

tecnologias de si, 1982¹

michel foucault

I

Quando comecei a estudar as regras, os deveres e as proibições da sexualidade, assim como as interdições e restrições associadas a ela, eu não estava apenas preocupado com as ações permitidas ou proibidas, mas com os sentimentos que estavam sendo representados, os pensamentos, os desejos experimentados, as incursões para buscar em si qualquer sentimento oculto, qualquer movimento da alma, qualquer desejo disfarçado sob formas ilusórias. Há uma diferença significativa entre a interdição da sexualidade e outras formas de interdição. Diferente de outras interdições, as sexuais estão constantemente ligadas à obrigação de dizer a verdade sobre si.

Dois fatos podem ser contrapostos: primeiro que a confissão desempenhou um importante papel nas instituições penais e religiosas, para todos os pecados, não apenas para o sexo. Contudo, a tarefa de analisar o desejo sexual de alguém é sempre mais importante do que analisar qualquer outro tipo de pecado.

Eu também estou ciente da segunda contestação: a de que o comportamento sexual, mais do que qualquer outro, foi submetido a severas regras do segredo, da decência e da modéstia, de tal modo que a sexualidade está relacionada, de um modo singular e complexo, à proibição verbal e à obrigação de dizer a verdade, de esconder aquilo que se faz e de decifrar quem se é.

A associação da proibição com o forte estímulo a falar é uma característica constante da nossa cultura. O tema da renúncia à carne estava ligado à confissão do monge ao abade, dizendo a este tudo o que aquele tinha em mente.

Eu concebi um projeto estranho: não o estudo da evolução do comportamento sexual, mas a projeção de uma história do elo entre a obrigação em dizer a verdade e as proibições sobre a sexualidade. Eu perguntei: como o sujeito tinha sido forçado a decifrar a si mesmo em relação ao que era proibido? O que está em questão é a relação entre ascetismo e verdade.

Max Weber formulou a questão: se alguém pretende comportar-se racionalmente e regular a ação de outro a partir de princípios verdadeiros, qual parte de si mesmo ele deve renunciar? Qual é o preço ascético da razão? A que tipo de ascetismo alguém deve se submeter? Eu formulei a questão oposta: como algumas formas de interdição demandaram certos tipos de conhecimento sobre si? O que alguém deve saber sobre si para que esteja disposto a renunciar a qualquer coisa?

Assim, cheguei à hermenêutica das tecnologias de si na prática pagã e no início do cristianismo. Encontrei algumas dificuldades neste estudo porque estas práticas não são tão conhecidas. Em primeiro lugar, o cristianismo sempre esteve mais preocupado com a história de suas próprias crenças do que com a história das prá-

ticas reais. Segundo, tal hermenêutica nunca foi organizada em um corpo doutrinário como a hermenêutica textual. Terceiro, a hermenêutica de si tem sido confundida com as tecnologias da alma — concupiscência, pecado, e desgraça. Quarto, uma hermenêutica de si tem sido difundida na cultura ocidental por meio de diversos canais e integrada a várias formas de atitude e experiência, o que tornou difícil isolá-la e separá-la das nossas próprias experiências espontâneas.

Contexto do estudo

Meu objetivo por mais de vinte anos tem sido esboçar uma história das diferentes maneiras com que os indivíduos desenvolvem conhecimentos sobre eles mesmos em nossa cultura: economia, biologia, psiquiatria, medicina e penologia. A questão principal não é aceitar ingenuamente esse conhecimento, mas analisar essas denominadas ciências como “jogos de verdade” muito específicos, relacionados a técnicas particulares que os seres humanos utilizam para entenderem a si próprios.

Como contexto, devemos entender que há quatro grupos principais de “tecnologias”, cada um deles uma matriz de razão prática: (1) tecnologias de produção, que permitem produzir, transformar ou manipular as coisas; (2) tecnologias dos sistemas de signos, que permitem utilizar signos, sentidos, símbolos ou significação; (3) tecnologias de poder, que determinam a conduta dos indivíduos e os submetem a certos fins ou dominação, objetivando o sujeito; (4) tecnologias de si, que permitem aos indivíduos efetuar, com seus próprios meios ou com a ajuda de outros, um certo número de operações em seus próprios corpos, almas, pensamentos, conduta e modo de ser, de modo a transformá-los com o objetivo

de alcançar um certo estado de felicidade, pureza, sabedoria, perfeição ou imortalidade.

Estes quatro tipos de tecnologia **difficilmente operam separadamente**, apesar de cada uma delas estar associada a certa forma de dominação. Cada um implica certos modos de treinamento e modificação dos indivíduos, não apenas no sentido óbvio de aquisição de certas habilidades, mas também de aquisição de certas atitudes. Gostaria de mostrar tanto sua especificidade como sua interação constante. Por exemplo, pode-se ver a relação entre a manipulação das coisas e a dominação em *O capital*, de Karl Marx, em que cada técnica de produção requer modificação na conduta individual — não apenas de habilidades, mas de atitudes.

As duas primeiras tecnologias, geralmente, são utilizadas no estudo das ciências e da lingüística. São as últimas duas, as tecnologias de dominação e de si, que mais me chamaram atenção. Eu tentei construir uma história da organização do conhecimento relativo tanto à dominação quanto a si mesmo. Por exemplo, eu estudei a loucura não em termos do critério das ciências formais, mas para demonstrar como um tipo de gerenciamento dos indivíduos, dentro e fora de asilos, tornou-se possível por esse estranho discurso. **Esse contato entre as tecnologias de dominação sobre os outros e as tecnologias de si, eu chamo de governamentalidade.**

Talvez eu tenha insistido demasiadamente na tecnologia de dominação e poder. Estou cada vez mais interessado na interação entre si e os outros, e nas tecnologias de dominação individual, a história de como um indivíduo age sobre si mesmo, na tecnologia de si.

O desenvolvimento das tecnologias de si

Pretendo esboçar o desenvolvimento da hermenêutica de si em dois contextos diferentes, historicamente contíguos: (1) a filosofia greco-romana nos primeiros dois séculos d.C. do início do império romano e (2) a espiritualidade cristã e os princípios monásticos desenvolvidos nos quarto e quinto séculos do final do Império Romano.

Ademais, eu pretendo discutir a questão não apenas teoricamente, mas em relação a um conjunto de práticas da antiguidade tardia. Essas práticas foram constituídas em grego como *epimeleisthai sautou*, “cuidar de si”, “o cuidado de si”, “preocupar-se, cuidar de si mesmo”.

O preceito “preocupar-se consigo mesmo” era, para os gregos, um dos mais importantes princípios das cidades, uma das principais regras para as condutas sociais e individuais, e para a arte da vida. Esta noção está hoje para nós obscura e enfraquecida. Quando alguém é questionado “qual é o princípio mais importante na filosofia antiga?” A resposta imediata não é “cuidar de si”, mas o princípio délfico *gnothi sauton* (“conhece-te a ti mesmo”).

Talvez a nossa tradição filosófica tenha enfatizado em demasia o último e esquecido do primeiro. O princípio délfico não era um princípio abstrato acerca da vida; era um conselho técnico, uma regra que deveria ser seguida para a consulta ao oráculo. “Conhece-te a ti mesmo” queria dizer “não se considere um deus”. Outros estudiosos sugerem que isso queria dizer “esteja ciente do que realmente pergunta quando consultar o oráculo”.

Nos textos gregos e romanos, a obrigação de conhecer a si mesmo esteve sempre associada ao outro princípio, o de cuidar de si. E foi este princípio que colocou a máxima délfica em operação. Está implícito em toda

cultura grega e romana e tem sido explícito desde *Alcibiades I*, de Platão. Nos diálogos socráticos, em Xenofonte, Hipócrates e na tradição neoplatônica de Albinus em diante, o indivíduo deveria cuidar de si. **O indivíduo deveria ocupar-se de si antes que o princípio delfico entrasse em ação.** Havia uma subordinação do segundo princípio em relação ao primeiro. Eu tenho três ou quatro exemplos disso.

Na *Apology*, 29e, de Platão, Sócrates se apresenta aos juízes como um mestre de *epimeleia heautou*. Vós estais “envergonhados de preocuparem-se em obter riqueza, reputação e honra”, ele lhes disse, mas não vos ocupais convosco, ou seja, com “sabedoria, verdade e a perfeição da alma”. Ele, por sua vez, vela pelos cidadãos assegurando-se para que se ocupem deles mesmos.

