

## ARTES DA EXISTÊNCIA E CUIDADO DE SI: A PROBLEMATIZAÇÃO DO USO DOS PRAZERES EM MICHEL FOUCAULT

*The arts of existence and self-care: the problematization of the use of pleasures in Michel Foucault*

*Artes de la existencia y cuidado de sí mismo: la problematización del uso de los placeres en Michel Foucault*

**Kleyde Jomara Lessa Vilasbôas<sup>1</sup>**

**Resumo:** O presente artigo tem por objetivo apresentar uma análise sobre a ética do cuidado de si, objeto de reflexão presente na obra História da Sexualidade, mais especificamente (vol. II Uso dos Prazeres) de Michel Foucault, em suas investigações sobre a civilização greco- romana, no período do século VI ao IV a. C, no qual a atividade sexual foi constituída como campo moral, experiência ética efetivada, a partir de um conjunto de técnicas relativas ao bom uso dos prazeres e da virtude da temperança (Foucault, 1984). Em outras palavras, buscamos entender, como se constitui o sujeito virtuoso e temperante, no uso de seus prazeres, discutindo sobre as práticas do indivíduo consigo mesmo, sua maneira de ter esses prazeres dentro de uma cultura baseada nos preceitos da *epimeleia heautou*, do cuidado de si.

**Palavras-chave:** Uso dos prazeres. Temperança. Cuidado de si. Ética. Liberdade.

**Abstract:** This article aims to present an analysis of the ethics of self-care, a subject of reflection in Michel Foucault's History of Sexuality, more specifically (vol. II The Use of Pleasures), in his investigations into Greco-Roman civilization from the 6th to the 4th century BC. C., in which sexual activity was constituted as a moral field, an ethical experience carried out based on a set of techniques related to the proper use of pleasures and the virtue of temperance (Foucault, 1984). In other words, we seek to understand how the virtuous and temperate subject is constituted in the use of their pleasures, discussing the practices of the individual with themselves, their way of having these pleasures within a culture based on the precepts of epimeleia heautou, self-care.

<sup>1</sup> Licenciada em Letras com Inglês pela Universidade do Estado da Bahia- UNEB (1997) e Filosofia pela Universidade Federal da Bahia - UFBA (2003). É também Bacharela em Direito pela Universidade Estadual de Feira de Santana- UEFS (2010). Possui Especialização em Estudos Linguísticos pela Universidade Estadual de Feira de Santana (2007) e Mestrado em Literatura e Diversidade Cultural pela mesma Universidade (2009). É Professora Assistente do Departamento de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Estadual de Feira de Santana.

**Keywords:** Use of pleasures. Temperance. Self-care.

**Resumen:** El presente artículo tiene como objetivo presentar un análisis sobre la ética del cuidado de uno mismo, objeto de reflexión presente en la obra Historia de la sexualidad, más concretamente (vol. II El uso de los placeres) de Michel Foucault, en sus investigaciones sobre la civilización grecorromana, en el periodo comprendido entre los siglos VI y IV a. , en el que la actividad sexual se constituyó como un campo moral, una experiencia ética efectivizada, a partir de un conjunto de técnicas relativas al buen uso de los placeres y la virtud de la templanza (FOUCAULT, 1984). En otras palabras, buscamos comprender cómo se constituye el sujeto virtuoso y templado en el uso de sus placeres, discutiendo sobre las prácticas del individuo consigo mismo, su manera de tener esos placeres dentro de una cultura basada en los preceptos de la *epimeleia heautou*, del cuidado de sí mismo.

**Palabras clave:** Uso de los placeres. Templanza. Cuidado de uno mismo. Ética. Libertad.

## 1 INTRODUÇÃO

**O**s estudos filosóficos sob os quais se debruçou Michel Foucault, ao longo de seu percurso de produção teórica, o classificou como um dos pensadores que mais contribuiu para os variados campos de conhecimento, como o Direito, a Sociologia, a Psicologia, a Linguística, e por óbvio, a própria Filosofia.

