FOUCAULT, TÉCNICAS DE SI E A ARTE DE BEM VIVER

LEANDRO CALBENTE CÂMARA[1], CHIES, ANDRÉIA B. BORBA[2]

RESUMO

O presente artigo trata do conceito de "técnica de si" na obra do filósofo francês Michel Foucault, destacando a forma como este conceito possibilita uma articulação com a analítica de poder desenvolvida por Foucault de modo a tornar possível uma reflexão crítica dos modos de subjetividade desenvolvidos no mundo contemporâneo. Para a construção deste artigo, de caráter bibliográfico, faremos uma análise do pensamento filosófico de Michel Foucault, especialmente dos textos produzidos nos primeiros anos da década de 1980, quando o filósofo se debruçou sobre o conceito de *tekhnê tou biou*, a "arte de viver" ou de se alcançar a boa vida, na Antiguidade tardia. Foi a partir desse conceito que Foucault pôde desenvolver seu estudo das técnicas de si, entendidas como aquelas que permitem que os indivíduos realizem sobre si mesmos um conjunto de operações que transformem seu modo de existir. Essas técnicas, aparentemente, estão em oposição àquilo que o autor denominou de "técnicas de poder", na medida em que se constituíram em técnicas que permitiriam a condução dos indivíduos em determinadas direções, de modo a constituir formas determinas de existir. Porém, entendemos que tanto as técnicas de si quanto as técnicas de poder funcionam de modo articulado, produzindo aquilo que Foucault chamou de "tecnologias políticas dos indivíduos". Por meio dessa reflexão, pretendemos construir instrumentos conceituais para analisar outras temáticas, especialmente aquelas relacionadas com o campo educativo e com o papel desempenhado pela instituição escolar na articulação das técnicas de si e de poder. Nesse sentido, torna-se possível problematizar a ideia de que a educação escolar possa se constituir em um espaço voltado para que o educando possa atingir a boa vida, ou que a vivência filosófica no interior da escola possa se transformar num elemento potencializador da capacidade de pensamento do educando.

A proposta do presente texto é analisar o conceito de "técnica de si" desenvolvido pelo filósofo francês Michel Foucault como forma de refletir e problematizar a ideia de que a educação escolar possa se constituir num espaço voltado para que o educando atinja a boa vida, ou que a vivência filosófica no interior da escola possa se transformar em um elemento potencializador da capacidade de pensamento do educando. Nesse sentido, a proposta é, em um primeiro momento, identificar o movimento metodológico que resultou no referido

1 Doutorando do Programa de Pós Graduação em Educação da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Bolsista CAPES. calbente@gmail.com
2 Doutoranda do Programa de Pós Graduação em Educação da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Bolsista CAPES/UDELAR. andreiaborba@gmail.com

conceito na obra de Foucault, em especial nos textos que ele escreveu a partir de 1981. Posteriormente, a ideia é explorar algumas implicações desse conceito para a reflexão sobre os modos de constituição dos sujeitos no mundo contemporâneo, em especial aquilo que se refere às relações entre processos de subjetivação e escolarização.

Nesse sentido, para iniciar a presente reflexão, é importante destacar a forma como Foucault explicou a dinâmica da investigação genealógica em sua obra. Segundo ele, esta pode ser dividida em três domínios distintos: o primeiro seria uma reflexão sobre a "ontologia histórica de nós mesmos em nossa relação com a verdade, que nos permite nos constituirmos como sujeitos do conhecimento"; o segundo seria uma "ontologia histórica de nós mesmos em nossa relação a um campo de poder, onde nós nos constituímos como sujeitos agindo sobre os outros"; finalmente, o terceiro domínio seria uma "ontologia histórica de nossas relações com a moral, que nos permite nos constituirmos em agentes éticos" (FOUCAULT, 2001c, p. 1437)[3].

Essa tripartição da análise genealógica marca, segundo o próprio autor, os deslocamentos de sua obra, já que o primeiro domínio aparece nos trabalhos publicados nos anos 1960 (*Nascimento da clínica* e *A Arqueologia do saber*); o segundo, na produção dos anos 1970, especialmente em *Vigiar e punir*; enquanto o terceiro, aparece principalmente naquilo que foi publicado na década de 1980, o segundo e o terceiro volumes da *História da sexualidade*.

Porém, tais deslocamentos não implicam em rupturas ou no completo abandono dos pressupostos que orientaram a análise anteriormente. Na realidade, existe esse campo comum de uma "ontologia histórica de nós mesmos" estruturando a reflexão filosófica de Foucault. E, como ele mesmo explica, isso fica bastante evidente na *História da loucura*, onde "todos os três [domínios] estavam presentes, mesmo que de uma maneira um pouco confusa"(FOUCAULT, 2001c, p. 1437)[4].

Esse esclarecimento prévio é importante para situar o problema das "técnicas de si" no interior da reflexão mais ampla de Michel Foucault. Como demonstraremos, as técnicas de si – o elemento essencial para a análise desse domínio ético da genealogia foucaultiana – não estão dissociadas dos demais problemas relacionados com as práticas de subjetivação e de constituição de nós mesmos. Mais do que uma ruptura, existe uma articulação, por exemplo, entre o domínio ético e a analítica do poder em sua obra.

3Tradução nossa.
4Tradução nossa.

Nesse sentido, para compreendermos como se opera essa articulação, é fundamental compreender com clareza a inovação que o conceito de "técnica de si" implicou na reflexão foucaultiana. Em seguida, pode-se articular esse conceito com o instrumental que ele estabelecera para refletir sobre as relações de poder em suas produções anteriores. E é com base nessa articulação entre a analítica de poder e as técnicas de si que se pode traçar um conjunto de ferramentas analíticas para refletir sobre possíveis entendimentos da "boa vida" numa perspectiva foucaultiana.

