécs. XVI-XVII.

Um exemplo de que no âmbito científico a espiritualidade continuava presente é a figura de Fausto. Ele é a representação de que no âmbito científico ainda se acreditava que, para se acessar a verdade, era necessária uma transformação íntima do ser humano, ou seja, a exigência de uma certa espiritualidade continuava premente neste âmbito. Isso prova que não existia uma oposição entre ciência e espiritualidade. Segundo Foucault:

[...] há uma figura cuja história seria interessante realizar porque ela nos mostraria, penso eu, como se colocou o problema das relações entre saber de conhecimento e saber de espiritualidade, do século XVI ao século XVIII. É evidentemente a figura de Fausto. Fausto, a partir do século XVI (isto é, a partir do momento em que o saber de conhecimento começou a fazer valer seus direitos absolutos sobre o saber de espiritualidade), é aquele que representou, creio, até o final do século XVIII, os poderes, encantamentos e perigos do saber de espiritualidade. (FOUCAULT, 2006, p. 374)

Sob a perspectiva teológica, o acesso às verdades religiosas, após Tomás de Aquino, parecia dispensar completamente tal exigência, o que fez com que gradativamente o *cuidado de si* fosse relegado enquanto princípio ético, até que finalmente atingisse o seu ocaso definitivo.

Desse modo, podemos observar três grandes momentos do *cuidado de si*: o primeiro, que demarca o seu surgimento, pode ser denominado o “momento socrático-platônico”, o qual surgiu enquanto *ethos*, possivelmente antes, nos pré-socráticos, em que traços claros do que posteriormente será denominado *cuidado de si* já se apresentam; por exemplo, na série de práticas ascéticas das quais se ouvem relatos na escola pitagórica, em outros pensadores do mesmo período e também na Academia de Platão.

O segundo, que poderia ser denominado de “momento helenístico”, que compreende o auge do *cuidado de si* ou a idade de ouro da *cultura de si*, corresponde ao período que abrange desde a morte de Alexandre Magno (323 a. C.) até o fim da República Romana, com ênfase nos séculos I e II da era cristã. E o terceiro, que pode ser denominado de “momento medieval ou cristão”, que vai até os séculos IV e V, marcando a passagem da ascese filosófica pagã para o ascetismo cristão, em que a fé passa a ter primazia no acesso à verdade, absorvendo e ressignificando boa parte das práticas do *cuidado de si*, incorporadas e cristalizadas no novo *ethos* cristão.

A partir de então, no Ocidente, após o medievo, a relação entre ser humano e verdade deixa de exigir uma transformação íntima do ser humano e passa a requisitar apenas suas faculdades intelectuais. Em outras palavras, a questão da verdade restringe-se ao universo da lógica, deixando de figurar como questão existencial e vital. A própria verdade, nesse sentido, abandona o âmbito do ser e abriga-se exclusivamente no âmbito do saber, apresentando-se como uma representação lógica da consciência. Não se exigindo mais que a verdade seja traduzida em ação e esteja refletida nos costumes, no *ethos* daqueles que tenham realizado o esforço de cultivarem a si mesmos. Não será mais nem o ser humano real e objetivo que estará em questão, mas sim um sujeito abstrato, o sujeito do conhecimento.

Foucault irá denominar este ocultamento derradeiro do *cuidado de si* na tradição ocidental de “momento cartesiano”. Momento a partir do qual a questão da verdade se restringe ao âmbito intelectual, lógico e linguístico. A verdade, nesse sentido, é resultante de processos de observação e experiência empírica guiados pelo método científico, refere-se apenas ao mundo externo e objetivo dos fenômenos. Contudo, a discussão sobre o que Foucault denomina de “momento cartesiano”, demandaria, por si só, um outro artigo, o que ficará para uma próxima oportunidade.

Para finalizar, talvez seja oportuno lembrar o quanto uma atitude de *cuidado de si mesmo* seja humanamente saudável e relevante em qualquer tempo e lugar. No entanto, é significativo perceber como tal atitude foi historicamente negligenciada, permanecendo um privilégio para poucos, que nem sempre desfrutaram sabiamente de tal oportunidade. Fazendo com que o esquecimento e a ignorância de *si mesmo* permaneçam como fundamento sobre o qual a civilização ocidental segue edificando a sua

história, seja pela impossibilidade de desfrutar do ócio necessário, devido às exigências da sobrevivência material imediata, seja por que o ócio tenha sido tomado de assalto pelas distrações e ocupações do mundo da técnica, como contemporaneamente ocorre. O fato é que o esquecimento e a ignorância permanecem sendo o fundamento do ser-no-mundo do ser humano desde a Antiguidade. Sendo assim, o despertar para o *conhecimento de si mesmo* e para o *cuidado de si mesmo* continuam como apelos latentes e como uma tarefa humana a ser constante e reiteradamente realizada, tanto individual quanto coletivamente.

Referências bibliográficas

FOUCAULT, M. **A Hermenêutica do Sujeito**. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

_____. **História da Sexualidade 3: O Cuidado de Si**. Rio de Janeiro: Graal, 1985.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e Tempo**. Volume I. Petrópolis: Editora Vozes, 1998a.

_____. **Ser e Tempo**. Volume II. Petrópolis: Editora Vozes, 1998b.

JAEGER, W. **Paidéia: A Formação do Homem Grego**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

JASPERS, K. **Los Grandes Filósofos. I - Los Hombres Decisivos: Sócrates, Buda, Confúcio, Jesus**. Buenos Aires: Editora SUR, 1971.

LAERCIO, D. **Vidas de los más Ilustres Filósofos Griegos**. Volumen I. Madrid: Ediciones Orbis S.A., 1985a.

_____. **Vidas de los más Ilustres Filósofos Griegos**. Volumen II. Madrid: Ediciones Orbis S.A., 1985b.

PLATÃO. **Apologia de Sócrates** [On-line]. Disponibilidade: <<http://www.consciencia.org/>> Data de acesso: 05/05/2016.

_____. **Alcibiades I, II** [On-line]. Translated by Benjamin Jowett, March, 1999. Project Gutenberg, P. O. Box 2782, Champaign, IL 61825. Disponibilidade: <<https://www.gutenberg.org/>> Data de acesso: 05/05/2016.