Com o foco de investigar sobre as estruturas subjacentes que estabelecem a maneira pela qual os objetos do mundo são percebidos e pensados, bem assim, sobre o modo como certas práticas sociais são instituídas, Foucault, situa seus estudos em três eixos temáticos: o saber, o poder e a subjetividade.

Os estudiosos do pensamento de Foucault adotaram uma divisão, que de forma metodológica, separa os períodos de suas análises filosóficas em fase Arqueológica, Genealógica e Ética. Para Foucault, “enquanto a arqueologia é o método próprio à análise da discursividade local, a genealogia é a tática que, a partir da discursividade local assim descrita, ativa os saberes libertos da sujeição que emergem desta discursividade” (Foucault, 2005, p. 172). Entre as principais obras que se destacam na fase arqueológica estão: “História da Loucura na Idade Clássica”, “O Nascimento da Clínica”, “As palavras e as Coisas”, e “Arqueologia do Saber”.

Em relação à fase genealógica, marcada pela teorização em torno da problemática do poder, destacam-se as obras “Vigiar e Punir” e “História da Sexualidade I: a vontade de saber”. Segundo Machado (1993), as fases arqueológica e genealógica não tem a preocupação de

produzir uma teoria que verse sobre a constituição histórica e social da civilização, mas, pretende estabelecer uma análise e problematização de verdades disseminadas e recepcionadas como naturais.

Na derradeira fase de suas investigações, Foucault ocupa-se da temática da ética, centralizando suas discussões em torno das práticas por meio das quais os seres humanos exercem a dominação e a subjetivação. No ano de 1984, as obras que apresentam o conteúdo ético das análises histórico-filosóficas de Foucault são: “O uso dos prazeres” e “O cuidado de si”. Há, ainda, uma última obra, dessa fase ética do filósofo, considerada inédita e inacabada, cujo título é “As confissões da carne”, que discutiria os primórdios do cristianismo.

O exercício filosófico foucaultiano aventura-se na captura e compreensão dos processos que constituem as práticas sociais, que tem como consequência a criação dos sujeitos e a manutenção das instituições, sob a égide da gestão e do controle, nas suas variadas vertentes. Significa dizer que, suas construções teóricas não se dirigem a uma dimensão meramente racionalista, ancorada no plano da intelecção ou mesmo da plausibilidade lógica, mas arvorase na imersão da história do mundo ético, do agir humano, da concretude histórica, contingencial, descontínua e dispersa, procurando entender o papel dos discursos, dos dispositivos, de certos jogos estratégicos das variadas instituições, que legitimam o poder e acionam efeitos de sentido e verdade nas diferentes práticas sociais, funcionando, assim, como ferramentas a serviço dos variados processos de subjetivação, que se desdobram das práticas dessas subjetividades, ou seja, das práticas de si.

Aventurando-se pelos estudos transdisciplinares, Foucault deu contornos a uma crítica filosófica que recorre sobretudo à pesquisa histórica, a fim de questionar de que maneira certas verdades e seus efeitos práticos foram constituídos e se estabeleceram no presente. Nas palavras de Delleuze (1992, p. 19),

A história, segundo Foucault, nos cerca e nos delimita; não diz o que somos, mas aquilo de que estamos em vias de diferir; não estabelece nossa identidade, mas a dissipa em proveito do outro que somos. Em suma, a história é o que nos separa de nós mesmos, o que se opõe ao tempo assim como à eternidade, aquilo que Nietzsche chamava de o inatual ou o intempestivo, o que é *in actu*.

Investido de sua perspectiva genealógica, Foucault rejeitava a compreensão dos objetos de análise, a partir de qualquer relação causal ou linear, encarados na ordem de uma origem ou mesmo no sentido de evolução, passando, assim a estabelecer a problematização acerca das práticas de poder, de subjetivação e práticas discursivas que passam a construir um modo de

ser, pensar, agir e sentir, próprios de uma época. Esses elementos, segundo Foucault, devem ser compreendidos, como contingências históricas, e, em razão disso, devem ser investigados, não sob um prisma universalista, racional, apartado de suas circunstâncias, mas como objetos elucidados na dimensão do seu próprio existir.