Para iniciar, vale destacar que o conceito de técnica de si foi gestado a partir de um objeto muito preciso, qual seja, o "estudo do problema das técnicas de si na antiguidade helenística e romana", visando compreender "como o homem, a vida humana, o cuidado se tornaram objetos de um certo número de *tekhnai* que, na sua racionalidade exigente, eram perfeitamente comparáveis a uma técnica de produção"(FOUCAULT, 2001d, p. 1259-1260)[5]. As *tekhnai* não estão relacionadas apenas com uma ação diante do mundo, mas é também uma ação voltada para si.

Nesse caso, Foucault compreende que a técnica a partir de quatro sentidos distintos. Existem as técnicas voltadas para a "transformação, manipulação das coisas"; as "técnicas que permitem a utilização de sistemas de signos"; as "técnicas que permitem determinar as condutas dos indivíduos, de impor certas finalidades ou certos objetivos"; e "aquelas [técnicas] que permitem aos indivíduos efetuarem, por eles mesmos, um certo número de operações sobre seus corpos, suas almas, seus pensamentos, suas condutas, e por essa forma produzir neles uma transformação, uma modificação, e atingir um certo estado de perfeição, de felicidade, de pureza, de poder sobrenatural. Chamaremos estas técnicas de técnicas de si" (FOUCAULT, 2001b, p. 989-990)[6].

Vale destacar que os diferentes sentidos da técnica não estão separados, mas existe uma articulação entre a produção de coisas, signos e condutas (sejam elas direcionadas para os outros ou para si mesmos). O ponto de unificação da técnica é sua dimensão produtora: é por meio da ação sobre o mundo que os indivíduos se constituem enquanto sujeitos determinados. E uma análise genealógica é, sobretudo, uma análise das relações entre diferentes técnicas e modos de existir na história.

Por isso, segundo Foucault, para compreender a "genealogia do sujeito na civilização ocidental" não basta realizar uma analítica do poder, mas ressaltar as "interações que se

5Tradução nossa
6Tradução nossa.

produziram entre os dois tipos de técnica", a saber, as técnicas de poder e as técnicas de si. Pode-se dizer que a grande inovação nos textos e análises de Foucault a partir de 1981 é justamente refletir mais longamente sobre esse segundo sentido do conceito de técnica (FOUCAULT, 2001b, p. 989-990)[7].

Nesse caso, ainda que Foucault tenha se debruçado nas técnicas de si elaboradas na Antiguidade greco-romana, é importante esclarecer que estas não são exclusivas desse momento histórico. Na realidade, "em cada cultura, parece-me, as técnicas de si implicam em uma série de obrigações de verdade: é preciso descobrir a verdade, ser iluminado pela verdade, dizer a verdade". As técnicas de si indicam, portanto, a existência de um nexo profundo entre subjetividade e verdade, entre construção de si mesmo e conhecimento. Não por acaso, esse é o tema central do curso ministrado por Foucault no Collège de France entre 1980 e 1981 (FOUCAULT, 2001b, p.990)[8].

Como ele explica no resumo do curso, o fio condutor de sua análise foi "aquilo que podemos chamar de 'técnicas de si', isto é, os procedimentos, existentes sem dúvida em todas as civilizações, que são propostos ou prescritos aos indivíduos para fixar suas identidades, mantê-las ou transformá-las em função de determinados fins, e isso graças às relações de maestria de si sobre si ou de conhecimento de si sobre si" (FOUCAULT, 2001a, p. 1032)[9].

Esse campo das técnicas de si é o campo que envolve um "trabalho operado sobre si mesmo" voltado para o exercício do governo de si, de modo a "exercer ações onde nós mesmos somos os objetos dessas ações, o domínio ao qual elas se aplicam", por isso trata-se de uma análise do "'cuidado de si mesmo', entendido como experiência e também como técnica elaborando e transformando esta experiência" (FOUCAULT, 2001a, p. 1032)[10]

Há, portanto, um desenvolvimento metodológico em curso nesse momento da obra de Foucault. Trata-se de um esforço em compreender o processo de subjetivação em outra chave, não mais apenas a partir de uma analítica do poder e do ponto de vista das técnicas de governo – como Foucault vinha realizado em seus cursos no Collège de Frances desde 1971, mas especialmente a partir da série "Segurança, Território, Populaçao", "Nascimento da Biopolítica" e "Do governo dos vivos" – mas entender de que maneira o nexo entre verdade

7Tradução nossa.
8Tradução nossa.
9Tradução nossa. Além disso, vale destacar a importância da reflexão entre técnica e fins na obra de Foucault. Como veremos mais adiante, não basta realizar uma análise morfológica das técnicas, mas refletir também sobre suas finalidades. Essa relação entre forma e fim já está enunciada com clareza nesse trecho. É por meio dessa relação que torna-se possível pensar o problema da governamentalidade a partir das diferentes finalidades que se manifestam no exercício das técnicas de si em um determinado contexto histórico.
10Tradução nossa.

e subjetivação se dá a partir de si próprio. Em outros termos, quais são os efeitos que realizamos em nós mesmos a partir dos discursos que atribuímos valor de verdade? Como assumimos determinados padrões de conduta e comportamento diante desses discursos? E de que forma nos relacionamos com os outros a partir dos efeitos que essas verdades produzem em nós mesmos?

Pode-se dizer que o conceito de técnica de si é uma forma de explorar tais questionamentos. E Foucault conduz a exploração metodológica desse novo conceito a partir de um conjunto muito diverso de textos que foram produzidos na Antiguidade greco-romana.

