



**WILLIAM FELIPE DA SILVA SOARES**

**O CONCEITO DO CUIDADO DE SI,  
NA PERSPECTIVA DE MICHEL FOUCAULT**

**Área de Concentração:** Filosofia

**Linha de Pesquisa:** Política

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup>. Dr.<sup>a</sup>. Nádia Souki

**Belo Horizonte**

**2022**

**WILLIAM FELIPE DA SILVA SOARES**

**O CONCEITO DO CUIDADO DE SI,  
NA PERSPECTIVA DE MICHEL FOUCAULT**

Trabalho de conclusão de curso,  
apresentado no formato de monografia a  
Faculdade Jesuíta de Filosofia e  
Teologia - FAJE como requisito parcial  
para conclusão do curso de Bacharelado  
em Filosofia sob orientação da Profa.  
Dra. Nádia Souki.

**Belo Horizonte**

**2022**

Dedico este trabalho ao meu pai, José Aparecido Bezerra Soares e a minha mãe, Sandra Clara Simplício da Silva, o cuidado, a dedicação e a presença significaram segurança e a certeza de que não estou sozinho.

**“Um pouco de ciência nos afasta de Deus. Muito, nos aproxima”.**

**Louis Pasteur.**

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, por minha vida e por permitir que ela seja instrumento da Sua ação como sinal de amor e misericórdia aos seus filhos.

A minha família, Sandra Clara, José Aparecido, Annara Selene, João Guilherme, Esther, Wallace, Luciene, Lúcia, Girlene, José Ferreira e Manoel Ferreira (*in memoriam*), por me apoiar e incentivar em todos os momentos da vida, por acreditar em minha capacidade, por todo amor incondicional, por me fazer compreender que posso ser melhor a cada dia. A vocês devo os meus erros e acertos.

Aos poucos amigos, porém verdadeiros, a eles a certeza de que somos um. Únicos e especiais, Zalitéia Santos, Leonardo Oliveira, Diana Madalena, Irani Oliveira, Cleidson, Paulo Rocha, Paula Rocha, Zé Luís, Aldeir, Nirce, Jandira, Adailton e Luana Andrade. Juntos partilhamos as alegrias e tristezas da vida.

Aos meus padrinhos, Ia Simplício e Cícero Oliveira por compartilharem com meus pais a responsabilidade de educar e acompanhar uma criança.

Aos meus irmãos da Comunidade Nossa Senhora Desatadora dos Nós, em Brasília, por acreditarem na minha caminhada vocacional e ajudar-me a perceber que o outro é a extensão do Deus que há em mim.

A Ordem dos Ministros dos Enfermos, por oferecer os meios necessários e de excelência na minha formação acadêmica como parte integrante do itinerário formativo da Vida Religiosa Camiliana.

Aos meus professores, a vocês foi dada a singela e árdua missão de ensinar, partilhar e amar, amar o outro além da sua limitação. Todos são essenciais e me ensinaram o sentido da empatia e a responsabilidade de ter em nossas mãos o desejo de sempre ir ao encontro do conhecimento.

A minha orientadora, Nádia Souki, por ter confiado, estimulado e acreditado no meu potencial. Compartilhar seu tempo, conhecimento, dedicação e orientação me fez perceber o quanto posso ser melhor a cada dia. Não me julgava tão capaz e digno de tamanha credibilidade, mas compreendi com seu exemplo que posso chegar aonde almejar.

## **O conceito do Cuidado de si, na perspectiva de Michel Foucault.**

### **RESUMO**

Este estudo visa discutir o conceito do Cuidado de si, na perspectiva de Michel Foucault fazendo referência à sua investigação na conduta de vida da civilização greco-romana. Neste sentido, analisar as regras de existência e o modo como o ser se sujeita a elas é matéria para compreender como o cuidado se firma numa dimensão ética e quanto ela é determinante na formação de um sujeito político. Ou seja, pensar o sujeito enquanto um ser político é dizer que ele assume um papel ético numa relação de cuidado. Portanto, expor o conceito do cuidado é perceber como se dar a dinâmica das relações frente a um agir ético-político.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	6
CAPÍTULO 1 - O “CUIDADO DE SI” EM MICHEL FOUCAULT.....	9
CAPÍTULO 2 - A EXPERIÊNCIA DO “CUIDADO DE SI” ENQUANTO CONCEITO .....	14
2.1. Contextualização histórica do conceito “Cuidado de si” .....	15
2.2. O “Cuidado de si” como caminho de discernimento para a prática do bem .....	17
CAPÍTULO 3 - O “CUIDADO DE SI” ENQUANTO EXPERIÊNCIA MORAL- ÉTICA .....	19
3.1. Um novo modelo de ética a partir do conceito “Cuidado de si” .....	21
CONCLUSÃO .....	24
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	26

## INTRODUÇÃO

Ministrado um curso no *Collège de France* (1981-1982), intitulado *A Hermenêutica do Sujeito*, Michel Foucault quebra as barreiras de seus estudos arqueogenalógico e desenvolve uma nova temática à luz da ética. A discussão inicial baseava-se na compreensão de como os gregos, na Antiguidade, adotavam algumas práticas e comportamentos e como esses davam forma a sua conduta de vida, estabelecendo assim um cuidado de si e um cuidado com os outros. Nesta reflexão, a constituição do sujeito é fruto de suas escolhas e do modo como ele interage com o meio, cabendo aqui uma análise ética de como estas práticas se realizavam nas relações de cuidado e manutenção de vida. Vale aqui ressaltar que há uma continuidade, uma maturação no programa de pesquisa de Foucault e, não um desprendimento de seus estudos anteriores.

Neste sentido, voltar o olhar para a Antiguidade greco-romana é perceber como uma civilização se articulava e se relacionava com a verdade, com a subjetividade e o poder. Ou seja, é entender como isso incidia na formação do sujeito e das suas relações. Na perspectiva de Foucault, essa problematização é necessária por possibilitar uma discussão das práticas de si e do outro frente a uma posição de diferentes formas de ser e como essas podem ser resistência aos diferentes modos de governar. É também conhecer a estruturação do pensamento e como o conhecimento de si é um modo de ser e se fazer política, que culminará numa expressão de um agir ético.

Repensar o processo de subjetivação do indivíduo é perceber que a ética se manifesta na estética da existência. O indivíduo em sua liberdade toma consciência da verdade, de si e do sujeito ético da verdade a partir do modo em que se percebe como sujeito da ação. É importante pontuar isso para compreender como a temática do sujeito abordada por Foucault é refletida a partir da liberdade e não de um aprisionamento de si. Nesta dimensão, a liberdade permite ao sujeito adotar uma prática subjetiva que se desenvolve numa experiência de resistências e lutas no modo de vida de cada sujeito, fortalecendo assim a problematização do poder. Portanto, pensar o sujeito enquanto ser livre é entender também a sua relação com o poder<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Foucault compreende o poder como algo que não se dá por contratos jurídicos ou políticos, isto é, ele não é produzido por instituições. Entretanto, o poder constitui o saber e a verdade (Foucault, 1979, p.182).