A história, nesse sentido, não é considerada sob o viés narrativo ou mesmo de registro escrito, mas trata-se das condições de práticas de existência dos indivíduos, no decurso do tempo, práticas essas, das quais não se tem consciência, em razão de não pertencer à ordem da necessidade. Pelo contrário, a história em Foucault, é feita de fratura, rompimento, descontinuidade e dispersão. Por isso, o filósofo tem a pretensão de investigar sobre a história de determinadas problematizações. Ou seja, intenta refletir sobre a história de como certas construções conceituais se tornam problemas para o pensamento, necessitando ser repensadas sob uma orientação para além das verdades pré-fabricadas. Nesse sentido, a problematização ética do cuidado de si, do uso dos prazeres, busca analisar as práticas do indivíduo consigo mesmo, e que o constituem como sujeito, isto é, objetiva buscar essa gênese do homem de desejo no período que começa na Antiguidade clássica (século IV a.C.). A obra, em análise, “*O uso dos Prazeres*” busca, assim, compreender:

[...] as práticas pelas quais os indivíduos foram levados a prestar atenção a eles próprios, a se decifrar, a se reconhecer e se confessar como sujeitos de desejo, estabelecendo de si para consigo uma certa relação que lhes permite descobrir, no desejo, a verdade de seu ser [...] a exercer, sobre eles mesmos e sobre os outros, uma hermenêutica do desejo [...] (Foucault, 1984, p.11).

Neste trabalho pretende-se traçar o desenho foucaultiano de uma ética, a partir do entendimento de uma estética da existência, pautada na estilização da vida, concebida como obra de arte.

## **2 POR UMA ÉTICA DO USO DOS PRAZERES**

Após escrever o primeiro volume *A Vontade de Saber*, que integra a obra *A História da Sexualidade*, oito anos se passaram para que Foucault produzisse seu segundo volume intitulado *O uso dos prazeres*. Este espaço de tempo entre o primeiro e o segundo volume, parece mudar seu foco teórico que, no primeiro volume versava sobre a analítica do poder, passando o filósofo,

trabalho seguinte, a analisar as práticas de si, compondo, assim, uma história das problematizações éticas.

O novo percurso teórico foucaultiano, tem como foco o sujeito. Não um sujeito em si, ou um sujeito substância, mas abarca uma concepção de sujeito-forma, de uma subjetividade pautada numa relação consigo, um sujeito que:

[...] se constitui através das práticas de sujeição ou, de maneira mais autônoma, através de práticas de liberação, de liberdade, como na Antiguidade – a partir, obviamente, de um certo número de regras, de estilos, de convenções que podemos encontrar no meio cultural (Foucault, 2010, p. 291).

O que Foucault quer compreender, nesta nova fase teórica, são as práticas de si que formam o sujeito eticamente e que delineiam o reconhecimento do homem moderno como sujeito de uma sexualidade. Desse modo, na obra *O uso dos prazeres*, há uma busca da gênese do homem de desejo, a partir da análise do dispositivo de sexualidade, no contexto da prática sexual dos gregos antigos, (século IV a.C.) Segundo nosso autor, é preciso entender como o sujeito constitui, ele mesmo, a experiência de sua sexualidade como desejo, para, assim, possibilitar a compreensão de quem é.

Os estudos da ética, em Foucault, estão focados nas formas como os sujeitos se comportam e como tais formas delineiam sua subjetividade enquanto sujeito moral, considerando que o agir moral deve ser conduzido não apenas aos códigos externos, mas às condutas em relação a si. Segundo Foucault (2010, p. 28) é preciso pensar na

[...] constituição de si enquanto sujeito moral, na qual o indivíduo circunscreve a parte dele mesmo que constitui o objeto dessa prática moral, define sua posição em relação ao preceito que respeita, estabelece para si um certo modo de ser que valerá como realização moral dele mesmo; e, para tal, age sobre si mesmo, procura conhecer-se, controla-se, põe-se à prova, aperfeiçoa-se, transforma-se.