Nesse sentido, duas noções ganham importância e são analisadas em detalhes por Foucault. Trata-se da noção de "arte de viver", as *tekhnai peri bion*, e da noção de "cuidado de si mesmo", a *epiméleia heautoû*. Como ele explica, houve uma intensa produção de textos que giravam em torno dessas artes de viver durante a Antiguidade, especialmente durante o período helenístico e romano. O elemento central desses textos era que tais artes não estavam centradas no ensino de determinadas funções, não se tratavam de obras que ensinavam o que fazer. O que elas propunham eram modos dos indivíduos transformarem eles mesmos aquilo que eles eram[11] (FOUCAULT, 2014, p.27-48)

Essa operação sobre si próprio visava constituir um tipo de novo de existência, outra forma de ser e viver. Por isso, Foucault afirma que as artes de viver não eram apenas ensinamentos práticos para a vida cotidiana, mas biotécnicas ou biopoéticas, já que se tratavam de uma "fabricação pessoal da sua própria vida" segundo princípios "estético-morais". Nesse caso, a operação sobre si mesmo realizava um ir além da simples existência como ser vivente. Tais técnicas permitiam a consecução de uma forma de vida qualificada, aquilo que os gregos chamavam de *bíos* e se opunha à vida simples e como uma propriedade dos organismos, a *zoé* (FOUCAUL, 2014, p. 36)[12].

Assim, tais artes de viver se constituem numa das manifestações disso que Foucault chamou de técnicas de si e se estruturaram a partir de três elementos centrais: a *mathêsis* (a relação de si próprio com a verdade); a *meletê* (a meditação e reflexão sobre si próprio); e *askêsis* (o trabalho sucessivo de transformação de si próprio). Pode-se dizer, assim, que é por meio desse tripé que Foucault analisa a grande diversidade de textos produzidos no período. Porém, tais artes de viver não são a única manifestação dessa operação sobre si mesmo.

11Tradução nossa.
12Tradução nossa.

Se o primeiro momento da análise foucaultiana se debruçou sobre esse período helenístico e romano da Antiguidade, em seguida sua análise retorna para um momento anterior, qual seja, aquela da Antiguidade clássica, no qual o autor vai recuperar a noção de cuidado de si, a *epiméleia heautoû* dos gregos ou a *cura sui* dos latinos. Tal noção surgiu "de modo muito explícito" no personagem de Sócrates nos diálogos platônicos e "percorreu, seguiu, o decurso de toda a filosofia antiga até o limiar do cristianismo", constituindo-se numa "atitude para consigo, para com os outros, para com o mundo", tratando-se de uma "forma de atenção, de olhar" e "designa sempre algumas ações, ações que são exercidas de si para consigo", tais como a meditação, a memorização do passado, o exame da consciência, entre outras práticas realizadas na interioridade de si mesmo (FOUCAULT, 2006, p. 11-15)[13].

Pode-se dizer que o que Foucault realiza nesse momento, com base nas ferramentas metodológicas que ele começara a desenvolver no ano anterior, é uma inversão na forma como é tratada a história da relação entre subjetividade e filosofia, já que tradicionalmente o pensamento ocidental deixou em segundo plano a noção de *epiméleia heautoû* e trouxe para o centro de sua análise outra noção grega, qual seja, a de *gnôthi seautón* (conhece-te a ti mesmo). Como se sabe, o famoso preceito délfico se tornou, desde a modernidade, um dos elementos basilares de nossa relação com o conhecimento. É como se a chave para o conhecimento residisse no próprio sujeito do conhecimento, o qual não precisaria operar uma transformação de si próprio para atingir a verdade, bastando apenas que realizasse atos de conhecimento para atingir a verdade que procura.

Foucault, porém, atenta para o fato de que essa relação entre subjetividade e verdade não se dava dessa forma entre os gregos. Na realidade, o *gnôthi seautón* encontrava-se frequentemente subordinado a *epiméleia heautoû*. Como o filósofo afirma, o conhecimento de si se constituiu numa das manifestações práticas do cuidado de si. Isso porque a relação entre subjetividade e verdade se dava de forma totalmente diversa na Antiguidade, quando esta era vista como algo que "só é dada ao sujeito a um preço que põe em jogo o ser mesmo do sujeito". Por isso, ele afirma que "não pode haver verdade sem uma conversão ou sem uma transformação do sujeito".

13 Vale lembrar que "o termo *epimeleia* não designa simplesmente uma preocupação, mas todo um conjunto de ocupações; trata-se de *epimeleia* quando se fala para designar as atividades do dono-de-casa, as tarefas do príncipe que vela por seus súditos, os cuidados que se deve ter para com um doente ou para com um ferido, ou ainda as obrigações que se prestam aos deuses ou aos mortos. Igualmente, em relação a si mesmo, a *epimeleia* implica um labor". Por isso, ele afirma que o "cuidado de si aparece, portanto, intrinsecamente ligado a um 'serviço de alma' que comporta a possibilidade de um jogo de trocas com o outro e de um sistema de obrigações recíprocas". Esse cuidado não é apenas uma manifestação de uma técnica de si, mas também cria-se uma relação com o outro, portanto tem-se também uma relação de poder. É nessa dupla articulação entre si e o outro que a reflexão sobre a constituição das subjetividades precisa estar situada. FOUCAULT, Michel. História da Sexualidade, 3: *o cuidado de si.* Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985, p. 55-56 e 59.

Dessa maneira, a verdade se manifestava, durante a Antiguidade, como uma experiência que só podia ser atingida operando uma conversão no sujeito, uma forma de prática de espiritualidade[14] que modifica a própria subjetividade, abrindo caminho para aquela biopoética que Foucault identificara antes. Não é por acaso que ele entende que duas formas importantes de relação entre o sujeito e o conhecimento tenham sido a experiência erótica (*éros*) e a experiência ascética (*áskesis*).

Assim, não existia uma cisão entre o ato de conhecer e a operação sobre si mesmo no pensamento filosófico da Antiguidade. O conhecimento só poderia ser alcançado por meio das técnicas voltadas para o cuidado de si. A inversão operada por Foucault lhe permite afirmar que a noção de *epiméleia heautoû* teve suas primeiras formulações "claramente desde o século V a.C. e que até os séculos IV-V d.C. percorre toda a filosofia grega, helenística e romana, assim como a espiritualidade cristã" (FOUCAULT, 2006, p. 15). Assim, elas englobam inclusive as *tekhnai peri bion* tratadas anteriormente por ele[15].