Pode-se dizer que, em Foucault, é a liberdade que fomenta a problematização do poder. E neste sentido, será ela a ferramenta que norteará a problemática da política dentro do cuidado ético de si, do outro, como também na hermenêutica de si. Pois, a liberdade enquanto propulsora do poder determina os meios nos quais o sujeito assume o seu caráter existencial. Ou seja, é pensar no sujeito como um ser ético e político que estabelece o seu cuidado a partir da libertação daquilo que aprisiona a sua subjetividade. É perceber que é nestes espaços de resistências e lutas que o sujeito é (re)construído e o cuidado e manutenção de vida vão sendo expressos no comportamento pessoal e coletivo. Com isso, sabe-se que pensar no cuidado ético não é uma prática de cuidados de interesses, no entanto, é assumir um dinamismo de uma reflexão filosófica acerca de si.

O cuidado de si e o cuidado dos outros são manifestações de uma experiência ética do sujeito em sua verdade. É uma prática que implica, além do conhecimento, uma relação com as categorias estruturais do homem. É uma inter-relação entre corpo próprio, psiquismo e espírito que vai dando forma ao conceito do eu. Um eu que se dá na capacidade do cuidado ético de si e ultrapassa a sua superfície para exercer o cuidado do outro. A dinâmica da existência requer uma movimentação contínua no processo de autoconhecimento e autorreflexão, e, que é dada através do cuidado de si. Este exercício de cuidado sobre si se organiza na estética existencial em conformidade a uma conduta ética que é empregada nas experiências: do outro; e na do outro em si. É um olhar para si para ir ao encontro do outro e poder voltar a si.

Neste espaço de cuidado, o sujeito através da verdade, é tido como um ser de conhecimento. E por meio das relações com os outros, o sujeito vai definindo o modo como age e, aqui o poder se coloca na relação e determina quais serão os termos do agir ético. Sendo assim, o sujeito ético vai se formando e se percebendo como agente de suas próprias ações. Talvez o intuito de Foucault seja de demonstrar como a ética possibilita a movimentação do sujeito em sua particularidade e como ele também se torna um sujeito plural. Ter estas considerações permite a compreensão de que o sujeito é configurado dentro de uma realidade que se dá também a partir da percepção de mundo. É pensar no que há de particular e como ela se estende ao universal.

A partir desta defesa, o agir ético vai se tornando uma prática no pensar política. Ele está presente no modo de resistência que se desenha em torno da relação de cuidado que o sujeito tem consigo. A ética é fruto da ação do sujeito, onde vai ganhando vida conforme a estética da existência vai acontecendo. E neste processo, os questionamentos



de como deve ser o agir vão sendo coordenados e normalizados pelo modelo biopolítico<sup>2</sup> de uma civilização. Esta configuração se contrapõe nas relações de domínio que de certa forma tentam privar ou direcionar o sujeito a regras, tendo como consequência um despertar do sentimento de luta e resistência.

Diante do que foi exposto, a tentativa é apresentar os conceitos e a ideia que Foucault tem acerca do cuidado de si e do outro. Utilizando-se deles como ferramentas para entender também como o agir ético proporciona a formação do sujeito enquanto ser político e, como estes assumem a responsabilidade de si e coletiva nos processos da biopolítica. Sendo assim, esta discussão pode possibilitar uma reflexão prática de como o cuidado de si é um dispositivo que impulsiona o pensar das atividades políticas de uma sociedade, à medida que o sujeito ético-político vai se tornando objeto de conhecimento de si e do outro.

---

<sup>2</sup> Biopolítica é o termo utilizado por Foucault para denominar os processos em que a vida entra no domínio de cálculos estatísticos, fazendo da relação poder-saber um instrumento de transformação da vida humana, destinando o controle da própria espécie (Foucault, 1988, p. 128).

## CAPÍTULO 1 - O “CUIDADO DE SI” EM MICHEL FOUCAULT

Para alcançar o conceito de “Cuidado de si”, Michel Foucault desenvolveu a sua pesquisa a partir de um caminho marcado por três momentos distintos em sua trajetória de vida: (a) **Arqueologia das Ciências Humanas** – que consistia no método utilizado para encontrar os *a priori* históricos da formação da realidade, ou seja, é analisar tudo aquilo que foi dito e feito como ferramenta para perceber como se deu o estatuto do acontecimento; (b) **Poder/Genealogia** – percebido como o caminho de análise do poder em seu contexto prático, de modo a favorecer a compreensão de conduta do sujeito singular e suas implicações ao exercício de poder; (c) **Subjetividade do Sujeito: O cuidado de si** – tido como o conjunto de regras de existência que o sujeito oferece a si, tendo como menção final estabelecer uma estética da existência.

Neste sentido, aqui será tratado a terceira parte do trabalho de Michel Foucault, a Subjetividade do Sujeito: O cuidado de si. A partir dos estudos da cultura greco-latina, Michel Foucault direciona o seu olhar para novas temáticas que são caracterizadas pela travessia de escritos arqueogenealógicos para os de cunho ético que perpassam pelo cuidado de si e dos outros, como também, pela subjetivação e sua relação com a verdade<sup>3</sup>. O pensamento do autor é sistematizado a partir de um questionamento: **a que ponto o sujeito pode dizer a verdade sobre si mesmo?** Na obra *A hermenêutica do sujeito*, Foucault procura estruturar seus estudos iniciais a partir de diferenciações de duas grandes provocações que surgem em sua pesquisa: (1) o princípio do cuidado de si; (2) e o conhece-te a ti mesmo. Neste sentido, percebe-se que no discorrer da história ao passo que a nação greco-romana era marginalizada na prática do cuidado de si, paralelamente, o conhecimento de si ganhava um espaço significativo nesta civilização.

Caminhando diretamente ao assunto, Foucault demonstra sua preocupação na problemática do cuidado de si na vivência ética da nação greco-latina, visto que ela era tida como uma prática que envolvia ritos de purificação ou resistência. Ou seja, sua aproximação não era apenas na dimensão filosófica, mas o cuidado de si estaria também atrelado ao campo da espiritualidade. A partir desta consideração, é necessário inferir três

---

<sup>3</sup> A verdade é compreendida por Foucault como um conceito centralizado no saber científico e nas instituições que a produzem; ela é empregada tanto pela produção econômica quanto pelo poder político, sendo difundidas por instituições educacionais que são os instrumentos dos aparelhos econômicos e políticos de uma sociedade. Logo, a verdade está diretamente associada ao acontecimento histórico de uma civilização (Revel, 2005, p. 86).

princípios que evocam desta relação da ética grega com a espiritualidade: (1) a verdade não seria dada ao indivíduo<sup>4</sup> a partir do conhecimento; (2) exigiria do indivíduo uma transformação de si ao ponto de tornar-se outro que não ele, para alcançar a verdade; (3) a verdade só seria oferecida ao indivíduo por um preço que afetasse o mesmo indivíduo. Assim, nota-se que para alcançar a verdade é exigido do sujeito uma predisposição ou uma movimentação para a mudança de si mesmo. E nesta configuração, há apenas dois caminhos que possibilita a transformação do sujeito: (a) uma movimentação do *éros* (amor), em que a verdade vai ao encontro do sujeito e o ilumina; (b) uma movimentação de *áskesis* (exercício), compreendido aqui como um trabalho do sujeito para o sujeito, que o torna consciente de sua prática e pensamentos.

