

A ética do cuidado de si: ensaio sobre um paradigma de discernimento e convivência

The ethics of self care: essay on a paradigm of discernment and coexistence

Gisela Isolde Waechter Streck¹
Giorlando Laranjeira Barbosa²

Resumo

Neste ensaio são apresentadas reflexões que visam fomentar um sistema ético, numa perspectiva que encarne a linguagem essencial que insere a pessoa em toda a sua complexidade nas decisões e ações, evidenciando a ética do cuidado como paradigma moral. Nessa perspectiva, há uma inclinação insistente, de forma verificada, pelas emoções que ampliam o conceito de justiça para além da cognição, haja vista que a verdadeira justiça e o discernimento decorrem do cuidado, quando relacionado às dimensões eu-tu-nós, o que integra e amplia a visão desse princípio, que só se completa enquanto princípio válido no cuidado de si e do outro. Assim, mais que uma análise descritiva, este texto revela esse paradigma como técnica aplicada em sua essência para a resolução de conflitos pessoais, sociais, institucionais e religiosos – com leveza, razão e sem negligenciar os sentimentos da pessoa ou feri-la em sua dignidade e autonomia.

Palavras-chave

Discernimento. Ética. Dignidade. Autonomia. Cuidado.

Abstract

In this essay are presented reflections that aim to foster a ethical system in a perspective that incarnate the essential language that inserts the person in all its complexity in decisions and actions, evidencing the ethics of care as a moral paradigm. In this perspective, there is a great insistence, in a verified way, for the emotions that extend the concept of justice beyond cognition, given that the true justice and discernment stem from care, when related to the me-you-us dimensions, which integrates and expands the vision of this principle, which can only be completed as a valid principle in the care of the self and the other. So, more than a descriptive analysis, this text reveals this paradigm as a technique applied in its essence for the resolution of personal, social, institutional and religious conflicts – with lightness, reason and without neglecting the person's feelings or hurting them in their dignity and autonomy.

Keywords

Discernment. Ethics. Dignity. Autonomy. Care.

INTRODUÇÃO

O cuidado é sentido de crítica para o tipo de sociedade em que vivemos: racionalista que esvazia a capacidade sensível de interação com o todo e torna difícil a convivência. É base fundamental que tem como fim de suas ações o bem que integra o todo (BOFF, 2008. p. 43). O cuidado é um prestar atenção em, é realizar, preocupar-se com, responsabilizar-se por (HEIDEGGER, 2014, p. 261), administrar, tomar conta, ter atenção para consigo interna e

¹ Doutora e bacharel em Teologia pela Faculdades EST. Professora do Programa de Pós-Graduação em Teologia da Faculdades EST. Contato: giselastreck@gmail.com.

² Doutorando e mestre em Teologia pela Faculdades EST. Bacharel em Teologia pela Faculdade Católica de Fortaleza (FCF). Contato: giorlandobarbosa@gmail.com.

externamente. É um olhar para o futuro, um projetar-se a partir do aqui como comportamento consciente de atenção e vigilância, para uma prática de responsabilidade além de si.

A palavra cuidado – *cura, terapia, terapeuta* – adquire o significado de acudir, socorrer a quem precisa, ajudando-o a sarar as suas doenças, expandindo-se, portanto, para o termo *serviço* (RUSCONI, 2005, p. 224). Em seu aspecto de cura ou *coera*, manifesta seu costume de uso nas relações de amor e amizade, a expressar-se tanto por uma pessoa como por um objeto de forma inquietante (BOFF, 1999b, p. 91). O cuidado na tradução cura (HEIDEGGER, 2014, p. 264) pode ser encontrado na expressão hebraica *rāfā*, que significa viver ou fazer viver como início de um processo de libertação de um, ou algum estado de entrega ao mal moral.