Essa unidade profunda entre subjetividade e verdade só começou a se transformar lentamente no Ocidente cristão medieval, porém é apenas na modernidade que ela se rompe definitivamente, dando origem aquilo que já afirmamos antes. Esse ponto de ruptura é denominado por Foucault de "momento cartesiano" e marca o início da modernidade, quando "postulamos que o sujeito, tal como ele é, é capaz de verdade, mas que a verdade, tal como ela é, não é capaz de salvar o sujeito" (FOUCAUL, 2006, p.24).

14É preciso cuidado para entender o sentido preciso que Foucault utiliza para o termo espiritualidade nesse momento de sua obra. Esta não pode ser restrita às práticas religiosas de qualquer natureza, sendo entendida mais propriamente como "o conjunto de buscas, práticas e experiências tais como as purificações, as asceses, as renúncias, as conversões do olhar, as modificações de existência, etc., que constituem, não para o conhecimento, mas para o sujeito, para o ser mesmo do sujeito, o preço a pagar para ter acesso à verdade". Sendo assim, pode-se dizer que Foucault utiliza o termo como uma das manifestações das técnicas de si. As práticas espirituais seriam as operações utilizadas para operar sobre si mesmo de modo a realizar conversões e transformações naquilo que se é. Vale destacar que uma influência importante para Foucault foi a obra do filósofo François Hadot, que desenvolveu uma longa investigação sobre o tema das práticas espirituais na tradição ocidental. Sobre o tema, cf. HADOT, Pierre. *Exercices spirituels et philosophie antique.* Paris: Albin Michel, 2002.

15Foucault explica, em outro momento, que existe uma história do "lento desenvolvimento da arte de viver sob o signo do cuidado de si" e que "os dois primeiros séculos da época imperial podem ser considerados como o ápice de uma curva: uma espécie de idade de ouro na cultura de si, sendo subentendido, evidentemente, que esse fenômeno só concerne aos grupos sociais, bem limitados em número, que eram portadores de cultura e para os quais uma *techne tou biou* podia ter um sentido e uma realidade". Há, portanto, uma história de transformações das técnicas de si na Antiguidade na qual a noção geral de cuidado de si vai se transformando e ganhando novos matizes. A arte de viver seria um dos resultados dessa história. Além disso, vale destacar que Foucault deixa bastante claro que existe uma cisão entre aqueles para os quais essas técnicas se dirigiam e que poderiam viver segundo seus princípios e aqueles para os quais isso não era uma realidade. Isso é relevante na medida em que a própria operação biopoética que era engendrada por tais técnicas implicava numa cisão entre modos de vida diversos, de um lado as vidas qualificadas (a *bíos*), de outro aquelas vidas desprovidas dessas qualificações (a zoé). É na operação dessa cisão que podemos refletir sobre a articulação entre técnicas de si e técnicas de poder, na medida em que são estas que marcam no real uma cisão entre vidas distintas e que permitem dispensar modos diversos de subjetivação a partir de tais distinções. FOUCAULT, Michel. História da Sexualidade, 3: *o cuidado de si.* Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985, p. 50. Ainda que não seja possível explorar mais longamente as implicações biopolíticas da cisão aqui mencionada, vale recomendar a leitura de AGAMBEN, Giorgio. Homo sacer: *o poder soberano e a vida nua I*. Belo Horizonte: UFMG, 2002 e ROMANDINI, Fabián Ludueña. *A comunidade dos espectros I. Antropotecnia*. Florianópolis: Cultura e Barbárie, 2012.

Ainda que a modernidade tenha implicado numa reorientação muito radical das relações entre subjetividade e verdade, isso não significa que no interior mesmo da tradição filosófica ocidental não tenham ocorrido tentativas de reaproximação entre técnicas de si e atos de conhecimento. O próprio Foucault afirma que:

> toda a filosofia do século XIX - enfim, quase toda: Hegel certamente, Schelling, Schopenhauer, Nietzsche, o Husserl da Krisis, também Heidegger - e veremos precisamente que, seja desqualificado, desvalorizado, considerado criticamente, seja, ao contrário, exaltado como em Hegel, de todo modo porém, o conhecimento, o ato de conhecimento permanece ainda ligado às exigências da espiritualidade. Em todas estas filosofias, há uma certa estrutura de espiritualidade que tenta vincular o conhecimento, o ato de conhecimento, as condições deste ato de conhecimento e seus efeitos, a uma transformação no ser mesmo do sujeito. (...) E podemos considerar, creio eu, toda a história da filosofia do século XIX como uma espécie de pressão pela qual se tentou repensar as estruturas da espiritualidade no interior de uma filosofia que, desde o cartesianismo, ou em todo caso, desde a filosofia do século XVII, se buscava desprender destas mesmas estruturas (FOUCAULT, 2006, p.38)[16]

A modernidade, portanto, introduziu uma tensão na forma como se pensa a relação entre o sujeito e o conhecimento na medida em que tenta-se aproximar de um ato de conhecimento puro, capaz de ser levado adiante por um sujeito já constituído e dado, ao mesmo tempo em que se percebe os efeitos que esse ato de conhecimento produz no próprio sujeito que conhece. É como se mesmo a partir da ruptura cartesiana não tenha ocorrido uma completa desarticulação das relações entre técnicas de si e atos de conhecimento. Não por acaso, Foucault afirma claramente que existe uma dimensão ascética em todo ato filosófico, já que este precisa sempre ser visto como uma "experiência modificadora de si no jogo da verdade, e não como apropriação simplificadora de outrem para fins de comunicação" (FOUCAULT, 1984, p. 13)**.**

Percebe-se, assim, que o desenvolvimento metodológico que Foucault iniciou em suas pesquisas de 1981 abriram dois caminhos diferentes de análise. O primeiro (aquele que foi seguido nas duas últimas obras que finalizou em vida), o segundo e o terceiro volumes da *História da sexualidade*, constitui-se numa exercício sistemático e demorado de análise dos textos que trataram e desenvolveram a noção de cuidado de si na Antiguidade, cobrindo esse