Sócrates diz três coisas importantes a respeito desse convite a outros para que se ocupem de si mesmos: (1) sua missão lhe foi conferida pelos deuses, e ele não a abandonará até seu último suspiro; (2) para essa missão, ele não exige nenhuma recompensa; ele é desinteressado; ele o faz por benevolência; (3) sua missão é útil para a cidade — mais útil do que a vitória militar de Atenas em Olímpia — porque **ao ensinar as pessoas a cuidarem de si, ele os ensina a cuidar da própria cidade.**

Oito séculos depois, encontra-se a mesma noção e a mesma frase no tratado de Gregório de Nyssa, *Sobre a Virgindade*, mas com um significado totalmente diferente. Gregório não escrevia sobre o movimento no qual um indivíduo cuida de si e da cidade, mas sobre o movimento no qual renuncia ao mundo e ao casamento, separa-se da carne e, com a virgindade do coração e do corpo, recupera a imortalidade da qual havia sido privado. Ao comentar a parábola do dracma (Lucas 15: 8-10), Gregório incita o indivíduo a acender o lampião e virar

a casa do avesso até encontrar, brilhando nas sombras, o dracma perdido. Para recuperar a eficácia que Deus conferiu à alma do indivíduo e que o corpo obscureceu, o indivíduo deve cuidar de si mesmo e investigar cada canto de sua alma (*De Virg.* 12).

Podemos ver que o asceticismo cristão, como a filosofia antiga, coloca-se sob o mesmo signo do cuidado de si. A obrigação de conhecer a si mesmo é um dos elementos centrais de sua preocupação. Entre esses dois extremos — Sócrates e Gregório — o cuidado de si não se constituiu apenas como princípio mas como uma prática constante.

Poderia citar mais dois exemplos. O primeiro texto epicurista que serviu como um manual da moral foi a *Carta a Meneceu* (Diógenes Laërtius 10.122-38). Epicuro escreve que nunca é muito cedo ou muito tarde para ocupar-se da alma. Deve-se filosofar quando se é jovem e também quando se é velho. Esta era uma tarefa que deveria ser levada ao longo de toda a vida. Ensinaamentos sobre a vida cotidiana eram organizados em torno do cuidado de si para ajudar cada membro do grupo com o trabalho mútuo da salvação.

Outro exemplo vem de um texto alexandrino, *Sobre a Vida Contemplativa*, de Philon de Alexandria. Ele descreve um obscuro e enigmático grupo na periferia da cultura helênica e hebraica chamado *Therapeutae*, marcado por sua religiosidade. Esta era uma comunidade austera, devota à leitura, à meditação terapêutica, à reza individual e coletiva e a encontros para um banquete espiritual (*agapê*, “celebração”). Essas práticas derivaram da tarefa principal, o cuidado de si (*De Vita Cont.* 36).

Este é o ponto de partida para possíveis análises do cuidado de si em culturas antigas. **Eu gostaria de analisar a relação entre cuidado e conhecimento de si, rela-**

ção encontrada nas tradições greco-romana e cristã entre o cuidado de si e do muito conhecido princípio “conhece-te a ti mesmo”. Assim como há muitas formas de cuidado, há diferentes formas de si.

Resumo

Há diversas razões do porquê o “conhece-te a ti mesmo” obscureceu o “cuida de si mesmo”. Primeiro, houve uma profunda transformação nos princípios morais na sociedade ocidental. Nós acreditamos ser difícil basear moralidade rigorosa e princípios austeros no preceito de que devemos cuidar de nós mesmos mais do que qualquer outra coisa no mundo. Estamos mais inclinados a entender o cuidado de si como imoralidade, como uma forma de escapar de todas as regras possíveis. Herdamos a tradição da moralidade cristã que faz da renúncia de si condição para a salvação. Conhecer a si mesmo era paradoxalmente o caminho para a renúncia de si.

Nós também herdamos uma tradição secular que respeita o direito externo como base para a moralidade. Como o respeito de si poderia então ser a base para a moralidade? Somos os herdeiros de uma moralidade social que busca regras para comportamentos aceitáveis em relação aos outros. Desde o século XVI, críticas à moralidade estabelecida têm sido feitas em nome da importância de reconhecer e conhecer a si mesmo. Portanto, é difícil ver o cuidado de si como compatível com moralidade. “Conhece-te a ti mesmo” obscureceu o “cuida de si mesmo” porque nossa moralidade, a moralidade do ascetismo, insiste que o si é o que deve ser rejeitado.

A segunda razão é que, em filosofia teórica que vai de Descartes a Husserl, o conhecimento de si (o sujeito pensante) assume uma importância crescente como o primeiro passo na teoria do conhecimento.

Em suma: houve uma inversão de hierarquia entre os dois princípios da antiguidade, “cuida de si mesmo” e “conhece-te a ti mesmo”. Na cultura greco-romana o conhecimento de si surgiu como consequência do cuidado de si. No mundo moderno, o conhecimento de si constitui o princípio fundamental.

II

A primeira elaboração filosófica da preocupação com o cuidado de si que eu gostaria de mencionar é encontrada em *Alcibiades I*, de Platão. A data desse escrito é incerta e talvez seja um diálogo platônico apócrifo. A minha intenção não é estudar datas, mas apontar a principal característica do cuidado de si, que está no centro do diálogo.

Os neoplatônicos no terceiro ou quarto século d.C. demonstram a relevância atribuída a esse diálogo e a importância que assumiu na tradição clássica. Eles pretendiam organizar os diálogos de Platão como pedagogia e como a matriz do conhecimento enciclopédico. Eles consideravam *Alcibiades* o primeiro diálogo de Platão, o primeiro a ser lido, a ser estudado. Chamava-se *arché*. No segundo século, Albinus afirmou que todo jovem homem dotado que quisesse se distanciar da política e praticar a virtude deveria estudar *Alcibiades*. Este fornecia o ponto de partida e um programa para toda a filosofia platônica. “Cuida de si” foi seu primeiro princípio. Eu gostaria de analisar o cuidado de si em *Alcibiades I* em relação a três aspectos.

1. Como essa questão é introduzida neste diálogo? Quais as razões que levam Alcibiades e Sócrates à noção do cuidado de si?

Alcibiades está prestes a ingressar em sua vida pública e política. Ele deseja falar ao povo e ser o todo-poderoso na cidade. Ele não está satisfeito com seu status atual, com seus privilégios de nascimento e de herança. Ele deseja adquirir poder pessoal sobre todos os outros, dentro e fora da cidade. Nesse ponto de intersecção e transformação, Sócrates intervém e declara seu amor por Alcibiades. Alcibiades já não pode ser o amado, mas deve se tornar o amante. Ele precisa tornar-se ativo no jogo político e no jogo do amor. Assim, há uma relação dialética entre o discurso político e o erótico. Alcibiades realiza sua transição de uma maneira específica tanto na política como no amor.

A ambivalência é evidente no vocabulário político e erótico de Alcibiades. Em sua adolescência, Alcibiades era desejado e tinha muitos admiradores; porém, agora que sua barba estava crescendo, seus amantes desapareceram. Antes, ele os havia rejeitado no auge de sua beleza pois queria ser dominante, não dominado. Na sua juventude, ele não queria ser dominado, mas agora deseja dominar os outros. Esse é o momento em que surge Sócrates, que é bem sucedido onde os outros falharam: ele fará Alcibiades submeter-se, mas em um outro sentido. Eles fazem um pacto — Alcibiades irá submeter-se ao seu amante, Sócrates, não no sentido físico, mas espiritual. A intersecção entre a ambição política e amor filosófico é o “cuidado de si”.

2. Nessa relação, por que Alcibiades deveria preocupar-se consigo mesmo, e por que Sócrates preocupa-se com a preocupação de Alcibiades? Sócrates indaga Alcibiades sobre sua capacidade pessoal e sobre a natureza de sua ambição. Ele saberia o significado das regras jurídicas, da justiça ou da concórdia? Alcibiades claramente não sabe coisa alguma. Sócrates o convida a comparar sua educação à dos reis da Pérsia e Esparta,

seus rivais. Os príncipes espartanos e persas têm professores de sabedoria, justiça, temperança e coragem. Em comparação, a educação de Alcibiades é como a de um escravo velho e ignorante. Ele não conhece essas coisas e, assim, não pode dedicar-se ao saber. Porém, afirma Sócrates, não é tarde demais. Para ajudá-lo a ganhar vantagem — para adquirir *technê* — Alcibiades deve se concentrar, cuidar de si mesmo. Mas Alcibiades não sabe no que deve concentrar-se. O que é esse conhecimento que busca? Ele está constrangido e confuso. Sócrates o convoca a ter coragem.