Foucault, em seus estudos, analisa a sociedade romana (séculos I e II de nossa era), com o objetivo de alcançar o período de transição para o cristianismo, cuja moral está assentada nos pecados da carne. Investiga, portanto, de que maneira as condutas sexuais tornaram-se preocupações para os gregos, bem como procura entender suas construções morais em torno do comportamento sexual. Na cultura greco-romana, Foucault reconhece que as preocupações em torno das práticas sexuais se relacionavam com o que o filósofo nomeou “artes da existência.” Segundo o pensador,

Deve-se entender, com isso, práticas refletidas e voluntárias através das quais os homens não somente se fixam regras de conduta, como também procuram transformar, modificar-se em seu ser singular e fazer da sua vida uma obra que seja portadora de certos valores estéticos e responda a certos critérios de estilo. Essas ‘artes de existência’, essas ‘técnicas de si’, perderam, sem dúvida, uma certa parte de sua importância e de sua autonomia quando, com o cristianismo, foram integradas no exercício de um poder pastoral e, mais tarde, em práticas de tipo educativo, médico ou psicológico. De qualquer modo, dever-se-ia, sem dúvida, fazer e refazer a longa história dessas estéticas da existência e dessas tecnologias de si (Foucault, 2010, p.17-18).

Para realizar esse trabalho de análise sobre as práticas sexuais na Grécia antiga, foram utilizados em suas pesquisas: tratados médicos, filosóficos e morais, diálogos de Platão, textos de Aristóteles, Xenofonte, Hipócrates, Demóstenes e outros. Assim, foram analisados

[...] textos que pretendem estabelecer regras, dar opiniões, conselhos, para se comportar como convém: textos “práticos” que são eles próprios, objeto de “prática” na medida em que eram feitos para serem lidos, aprendidos, meditados, utilizados, postos à prova, e visavam, no final das contas, constituir a armadura da conduta cotidiana. (Foucault, 1984, p.16).

O que parece sugerir uma mudança de abordagem metodológica realizada por Foucault, não representa apenas uma virada ética, mas também de cunho estético, em razão de estar concentrado em investigar as possibilidades de existências estéticas, no âmbito de uma pluralidade de formas de vida, no exercício das relações sociais humanas.

A partir da análise da estética da existência e das práticas de si, na Antiguidade Grega, Foucault pretende descrever como a sexualidade era problematizada, analisando como esse tipo de conduta, foi, com o passar do tempo, se transformando em um código moral.

## **2.1 A problematização moral dos prazeres**

Em seus estudos sobre *O Uso dos Prazeres*, Foucault chegou à conclusão de que a questão da moral para os gregos, na Antiguidade, não dizia respeito aos atos sexuais, propriamente ditos, mas à forma de experienciar esses prazeres, no universo de uma cultura lastreada em princípios do cuidado de si, da *epimeleia heautou*. São questões centrais presentes nas análises do filósofo, que traçam o percurso do pensamento dos gregos e romanos, defensores da ética do cuidado de si. Na esteira do pensamento de Foucault (1984, p. 12),

[...] a *epiméleia heautoû* (o cuidado de si e a regra que lhe era associada) não cessou de constituir um princípio fundamental para caracterizar a atitude filosófica ao longo de quase toda a cultura grega, helenística e romana. Noção importante, sem dúvida, em Platão. Importante nos epicuristas, uma vez que em Epicuro encontramos a fórmula que será tão frequentemente repetida: todo homem, noite e dia, e ao longo de toda sua vida, deve ocupar-se com a própria alma [...] Entre os cínicos a importância do cuidado de si é capital.