Nesta perspectiva, pode-se dizer que a compreensão do cuidado de si é constituída a partir de um indivíduo que assume o seu papel de sujeito, e assim é expresso por Foucault: “é preciso que te ocupes contigo mesmo, que não te esqueças de ti mesmo, que tenhas cuidado contigo mesmo<sup>5</sup>”. Diante deste posicionamento anterior o autor encontra na obra de Platão, no diálogo de *Alcíbiades*, um argumento que corrobora com a necessidade do cuidado de si, como também no cuidado dos outros quando Sócrates estimula aos outros a exercerem o cuidado de si, provocando um despertar para o cuidado. Isto implica dizer que a moral grega considerava o caráter individual de cada sujeito. Ou seja, de certo modo a elaboração ou o trabalho da própria vida do sujeito é o que rege a relação do indivíduo consigo mesmo, com os outros e com a verdade. Neste sentido percebe-se que o ocupar-se consigo mesmo é fundamental e é um indicador da relação “singular, transcendente, do sujeito em relação ao que o rodeia, aos objetos que dispõe, como também aos outros com os quais se relaciona, ao seu próprio corpo e, enfim, a ele mesmo<sup>6</sup>”.

Todas estas manifestações do cuidado são claramente expressas no modo como o indivíduo se relaciona consigo e com os outros, isto é, ao interagir com o meio o indivíduo está exercendo o cuidado. O cuidado é parte constituinte da consciência que o indivíduo tem de si, do outro e do mundo. Na dinâmica da socialização do sujeito, o cuidado transita em um caminho que vai da dimensão subjetiva do agir ético rumo à dimensão

---

<sup>4</sup> Foucault entende o indivíduo a partir dos processos de objetivação e subjetivação; O primeiro processo tende a fazer do homem um objeto, no qual ele será disciplinado para se tornar útil político e economicamente. No segundo, o homem é preso a uma identidade que lhe é conferida como sua a partir do meio social em que está inserido (Pez, 2008, p. 1).

<sup>5</sup> FOUCAULT, 2011, p. 6

<sup>6</sup> FOUCAULT, 1981-1982, p.71

intersubjetiva, que culminará em um agir prático do cuidado. O autor afirma: “A partir da ideia de que o indivíduo não nos é dado, acho que há apenas uma consequência prática: temos que criar a nós mesmos como uma obra de arte.<sup>7</sup>”. Isto é, a discussão do cuidado de si em Foucault perpassa o cenário da estética da existência humana, a compreendendo como uma obra de arte. Na civilização antiga, nota-se que o estilo de vida adotado pelos gregos os levava a uma profunda reflexão das técnicas de trabalhos exercidas por eles, como também, na percepção do envolvimento das relações de cuidado para consigo. Analisar o estilo de vida dos gregos é entender que ela era norteadada pelo cuidado de si e, conseqüentemente, no cuidado do outro, permitindo uma reflexão ética e moral. Neste sentido, o cuidado exerce um papel essencial nas relações e no modo como as práticas políticas se organizam nas civilizações.

Esta contestação implica dizer que a prática do cuidado exige que o indivíduo assuma sua posição de sujeito, pois, a moral grega zelava pelo caráter individual da conduta. As técnicas de trabalhos eram livres de um caráter normativo, ou seja, era necessário que o sujeito transcendesse a objetividade das normas e regras, uma vez que a moral antiga era pautada no trabalho sobre si. Dessa maneira, o modo como os gregos refletiam sobre a sua conduta de vida fez com que a estética da existência desse um salto à ética, tendo o princípio do cuidado de si como um elemento capaz de transformar o conhecimento de si ou do modo de ser no mundo. Essa constatação facilita na compreensão de como a estética da existência assume um novo modo de ver a ética. Neste sentido, a experimentação e a crítica fazem parte deste processo de mudança, onde o sujeito admite que o seu trabalho estético está diretamente associado à sua relação consigo mesmo. Aqui, esta conversão da estética da existência à ética é um princípio essencial para o conhecimento de si e do cuidado. Logo, o indivíduo altera o seu *ethos* ao tempo em que ele muda o seu modo de ser no mundo.

Com o desenvolvimento da obra, Foucault percebe que no período helenístico-romano (I-II d. C.) a percepção do cuidado de si incorpora uma natureza de “acontecimento no pensamento”, um estudo de si. À vista disso, ao se ter um estudo de si deve-se entender que há a necessidade de corresponder a um conjunto de valores que primem pela coordenação, subordinação e hierarquia. Nessa perspectiva, o sujeito precisaria assumir algumas condutas e regras para que o tornasse capaz de saborear os

---

<sup>7</sup> FOUCAULT, 1984, p.50

valores universais que condiciona o estudo de si. Tal percepção direciona o olhar de Foucault aos filósofos antigos, de modo a entender como o cuidado está intimamente relacionado com o cuidado da própria alma, na busca do sentido da vida e felicidade. Em Epicteto, Foucault julga encontrar a maior reflexão filosófica acerca do cuidado de si. “O cuidado de si, para Epicteto, é um privilégio-poder, um dom-obrigação que nos assegura a liberdade obrigando-nos a tomar-nos nós próprios como objeto de toda a nossa aplicação” (FOUCAULT, 2009c, p. 53). Isto implica dizer que o homem tem sobre si a responsabilidade de zelar pelo próprio cuidado, pois a ele é dada esta liberdade, diferentemente, dos demais seres vivos que tem apenas tudo o que lhe é necessário para garantir a sobrevivência.

Desse modo, Foucault apresenta que o exercício do cuidado de si tinha por finalidade mensurar e afirmar a independência do sujeito em ser capaz de promover para si o que é essencial à vida. Sendo assim, o cuidado de si versava em tirar os olhos e a atenção daquilo que lhe é externo para estar atento a si mesmo e ao que se pensa e passa no pensamento. Logo, no desenvolvimento da pesquisa de Foucault percebe-se que, a sentença “Conhece-te a ti mesmo” foi um referencial para entender a manifestação deste desejo humano antigo de conhecer a verdade e como o conceito do cuidado passa por uma reflexão do sujeito, tendo como base a sua formação. O “Conhece-te a ti mesmo” em Foucault é um ponto de partida para uma análise que parte da genealogia do homem do desejo à um indivíduo que tem em si o fim último de sua prática ética-moral. Refletir a partir desta sentença é notar também que o autor traz do mundo antigo a manifestação do “Cuidado de si” para a modernidade.

Reconhecer esta passagem do “Cuidado de si” para a modernidade é entender que a busca pela verdade está diretamente interligada a uma série de práticas de si que norteia o processo de constituição e transformação do sujeito. Nesta perspectiva, o autor desenvolve o conceito de cuidado a partir de uma relação direta com a “experiência”, sendo ela compreendida como qualquer coisa que ao passar por um processo saia transformada. Assim, determina-se que o “Cuidado de si” e a “experiência” são conceitos que não se separam na elaboração da pesquisa de Foucault. Esta compreensão se faz necessária, uma vez que, a experiência é o que vai permitir ao sujeito o arrancar-se de si próprio para viver além da possibilidade. A partir desta percepção, considera-se que esta movimentação é um exercício que possibilita o cuidado de si, pois esta é uma ação que transfigura e modifica o sujeito. O modo como o sujeito se constitui e as escolhas que

fazem é consequência das experiências que tiveram; e o “Cuidado de si” está inserido neste contexto.