No 127d de *Alcibiades* encontramos a primeira ocorrência da frase *epimeleisthai sautou*. **O cuidado de si refere-se sempre a um estado político e erótico ativo. *Epimeleisthai* expressa algo muito mais sério do que o simples fato de prestar atenção. Envolve diversas coisas: preocupar-se com suas posses e sua saúde. É sempre uma atividade real, e não uma simples atitude.** Esta expressão é utilizada em relação à atividade de um fazendeiro cuidando de seus campos, de seu gado, de sua casa, ou em relação ao trabalho de um rei em cuidar de sua cidade e seus cidadãos. Ou, ainda, ao culto aos ancestrais ou aos deuses, ou a um termo médico que traduza o fato de cuidar. É muito significativo que o cuidado de si em *Alcibiades I* seja relacionado diretamente à pedagogia deficiente, que diz respeito à ambição política e a um momento específico da vida.

3. O restante do texto é dedicado a uma análise dessa noção de *epimeleisthai*, “preocupar-se com si mesmo”. O texto está dividido em duas questões: O que é este si que se deve cuidar, e em que consiste este cuidado?

Primeiro, o que é o si (129b)? Este é um pronome reflexivo que possui dois significados. *Auto* significa “o mesmo”, mas também conduz à noção de identidade.

Este segundo significado altera a questão “o que é o si” para “qual é o fundamento no qual poderei encontrar minha identidade?”

Alcibiades tenta encontrar o si em um movimento dialético. Quando se cuida do corpo, não se cuida de si. O si não é vestimenta, ferramenta ou posses. Ele deve ser encontrado no princípio que utiliza esses instrumentos, não um princípio do corpo, mas da alma. É necessário se preocupar com a alma — essa é a principal prática do cuidado de si. Este é o cuidado da prática e não o cuidado da alma como substância.

A segunda questão é: como devemos cuidar desse princípio da prática da alma? Em que consiste esse cuidado? É necessário saber em que consiste a alma. A alma não pode conhecer a si mesma, a não ser ao olhar para si em um elemento similar, um espelho. Assim, ela deve contemplar o elemento divino. É nesta contemplação divina que a alma poderá descobrir regras que sirvam de base para o comportamento justo e para a ação política. **O esforço da alma em se conhecer é o princípio no qual a ação política justa pode se fundar**, e Alcibiades será um bom político na medida em que contemple sua alma no elemento divino.

A discussão freqüentemente gravita em torno e é formulada nos termos do princípio delfico “conhece-te a ti mesmo”. **Cuidar de si consiste em conhecer-se a si mesmo. O conhecimento de si torna-se o objeto da busca do cuidado de si. Ocupar-se de si e as práticas políticas estão vinculados.** O diálogo se encerra quando Alcibiades compreende que deve cuidar de si por meio do exame de sua alma.

Este texto inicial elucida o pano de fundo histórico do preceito do cuidado de si e estabelece quatro problemas fundamentais que perduram ao longo da antiguidade,

apesar das soluções frequentemente apresentadas diferirem daquelas contidas em *Alcibiades*, de Platão.

Primeiro, há o problema da relação entre ocupar-se de si e a prática política. Nos últimos períodos helênico e imperial, a questão é apresentada de maneira alternativa: quando é o melhor momento para afastar-se da prática política e voltar-se aos cuidados de si?

Segundo, há o problema da relação entre ocupar-se de si e a pedagogia. Para Sócrates, o cuidado de si é o dever de um jovem, porém mais adiante no período helênico, o cuidado de si é visto como dever permanente por toda a vida.

Terceiro, há o problema da relação entre ocupar-se de si e o conhecimento de si. Platão priorizou o princípio delfico “conhece-te a ti mesmo”. A posição privilegiada do “conhece-te a ti mesmo” é uma característica de todos os platônicos. Depois, nos períodos helênico e greco-romano, essa questão sofre uma inversão. A ênfase não estava mais no conhecimento de si, mas no cuidado de si. A este último, lhe foi atribuída proeminência como uma questão filosófica.

Quarto, há o problema da relação entre ocupar-se de si e o amor filosófico, ou a relação para com o mestre.

Nos períodos helênico e imperial, a noção socrática do “cuidado de si” tornou-se um tema filosófico comum e universal. O “cuidado de si” foi aceito por Epicuro e seus seguidores, pelos cínicos, e por alguns estóicos como Sêneca, Rufus e Galen. Os pitagóricos atentaram à noção de uma vida comunitária ordenada. **O tema do cuidado de si não era um conselho abstrato, mas uma prática difundida, uma rede de obrigações e serviços para a alma.** Segundo Epicuro, os epicuristas acreditavam que nunca era tarde para ocupar-se de si. Os estóicos diziam que se deve assistir a si mesmo, “retirar-se

para dentro de si e lá permanecer”. Luciano parodiou essa noção. Esta era uma prática largamente difundida que gerou competição entre os retóricos e aqueles que se voltaram contra si, particularmente sobre a questão do papel do mestre.

Havia charlatões, certamente. Mas alguns indivíduos acreditaram. Era de entendimento comum que era bom ser reflexivo, ao menos um pouco. Plínio aconselhava um amigo a reservar alguns momentos ao dia, várias semanas ou meses, para um retiro dentro de si. Este era um lazer ativo —estudar, ler, preparar-se para o infortúnio ou a morte. Era uma meditação e uma preparação.

A escrita era também importante na cultura do cuidado de si. Uma das principais características do cuidado era tomar notas de si para que fossem relidas, escrever tratados e cartas a amigos para ajudá-los e cultivar cadernos com a finalidade de reativar para si as verdades necessárias. As cartas de Sêneca são um exemplo dessa prática de si.

Na vida política tradicional, a cultura oral era profundamente dominante e, portanto, a retórica era fundamental. Porém, o desenvolvimento de estruturas administrativas e a burocracia do período imperial aumentaram a quantidade e o papel da escrita na esfera política. Nos escritos de Platão, diálogos cedem espaço ao pseudo-diálogo literário. Mas com o advento da era helênica, a escrita prevalece e a dialética real transfere-se para a correspondência. O cuidado de si torna-se constantemente ligado à prática da escrita. O si é algo para se escrever a respeito, um tema ou objeto (sujeito) da prática da escrita. Esta não é uma característica moderna, nascida da Reforma ou do romantismo; é uma das mais antigas tradições ocidentais. A escrita já era bem esta-

belecida e profundamente enraizada quando Agostinho iniciou suas *Confissões*.

O novo cuidado de si envolvia uma nova experiência de si. A nova forma de experiência de si será vista nos séculos I e II quando a introspecção torna-se cada vez mais detalhada. Uma relação desenvolvida entre a escrita e a vigilância. Prestava-se atenção às nuances da vida, ao estado de ânimo, e da leitura, e, assim sendo, a experiência de si foi intensificada e ampliada pelo ato de escrever. Um vasto campo de experiências se abre, onde antes não existia.

É possível comparar Cícero aos posteriores Sêneca ou Marco Aurélio. Vemos, por exemplo, a preocupação meticulosa de Sêneca e Marco Aurélio com os detalhes da vida cotidiana, com o movimento do espírito, com a auto-análise. Todos os aspectos do período imperial estão presentes nas cartas de Marco Aurélio de 144-45 d.C. a Fronto:

Saudações, meu mais querido dos mestres.

Nós estamos bem. Eu dormi relativamente tarde devido ao meu leve resfriado, que agora parece ter diminuído. Assim, das 5 da manhã às 9, passei parte do tempo lendo *Agricultura*, de Cato, e a outra parte, graças aos céus, escrevendo coisas mais agradáveis do que ontem. Então, depois de rezar, eu aliviei minha garganta, não vou dizer que pelo gargarejo — apesar da palavra *gargarisso* ser encontrada, acredito eu, em Novius, dentre outros lugares — mas pela ingestão de mel com água até a goela e cuspiendo novamente. Após cuidar de minha garganta, fui até meu pai para acompanhá-lo em um sacrifício. Então, fomos ao refeitório. O que você acha que eu comi? Um pedaço de pão, apesar de ter visto outros devorando feijões, cebolas, e arenques cheios de ovas. Depois

disso, trabalhamos duro na colheita de uvas, fazendo um bom exercício, estávamos felizes e, como diria o poeta “ainda deixando alguns cachos pendurados como sobras da colheita”. Depois das 6 voltamos para casa.