16Em termos semelhantes, Foucault destaca como a filosofia do século XIX tensiona a ruptura entre técnicas de si e atos de conhecimento a partir da temática da "estética" e "ética do eu". Como ele explica, pode-se pensar a obra de autores como Nietzsche, Stirner, Schopenhauer, Baudeleire, entre outros, como uma tentativa de recuperação daquela dimensão biopoética que configurou as técnicas de si na Antiguidade, dando ensejo a "uma série de tentativas, sem dúvida inteiramente diversas umas das outras, mas todas elas, creio eu, mais ou menos polarizadas pela questão: é possível constituir, reconstituir uma estética e uma ética do eu? A que preço e em que condições? FOUCAULT, 2006, p. 38 e 305.

imenso arco temporal que teve início com os diálogos platônicos e seguiu até os primeiros séculos da era cristã. Nesse percurso, ele descortinou as formas historicamente determinadas que os jogos de verdade assumiram nas relações travadas pelo sujeito de si para consigo. Em outras palavras, o que Foucault realizou foi uma genealogia das técnicas de si na Antiguidade como forma de entender a maneira diversa que tais sujeitos lidavam consigo mesmo, com os outros e com o conhecimento.

Outro caminho aberto para análise é esse que só aparece pontualmente nos cursos que Foucault ministrou no Collège de France, qual seja, a aplicação do conceito de técnica de si como forma de refletir sobre outras formas historicamente constituídas de relações entre os jogos de verdade e as práticas de si. Exemplo disso é a maneira como Foucault propõe uma releitura da história da filosofia ocidental a partir das tensões entre aproximações e recusas do sujeito do conhecimento com práticas denominadas de espiritualidade.

Ademais, vale lembrar que as técnicas de si não devem ser pensadas apenas como um conjunto de práticas que se desenvolveram na Antiguidade. Como lembramos no início, as técnicas de si precisam ser pensadas no interior das relações mais amplas de produção de subjetividade. Nesse caso, é especialmente importante pensá-las a partir das suas articulações com as técnicas de poder ou de governo. Acreditamos que a genealogia do sujeito moderno precisa ser pensada na dupla articulação daquilo que Foucault denominou como “governo de si e dos outros”. Tal expressão pode ser entendida como o movimento constante de ação sobre si mesmo acompanhado pela ação sobre outrem. Em suma, tornamo-nos sujeitos a partir da relação entre técnicas de si e técnicas de poder.

Com base nisso, é possível questionar-se, por exemplo, de que forma, no interior do dispositivo pedagógico, que começou a se constituir em algum momento do século XVIII, pode-se identificar não apenas a ação de técnicas de poder, na sua dimensão disciplinar e biopolítica, mas também a presença de diversas práticas que podem ser entendidas segundo o conceito de técnicas de si. E isso passa bastante longe da ideia de buscar analogias entre as práticas ascéticas ou meditativas da Antiguidade com as práticas que podemos encontrar no interior das instituições escolares que se desenvolveram na modernidade.

Na realidade, mais do que pensar as técnicas de si como modelos trans-históricos, é fundamental entender que tais práticas estavam historicamente situadas, assim como as práticas que desenvolvemos em nosso tempo. Nesse caso, entender a noção de técnica de si como um instrumento metodológico implica em buscar analisar e problematizar as formas

históricas de exercício sobre si mesmo que podem ser identificadas na modernidade, seja dentro das instituições escolares, seja a partir de outras instituições disciplinares.

Isso implica na recusa de pensar as artes de viver e as práticas ascéticas da Antiguidade como modelos para a constituição de uma ética para nosso tempo. Como Foucault afirma, "não encontramos a solução de um problema na solução de um outro problema proposta em outra época por pessoas diferentes". Por isso, uma história das técnicas de si não pode ser pensada como "uma história das soluções", mas "um trabalho de problematização e de perpétua reproblematização". Assim, mais do que buscar nas *tekhnê tou biou* da Antiguidade uma forma de resistência contra as práticas de assujeitamento, pensamos que elas nos fornecem elementos para a construção de análises capazes de problematizar a forma como estão articuladas as técnicas de si e as técnicas de poder no interior da governamentalidade do mundo contemporâneo, seja a partir da análise da instituição escolar, ou a partir da análise de outros espaços que atuam na produção de nossas subjetividades.

É nesse sentido que pode-se falar em uma análise voltada para a compreensão dos mecanismos que tornam possível o funcionamento de uma "tecnologia política dos indivíduos", por meio da articulação entre as diversas práticas que constituem as técnicas de si, com as práticas que permitem o exercício das técnicas de poder. É por isso que Foucault afirma que:

> Se considerarmos a questão do poder, do poder político, situando-a na questão mais geral da governamentalidade - entendida a governamentalidade como um campo estratégico de relações de poder, no sentido mais amplo do termo, e não meramente político, entendida pois como um campo estratégico de relações de poder no que elas têm de móvel, transformável, reversível -, então, a reflexão sobre a noção de governamentalidade, penso eu, não pode deixar de passar, teórica e praticamente, pelo âmbito de um sujeito que seria definido pela relação de si para consigo. Enquanto a teoria do poder político como instituição refere-se, ordinariamente, a uma concepção jurídica do sujeito de direito, parece-me que a análise da governamentalidade - isto é, a análise do poder como conjunto de relações reversíveis - deve referir-se a uma ética do sujeito definido pela relação de si para consigo. Isto significa muito simplesmente que, no tipo de análise que desde algum tempo busco lhes propor, devemos considerar que relações de poder/ governamentalidade /governo de si e dos outros/relação de si para consigo compõem uma cadeia, uma trama e que é em tomo destas noções que se pode, a meu ver, articular a questão da política e a questão da ética.(FOUCAULT, 2006, p. 306-307).