Ao observar o contexto histórico de Foucault, tratar das questões do sujeito e do cuidado é necessário. O mundo tinha passado há pouco tempo pelo fim da Segunda Guerra Mundial, a Guerra Fria ainda era uma realidade. Neste sentido, o desejo de (re)construção do sujeito era o único sentimento que pairava. Para Foucault, perceber como os efeitos deste cenário de guerras afetava o sujeito e como isso influenciava diretamente nas práticas de cuidado, como também, o governo se portava diante da crise, foram elementos que contribuíram para que ele pudesse fazer uma análise atual do conceito de “Cuidado de si”. Ser sensível a estes acontecimentos possibilitou ao filósofo entender como diferentes práticas e condutas, sejam elas pessoais ou institucionais, alcançava o sujeito. Sendo assim, três eixos foram fundamentais para constituir o conceito de “Cuidado de si”: o saber, o poder e a subjetividade. Em suma, o saber é o elemento que justifica as práticas do poder, ou seja, não há saber sem uma relação de força e sujeito, como não há verdade sem o sujeito e o saber. Esta é uma demonstração importante na análise de Foucault para pensar nos problemas da atualidade e o modo como o cuidado pode gerir a manutenção da vida.

Em seu processo de estudo, Foucault ao destacar os acontecimentos insere em seu discurso o sentimento de pertença do sujeito a sua própria atualidade. Esta inserção aprimora o conceito de “Cuidado de si”, pois a partir dela há uma formulação do problema da comunidade em que o sujeito está, que de certa forma, o impulsionará a uma tomada de decisão que o fará refletir sobre suas práticas de cuidado que se estenderá ao cuidado do outro. Neste discurso acontece um desenho dos limites que fará o sujeito questionar-se acerca do que ele introduz hoje em relação à ontem. É um examinar do sujeito não para fazer um discurso sobre o ser, mas sim, pensar nas estruturas que podem ser construídas para que o sujeito moderno estabeleça a sua relação de cuidado consigo e com o outro. Esta concepção evoca o filósofo a pensar em como este conjunto de ações estão associadas aos comportamentos, sentidos e valores de vida que são manifestos no sujeito. Aqui ocorre uma nova forma de pensar, entender como as relações de saber e poder se articulam e como o exercício desta pode determinar as técnicas de cuidado do sujeito moderno. É mais um passo que levará a uma reflexão do agir ético-moral do sujeito e como este agir se organiza dentro de um sistema biopolítico, que por sua vez, deve ser capaz de promover a permanência e manutenção da vida humana.

## **CAPÍTULO 2 - A EXPERIÊNCIA DO “CUIDADO DE SI” ENQUANTO CONCEITO**

Pensar a experiência do “Cuidado de si”, é entender como as práticas do sujeito foram constituídas historicamente e como estas influenciam na atualidade. A importância desta percepção seria:

Deve-se entender, com isso, práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente se fixam regras de conduta, como também procuram se transformar, modificar-se em seu singular e fazer de sua vida uma obra que seja portadora de certos valores estéticos e responda a certos critérios de estilo. (FOUCAULT, 1984,14-15).

A partir desta descrição, se confirma a seriedade que deve ser atribuída às práticas do “Cuidado de si”, tanto no passado quanto no presente. Com os seus estudos, Foucault notou que a experiência do “Cuidado de si” leva o sujeito a acreditar na existência de experiências grupais racionais que constitui tanto o sujeito quanto o objeto por ele conhecido. Ou seja, fazer a experiência é um exercício que conduz o sujeito a um processo de transformação. Entretanto, fazer a experiência implica colocar-se diante do jogo do verdadeiro e do falso. Pensar no conceito de “experiência” é entender que ele está associado ao conceito de “dispositivo”, no qual este dispositivo é caracterizado por uma série de elementos que tem um fim estratégico ligado a uma atividade de poder e saber. O filósofo faz esta consideração ao verificar que as práticas de si estão associadas ao poder, que se utiliza de práticas punitivas para promover a permanência e a manutenção da existência humana, embasadas na concepção de verdade instituída ao longo da história. Logo, a experiência de si está entrelaçada aos mecanismos de saber e poder.

Ao longo de sua pesquisa, Michel Foucault identifica que as relações de verdade, proibições e condutas de vida, na antiguidade, passavam pelo âmbito da sexualidade do sujeito. Desse modo, ele procurou estudar os comportamentos e prazeres sexuais da época para compreender como estas relações auxiliavam no fundamento da moral, dado que, estas técnicas possibilitavam aos indivíduos a realização de práticas sobre seus corpos que tinham como objetivo promover estados de felicidade, sapiência e candidez. Ou seja, o discurso da moral versava entre o ato e o desejo do sujeito, uma vez que, a civilização antiga valorizava o prazer. Essa conduta moral sexual, sem instruções definidas, era um conjunto de práticas e formas de existência que de certo modo constituía o sujeito ético. A partir disso, nota-se que os termos “conhece-te a ti mesmo” e “cuidado de si”

estabelecem entre si uma relação de justificação e subordinação, onde o segundo justifica e é subordinado ao primeiro termo. Esta dinamicidade entre os termos permitia aos gregos o desenvolvimento de trabalhos sobre os seus corpos e, conseqüentemente, sobre seus pensamentos e condutas. Nessa perspectiva, o “Cuidado de si” é o caminho no qual a liberdade individual e cívica faz uso e passa, até certo ponto, a ser pensada como ética. Com isso, Foucault afirma que a liberdade é um meio necessário para seguir bem o caminho do cuidado de si.

Vale ressaltar que para o autor, toda verdade é histórica. Isto é, o modo como o sujeito se relaciona com o mundo resulta em uma série de práticas discursivas e inscritas como verdade, que culminará na forma como ele firma suas relações de poder. Estas verdades quando universais tendem a ser transformadas em dogmas. É neste contexto que Foucault manifesta a sua definição de liberdade, sendo ela uma possibilidade de rejeitar todas estas verdades universais transformadas em dogmas, de modo a livrar o sujeito de tudo aquilo que o aprisiona e restringe a sua existência. Foucault quis colocar que o “Cuidado de si” é o caminho adequado para exercer a liberdade e conduzir bem a vida. É um “ocupar-se de si”. E o “ocupar-se” é desde a tradição antiga um privilégio político, econômico e social. Tal afirmação pode ser vista ao analisar o período socrático-platônico, onde Sócrates se apresentava como sendo o mestre do “Cuidado de si”. Cabe ressaltar que Sócrates ao dialogar com Alcibíades despertava nele o desejo de participar no jogo da política e do amor, pois era nesta condição que o “Cuidado de si” orientava o indivíduo ao caminho da sabedoria necessária.