Fiz algum trabalho, mas sem propósito algum. Depois, tive uma demorada conversa com minha mãe, sentada na cama. Minha conversa foi assim: “o que você acha que meu Fronto está fazendo agora?” Então ela: “e o que você acha que minha Gratia está fazendo? Então eu: “e o que você acha que o nosso passarinho, nossa pequena Gratia, está fazendo?” Enquanto falávamos dessa forma e disputávamos quem de nós amava mais o outro, o sino tocou, uma intimação de que meu pai havia ido para o seu banho. Então, jantamos depois de tomarmos banho na sala de extração de óleo; não quero dizer tomar banho dentro da sala de extração de óleo, mas quando tomamos banho, jantamos lá, e desfrutamos do som dos pica-paus brincando uns com os outros. Depois de voltar, antes de me virar e cair no sono, faço minha lição e dou a meu querido mestre um relatório das atividades do dia; e se eu pudesse sentir mais saudade, eu não hesitaria em enfraquecer um pouco mais. Adeus, meu Fronto, onde quer que esteja, meu querido, meu amor, meu deleite. Como estão as coisas entre nós? Eu o amo e você está longe.

Esta carta apresenta uma descrição da vida cotidiana. Todos os detalhes do cuidado de si estão presentes, todas as coisas sem importância que ele fez. Cícero conta apenas coisas importantes, mas na carta de Marco Aurélio esses detalhes são importantes, pois eles são o próprio indivíduo — o que ele pensou, o que ele sentiu.

A relação entre o corpo e a alma é também interessante. Para os estóicos, o corpo não era tão importante, mas Marco Aurélio fala por si, de sua saúde, do que comeu, de sua dor de garganta. Isso é muito característico da ambigüidade sobre o corpo e este cultivo de si. Teoricamente, a cultura é orientada pela alma, mas todas as preocupações com o corpo assumem uma grande importância. Em Plínio e Sêneca, há grande hipochondria. Eles se recolhem a uma casa no campo. Eles desenvolvem atividades intelectuais, mas também atividades rurais. Eles comem e participam de atividades dos camponeses. A importância do retiro rural contida nessa carta é a de que a natureza ajuda o indivíduo a colocá-lo em contato consigo.

Há também uma relação amorosa entre Aurélio e Fronto, relação entre um homem de 24 anos e outro de 40. *Ars erotica* é um tema de discussão. O amor homossexual era importante nesse período e estendeu-se ao monasticismo cristão.

Finalmente, nas últimas linhas, há uma alusão ao exame de consciência no final do dia. Aurélio vai dormir e olha em seu caderno para ver o que irá fazer e em que medida correspondia ao que havia feito. A carta é uma transcrição desse exame de consciência. Valoriza aquilo que foi feito, não o que foi pensado. Esta é a diferença entre a prática nos períodos helênico e imperial e a posterior prática monástica. Em Sêneca, também, há apenas ações intencionais, não pensamentos. Há, de fato, uma antecipação da confissão cristã.

Esse gênero de cartas revela uma face distinta da filosofia da época. O exame de consciência se inicia com a escrita dessa carta. A escrita de diários surge, posteriormente, na era cristã e concentra-se na noção de combate da alma.

III

Em minha discussão de Alcibiades, de Platão, destaquei três temas principais: primeiro, a relação entre o cuidado de si e o cuidado com a vida política; segundo, a relação entre o cuidado de si e a educação deficiente; e terceiro, a relação entre o cuidado de si e o conhecimento de si. Embora tenhamos visto em *Alcibiades* a estreita relação entre “cuidar de si mesmo” e “conhecer a si mesmo”, o cuidado de si foi eventualmente absorvido pelo conhecimento de si.

Podemos ver esses três temas em Platão, também no período helênico, e quatro ou cinco séculos depois em Sêneca, Plutarco, Epíteto e outros. Se os problemas são os mesmos, as soluções e temas são diferentes e, em alguns casos, opostos ao significado platônico.

Primeiro, preocupar-se com si mesmo nos períodos helênico e romano não é exclusivamente uma preparação para a vida política. O cuidado de si tornou-se um princípio universal. Deve-se deixar a política para melhor cuidar-se de si.

Segundo, o cuidado de si não é apenas obrigatório aos jovens preocupados com sua educação; é um modo de vida para todos ao longo de suas vidas.

Terceiro, mesmo que o auto-conhecimento desempenhe um papel importante no cuidado de si, este envolve também outras relações.

Gostaria de discutir brevemente os primeiros dois pontos: a universalidade do cuidado de si independente da vida política, e o cuidado de si ao longo da vida.

1. O modelo pedagógico de Platão foi substituído por um modelo médico. O cuidado de si não é um outro tipo

de pedagogia; este deve se tornar um cuidado médico permanente. O cuidado médico permanente é uma das principais características do cuidado de si. O indivíduo deve se tornar o médico de si.

2. Já que devemos nos cuidar ao longo da vida, o objetivo não é mais preparar-se para a vida adulta, ou para uma outra vida, mas preparar-se para uma realização plena da vida. Esta realização só está completa no momento imediatamente anterior à morte. Essa noção de uma alegre aproximação da morte — da velhice como plenitude — é uma inversão dos valores tradicionais gregos de juventude.

3. Por último, há as diversas práticas que surgiram a partir do cuidado de si e a relação do auto-conhecimento com estas práticas.

Em *Alcibiades I*, a alma tinha uma relação espelhada com ela mesma, que se refere ao conceito de memória e justifica o diálogo como um método para descobrir a verdade na alma. Porém, do tempo de Platão à era helênica, a relação entre o cuidado de si e o conhecimento de si se alterou. Podemos notar duas perspectivas.

Nos movimentos filosóficos do estoicismo no período imperial há uma concepção diferente de verdade e memória, e um outro método de exame de si. Primeiro, vemos o desaparecimento do diálogo e a importância crescente de uma nova relação pedagógica — um novo jogo pedagógico em que o mestre/professor fala e não faz perguntas e o discípulo não responde, mas ouve e fica em silêncio. A cultura do silêncio torna-se cada vez mais importante. Na cultura pitagórica, discípulos ficavam em silêncio por cinco anos devido a uma regra pedagógica. Eles não faziam perguntas ou falavam durante as lições, mas desenvolveram a arte da escuta. Essa

era a condição indispensável para conquistar a verdade. Nesta tradição instaurada no período imperial, vemos o início da cultura do silêncio e da arte da escuta, ocupar o lugar do cultivo do diálogo, como em Platão.

Para aprender a arte da escuta, devemos ler o tratado de Plutarco sobre a arte de escutar a conferências (*Peri tou akouein*). No início do tratado, Plutarco afirma que, após o período escolar, devemos aprender a ouvir o *logos* ao longo de nossa vida adulta. A arte da escuta é crucial para distinguir a verdade da dissimulação e a verdade retórica da mentira no discurso dos retóricos.

O ato de ouvir está ligado ao fato do discípulo não estar sob o controle dos mestres, mas ele deve ouvir o *logos*. Ele deve ficar em silêncio durante uma conferência e pensar sobre ela depois. Essa é a arte da escuta da voz do mestre e da voz da razão dentro de si.

O conselho pode parecer banal, mas penso ser importante. Em seu tratado *Sobre a Vida Contemplativa*, Philon de Alexandria descreve banquetes do silêncio e não banquetes devassos, com vinho, rapazes, bacanal e diálogo. Há, em vez disso, um professor que apresenta um monólogo sobre a interpretação da bíblia e uma indicação precisa sobre como as pessoas devem escutar (*De Vita Cont.* 77). Por exemplo, eles devem assumir sempre a mesma postura ao escutar. A morfologia dessa noção é um tema interessante no monasticismo e, posteriormente, na pedagogia.

Em Platão, os temas da contemplação de si e cuidado de si estão relacionados dialeticamente por meio do diálogo. No período imperial temos os temas, de um lado, da obrigação de escutar a verdade e, de outro, da obrigação de olhar e escutar a si mesmo pela verdade interior. A diferença entre as duas eras é um dos grandes sinais do desaparecimento da estrutura dialética.