Nessa perspectiva, vale destacar duas abordagens que articulam de forma muito efetiva a reflexão sobre técnicas de poder e governo com as técnicas de si a partir de uma análise da governamentalidade. Trata-se do trabalho de Dora Lilia Marín-Díaz e de Jorge Ramos do Ó. O primeiro trabalho é um estudo detalhado dos discursos contemporâneos chamados de autoajuda, entendidos como uma manifestação das técnicas de si que atuam com finalidades educativas em nossa sociedade. Como a autora explica, "podemos encontrar hoje um amplo número de práticas orientadas para a condução da conduta dos indivíduos por eles mesmos que podemos considerar educativas, num sentido amplo do termo. Entre essas práticas encontram-se os discursos de autoajuda em suas mais variadas versões e formatos: *talk show*; seções de conselhos de jornais e revistas; páginas da Internet; a indústria editorial da autoajuda, da superação pessoal etc; as práticas privadas dos clínicos em psiquiatria, psicologia e filosofia prática; a consultoria de empresas em gestão de recursos humanos e manipulação de conflitos; os serviços de bem-estar social; os planos de estudo escolares que incluem desde aulas de comportamento e saúde até aulas de resolução de conflitos e agora, como é moda, de *bullying* ou acosso escolar; além de um leque de grupos de apoio para as mais variadas adições e aflições humanas" (MARÌN-DÍAZ , 2012, 37-38).

E a autora continua, afirmando que essas manifestações variadas de discurso de autoajuda se organizam a partir de um movimento triplo, qual seja, a "exercitação-individualização-condução", ou seja, são discursos que funcionam a partir de um exercício constante de si sobre si mesmo. É esse exercício que permite a construção da individualidade de cada um, o que garante uma operação de condução de si para si até uma determinada finalidade. No fundo, o elemento central da autoajuda é aquela operação de transformação de si mesmo que Foucault analisou sob a perspectiva da técnica de si da Antiguidade. Porém, essa transformação assume novos significados e finalidades na contemporaneidade.

Nesse sentido, a autora elabora uma reflexão metodológica muito importante, ao lembrar que do ponto de vista morfológico, as técnicas de si podem apresentar elementos muito similares em diferentes contextos. Assim, pode-se encontrar proposições semelhantes como a valorização da meditação, da escrita de si, da memorização, entre inúmeras outras estratégias ascéticas, em variadas sociedades ou momentos históricos. Porém, essa morfologia das técnicas precisa ser problematizada a partir de suas relações com "formas de pensamento e racionalidades diferentes", já que estas "fazem com que elas ajam de modos distintos para outros propósitos e, por isso mesmo, sejam diferentes: as técnicas atualizam-se e atualizam

os dispositivos aos quais se incorporam, produzindo práticas diferentes" (MARÌN-DÍAZ , 2012, 28).

Por isso, ainda que "as técnicas possam ser transferidas de um campo a outro, de um momento histórico a outro, e que, portanto, sua história é relativamente autônoma (ainda que não totalmente) com relação aos processos econômicos, sociais, políticos dos grupos humanos nos quais se inserem ou nos quais se produzem", suas finalidades são totalmente diversas e é isso que exige a problematização numa análise genealógica (MARÌN-DÍAZ , 2012, p.28). Identificar os elementos morfológicos daquilo que Foucault chamou de cuidado de si é possível em discursos contemporâneos variados, porém isso não significa que suas finalidades são as mesmas.

E diante disso, qual seria a finalidade que as técnicas de si assumem no interior dos discursos de autoajuda que produzimos contemporaneamente? Em apenas uma palavra, a felicidade. Esta palavra, porém, não tem um sentido universal e unívoco, mas precisa ser entendida numa perspectiva histórica e pode-se afirmar que num ambiente (neo) liberal como o nosso, o que está "intimamente ligado à felicidade" nos mais variados discursos de autoajuda é "o sucesso em suas dimensões laboral e econômica" (MARÌN-DÍAZ , 2012, p.74).

A operação sobre si mesmo que é proposta nas mais diversas obras de autoajuda visa garantir o sucesso profissional, econômico e produtivo, como a forma de se alcançar a felicidade nesse mundo. Assim, trata-se de realizar um conjunto de exercícios sobre si mesmo que tornam possível a produção de um novo *eu*, um *eu* capaz de sempre aprender, sempre se adaptar. Novamente, como nos afirma Dora Lilia, "o *télos* do sucesso contemporâneo, ao que parece, funda-se na ideia de que as pessoas devem vencer dois grandes inimigos: a si mesmos e às dificuldades interpostas no seu caminho para conseguir as coisas que hoje aparecem vinculadas a isso que aceitamos como fontes da felicidade - reconhecimento social, estabilidade econômica, êxito laboral e famílias conformadas tradicionalmente" (MARÌN-DÍAZ , 2012, p.88).

Há, portanto, recuperando aquela formulação muito pertinente de Foucault, um processo biopoético operando no interior desses discursos de autoajuda. Trata-se da constante operação sobre si mesmo para se produzir como um sujeito competente, responsável, eficiente e altamente adaptável ao mundo em que vivemos. Vale destacar que essa adaptabilidade está profunda articulada com o discurso do contínuo aprendizado. Não basta mais cumprir um percurso delimitado de escolarização para aprender a ser um sujeito produtivo, mas é necessário aprender continuamente, transformando a vida em uma grande

escola. E isso é uma peça central para o funcionamento das práticas de governo em nosso mundo contemporâneo.

Assim, não seria um equívoco apontar que o *télos* dessas práticas de si não converge para outra direção senão para essa "racionalidade de governo neoliberal" que não pensa o governo a partir de uma ideia de população enquanto massa indistinta e que pode ser conduzida a partir de elementos estatísticos e normativos, mas que a pensa enquanto um "capital humano - materializada em um coletivo de indivíduos 'aprendentes' e 'auto-organizados' segundo suas necessidades de aprendizagem, tanto naturais quanto relacionadas às novas condições econômicas, sociais, culturais e políticas do seu meio" (MARÌN-DÍAZ , 2012, p.138).