## **2.1. Contextualização histórica do conceito “Cuidado de si”**

O “Cuidado de si” poderia ser identificado na antiguidade por meio da política, da pedagogia e do conhecimento de si. Na política, o cuidado passava pela virtude de governar a si e aos outros, gerir e conduzir o destino da cidade. No âmbito pedagógico, estava relacionado as limitações da educação ateniense e ao modo como o amor era manifestado entre os casais, pois os homens adultos assediavam os jovens e depois os abandonavam. E por fim, o conhecimento de si como finalidade necessária do ocupar-se de si para descobrir e conhecer a verdade que cada sujeito esconde em si. Nos séculos I e II o “Cuidado de si”, junto ao renascimento da cultura clássica do helenismo, é



caracterizado a partir de uma arte de viver, onde os indivíduos são mais sensíveis as experiências de si e dão atenção aos detalhes da vida e da alma. O período helenístico tendo por finalidade levar o sujeito a uma auto finalização de si, assumindo uma postura corretiva e formativa com o corpo e a alma, favoreceu ao “Cuidado de si” uma elaboração crítica sobre si e sobre a vida dos outros. Deste modo, o exercício pedagógico de Platão é suprido pelo exercício médico, já que cada sujeito poderia ser médico de si e curar-se de suas próprias moléstias e faltas cometidas.

O conceito de “Cuidado de si” desenvolveu-se como princípio, no entanto, sempre associado à um fenômeno sectário, manifestando-se nas classes sociais de modo distintos. Nas classes menos beneficiadas o seu exercício era articulado à grupos religiosos que realizavam cultos e rituais definidos. Nas classes elitizadas a sua prática era elaborada de maneira mais sofisticada, pensada como um exercício mais reflexivo e teórico, uma vez que, a prática do cuidado ia de encontro ao ócio que era um dos privilégios da elite. Considerando estes diferentes modos de manifestação do cuidado, nota-se que há algo em comum entre eles: a cultura de si não é uma prática isolada, mas sim uma prática social. Na civilização romana, como exemplo, o exercício de si era percebido na vida cotidiana, nas relações de clientela com o patrão e do mestre com o discípulo.

Com os comportamentos condicionados pela doutrina cristã, o “Cuidado de si” é orientado a um caminho de salvação após a morte. Neste sentido, desenvolve-se um discurso sobre a relação do pensamento escondido do sujeito com o estado de impureza da alma. Nesta perspectiva, Foucault compreende que o sujeito da doutrina cristã apresenta duas maneiras de revelação de si e da verdade: a primeira é através da confissão pública, em que o sujeito manifesta a sua condição de pecador. A segunda por meio de um expressar contínuo do pensamento do sujeito, no qual ele renuncia à sua vontade e a si, orientado a partir dos princípios de obediência e contemplação de Deus. Neste sentido, o cuidado é uma orientação na busca pela salvação que se dá através de uma transformação de si, guiada pela instituição que o doutrina. Ela deve possibilitar ao sujeito cristão um descobrir em si, o perceber suas falhas e limitações. Com isso, a revelação de si vincula-se a esta inclinação de descobrir em si os seus anseios, de modo que, com a purificação da alma o sujeito tenha o acesso à verdade.

Sobre isto, Foucault entende que há uma tradição que leva o sujeito a conceber o “Cuidado de si”. É uma prática que remete à ideia de que após um determinado número de processos históricos, econômicos e sociais o cuidado se fundamenta como um

exercício moral<sup>8</sup>. Entretanto, a “moral” não deve ser reduzida a um conjunto de ações praticadas em conformidade com uma regra ou lei. Ela, necessariamente, está contida numa relação a si, no qual o sujeito não só exerce a consciência de si, mas se constitui enquanto sujeito moral, atuando sobre si depois de alcançar o conhecimento sobre si e comprometer-se com o autoaperfeiçoamento. O autor compreende também que exercer um culto a si mesmo trazia no sujeito antigo um desejo intrínseco de romper com a ética, uma vez que, para reconciliar-se consigo era necessário se libertar de todo mecanismo de aprisionamento e repressão. Por meio desta concepção, entende-se que na antiguidade as discussões morais eram marcadas mais pelas “Práticas de si” do que uma orientação de comportamento restrito ao que é permitido ou não fazer, ou seja, as práticas não eram subordinadas a um conjunto de regras normativas.

Fazer uma contextualização do processo histórico das civilizações passadas é saber que o “ocupar-se consigo mesmo” é o que constituiu toda a moral do ocidente. E, que foi através desta concepção que o conceito de moral na modernidade foi assegurado. Ao voltar o olhar para o pensamento cristão, percebe-se que na sua tradição o conceito de moral advindo da antiguidade foi incorporado a sua doutrina. A busca pela verdade e a espiritualidade caminham juntas. No entanto, no período moderno da história a verdade não assume mais esta condição, ela é dada por meio da busca pelo conhecimento. A espiritualidade e a subjetividade do sujeito não são mais necessárias para alcançar o conhecimento e a verdade. Com isso, os pilares do “Cuidado de si”: a política, a pedagogia e o conhecimento de si perdem o seu lugar. O que se apreende com esta ruptura é que o sujeito do “Cuidado de si” passa a exercê-lo mais como um exame de consciência para discernir de quais verdades ou princípios a sua existência será regida do que descobrir a verdade em si. Com isso, nota-se que o indivíduo assume um estado de vigilância diante do mundo, pois o seu comportamento e conduta serão direcionados a partir do exercício relacional com o meio no qual está inserido.

## **2.2. O “Cuidado de si” como caminho de discernimento para a prática do bem**

---

<sup>8</sup> O autor conceitua a moral como sendo “um conjunto de valores e regras de ação propostas aos indivíduos e aos grupos por intermédio de aparelhos prescritivos diversos”, que podem ser a família, as instituições educativas, as igrejas etc. (Foucault, 1984, p. 26).

Com este enfoque do “Cuidado de si” como um caminho de discernimento para a verdade, pode-se afirmar que ele é o responsável por movimentar o indivíduo na prática do bem. Entretanto, Foucault sinaliza que esta concepção limita a ação do indivíduo, uma vez que, ele pode ser incitado a fazer de suas práticas um meio de consagrar e satisfazer aos outros. Aqui, deve-se ficar atento aos estados de dominação. Isto é, a situação das relações de poder não deve impossibilitar o sujeito do exercício de sua liberdade. O “Cuidado de si” deve ser uma articulação do Eu-Tu e Eu-Mundo, contudo, nestas relações não deve haver uma dominação capaz de oprimir a liberdade do sujeito em querer construir novos espaços de vida. É neste processo que “O Cuidado de si” vai firmando o sujeito como um cidadão do mundo, instruído a criticar, resistir e lutar contra tudo aquilo que o aprisiona e o impede de produzir novas formas relacionais.

Ao analisar este processo do “Cuidado de si” enquanto conceito, percebe-se ao longo da história que o cuidado está diretamente relacionado à um estilo de vida que é desenvolvido a partir da reflexão, da experiência e do modo como o sujeito se articula com o mundo, culminando em um agir ético do ser. Diante desta constatação, pode-se compreender melhor as questões éticas da atualidade em virtude das experiências éticas do passado. Esta movimentação não é um apegar-se ao passado, mas é encontrar na história os princípios que serviram como alicerce para a elaboração da ética. Ao fazer isso, Foucault é convencido de que a ética pode ser modificada. Ele percebeu que os princípios que regulamentam o agir ético da atualidade é estruturado em esquemas que em um determinado momento da história foram associados à estética da existência. Com isso, ele julga necessário fazer uma dissociação da ética das demais estruturas sociais.