O que era o exame de consciência nesta cultura, e como alguém olha para si mesmo? Para os pitagóricos, o exame de consciência estava relacionado à purificação. Assim como dormir estava relacionado à morte como uma forma de encontro com os deuses, era preciso se purificar antes de dormir. A lembrança dos mortos era um exercício para a memória. Mas no período helênico e no início do período imperial, pode-se observar esta prática adquirindo novos valores e significação. Há diversos textos relevantes: *De Ira* e *De Tranquilidade*, de Sêneca, e o início do quarto livro de Marco Aurélio, *Pensamentos*.

De Ira (livro 3) de Sêneca, contém alguns traços da tradição antiga. Ele descreve um exame de consciência, recomendado pelos epicuristas, cuja prática teve origem na tradição pitagórica. O objetivo era a purificação da consciência utilizando um instrumento mnemônico. Faça o bem, faça um bom exame de si, e terá um bom sono seguido de bons sonhos, que é o contato com os deuses.

Sêneca utiliza uma linguagem jurídica e tudo indica que o si é ao mesmo tempo o juiz e o acusado. Sêneca é o juiz, que processa o si, tornando o exame uma forma de julgamento. Mas ao olhar de perto, este se difere de um tribunal. Sêneca utiliza termos relacionados à prática administrativa, não jurídica, como quando um contador olha os livros ou quando um mestre de obras examina um edifício. O auto-exame está sendo avaliado. Falhas são simplesmente boas intenções que não se realizaram. A regra é um meio para se fazer algo corretamente, sem julgar aquilo que ocorreu no passado. Posteriormente, a confissão cristã buscará as más intenções.

A visão administrativa de sua vida, muito mais que o modelo jurídico, é o que importa. Sêneca não é um juiz incumbido de punir, mas um administrador que avalia situações. Ele é um administrador permanente de si mesmo, não um juiz de seu passado. Ele vê que tudo foi feito corretamente de acordo com as regras, mas não com a lei. Não são suas falhas reais, mas a sua falta de sucesso que o reaproxima de si. Seus erros são de caráter estratégico, não moral. Ele deseja realizar um ajuste entre aquilo que gostaria de ter feito e aquilo que fez, reativar as normas de conduta, não escavar sua culpa. Na confissão cristã, o penitente é obrigado a memorizar as leis, mas o faz com o objetivo de descobrir seus pecados.

Para Sêneca, esta não é uma questão de descobrir a verdade sobre um assunto, mas de se lembrar da verdade, de recuperar uma verdade que havia sido esquecida. Segundo, o sujeito não se esquece de si, de sua natureza, de sua origem, ou de sua afinidade sobrenatural, mas das normas de conduta, do que ele deveria ter feito. Terceiro, a recapitulação dos erros cometidos no dia é a medida da diferença entre aquilo que foi feito e aquilo que deveria ter sido feito. Quarto, o sujeito não é a base de operação para o processo de decifração, mas é o ponto onde as normas de conduta se aglutinam na memória. O sujeito constitui a intersecção entre as ações que devem ser reguladas e regras para aquilo que deve ser feito. Isso é muito diferente da concepção platônica e cristã de consciência.

Os estoícos espiritualizaram a noção de *anachoresis*, a retirada de um exército, o esconder de um escravo fugido de seu mestre, ou a retirada em direção ao campo, longe das cidades, como na retirada de Marco Aurélio. Uma retirada para o campo torna-se um retiro espiritual para dentro de si. Esta é uma atitude genérica e

ao mesmo tempo uma ação diária precisa; um indivíduo retira-se para dentro de si para descobrir — mas não para descobrir falhas ou sentimentos profundos, apenas para lembrar regras de ação, as principais leis do comportamento. É uma fórmula mnemotécnica.

IV

Eu falei de três técnicas estoicas de si: cartas a amigos e a revelação de si; exame de si e da consciência, incluindo uma revisão do que foi feito, daquilo que deveria ter sido feito, e uma comparação entre as duas. Agora, eu gostaria de tratar da terceira técnica estoica, askêsis, não uma revelação do si secreto, mas uma lembrança.

Para Platão, o indivíduo deve descobrir a verdade que se encontra dentro dele. Para os estoicos, a verdade não está dentro do indivíduo, mas no *logoi*, os ensinamentos dos professores. O indivíduo memoriza aquilo que ouviu, convertendo as afirmações que ouve em normas de conduta. A subjetivação da verdade é o objetivo dessas técnicas. Durante o período imperial, o indivíduo não podia assimilar princípios éticos sem um quadro teórico como a ciência, como, por exemplo, em *De Rerum Naturae*, de Lucrécio. Há questões estruturais subjacentes à prática do exame de si toda noite. Eu gostaria de sublinhar o fato de que no estoicismo não é a decifração de si, nem os meios de revelar um segredo, que importam; é a memória daquilo que fez e daquilo que teve que fazer.

Na cristandade, asceticismo sempre se refere a certa renúncia de si e da realidade, pois na maior parte do tempo o si é parte de uma realidade da qual se deve renunciar para obter acesso a um outro nível de reali-

dade. Esse movimento para alcançar a renúncia de si é o que distingue o asceticismo cristão.

Na tradição filosófica dominada pelo estoicismo, *askêsis* significa, não a renúncia, mas a progressiva consideração de si, ou o domínio de si, obtido não por meio da renúncia da realidade, mas pela aquisição e assimilação da verdade. Esta tem como seu objetivo final, não a preparação para outra realidade, mas o acesso à realidade desse mundo. A palavra grega para designar isso é *paraskeuazô* (“preparar-se”). A *askêsis* é um conjunto de práticas pela qual o indivíduo pode adquirir, assimilar e transformar a verdade em um permanente princípio de ação. *Aletheia* torna-se *ethos*. Este é um processo de tornar-se mais subjetivo.

Quais são as principais características da *askêsis*? Elas incluem exercícios nos quais o sujeito se coloca em uma situação na qual ele pode verificar se pode confrontar os acontecimentos e utilizar os discursos com os quais está munido. Esse é um caso de testar a preparação. Essa verdade está assimilada o bastante para se tornar ética, para que possamos nos comportar como se deve quando um acontecimento se apresenta?

Os gregos caracterizavam os dois pólos desse exercício pelos termos *meletê* e *gymnasia*. *Meletê* significa “meditação”, de acordo com a tradução do latim, *meditatio*. Ela tem a mesma raiz de *epimeleisthai*. É um termo relativamente vago, um termo técnico emprestado da retórica. *Meletê* é o trabalho realizado com o objetivo de preparar um discurso ou uma improvisação, refletindo sobre termos e argumentos úteis. Foi necessário antecipar a situação real por meio do diálogo no pensamento. A meditação filosófica é um tipo de meditação que é composta pela memorização de respostas e reativação dessas memórias, colocando o indivíduo em uma situa-

ção em que ele imagine como reagiria. O indivíduo julga as razões que deveria utilizar em um exercício imaginário (“Vamos supor...”) com a intenção de testar uma ação ou acontecimento (por exemplo, “Como eu reagiria?”). Imaginar a articulação de possíveis acontecimentos para testar sua reação — isso é meditação.

O mais famoso exercício de meditação é o *premeditatio mallorum*, praticado pelos estoicos. É uma experiência ética, imaginária. Sua aparência é uma certa visão sombria e pessimista do futuro. Esta pode ser comparada ao que Husserl afirma em relação à redução eidética.

Os estoicos desenvolveram três reduções eidéticas da adversidade futura. Primeiro, não é uma questão de imaginar o futuro provável, mas de imaginar o pior cenário possível, mesmo que haja poucas chances de se confirmar — o pior como certeza, como atualização do que pode acontecer, não como um cálculo de probabilidade. Segundo, o indivíduo não deve vislumbrar as coisas em sua potencialidade de acontecimento em um futuro distante, mas como algo que já está em curso de se realizar. Por exemplo, não imaginar que um indivíduo pode ser exilado, mas imaginar que este já está exilado, sujeito à tortura e que está morrendo. Terceiro, o objetivo não é experimentar um sofrimento mudo, mas se convencer de que esses males não são reais. A redução de tudo que é possível, de todas as durações e infortúnios, não revela algo negativo, mas aquilo que devemos aceitar. Consiste em ter simultaneamente o acontecimento futuro e presente. Os epicuristas eram hostis a tal idéia, pois a consideravam inútil. Eles acreditavam que era melhor lembrar e memorizar prazeres passados com o objetivo de obter prazer de acontecimentos presentes.