O cuidado é atitude que evoca pensar e agir, explicitando sua íntima relação com a dimensão responsabilidade, e que inclui reparação de danos eventualmente causados. Logo, enquanto cura, o cuidado é forma ontológica (HEIDEGGER, 2014, p. 265) que, pelas dimensões de compaixão e simpatia, adquire sentido de “desvelo, solicitude, diligência, zelo, atenção, bom trato” (BOFF, 1999b, p. 91), evoluindo na consciência o sentimento de responsabilidade, amor, compaixão. A intimidade desse estado de ser enquanto princípio revela possibilidade de salvação da humanidade (BOFF, 1999b, p. 10). Além disso, o cuidado é o modo pelo qual também se nomeia a prática humana de moralidade, ato derivado da consciência em sua qualidade e atributo essencial revelado no meio em que o ser vive e no qual se estrutura o desejo de intenção em guardar o valor do cuidado, bem pessoal e social, que não é só um fazer ou adjetivo que se expõe pela beleza estético-sentimental, é atitude (FURROW, 2007, p. 142).

1 O CUIDADO ENCARNADO

O cuidado é presença (HEIDEGGER, 2014, p. 251) a mover-se do humano para o outro, um símbolo de alteridade e saída do eu que se conecta com as dimensões transcendentais, meio e ligame entre o além e o aqui, criador e criaturas, matriz disciplinar de crítica para a contemporaneidade e interpretações de dilemas. É “princípio inspirador de um novo paradigma de convivialidade” (BOFF, 1999b, p. 13), um princípio comportamental universal, transcendente, que se relaciona com todas as realidades e formas de vida (BOFF, 1999b, p. 92). É o sentir a realidade do outro por solidariedade. Sentir com, mais que compreender. Nesse aspecto, cuidado é sintonia com, é auscultar o ritmo e afinar-se ao, atribuindo valor ao seu estado de sentimento, fazendo emergir daí a dimensão de alteridade, respeito, sacralidade, reciprocidade e complementaridade, cuja espiritualidade caracteriza-se na experiência de cuidado pela misericórdia verificada na parábola do bom samaritano (Lc 10,30-37) e do filho pródigo (Lc 15,11-32).

O cuidado pleno manifesta-se em Jesus Cristo (PAGOLA, 2014, p. 198-206), por sua “humanidade-divindade”, em atitudes. Jesus Cristo cuidou enquanto “verdadeiramente Deus e verdadeiramente homem” (DENZINGER; HÜNERMANN, 2007, p. 301-302), com capacidade e conteúdo de cura manifesto em suas parábolas e palavras (GRÜN, 2013), indicando a

realidade de salvação. De Jesus aprende-se a imitar seu jeito de cuidar através de atitudes capazes de despertar “preocupação, inquietação e sentido de responsabilidade” (BOFF, 1999b, p. 91). Ele acolhia e compreendia a cada pessoa porque resgatava com perfeição a dimensão do cuidado, colocando-a como base fundamental para interpretar a existência de cada ser.

Jesus Cristo é o que mais encarna a figura do cuidado, por ter revelado um Deus-cuidado, “com a força da sua palavra e com os gestos de suas mãos” (PAGOLA, 2014, p. 206), cuja chave ética é a misericórdia (KASPER, 2015) para com as pessoas perseguidas, excluídas e marginalizadas, que, pelo testemunho de pessoas seguidoras, buscam estreitar laços de fraternidade (BOFF, 1999b, p. 168-169) na expressão do cuidado pela ternura para com as pessoas. Desse modo, observa-se que o cuidado não se desenvolve excluindo, deletando o tu das relações, mas no olhar a face do outro como lugar de ressurreição, cujo ponto culminante é o amor (BOFF, 1999b, p. 139) que cuida para uma vida digna e plena de igualdade (Jo 10,10).

O cuidado em sua dimensão política é *denúncia* daqueles e daquelas que oprimem. É consolo às pessoas desesperadas e aflitas. Manifesta disposição a correr riscos por causa dos excluídos e excluídas, e contempla pessoas que sofrem violência pela sua cor, raça, orientação sexual ou religião. Assim, no cuidado de si, cada ser pessoa deve cuidar tanto dos anjos quanto dos demônios interiores, pois carrega tanto a forma angelical como a demoníaca. Essas forças podem unir e desunir, mas mediante a liberdade e a responsabilidade pode-se cuidar do espírito, através do cultivo de valores e sonhos que possibilitam firmeza no caminhar da vida em direção às forças interiores de esperança e contemplação, pela oração ao bem que está em toda pessoa no tudo que é Deus (BOFF, 1999b).