A partir dessas considerações, fica uma pergunta: É possível pensar em um novo modelo ético? Diante deste questionamento e ao olhar para a civilização antiga percebe-se que os gregos deixaram para a modernidade um modelo que pode servir como referência. Esta possibilidade está associada ao modo como estes compreendiam o exercício do “Cuidado de si”. Deste modo, a prática do “Cuidado de si” era para os gregos um exercício que estava relacionado à estética da existência, isto é, o sujeito é o responsável por si e deve desempenhar suas atividades de vida, de modo a livrá-lo de tudo aquilo que o impede de exercer a sua liberdade. É colocar o sujeito diante do seu eu, assim como um artista diante de um quadro em branco para que se proponha a fazer uma atividade criativa. É fazer da vida uma obra de arte marcada por técnicas estratégicas firmadas em seu saber.

Mediante a isso, comparar a vida à arte é conferir a ela determinados valores que possibilite a vivência de novas experiências consigo e com o outro, é permitir que relações sociais sejam firmadas por meio de uma reflexão que passe pelo processo de autoconhecimento, onde o sujeito entenda como a estética da sua existência pode colocá-lo na sociedade como um ser livre, criativo e dotado de uma ética que o leve a um caminho de novas formas de vida. Sendo assim, a proposta de Foucault é recolocar o sujeito em questão para que ele assuma a sua natureza livre. E, ao que tudo indica é trilhando o caminho do “Cuidado de si”, que na modernidade, o sujeito alcançará a sua liberdade diante de todos os enlaces que lhe são impostos na sociedade.

### **CAPÍTULO 3 - O “CUIDADO DE SI” ENQUANTO EXPERIÊNCIA MORAL-ÉTICA**

Ao elaborar uma descrição acerca do “Cuidado de si”, verifica-se que Foucault compreende esta experiência como um conceito ético. Tais práticas eram nutridas por meio da expressão da sexualidade e das “Técnicas de si” que o sujeito antigo exercia sobre si, estabelecendo uma estética da existência. Este processo permitia ao sujeito a assimilação da verdade. Sendo assim, esta experiência era alicerçada numa prática de autoformação do sujeito. Considerar este exercício de si sobre si é saber que a constituição do sujeito se dará no campo da liberdade. Deste modo, a transformação do ser em um ser ético é desenvolvida à medida que a liberdade individual é pensada como ética. A partir desta proposta, o filósofo determina que a ética é um exercício refletido da liberdade. Logo, reconhecer e legitimar as ações que o homem exerce sobre si e na sociedade é entender como este se organiza, torna-se sujeito e como estabelece sua relação com os outros.

Nesta perspectiva, Foucault buscou estudar os diferentes modelos que constituiu o homem moderno, com o objetivo de entender como as estruturas de objetivação e subjetivação influenciaram em seu processo de formação. Percebe-se neste contexto, que em Foucault, o sujeito não é o ponto de partida de sua pesquisa, mas sim os processos que os compõe enquanto sujeito. Ao considerar esta afirmação compreende-se que o sujeito é produto das relações de poder e das circunstâncias. A partir deste ponto é importante destacar o campo da governabilidade, tanto no que diz respeito ao governo de si quanto

ao governo do outro, uma vez que, na atualidade, os comportamentos normativos são regidos por uma moral social que determina o que é aceitável ou não na dinâmica das relações. E, aqui é uma das maiores críticas de Foucault ao homem moderno, que fez de suas relações um espaço de abusos morais. Com isso, Foucault considera que a liberdade do sujeito está comprometida e a relação de poder que o homem portava desde a antiguidade foi transferida hoje ao Estado.

Em decorrência do questionamento realizado no capítulo anterior acerca da possibilidade de se pensar em um novo modelo ético, nota-se que o “Cuidado de si” se manifesta neste aspecto. No discurso elaborado por Foucault é possível compreender que o cuidado é o responsável por instituir no sujeito as práticas discursivas do saber, como também, o acesso às suas verdades. É no cuidado que o sujeito busca a técnica para orientar melhor a vida. Isto implica dizer que o “Cuidado de si” passa por processos de maturação à medida que o sujeito vai constituindo a sua experiência na história, dentro de sua cultura. Na antiguidade, este conceito estava associado a um privilégio político, econômico e social, na atualidade, ele pode ser considerado como uma possibilidade de libertação do sujeito para que manifeste a sua subjetividade, mas visando a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Neste sentido, o resgate do “Cuidado de si” para a modernidade é uma tentativa de Foucault para que o sujeito realize ao máximo a experiência da sua liberdade para que se constitua como um ser ético.

Pensar nesta proposta é também perceber que há uma mudança no modo de exercer o cuidado. Na concepção de Foucault, o cuidado quando aplicado na modernidade traz em si uma valorização da prática. O sujeito não mais compreende o “Cuidado de si” apenas como um caminho que o leva ao conhecimento, mas como uma disposição para um agir reto consigo e com o outro. Aqui, o sujeito entra num estado de vigilância, pois a estética da sua existência vai se firmando na sua relação com o meio no qual ele está inserido. Há uma abertura do sujeito para que ele se constitua como responsável por suas ações, de modo a assumir o seu papel de agente político e ético. No entanto, a ideia de ética apresentada por Foucault deve ser entendida como uma dissociação de uma moral de códigos e uma ética que promova a estética da existência. Uma coisa são as regras de conduta e a disposição do sujeito em segui-las, outra coisa é, em sua liberdade, o sujeito exercer a sua subjetividade ao conduzir-se pela regra.

O conceito e a experiência do “Cuidado de si” é uma atividade complexa e contínua. O cuidado é essencial para que se estabeleça um domínio sobre si, ou seja, o

cuidado é uma prática refletida da liberdade que faz do sujeito um ser virtuoso e livre de todo processo de escravidão. Desta forma, o novo modelo ético deve ser regulado por práticas que fomentem não códigos morais, mas que permita ao sujeito se compor como ser moral. Foucault acredita na construção do sujeito. O “Cuidado de si” não é uma experiência ética em que o sujeito se fecha em si, mas é um olhar para si para depois colocar-se diante do outro e do mundo. Portanto, o cuidado é um instrumento de vida que fornece mecanismos de normalização e regulação dos diferentes estilos de vida. A ética do cuidado consiste então no direcionamento da própria subjetividade do sujeito, de modo a contribuir na sua construção enquanto ser. Esta é uma experiência de um cuidar de si, para cuidar do outro. Deste modo, o sujeito é chamado a cumprir suas responsabilidades com o mundo, não preso a regras de condutas pré-formadas que ditam como deve ser o agir, mas através de uma reflexão e avaliação da realidade para assim conceber a si um agir autêntico.