No lado oposto está *gymnasia* (“treinamento”). Se, por um lado, *meditatio* é uma experiência imaginária que treina o pensamento, *gymnasia* é o treinamento em uma situação real, mesmo que induzido artificialmente. Há uma longa tradição por trás disso: abstinência sexual, privação física e outros rituais de purificação.

Estas práticas de abstinência têm outros significados além da purificação ou o testemunho de forças demoníacas, como em Pitágoras e Sócrates. Na cultura estoica, sua função é estabelecer e testar a independência do indivíduo em relação ao mundo exterior. Por exemplo, em *De Genio Socratis*, de Plutarco, o indivíduo se entrega a práticas esportivas intensas. Ou, ainda, submete-se à tentação colocando-se diante de apetitosos pratos para, então, os recusar. O indivíduo, em seguida, chama seus escravos, dá-lhes os pratos e come a refeição que havia sido preparada para eles. Outro exemplo é a décima oitava carta de Sêneca a Lucílio, na qual este se prepara para um grande banquete por meio de atos de mortificação da carne para convencer a si mesmo de que a pobreza não é um mal e de que ele pode resistir a ela.

Entre esses extremos de treinar no pensamento e treinar na realidade, *meletê* e *gymnasia*, há uma série de possibilidades intermediárias. Epíteto nos fornece o melhor exemplo do meio termo. Ele pretende cuidar eternamente das representações, técnica que encontra seu ápice em Freud. Há duas importantes metáforas de seu ponto de vista: o vigia noturno, que não permite a entrada na cidade de ninguém que não se identifique (devemos ser “vigias” sobre o fluxo do pensamento); e o cambista, que verifica a autenticidade do dinheiro, examina, pesa e averigua. Nós devemos ser cambistas de nossas próprias representações de pensamento, testan-

do-os atentamente, certificando-os, seu metal, seu peso, sua figura.

A mesma metáfora do cambista é encontrada nos estoícos e na literatura cristã antiga, porém com diferentes significados. Quando Epíteto afirma que alguém deve ser um cambista, ele quer dizer que assim que uma idéia vir à mente, este deve pensar nas regras que devem ser utilizadas para avaliá-la. Para João Cassiano, ser um cambista e analisar seus pensamentos possuem significados totalmente diferentes: o indivíduo deve tentar descobrir se, na raiz do movimento que lhe trás as representações, há ou não luxúria e desejo — se seu pensamento inocente possui origens malignas, se há algo intensamente sedutor que está subjacente, talvez encoberto, a moeda de seu pensamento.

Há dois grupos de exercícios em Epíteto: o sofisticado e o ético. O primeiro, são exercícios trazidos da escola: jogos de pergunta e resposta. Este deve ser um jogo ético, ou seja, deve ensinar uma lição moral. O segundo, são exercícios ambulantes. O indivíduo sai para passear e testa suas reações a esse passeio. O propósito de ambos os exercícios é o controle das representações, não a descoberta da verdade. São lembretes sobre a obediência às regras diante da adversidade. Os testes de Epíteto e Cassiano descrevem detalhadamente uma máquina pré-freudiana de censura. Para Epíteto, o controle das representações não significa a descoberta, mas a recordação de princípios de ação e, portanto, a verificação, por meio do auto-exame, da capacidade dos indivíduos em governarem suas próprias vidas. É uma forma de auto-exame permanente. O indivíduo deve ser seu próprio censor. A meditação sobre a morte é o ápice de todos esses exercícios.

Além das cartas, do exame, e da *askêsis*, nós devemos evocar uma quarta técnica do exame de si: a interpretação dos sonhos. Esta técnica teria um destino importante no século XIX, mas ocupou uma posição relativamente marginal na antiguidade. Os filósofos possuíam uma atitude ambivalente diante da interpretação dos sonhos. A maioria dos estóicos era crítica e cética a respeito de tal interpretação. Mas ainda há sua prática popular e generalizada. Houve especialistas capazes de interpretar os sonhos, incluindo Pitágoras e alguns estóicos, além de alguns especialistas que escreveram livros para ensinar as pessoas a interpretar seus próprios sonhos. Havia uma enorme quantidade de escritos sobre como fazê-lo, mas o único manual sobre os sonhos que permaneceu foi *A interpretação dos sonhos*, de Artemidoro (segundo século d.C.). A interpretação dos sonhos era importante, pois na antiguidade o significado dos sonhos era um presságio dos acontecimentos futuros.

Eu citaria outros dois documentos sobre a importância da interpretação dos sonhos para a vida cotidiana. O primeiro é de Synesius de Cyrene, no quarto século d.C., que era um homem muito conhecido e dedicado. Apesar de não ser cristão, pediu para tornar-se bispo. Seus comentários sobre os sonhos são interessantes, ainda que a adivinhação pública fosse proibida para que o imperador fosse poupado de más notícias. Portanto, o indivíduo deveria interpretar seus próprios sonhos; deveria ser um intérprete de si. Para isso, ele deveria lembrar-se não apenas de seus sonhos, mas dos acontecimentos anteriores e posteriores. Ele deveria registrar os acontecimentos diariamente, tanto da vida diurna, quanto da vida noturna.

Os *Discursos Sagrados*, de Aelius Aristides, escritos no segundo século, registra seus sonhos e explica como

ele os interpreta. Acreditava que na interpretação dos sonhos nós recebíamos conselhos dos deuses sobre remédios para as doenças. Com esse trabalho, nós estamos na encruzilhada de dois tipos de discurso. A matriz dos *Discursos Sagrados* não é a escrita das atividades diárias de um indivíduo, mas a dedicação ritualística de preces aos deuses que o curaram.

V

Eu pretendo examinar a estrutura de uma das principais técnicas de si no início do cristianismo e em que esta consistia como jogo de verdade. Para isso, necessito analisar a transição da cultura pagã para a cristã, na qual é possível observar continuidades e discontinuidades precisas e bem definidas.

O cristianismo pertence ao campo das religiões de salvação. É uma dessas religiões que tem como objetivo conduzir o indivíduo de uma realidade à outra, da morte à vida, do tempo à eternidade. Para alcançar isso, o cristianismo impôs um conjunto de condições e regras de comportamento para certa transformação de si.

O cristianismo não é apenas uma religião da salvação, é uma religião confessional. Ela impõe severas obrigações de verdade, dogma e cânone, mais do que o fazem as religiões pagãs. Obrigações de verdade em acreditar nisto ou naquilo foram, e ainda são, muito numerosas. O dever de aceitar um conjunto de obrigações, de assumir certos livros como verdades absolutas, de aceitar decisões autoritárias em matéria de verdade, de não apenas acreditar em algo, mas demonstrar o credo, e de aceitar a autoridade institucional, são todas características do cristianismo.

O cristianismo exige outra forma de obrigação para com a verdade, diferente da fé. Cada indivíduo tem o dever de saber quem ele é, ou seja, de tentar descobrir o que acontece em seu interior, de assumir seus defeitos, reconhecer as tentações, localizar os desejos, e todos são obrigados a revelar esses segredos, seja a Deus ou a outros membros da comunidade; e, portanto, de prestar testemunho, público ou privado, contra si mesmo. As obrigações de verdade da fé e o si estão ligados um ao outro. Esse vínculo permite uma purificação da alma que seria impossível sem o conhecimento de si.

As coisas são diferentes nas tradições católica e protestante, mas as principais características de ambas são um conjunto de obrigações de verdade em relação à fé, aos livros, ao dogma, e um outro em relação à verdade, ao coração e à alma. O acesso à verdade não pode ser concebido sem a pureza da alma. Esta é a consequência do conhecimento de si e uma condição para entender o texto; Agostinho diz: *Quis facit veritatem* (fazer a verdade dentro de si, obter acesso à luz).

Eu gostaria de analisar as maneiras pelas quais a igreja, em seu intuito de obter acesso à luz, concebeu a iluminação como revelação de si. O sacramento da penitência e a confissão dos pecados são inovações consideravelmente tardias. Os cristãos dos primeiros séculos possuíam maneiras diferentes de descobrir e decifrar a verdade sobre eles mesmos. Uma das duas principais formas dessas revelações pode ser caracterizada pela palavra *exomologêsis*, ou “reconhecimento do fato”. Mesmo os padres latinos utilizavam essa expressão em grego sem tradução precisa. Para os cristãos, isso significava reconhecer publicamente a verdade de sua fé ou reconhecer publicamente que eles eram cristãos.