A noção do cuidado de si, para os filósofos antigos, deveria fazer parte da alma do sujeito capaz de refletir sobre seus modos de existência, para que, dessa maneira, sua vida fosse construída por uma liberdade, pautada no conhecimento de si e no domínio de si.

Seguindo a trajetória da problematização da moral na Grécia antiga, buscando situar uma questão primordial, como fio condutor para estabelecer suas análises, Foucault (1984, p. 14-15) indaga:

[...] de que maneira, por que e sob que forma a atividade sexual foi constituída como campo moral? (...)pareceu-me que essa problematização estava relacionada a um conjunto de práticas que, certamente, tiveram uma importância considerável em nossas sociedades: é o que se poderia chamar “artes da existência” [...] “técnicas de si”[ ...].

Segundo Foucault, para analisar a sexualidade, na Grécia antiga, o termo empregado para designar as práticas sexuais foi “*aphrodisia*”, que são “as obras” os “atos de Afrodite” (Foucault, 1984, p.38), seriam os atos que relacionam o prazer e o desejo. Em suas investigações, nosso autor constatou que, para os gregos, não havia necessidade ou preocupação de delimitação sobre quais seriam esses tipos de atos, que, possuíam um sentido mais genérico, associado a dados de condutas e adequação quanto ao momento de sua prática. A conotação dada aos “*aphrodisia*”, pelos gregos, se origina da percepção do ato sexual como atividade conectada às forças da natureza. O que havia no cerne de suas preocupações era a temperança, *sophron*, um estado que acontece quando as partes da alma estão em equilíbrio, quando há harmonia entre elas.

Como dito, não havia uma preocupação com os tipos de atos, com suas formas de expressão, mas o interesse era voltado à prática, à atividade, e o que essa atividade manifestava, ou seja, o desejo era provocado e revelado, a partir de tais práticas. O movimento do ciclo formado pela prática do ato sexual, pelo desejo revelado e pelo prazer parecia compor uma força dinâmica, pensada em seu conjunto, não individualizada, para a compreensão de cada um de seus elementos. Na concepção da cultura cristã, a problematização da moral levaria em conta cada um dos componentes: a maneira como o ato é praticado, de onde se origina o desejo, a

questão da intensidade do prazer, no sentido de evidenciar uma conduta pecaminosa. A observância à forma como os atos sexuais eram praticados, para os gregos, não tinha por base, o cumprimento de deveres legais ou cívicos, ou mesmo relativos a preceitos religiosos, mas eram pautados numa motivação de ordem estética, que orientava as práticas de si, o ideal governo de si, dirigindo as condutas para uma finalidade de beleza e êxito na vida.

Ao se reportar aos *afrodisia*, as reflexões de nosso autor em suas investigações, associam a estas práticas, as questões da quantidade e da polaridade. A primeira diz respeito à prudência, à economia. Aqui se registra, que não há qualquer questionamento ou problema quanto à forma do ato praticado ou mesmo de quem seria o parceiro nesta prática. O problema encontra-se no excesso da prática dos atos sexuais. Em relação à polaridade, esta indica a atividade ou passividade do sujeito na relação sexual; se seu comportamento é ativo ou passivo. Cabe ao homem, a postura de sujeito ativo. A mulher é enquadrada na posição passiva e não se vê problema numa relação entre um homem e um rapaz. O que se rejeita é o fato de um deles ocupar o papel de objeto , na relação sexual. Tais atos, para os gregos, não possuem qualquer conotação negativa, pois são atos como outros quaisquer, como comer, beber, dormir. A questão que o faz destacar em relação aos outros, é que representam o modo de perpetuação da humanidade.

O termo “*chrésis*” , para os gregos, diz respeito ao uso, “uso dos prazeres”. Se faz através de uma adequação da ordem da necessidade, pautada na saciedade do desejo, em conformidade com a natureza. Quando o desejo ultrapassa a satisfação, ocorre a intemperança. A temperança é classificada como “uma arte, uma prática dos prazeres que é capaz, ao ‘usar’ daqueles que são baseados na necessidade, de se limitar a ela própria [...]” (Foucault, 1984, p. 54).