Nesse sentido, vale destacar que essa é a tese defendida também por Nikolas Rose quando afirma que "as práticas psicoterapêuticas que se organizaram no último século agem de modo *análogo às práticas desenvolvidas na antiguidade greco-romana.* O autor explica que os velhos exercícios espirituais agiram da mesma forma que as atuais formas de psicoterapia: elas 'servem para que as pessoas se assumam a si mesmas como objeto da sua própria reflexão e transformação, mas sempre sob a guia de uma autoridade" (MARÌN-DÍAZ , 2012, p.140)[17].

Dessa forma, as práticas psicoterapêuticas e os discursos de autoajuda seriam duas manifestações das técnicas de si no mundo contemporâneo. E ambas convergem na mesma direção, qual seja, criar mecanismos que podem ser operados pelos próprios indivíduos para garantir o funcionamento da governamentalidade (neo) liberal que opera em nosso mundo. Muito mais do que práticas de resistência, as técnicas de si seriam a outra face das práticas de governo. Aquela face que é interiorizada pelo próprio sujeito no governo de si para si mesmo.

Não é gratuito que esses discursos assimilem com tanto interesse os textos de muitos autores antigos que trataram das técnicas de si, inclusive aqueles que são analisados por Foucault quando se debruça sobre o cuidado de si. Como nos lembra Dora Lilia, títulos como "Saber envelhecer" de Cícero, "Sobre a brevidade da vida" de Sêneca, as "Meditações" de Marco Aurélio ou "Consolações da filosofia" de Boécio foram transformados em obras de autoajuda e fazem parte do arsenal de discursos que apresentam técnicas para que os sujeitos

17Grifos nossos. Sobre esse tema, cf ROSE, Nikolas. *Inventing our selves: psychology, power and personhood. EUA*: Cambridge University Press, 1998.

contemporâneos exercitem a si próprios de modo a alcançar a felicidade e o sucesso no competitivo mundo contemporâneo (MARÌN-DÍAZ , 2012, p.60).

O grande interesse no trabalho da referida autora é justamente a forma como ela evidencia aquela cadeia que Foucault afirma existir entre poder/governamentalidade/governo de si e dos outros/relação de si para consigo, ou seja, a articulação entre técnicas de poder/governo e técnicas de si como o elemento que permite o funcionamento de uma dada governamentalidade. Nesse ponto, vale destacar a contribuição que o segundo autor mencionado anteriormente fornece para a compreensão desse vínculo. Trata-se da obra de Jorge Ramos do Ó, que se debruçou longamente sobre a instituição escolar e a forma como ela opera como um elemento importante para o exercício do governo em nosso mundo.

Nesse caso, uma das inúmeras contribuições oferecidas pelo autor português é pensar o espaço escolar não apenas sob o prisma das técnicas de poder e governo, mas também do ponto de vista das técnicas de si. Isso porque, como ele explica, "desde finais do século XIX, a conduta do aluno passou a constituir o problema pedagógico maior e a cultura de si foi imaginada pelas sucessivas autoridades científicas e escolares como a ocupação mais importante a desenvolver pelo aluno"[18].

Isso significa que a instituição escolar não é apenas um espaço no qual se coloca em funcionamento aquelas relações de poder denominadas disciplinares e biopolíticas, mas também um local onde se desenvolvem "tecnologias do eu" que são operadas pelos próprios indivíduos, já que estas se referem a um conjunto de técnicas que "incitaram o sujeito a agir e operar modificações sobre a sua alma e corpo, pensamento e conduta, vinculando-o a uma atividade de constante vigilância e adequação aos princípios morais em circulação na sua época"[19].

E no caso da instituição escolar, as técnicas de si se desenvolvem em torno da noção de "aluno autônomo". Esta noção estava assentada na ideia de que "o sistema que melhor convém à criança é aquele no qual ele aprende o melhor meio de controlar a si próprio". Nesse caso, "o aluno seria levado a valorizar o estudo e a refletir por si próprio, tendo daqui saído os constantes apelos ao trabalho pessoal, livre e voluntário". Isso implica em mutações profundas no sistema de "recompensa material/punição corporal", sendo este substituído por "estratégias da responsabilização direta: os alunos têm cumprido os ciclos escolares sempre a

18Ó, Jorge Ramos do. "Tecnologias de subjetivação no processo histórico de transformação da criança em aluno a partir de finais do século XIX". In: BRANCO, Guilherme Castelo e VEIGA-NETO, Alfredo (org.). Foucault: *filosofia & política.* Belo Horizonte: Autêntica, 2011, arquivo digital sem paginação.
19Ibid., arquivo digital sem paginação.

ouvir que a experiência do bem e do mal, da dor e da alegria, mais não são que consequências naturais de cada um dos atos por si praticados" (Ó, 2003, p. 122).

Ao lado da noção de "aluno autônomo" temos a de "autoeducação", na qual cabe ao aluno realizar de si para si as operações necessárias ao conhecimento. O aprendizado deixa de ser visto, no discurso pedagógico produzido a partir da virada do século XIX para o XX, como a transmissão de um saber do professor ao aluno e torna-se um movimento que o aluno realiza a partir de operações sobre si mesmo, modificando aquilo que ele é no processo (Ó, 2003, p. 140). Vemos assim que as práticas de poder exercidas no interior do espaço escolar não se bastam por si mesmo, não se realiza apenas pela condução das condutas do outro, mas exigem que cada um governe a si próprio a partir de técnicas que se realizam de si para si.

É a partir desse princípio que a modernidade (neo) liberal, caracterizada por Jorge Ramos do Ó como um momento no qual existe o "permanente desígnio de governar sem governar, de ampliar o poder até os limites mais distantes, ou seja, às escolhas de sujeitos autônomos nas suas escolhas", pode funcionar enquanto uma "sociedade educativa"[20], na qual os sujeitos estão aptos a se governar por si mesmos, responsabilizando-se por suas ações e necessidades.