A palavra possuía ainda um significado de penitência. Quando um pecador busca a penitência, ele deve solicitá-la ao bispo. No início do cristianismo, a penitência não era um ato ou um ritual, mas um status imposto sobre um indivíduo que houvesse cometido graves pecados.

Exomologêsis era um ritual de reconhecimento de um indivíduo como pecador e penitente, o qual possui diversas características. Primeiro, o indivíduo era penitente por um período de três a dez anos, e essa condição o afetaria para o resto de sua vida. Havia a prática do jejum e também regras sobre vestimenta e proibições sobre o sexo. O indivíduo era marcado de tal forma que ele não podia viver da mesma forma que outros. Mesmo após sua reconciliação, ele era sujeito a diversas proibições. Por exemplo, ele não poderia se casar nem tornar-se padre.

Nesta condição encontra-se a obrigação da *exomologêsis*. O pecador busca sua penitência. Vai ao bispo e pede que lhe imponha o status de penitente. Ele precisa explicar porque quer esse status e quais são os seus erros. Isso não é uma confissão, mas uma condição do status. Mais tarde, no período medieval, *exomologêsis* passou a ser um ritual que ocorria no término do período de penitência, imediatamente anterior à reconciliação. Essa cerimônia colocou o pecador entre os outros cristãos. Sobre essa cerimônia de reconciliação, Tertuliano afirma que, maltrapilho, vestindo uma camisa feita de pêlos e coberta de cinzas, o pecador ergue-se humildemente diante da igreja. Depois, ele atira-se ao chão e beija os joelhos de seus irmãos (*On repentance* 9-12). *Exomologêsis* não é um comportamento verbal, mas o reconhecimento dramático do status de penitente de um indivíduo. Muito tempo depois, em *Epístolas*, Jerônimo descreve a penitência de Fabiola, uma senho-

ra romana. Durante esses dias, Fabiola estava no mesmo nível dos penitentes. Pessoas se lamentavam junto a ela, adicionando dramaticidade à sua punição pública.

O reconhecimento também designa todo o processo que o penitente experimenta nesse status ao longo dos anos. Ele é o elemento agregador de comportamentos penitenciais manifestos, de autopunição, bem como da revelação de si. Os atos pelo qual o indivíduo pune a si mesmo são indistinguíveis daqueles em que ele revela a si mesmo. A autopunição e a expressão voluntária de si estão coladas. Esse vínculo é evidente em diversos escritos. Cipriano, por exemplo, versa sobre exibições da vergonha e da modéstia. A penitência não é nominal, mas dramática.

Comprovar o sofrimento, demonstrar vergonha, humildade e modéstia — essas são as principais características da punição. A penitência no início do cristianismo é um modo de vida que transparece a todo momento a obrigação da revelação de si. Ela deve ser representada visivelmente e acompanhada por outros que reconhecem o ritual. Essa condição permaneceu até os séculos XV e XVI.

Tertuliano utiliza o termo *publicatio sui* para caracterizar *exomologêsis*. *Publicatio sui* refere-se ao auto-exame diário de Sêneca, que era, entretanto, totalmente privado. Para Sêneca, *exomologêsis* ou *publicatio sui* não implicam uma análise verbal de fatos e pensamentos; é apenas uma expressão somática e simbólica. Aquilo que era privado para os estoícos, era público para os cristãos.

Quais eram suas funções? Primeiro, era uma forma de livrar-se dos pecados e recuperar a pureza adquirida no batismo. Segundo, tinha também o intuito de mos-

trar o pecador como ele é. Este é o paradoxo no coração da *exomologêsis*; ela livra dos pecados e revela o pecador. A principal parte do ato de penitência não era dizer a verdade sobre o pecado, mas revelar a verdadeira essência pecadora contida no pecador. Não era uma maneira do pecador explicar seus pecados, mas sim uma forma de apresentá-lo como pecador.

Por que essa exposição deveria apagar os pecados? A exposição é o coração da *exomologêsis*. No cristianismo dos primeiros séculos, autores cristãos haviam recorrido a três modelos para explicar a relação paradoxal entre livrar-se dos pecados e revelar-se.

O primeiro é o modelo médico: o indivíduo deve revelar suas feridas para que possa se curar. Outro modelo, menos freqüente, era o julgamento a partir do modelo do tribunal. O indivíduo sempre cede ao juiz confessando seus erros. O pecador age como o advogado do diabo, tal como faria o diabo no Juízo Final.

O modelo mais importante utilizado para explicar *exomologêsis* foi o modelo da morte, da tortura, do martírio. As teorias e práticas sobre a penitência foram elaboradas em torno do problema do homem que prefere morrer a comprometer ou abandonar sua fé. A forma pela qual o mártir encara a morte é o modelo para o penitente. Para o decaído ser reintegrado à igreja, ele precisa se expor voluntariamente a um martírio ritual. A penitência é o resultado da mudança, da ruptura consigo, do passado, do mundo. É uma forma de demonstrar que se é capaz de renunciar à vida e a si mesmo, para demonstrar que se é capaz de encarar e aceitar a morte. A penitência de um pecado não tem como alvo o estabelecimento de uma identidade, mas serve para marcar a recusa de si, a ruptura consigo mesmo: *ego non sum, ego*. Essa fórmula está no coração do *publicatio sui*.

Representa uma ruptura do indivíduo com a sua identidade passada. Estes gestos ostensivos têm a função de revelar a verdade sobre o estado de ser do pecador. A revelação de si é ao mesmo tempo a autodestruição.

A diferença entre as tradições estoica e cristã é que na tradição estoica o exame de si, o julgamento e a disciplina mostram o caminho para o conhecimento de si por meio da sobreposição da verdade sobre si através da memória, ou seja, por meio da memorização das regras. Na *exomologêsis*, o penitente sobrepõe a verdade sobre si por meio da ruptura violenta e da dissociação. É importante enfatizar que essa *exomologêsis* não é verbal. É simbólica, ritual e teatral.

VI

Durante o quarto século encontramos uma tecnologia muito diferente para a revelação de si, *exagoreusis*, muito menos famosa do que a *exomologêsis*, porém mais importante. Esta é remanescente de exercícios verbais em relação ao professor/mestre das escolas filosóficas pagãs. Nós podemos observar a transferência de diversas tecnologias estoicas de si para técnicas espirituais cristãs.

Pelo menos um exemplo do exame de si, proposto por João Crisóstomo, era exatamente a mesma forma e a mesma característica administrativa que a descrita por Sêneca em *De ira*. De manhã, devemos contabilizar nossos gastos e, à noite, devemos nos interrogar acerca da prestação de contas sobre nossa conduta, a fim de determinar o que nos é vantajoso e o que nos é prejudicial, com rezas em vez de palavras indiscretas. Este é exatamente o exame de si como concebido por Sêneca. É também importante notar que esse exame de si é raro na literatura cristã.

A prática elaborada e bem desenvolvida do exame de si no cristianismo monástico é diferente do exame de si de Sêneca, e muito diferente de Crisóstomo e da *exomologêsis*. Essa nova prática deve ser entendida a partir do ponto de vista de dois princípios da espiritualidade cristã: o da obediência e o da contemplação.

Em Sêneca, a relação do discípulo com o mestre era importante, porém instrumental e profissional. Esta era fundada na capacidade do mestre em conduzir o discípulo a uma vida feliz e autônoma, por meio de bons conselhos. A relação se encerraria quando o discípulo alcançasse essa vida.

Devido a uma extensa série de razões, a obediência possui características muito diferentes na vida monástica. Esta difere da relação greco-romana diante do mestre no sentido em que a obediência não é baseada apenas na necessidade de aprimoramento de si, mas deve contemplar todos os aspectos da vida monástica. Não há qualquer elemento na vida de um monge que escape a essa relação total e permanente de obediência ao mestre. Cassiano repete um antigo princípio da tradição oriental: “tudo aquilo que um monge faz sem a permissão de seu mestre constitui um roubo”. Neste caso, obediência é o total controle do comportamento pelo mestre, não um estado autônomo definitivo. Este é um sacrifício de si, um sacrifício da vontade do sujeito. Esta é a nova tecnologia de si.

O monge precisa da permissão de seu diretor para tudo, até mesmo para morrer. Tudo aquilo que faz sem permissão é furto. Não há um movimento sequer no qual o monge é autônomo. Mesmo quando se torna diretor, ele deve preservar o espírito da obediência. Ele deve preservá-lo como um sacrifício permanente do controle

total do comportamento pelo mestre. O si deve constituir-se como tal por meio da obediência.