### **3.1. Um novo modelo de ética a partir do conceito “Cuidado de si”**

Talvez uma problemática no pensamento de Foucault acerca de um novo modelo de ética, seja o de conciliar a vida do sujeito à sua vontade, dado que a relação de poder e liberdade foi transferida ao Estado. Neste contexto, a ética do cuidado parece ser um jogo de forças, do eu para o eu. Ela está envolta de um estado de conflito do indivíduo para consigo que o limita na prática de sua liberdade. O difícil trabalho nesta configuração consiste no fato de reconhecer que há uma relação de contracondutas, naquilo que é um código moral e o que é um ato do sujeito. O código moral é o que autoriza ou proíbe o sujeito de realizar determinada ação, ou seja, há uma imposição. Por sua vez, o ato é o agir real do sujeito diante daquilo que lhe é prescrito. E, a provocação a ser feita nesta relação é de como o sujeito se reconhece como ser moral de seu próprio agir. Fazer uma distinção da ética e moral, do código moral e ato é permitir que o sujeito desenvolva suas práticas de modo coerente e consciente. Refletir sobre estas questões é acreditar que elas apontam para um novo horizonte.

A moral, a ética e a estética da existência em Foucault é um despertar para a experiência do sujeito enquanto ser político. Questionar a cultura do homem moderno e suas relações é entender as problemáticas do seu tempo e saber que ele enquanto sujeito

deve comprometer-se com um agir legal para produzir socialmente novas possibilidades de vida criativa. É necessário que aconteça uma elaboração da subjetividade do sujeito, no entanto, é também necessário que esta construção seja revertida em práticas inovadoras capazes de promover um bem-estar social. Aprimorar estas reflexões é entrar no processo de libertação de tudo aquilo que aprisiona o homem, é desbravar uma nova relação de conduta entre a ética, a moral e a estética da existência. Abordar esta nova relação na estética da existência, de certo modo, é um convite para que o sujeito assuma a autonomia e a responsabilidade das problemáticas do seu tempo. Pensar, sentir e agir deve gerar um sentimento de pertença no sujeito diante da tarefa que se apresenta diante dele. É neste sentido, que Foucault, tenta perceber as relações de proximidade dos processos de subjetivação com a experiência ética e moral.

Ao ponto que o sujeito se reconhece como um ser político, sua vivência ocupa uma nova posição. Ele deve compreender que este novo espaço precisa ser preenchido com a consciência de que uma conduta ético-política perpassa pelas relações de poder e resistência. Esta posição deve ser marcada pelos sinais de luta de cada indivíduo para que a expressão da liberdade de cada um seja evidenciada. É neste trabalho que a liberdade se constitui e, conseqüentemente, admite ao “Cuidado de si” um cuidado de bem-estar comum. Nas relações de cuidado o trabalho maior deveria ser este, o de permitir que todo indivíduo pudesse ser inserido socialmente, de maneira a combater os domínios impostos pela sociedade. A investigação da ética do “Cuidado de si” pode ser analisada por meio da aplicação da ideia de governabilidade, visto que, o governo político de si e do outro é um parâmetro para constatar como as instituições políticas administram e cuidam da vida de seus indivíduos. Perceber este parâmetro é conflitante para Foucault, pois ele nota que as relações de cuidado sobre a vida proposta pelas instituições políticas são coordenadas e normalizadas pelo que ele chama de biopolítica e biopoder. Respectivamente, uma reafirma o cuidado, a manutenção e os programas de políticas que promovem a vida, e, a outra como um exercício de controle e submissão do sujeito com o intuito de produzir seres economicamente rentáveis e obedientes.

Este paradoxo entre os dispositivos da biopolítica e do biopoder evidencia como o processo do “Cuidado de si” é por vezes negligenciado. Desta forma, cabe realizar uma releitura de como este conceito pode ser um instrumento essencial para o diagnóstico dos perigos que comprometem a existência humana. A principal crítica realizada por Foucault, neste sentido, é à instituição política. Para ele, toda a atividade política deveria

expressar o cuidado como fundamento para a existência, ao passo que, é ela a responsável por garantir os interesses do povo. A política deveria despertar o indivíduo para o cuidado, dado que, o indivíduo consciente da necessidade do cuidado consigo e com o outro assume a prática do exame, assim como assinala Platão: “vida sem exame não é digna de ser vivida” (PLATÃO, 1973, 38a). Uma vida examinada e identificada com a prática do cuidado torna a existência humana promotora da verdade e da justiça, ainda mais, em um cenário de incoerências entre aquilo que se fala e o que faz.

Neste contexto, as instituições políticas não devem ser indiferentes ao cuidado e à verdade. Por outro lado, não devem também estar nelas a incumbência de ditarem as verdades, assim afirma Foucault: “nada é mais perigoso que um sistema político que pretende prescrever a verdade” (FOUCAULT, 1994, p. 687). É provável que o filósofo aqui queira apresentar o impasse que há entre a prática do cuidado e aos dispositivos de biopolítica e biopoder quando se pensa que o “Cuidado de si” é um exercício refletido da liberdade de um indivíduo e a manifestação da sua subjetividade alicerçada ao seu conhecimento de verdade. É imprescindível destacar a necessidade de se fazer, na sociedade moderna, um diagnóstico dos riscos que sucumbem a vida humana, para sacudir todas as estruturas sociais e fazer com que elas repensem os seus hábitos e o que elas assumem como condutas normativas, a fim de despertar no sujeito a vontade política, na qual ele é chamado a colocar-se como participante do exercício do cuidado para consigo e para com o outro. É expressar o cuidado, a liberdade, o saber, o poder e dizer a verdade como um dever a si e ao outro para a promoção de um viver melhor.

Neste aspecto, o sujeito imbuído de uma certa resistência de lutas deve denunciar todos os dispositivos que fragiliza o “Cuidado de si”, e, o impede de ser na estética da existência, uma experiência ético-moral. O discurso do cuidado da vida não deve ser apenas um discurso, mas sobretudo, um exercício contínuo de resistências e lutas, principalmente no decorrer do século XXI, onde os dispositivos políticos se apoiam na gestão e manutenção da vida. Isto é, o cuidado deve orientar a autoformação do sujeito, como também, a formação do sujeito em sociedade. A política e a vida devem ser, neste sentido, uma conjugação de forças que, estrategicamente, constitua o saber e a prática dos tempos. O “Cuidado de si” enquanto experiência ético-moral é um saber e uma prática que se refere ao governo da vida e sobre a vida. É neste modelo que a administração, manutenção e conservação da vida devem ser configuradas a um sistema político. Não deve haver espaço para paradoxos conceituais e estruturais como a biopolítica e o



biopoder. O que necessita ter é a soberania da vida, de uma vida digna e justa onde todos os indivíduos possam manifestar a sua existência.

A administração da vida não deve ser sujeitada à códigos morais, mas deve ser acompanhada por práticas que faça dela um instrumento formador da moral, do contrário, o cuidado e a gestão da vida permanecerão sendo controlados por sistemas políticos que prosseguem a impedir a continuidade da existência humana. Diante desta exposição, percebe-se que a influência do “Cuidado de si” é mais do que um conceito ou uma experiência para o sujeito de Foucault, o cuidado é – uma ação refletida. Por meio desta percepção, pode-se pensar na construção e nas diferentes possibilidades de gerir a vida. Foucault resgata o “Cuidado de si” para que o homem moderno compreenda que ele deve sempre estar em constante movimento. E, é neste movimentar-se que a experiência de si e dos outros vai se firmando enquanto uma experiência humana, política e ético-moral.