O bom uso também deve se orientar pela oportunidade, levando-se em conta fatores como a idade, o horário, a temperatura, o clima, etc. Quanto ao status, o indivíduo deve, no meio social, prezar por sua honra e ser cauteloso com o uso de seus prazeres.

A expressão “*enkratēia*” se refere ao bom uso dos prazeres, à esfera do domínio de si. Segundo Foucault, é representada, por uma forma ativa de domínio de si que permite resistir ou lutar e garantir sua dominação no terreno dos desejos e dos prazeres. O termo grego é empregado no sentido de batalha do sujeito consigo mesmo, contra os prazeres e os desejos, objetivando alcançar uma justa medida de si. Aqui se presume, que se faz necessário estabelecer o controle de si para exercer o cuidado de si. Assim diz o filósofo:

[...] para se constituir como sujeito virtuoso e temperante no uso de seus prazeres, o indivíduo deve instaurar uma relação de si para consigo que é do tipo “dominação-obediência”, “comando-submissão”, “domínio- docilidade” (e não, como será o caso na espiritualidade cristã, uma relação do tipo “elucidação-renúncia”, “decifração-purificação”). É o que se poderia chamar de estrutura ‘heautocrática’ do sujeito na prática moral dos prazeres (Foucault, 1984, p. 66).

Ainda nesta compreensão “o domínio de si e o domínio dos outros, como elaboração do trabalho ético, são considerados como tendo a mesma forma [...] A mesma aprendizagem deve tornar capaz de virtude e de poder” (Foucault, 1984, p. 71. A formação do sujeito moral diz respeito à constituição do homem livre, que deve aprender a governar e obedecer, de forma justa e equilibrada.

A resistência e a vitória sob os prazeres são marcas do indivíduo que consegue estabelecer o controle e o governo de si. Essa condição de busca pelo domínio de si, é um trabalho de luta, conflito e de relação agonística para opor resistência ao excesso, à tentação dos prazeres. A liberdade, por seu turno, parece corresponder a uma dimensão que vai além do conflito e da ameaça de se tornar escravo dos prazeres. Esta disposição da alma, este estágio, foi denominado pelos gregos, de temperança (*sôphrosynê*), que significa, apresentar controle na medida da moderação com relação aos prazeres. Portanto, um indivíduo que age com temperança, não é aquele que se afasta dos prazeres, mas , antes de tudo, é aquele que se liberta da sua relação agonística consigo, que se livra de seus conflitos, na relação com os prazeres.

A noção de liberdade, nesse sentido, deve ser dimensionada, na relação do sujeito consigo mesmo, isto é, naquilo que se refere aos seus desejos, se opondo à condição de escravo dos prazeres. A ideia de liberdade, portanto, em linhas gerais, parece estar associada à noção de escolha, e aos bons hábitos e às boas ações para se viver uma vida sob a justa medida, com equilíbrio. Segundo o pensamento grego antigo, não se poderia pensar numa vida exitosa, feliz, sem o exercício do domínio de seus instintos. Aqui, se percebe que a questão ética primordial, não é somente identificar os desejos e prazeres que dominam o indivíduo, mas, sobretudo, saber a intensidade, a força pela qual se pode ser escravizado pelos desejos e prazeres. Este autodomínio do sujeito, permitirá que ele se torne livre. Foucault identifica que “O perigo que os *aphrodisia* trazem consigo é muito mais a servidão do que a mácula” (1984, p. 74), pois só alcança a liberdade, aquele que estabelece o governo de si. A liberdade, na pólis grega, supõe que uma coletividade seja livre, em seu conjunto, porém, há uma exigência de que esta prática seja exercida individualmente.