2 O PRINCÍPIO DO CUIDADO DE SI

O cuidado de si em relação ao cuidado não é uma tautologia (HEIDEGGER, 2014, p. 260), é basilar amostra de liberdade e poder do humano sobre si, mesmo diante das determinações externas e da capacidade de governo de si e de governo dos outros pelo autocontrole e conquistas. A subjetivação faz com que o ser pessoa possa mergulhar no seu eu integrando-se com o outro. Esse movimento é chamado *epimiléiaheautoû*, que significa o cuidado de si mesmo, uma condição específica para o desenvolvimento de uma consciência ocupada e preocupada consigo, cujo *conhece-te a ti mesmo* possui a mesma significação do *cuida de ti mesmo*.

O ser humano, pelo cuidado de si, assume a dimensão de finitude e reconhece o seu ser limitado, mortal. Consequentemente, é capaz de administrar suas potencialidades, não se permitindo o domínio ilusório. O “conhece-te a ti mesmo” (PLATÃO, 1971) está em íntima conexão com o cuida de ti mesmo (FOUCAULT, 2010a, p. 4-6). Essa ocupação consigo mesmo manifesta a centralidade da ética humana que, em sua universalidade, observa primeiro o cuidado de si antes de cuidar do outro como uma espécie de testemunho de realização. É sentido

de objetivo pelo qual já deseja buscar realizar em si seu governo que transcende as realidades na forma de inspiração (FOUCAULT, 2010a, p. 6-8).

O cuidado de si é fundamento para o autoconhecimento pela renúncia, cujo sentido é a direção ao outro. Assim, o bom comportamento deriva de um *insight* interior de cuidado consigo, sem com isso o entender como uma atitude egoísta, mas sim como um despertar equilibrado na observação do seu próprio eu, ao fim estabelecido, como um bem ao outro. É um tirar a trave do seu próprio olho (Mt 7,5) e um “amar ao próximo como a si mesmo” (Mt 22,37-39). Portanto, uma consciência incapaz de contemplar a si é também incapaz de desenvolver-se moralmente e estabelecer saudáveis conexões com o outro.

Sócrates é o modelo eleito por Michel Foucault para o cuidado de si. Em suas interpelações, este cria memória nos corações sobre a necessidade do cuidado de si (FOUCAULT, 2010a, p. 9). Esse modelo de cuidado tem a ver com o observar seu eu interior, a sua alma, e servir a uma verdade útil ao ser pessoa como referência para uma moral da subjetividade. O cuidado de si é privilégio em sua forma mais restrita. Observa-se na história que só as elites podiam realizar tal luxo, enquanto a classe operária dedicava-se ao trabalho e à luta pela sobrevivência, à busca ao que comer e ao que vestir, além de cuidar do que pertencia às pessoas de classes privilegiadas para que aquelas pudessem realizar-se em sua esfera contemplativa. Observa-se que o cuidado de si, ainda hoje, é um fenômeno de elite, ainda mais em sociedades capitalistas neoliberais com jornadas de trabalho sufocantes.

O cuidado de si é acessível quando entendido como espiritualidade, mesmo sendo cultivo de poucos, o que gera desigualdade nos níveis de bem-estar. O cuidado de si (FOUCAULT, 2010a, p. 10-11) é atenção e mudança de olhar, que se direciona para a interioridade e a subjetividade em seus pensamentos e crises, sofrimentos e frustrações, em direção a uma liberdade de saber-se mais de si para a realização de seus projetos de vida. Em outras palavras, no cuidado de si são realizadas ações pelas quais se manifestam possibilidades de assumir, modificar, purificar, transformar e transfigurar as concepções da existência a partir de si mesma, o que permite à pessoa um desenvolvimento além do que é estabelecido, sinalizando uma realidade de ser que se encontra e vive em si uma condição de estabilidade no desejo de ir em direção à essência.