A segunda característica da vida monástica é que a contemplação é considerada o bem supremo. É obrigação do monge orientar seus pensamentos continuamente para o ponto que é Deus e de se assegurar de que seu coração é puro o bastante para que possa ver Deus. O objetivo é a contemplação permanente de Deus.

A tecnologia de si, desenvolvida a partir da obediência e contemplação nos monastérios, apresenta algumas características peculiares. Cassiano apresenta uma exposição razoavelmente clara dessa tecnologia de si, um princípio do exame de si que ele emprestou das tradições monásticas síria e egípcia.

Essa tecnologia de origem oriental do exame de si, dominada pela obediência e pela contemplação, preocupa-se muito mais com o pensamento do que com a ação. Sêneca havia colocado ênfase na ação. Com Cassiano, o objeto não são as ações passadas do dia, mas os pensamentos presentes. Já que o monge deve voltar seu pensamento continuamente a Deus, ele deve explorar minuciosamente o curso desse pensamento. Esta exploração, portanto, tem como objeto a discriminação permanente entre os pensamentos que conduzem e aqueles que não conduzem a Deus. Essa preocupação contínua com o presente é diferente da memorização, de Sêneca, dos fatos e suas correspondências com as regras. Os gregos referem-se a esta situação com a palavra pejorativa: *logismoi* (“cogitações, raciocínio, pensamento calculista”).

Há uma etimologia de *logismoi* em Cassiano, mas eu não sei se é válida: *co-agitationes*. O espírito é *plukinetos* “movendo-se perpetuamente” (*Primeira conferência de Abade Serenus* 4). Para Cassiano, a mobilidade perpétua

do espírito é sua fraqueza. Distrai o indivíduo de sua contemplação de Deus (*Primeira conferência de Abade Nesterus* 13).

A exploração da consciência consiste em tentar imobilizá-la, em eliminar os movimentos do espírito que desviam o indivíduo de Deus. Isso significa que devemos examinar cada pensamento que se apresenta à consciência para verificar a relação entre ação e pensamento, verdade e realidade, para ver se há algo nesse pensamento que irá mover nosso espírito, provocar nosso desejo, desviar nosso espírito de Deus. A exploração é baseada na idéia de uma concupiscência secreta.

Há três tipos principais de exame de si: primeiro, o exame de si em relação a pensamentos em correspondência com a realidade (Descartes); segundo, o exame de si em relação à forma pela qual nosso pensamento relaciona-se com regras (Sêneca); terceiro, o exame de si com respeito à relação entre pensamentos ocultos e uma impureza interna. Neste momento inicia-se a hermenêutica cristã de si, com sua decodificação dos pensamentos interiores. Isto implica que há algo escondido dentro de nós e que estamos sempre em uma auto-ilusão que oculta os segredos.

Cassiano diz que para realizar essa busca devemos cuidar de nós mesmos e atestarmos nosso pensamento diretamente. Para isso, apresenta três analogias. Primeiro, a analogia do moinho (*Primeira Conferência do Abade Moisés* 18). Pensamentos são como grãos, e a consciência é o celeiro. O nosso papel, assim como o do moleiro, é de separar os grãos ruins daqueles que podem ser utilizados na produção de boa farinha e bons pães para nossa salvação.

A segunda é a militar (*Primeira Conferência do Abade Serenus* 5). Cassiano estabelece uma analogia com o

oficial que ordena ao bom soldado marchar para a direita, e ao mal soldado marchar para a esquerda. Nós devemos agir como o oficial que separa os soldados em duas fileiras, a boa e a má.

A terceira apresenta a analogia do cambista (*Primeira Conferência do Abade Moisés 20-22*). A consciência é o cambista de si. Ele deve examinar as moedas, sua figura, seu metal, sua procedência. Deve pesá-las para verificar se foram mal utilizadas. Como há a imagem do imperador na moeda, a imagem de Deus deve ficar em nossos pensamentos. Devemos verificar, então, a qualidade do pensamento: será real essa figura de Deus? Qual o seu grau de pureza? Não estará misturado com o desejo e a concupiscência? Assim, encontramos a mesma imagem vista em Sêneca, porém com um significado diferente.

O nosso papel é ser um cambista permanente de nós mesmos, então como é possível fazer tal discriminação e reconhecer se um pensamento é bom? Como essa “discriminação” pode ser feita efetivamente? Há apenas um único caminho: confessar todos os nossos pensamentos ao nosso diretor, obedecer ao nosso mestre em todas as circunstâncias, e engajarmo-nos na constante verbalização de nossos pensamentos. Em Cassiano, o exame de si está subordinado à obediência e à constante verbalização dos pensamentos, o que é diferente do estoicismo. Ao dizer a si mesmo, não apenas seus pensamentos, mas também os menores movimentos de consciência, suas intenções, o monge situa-se em uma relação hermenêutica em relação, não apenas ao mestre, mas a ele mesmo. Essa verbalização é o critério ou a moeda do pensamento.

Por que a confissão é capaz de assumir essa função hermenêutica? Como podemos ser os hermeneutas de

nós mesmos ao relatar e transcrever todos os nossos pensamentos? A confissão concede ao mestre um conhecimento, graças a sua grande experiência e sabedoria, que lhe permite transmitir sábios conselhos. Mesmo se o mestre, em seu papel como um poder discriminatório, não diz nada, o fato do pensamento ter sido expresso fará com que este tenha um efeito discriminatório.

Cassiano relata o exemplo do monge que roubou o pão. Num primeiro momento, ele não consegue confessar seu ato. A diferença entre bons e maus pensamentos é que estes não podem ser expressos sem dificuldades, já que o mal é oculto e negado. O fato dos maus pensamentos não poderem ser expressos sem dificuldades e constrangimentos, pode fazer com que não se estabeleça a diferença cosmológica entre a luz e a escuridão, entre a verbalização e o pecado, entre o segredo e o silêncio, entre Deus e o mal. O monge, então, prostra-se e confessa. Apenas a confissão verbal o livra do demônio. A expressão verbal é o momento crucial (*Segunda Conferência do Abade Moisés II*). A confissão é uma marca da verdade. Essa idéia da verbalização permanente é apenas um ideal. Nunca é completamente. **O preço da verbalização permanente foi transformar em pecado tudo aquilo que não pode ser expresso.**

Como conclusão, no cristianismo dos primeiros séculos, há duas formas de revelação de si, de demonstração da verdade sobre si. A primeira é a *exomologêsis*, ou a expressão dramática da situação do penitente como pecador, que torna pública sua condição de pecador. A segunda é aquela denominada na literatura espiritual *exagoreusis*. Esta é uma verbalização analítica e contínua do pensamento, conduzida em relação à obediência total a outra pessoa. Essa relação é corporificada na renúncia da vontade própria e na própria renúncia de si.

Há uma grande diferença entre *exomologêsis* e *exagoreusis*; no entanto é preciso destacar o fato de que há um importante elemento em comum: não se pode revelar sem a renúncia. *Exomologêsis* tinha como modelo o martírio; o pecador tinha que se matar por meio do auto-flagelo ascético. Seja por meio do martírio ou por obediência a um mestre, a revelação de si é a renúncia a si mesmo. Na *exagoreusis*, de outro lado, o indivíduo mostra que, pela verbalização permanente do pensamento e pela constante obediência ao mestre, renuncia a sua vontade e a si mesmo. Esta prática estende-se do início do cristianismo até o século XVII. O surgimento da penitência no século XIII é um passo importante em sua ascensão.

O tema da renúncia de si é muito importante. Ao longo do cristianismo, há uma correlação entre a revelação de si, dramática ou verbal, e a renúncia de si. Minha hipótese ao observar essas duas técnicas é a de que a verbalização torna-se a mais importante.

Desde o século XVIII até o presente, as técnicas de verbalização foram reinseridas em diferentes contextos pelas denominadas ciências humanas com o objetivo de utilizá-las sem a renúncia de si, mas para constituir, positivamente, um novo sujeito. Utilizar essas técnicas sem renunciar a si mesmo constitui uma ruptura decisiva.

Tradução do inglês por Andre Degenszajn.

Notas

¹ Michel Foucault. "Technologies of the self" in Luther H. Martin et al (orgs.). *Technologies of the self – a seminar with Michel Foucault*. Amherst, University of Massachusetts Press, 1988. 176 pp.