Sem o exercício da temperança, há uma ameaça de prática tirânica por parte do indivíduo, sobre aqueles que são governados, além de sofrer pela tiranização de sua alma com Barricadas, Bacabal-MA  
ISSN: 2675-8369



os desejos e prazeres, sob os quais não exerce domínio. Ser temperante, portanto, está associado à não mais ter necessidade de autocontrole. É o estágio que já ultrapassou a *enkratēia*, em que o indivíduo já se afastou completamente das forças que o escravizavam em relação aos seus instintos e desejos. Nesse sentido, o prazer passa a ser visto ao lado da razão, pois essa harmoniza entre o bom uso dos prazeres, ou seja, o uso do prazer e desejo, praticado com moderação, com razão, revela a liberdade do sujeito sobre si mesmo. Para Foucault, “essa liberdade é mais do que uma não escravidão, mas do que uma libertação que tornaria o indivíduo independente de qualquer coerção exterior ou interior; na sua forma plena e positiva ela é o poder que se exerce sobre si, no poder que se exerce sobre os outros” (1984, pg. 75).

Ter o domínio de si e tornar-se temperante, para os gregos, parece revelar o uso da razão como condição que determinará as ações e escolhas, no âmbito coletivo e individual. É ser capaz de governar a si mesmo e não viver em conflito e numa relação agonística consigo. É não se tornar escravo dos prazeres para não sucumbir. É saber aproveitar do bom uso dos prazeres, com equilíbrio e justa medida.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Como visto no presente trabalho, Michel Foucault, ao estudar sobre as regras e condutas na antiguidade grega, se vê diante da existência de uma ética com feição estética, como estilo de vida, baseado na harmonia, no belo, na temperança, na justa medida. Uma elaboração ética para tornar a existência uma verdadeira obra de arte. Uma ética pautada, não na obediência a um código de regras, mas num cuidado de si, exercido pelo caminho do domínio dos instintos e do desejo, através do uso da razão. Essa harmonia desenha o caminho do homem ao mais pleno exercício de liberdade.

As investigações de Foucault sobre a Grécia dos IV e III séculos a.C., que se ocupam dos processos que constituem o sujeito, a partir das técnicas de si, parecem nos conduzir a uma compreensão do que é ser sujeito, na sua dimensão ética, levando em conta a história das práticas humanas que dão contornos ontológicos aos modos de subjetivação, através dos quais nos identificamos coletivamente e individualmente. Assim, considerando as pesquisas feitas por nosso autor, é possível perceber que Foucault põe em destaque as técnicas de si, da estética da

existência, a fim de mostrar que o sujeito da concretude histórica, é esculpido pelos processos dinâmicos, pelos acontecimentos históricos.

No retorno às matrizes gregas, ao realizar a problematização sobre as técnicas e práticas de si, o filósofo parece colocar em questionamento, as antigas práticas de subjetivação, baseadas numa estética e ética de si, em relação aos modos de subjetivação de nossa contemporaneidade, em que o sujeito sofre uma objetivação, a partir dos variados dispositivos disciplinares e normalizadores. Foucault parece trazer à tona, a necessidade de se repensar o cuidado de si, para empreender o cuidado com os outros, pensando em delinear um campo de possibilidade ética , pautada na relação do sujeito consigo, num processo de elaboração artística de uma existência com contornos de liberdade conquistada , a partir do conhecimento de si, do domínio de si, e do governo de si. Ou seja, do experimento de si, com exercício das práticas relacionadas aos desejos aliadas à razão, objetivando uma vida com equilíbrio e temperança.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- DELEUZE, G. **A vida como obra de arte.** Conversações, 1972-1990. Ed. 34, Rio de Janeiro, 1992.
- FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade 2:** O uso dos prazeres. Rio de Janeiro: Graal, 1984.
- FOUCAULT, Michel. **Microfísica do Poder.** 21. ed. Tradução Roberto Machado. Rio de Janeiro: Graal, 2005.
- FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito:** curso dado do Collège de France (1981 – 1982). São Paulo: Martins Fontes, 2010.
- MACHADO, Roberto. Por uma Genealogia do Poder. In: FOUCAULT, Michel. **Microfísica do poder.** Rio de Janeiro: Graal, 1993.