Esta é a reflexão a ser desenvolvida a partir da compreensão do “Cuidado de si”, sobre quem é o sujeito, sobre qual é o seu papel no mundo e quais são as consequências do seu agir, visando como ponto máximo, a realização e a manifestação da subjetividade e existência de cada indivíduo, podendo estabelecer a partir das relações do Eu-Eu uma realidade harmônica nas relações Eu-Tu e Eu-Mundo. Trata-se de criar relações que em suas transformações se congreguem.

## **CONCLUSÃO**

A partir desta descrição acerca do “Cuidado de si”, compreende -se que para Foucault, o cuidado é um exercício que resulta em um agir ético diante das relações do indivíduo para consigo, com o outro e com o mundo. É uma prática que antes de ser exercida é refletida em si, sobre si e diante de si. O cuidado corresponde a uma prática que vai além do sentido biológico, ele é um mecanismo que constitui o sujeito em toda sua dimensão. É neste sentido que o filósofo em sua pesquisa colocada o sujeito em questão. Analisar o sujeito desde a antiguidade e as técnicas de vida aplicadas a este é o que permitiu Foucault saborear a experiência de entender que a vivência do sujeito é uma via transformadora. Isso aconteceu também dentro de sua pesquisa, uma vez que, o planejamento inicial do seu estudo era tratar do tema da sexualidade e de como o sujeito se reconhece enquanto um homem do desejo, e, por fim, sua pesquisa se tornou um estudo acerca do “Cuidado de si”.

Este não deve ser entendido como um desvio do planejamento inicial de seus estudos, mas como uma maturação do pensamento que viabilizou a continuidade da pesquisa, de modo a saber que moldar e remodelar a vida é um processo em que o sujeito se abre a transformação. Assim também é com o cuidado, que das “Técnicas de si” trilhou o caminho do saber, do poder, da liberdade e, hoje é apreendido como um agir ético-moral. Este é o modo em que o “Cuidado de si” é conceituado em Foucault. É também essa a proposta que o filósofo traz para a estética da existência na atualidade, de permitir que a liberdade de cada indivíduo possa ser manifesta e articulada a um conjunto de técnicas que garanta, efetivamente, o respeito dos direitos de cada sujeito, promovendo a realização e a vontade de vir a ser aquilo que deseja para si. Assumir o cuidado é assumir o processo de autoformação e transformação. Ou seja, é desprender-se de tudo aquilo que faz da vida uma falta de possibilidades e avistar o quanto o homem pode ser.

Com o intuito de constituir um novo mundo, a proposta de Foucault passa pelo campo da liberdade, de fazer do sujeito um ser livre de todos os domínios que lhe são colocados como ataduras que o impossibilita de experimentar a existência. Ele encontra no “Cuidado de si” a possibilidade de construir o saber e a verdade visando que os problemas do tempo atual sejam eles não apenas superados, mas que seja possível estabelecer um novo modelo ético-moral, onde o homem coloque-se em confronto consigo e promova uma estética da existência justa e igualitária. Neste contexto, o cuidado como propulsor de um agir ético-moral constitui-se à medida que o sujeito desenvolve a sua subjetividade e a reflete como um instrumento de autoafirmação e empoderamento.

Todo esse processo transformador tem por objetivo inspirar o sujeito a ser nele a mudança necessária para que as experiências de vida possam acontecer. No estudo de Foucault, o “Cuidado de si e do outro” deve ser este exercício, onde cada sujeito possa conduzir suas relações e administrá-las de acordo com o que lhe é conveniente. Ao ver, este é um exercício que pode mobilizar toda a ação do sujeito e colocá-lo como responsável único de toda sua conduta de vida. Pois, para o filósofo é nesse exercício prático que a virtude ocupa o seu lugar e se constitui a plenitude do agir ético-moral. Por isso, é importante compreender como o indivíduo exerce o cuidado e como as diferentes circunstâncias interfere na dinâmica da vida. O cuidado não é um acumular de coisas ou uma prática egoísta, mas é a configuração do real poder sobre si.

Esses elementos permitem ao sujeito a elaboração de um conjunto de técnicas e ações que visem não só entender os jogos de poder, mas sobretudo, minimizar a atividade destes domínios que são impostos pela sociedade. Por fim, a descrição do cuidado é um princípio que se estabelece na filosofia não como um estudo da realidade prática, mas como um espelho que apresenta o reflexo da realidade. Neste sentido, a problematização e o novo formato de organização ético-moral do sujeito proposto por Foucault a partir do “Cuidado de si” deve ser investigado para que se entenda como as relações de verdade e poder são dispensadas na sociedade e afetam diretamente na manutenção e conservação da existência humana. Por sua vez, todos os esforços devem ser feitos para que o cuidado não seja um discurso alimentado por palavras vazias, mas que tragam em si o verdadeiro despertar do sujeito para um agir consciente e coerente.

Aquele que cuida de si é um potencial promotor do cuidado da vida não só no aspecto individual, mas na coletividade. O sujeito que cuida de si assume uma postura ativa nos diferentes campos da sociedade e encontra na sua cultura meios de elaborar a partir do cuidado um novo dinamismo na construção de um agir ético-moral. Ou seja, é a partir da mudança que se produz novas condições de experimentar e garantir o desbravar das novas possibilidades de se fazer da vida e do sujeito uma obra de arte criativa que manifeste o quanto a estética da existência é singular e plural.

## REFERÊNCIAS

### **Bibliografia primária**

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade: o cuidado de si**. Rio de Janeiro: Graal, 2009c. v. 3.

FOUCAULT, M. **A hermenêutica do sujeito**. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2011.

### **Bibliografia secundária**

FOUCAULT, M. **O dossier/ últimas entrevistas**. Org. de Carlos Henrique Escobar. Rio de Janeiro: Taurus, 1984

FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. Organização e tradução de Roberto Machado. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1979.

FOUCAULT, M. **História da Sexualidade I: A Vontade de Saber**. Rio de Janeiro: Graal, 1988, p.128.

LARROSA, J. **A libertação da liberdade**. In: PORTOCARRERO, V.; CASTELO BRANCO, G. (Org.). *Retratos de Foucault* Rio de Janeiro: Nau, 2000. p. 328-335.

ORTEGA, F. **Amizade e estética da existência em Foucault**. Rio de Janeiro: Graal, 1999.

PEZ, T. **Pequena Análise sobre o sujeito em Foucault: a construção de uma ética possível**. In Seminário em Ciências Humanas. 7. ed. Londrina: VII Seminário em Ciências Humanas. Londrina. Eduel, 2008. P.1-14. Disponível em < <http://www.uel.br/eventos/sepech/sepech08/arqtxt/resumos-anais/TiarajuDPpez.pdf> > Acesso em: 03 de mar. de 2022.

PLATÃO. *A defesa de Sócrates*. São Paulo: Abril, 1973 (Os pensadores).

REVEL, J. **Michel Foucault: Conceitos essenciais**. Trad. Maria do Rosário Gregolin, Nilton Milanez, Carlos Piovesani. São Carlos: Claraluz, 2005