Nesse sentido, percebe-se claramente a articulação entre processos de autoeducação, discursos de autoajuda e práticas psicoterapêuticas como nexo central das técnicas de si no mundo contemporâneo. É essa articulação que torna possível a constante fabricação do sujeito autodirigido e capaz de agir de acordo com as necessidades profissionais desse mundo (neo) liberal.

Assim, pode-se questionar se a busca de uma educação voltada para a boa vida, ou para a potencialização do pensamento, não seria apenas mais uma manifestação dessa governamentalidade (neo) liberal, na medida em que ela implicaria na realização de sujeitos cada vez mais responsáveis pela própria realização de suas capacidades e competências, constituindo-se quase num dever moral de si para consigo. O fracasso na empreitada de se tornar um sujeito pensante e autônomo é o contraponto da boa vida. Assim, o discurso de autoajuda e da busca pela felicidade permitem o funcionamento de uma cisão fundamental, qual seja, aquela que separa os que são bem-sucedidos (autônomos, realizados, felizes) e os que fracassam (aquele que é incapaz de alcançar a felicidade, que não consegue se realizar profissionalmente).

20Sobre o conceito e algumas de suas implicações, cf. NOGUERA-RAMÍREZ, Carlos Ernesto. Pedagogia e governamentalidade: *ou da Modernidade como uma sociedade educativa.* Belo Horizonte: Autêntica, 2011.

Mais do que uma ruptura com a governamentalidade de nosso mundo, tais praticam possibilitam o contínuo governo sem governo, afinal cada um de nós assume a responsabilidade de governar a si próprio, por meio das mais variadas técnicas. Pode-se dizer mesmo que a felicidade se constitui num poderoso dever. E a sua não realização é lançada no campo do patológico, de onde surge um conjunto variado de síndromes e problemas psiquiátricos. O infeliz é aquele que não consegue operar as técnicas de si para se governar, precisando assim do governo dos outros (o psiquiatra, o psicólogo, o médico).

Essa breve incursão pelo campo dos estudos foucaultianos ajuda a destacar a pertinência metodológica do conceito de técnica de si para se problematizar a governamentalidade em nosso mundo. Vale reafirmar o que já foi indicado antes, as técnicas de si não funcionam na contraposição das técnicas de poder/governo, mas precisam ser compreendidas como um dos aspectos que permite o funcionamento do governo em nosso mundo.

Isso não significa que o instrumental metodológico oferecido pelo conceito de técnicas de si também não possa nos ajudar a refletir sobre formas de resistência e oposição aos modos de governo vigentes em nosso mundo, abrindo caminho para um campo de análise propriamente das relações éticas que os sujeitos podem assumir de si para si diante das técnicas de governo em curso em nosso mundo. O que está em jogo é a problematização dos próprios ideais de “boa vida” e “felicidade”, na medida em que são esses mesmos ideais que estão profundamente comprometidos com as práticas de governo que presentemente vigoram em nossa sociedade.

É, portanto, para o interior dessas relações recíprocas entre poder, técnicas de si e exercício do governo que acreditamos ser necessário dirigir o olhar de nossa análise a partir das perspectivas metodológicas propostas por Foucault nesse momento de sua obra. E é por meio das problematizações das relações entre governo de si e governo dos outros que torna-se possível pensar numa (im)possível “ética do eu”.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGAMBEN, Giorgio. Homo sacer: *o poder soberano e a vida nua I.* Belo Horizonte: UFMG, 2002.

FOUCAULT, Michel. A Hermenêutica do Sujeito: *curso dado no Collège de France, 1981-1982.* São Paulo: Martins Fontes, 2006.

_____. História da Sexualidade, 2: *o uso dos prazeres.* Rio de Janeiro: Edições Graal, 1984.

_____. História da Sexualidade, 3: *o cuidado de si.* Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985.

_____. Subjectivité et vérite: *cours au Collège de France, 1980-1981*. Paris: Gallimard, 2014.

_____. "Subjectivité et vérité". In: _____. *Dits et écrits II. 1976-1988.* Paris: Gallimard, 2001a.

_____. "Sexualité et solitude". In: _____. *Dits et écrits II. 1976-1988.* Paris: Gallimard, 2001b.

_____. "À propos de la généalogie de l'éthique: un aperçu du travail en cours". In: _____. *Dits et écrits II. 1976-1988.* Paris: Gallimard, 2001c

_____. "Structuralisme et poststructuralisme". In: _____. *Dits et écrits II. 1976-1988.* Paris: Gallimard, 2001d.

HADOT, Pierre. *Exercices spirituels et philosophie antique.* Paris: Albin Michel, 2002.

MARÌN-DÍAZ, Dora Lilia. Autoajuda e educação: *uma genealogia das antropotécnicas contemporâneas.* Tese de doutorado. Porto Alegre: UFRGS, 2012

NOGUERA-RAMÍREZ, Carlos Ernesto. **Pedagogia e governamentalidade**: *ou da Modernidade como uma sociedade educativa.* Belo Horizonte: Autêntica, 2011.

Ó, Jorge Ramos do. O governo de si mesmo: *modernidade pedagógica e encenações disciplinares do aluno liceal (último quartel do século XIX-meados do século XX).* Lisboa: Educa, 2003.

_____. "Tecnologias de subjetivação no processo histórico de transformação da criança em aluno a partir de finais do século XIX". In: BRANCO, Guilherme Castelo e VEIGA-NETO, Alfredo (org.). Foucault: *filosofia & política.* Belo Horizonte: Autêntica, 2011.

ROMANDINI, Fabián Ludueña. *A comunidade dos espectros I. Antropotecnia.* Florianópolis: Cultura e Barbárie, 2012.

ROSE, Nikolas. Inventing our selves: *psychology, power and personhood.* EUA: Cambridge University Press, 1998.