2.1 Técnicas do cuidado si

As técnicas para observar o seu interior e perceber as suas possíveis atrofias são indicadas no assumir o peso de ser quem se é em seus fracassos, dificuldades, indiferenças e conflitos. É dessa forma que o ser humano pode se redimir e modificar-se ao estado de conversão que observa em si características necessárias de mudança e encaminha-se à purificação: limpeza da alma pelo desapego e renúncia do que não permite o ser vir a ser quem é (GRÜN, 2005, p. 79-82). Purifica-se por uma espécie de ritual religioso que estabelece preparação para o novo e gera um estado de liberdade, configurando uma consciência de si.

Assim, passa-se à transformação: exercício de deixar as antigas formas. Esse é um processo em desenvolvimento, uma ação de transformar-se pelo conflito, o que gera uma nova compreensão de virtude, cuja finalidade é o transfigurar-se, ou seja, adquirir uma nova figura, nova imagem de si mesmo, uma nova consciência, alcançando o ponto mais alto da evolução e universalização de princípios, e visualizando o sentido de glória manifesta na luta em direção ao desejo. Esse caminho para o cuidado de si ocorre na prática da meditação, no fazer memória de si pelo exame de consciência, verificando as verdades que se manifestam e gritam por alcançar novos estágios (FOUCAULT, 2010a, p. 12). Por essa prática de subjetividade, a pessoa conhece a si e pode auxiliar o outro no avanço do relacionamento com o que há de mais íntimo e precioso em seu estado de ser.

Na atenção aos conflitos internos, o ser humano encontra caminhos para evoluir em seu desenvolvimento e necessidade de moralidade e princípio pelas variações de cuidado e de ocupação consigo, pois quem busca no outro o pleno prazer da existência vive estagnado e em descuido do seu eu. Desse modo, o melhor eu livre é o si mesmo, para que possa fazer do outro um melhor (HEIDEGGER, 2014, p. 254). Por isso, o desenvolvimento da moralidade pessoal influencia e colabora para que a subjetividade seja autônoma e relacional, coletiva, corrigindo-a sem deixar-se agredir e nem agredir, modificando-se para que o outro alcance força sem gerar no eu fraqueza.

2.2 A espiritualidade do cuidado de si

O cuidado de si manifesta-se enquanto espiritualidade e assume em seu conteúdo práticas e ritos que oferecem benefícios ao sujeito, visando que este realize profundo encontro consigo, por uma presença que encaminha a verdade, pelo desejo de ser, pela necessidade de resistência e por uma ascese libertadora (FOUCAULT, 2010a, p. 13-16). Portanto, o acesso à verdade do princípio de universalidade ética acontece por meio de uma visão de cuidado de si no cultivo da transcendência, que é,

para a espiritualidade, um ato de conhecimento, em si mesmo e por si mesmo, [que] jamais conseguiria dar acesso à verdade se não fosse preparado, acompanhado, duplicado, consumado por certa transformação do sujeito, não do indivíduo, mas do próprio sujeito no seu ser de sujeito (FOUCAULT, 2010a, p. 17).

A prática de uma espiritualidade mergulha o sujeito no cuidado de si na medida em que faz com que ele se volte para si mesmo e acesse o seu conteúdo mais profundo de verdade pelo conhecimento como caminho aberto e indefinido, capaz da verdade no conhecer a si mesmo e cuidado de si (FOUCAULT, 2010a, p. 18-19). Por muito tempo, a reflexão sobre o cuidado de si foi abandonada, mas não perdeu conexão e importância de equilíbrio para discernimentos e julgamentos. Nesse sentido, a Teologia foi responsável por esse rompimento, e nela estão as raízes desse rompimento conectivo, pois, à medida que uma pessoa conhece a Deus, o coloca

como modelo de sua vida e se põe em seguimento dele. Logo, dispensa o observar-se a si e o cuidar de si, cujo fim é conhecer-se. Contudo, a partir desse encontro com a divindade, tudo já está dado, relevado, e já se sabe por onde caminhar.

Em um segundo momento, essa consciência entende que Deus é aquele que tudo conhece, onisciente, e as pessoas podem conhecer a esse Deus; e o que dele deriva pode ser auxílio certo e verdadeiro para as realidades de relação no mundo. Assim, não há necessidade de voltar-se para si no objetivo de conhecer-se, basta voltar-se para Deus, pois para conhecer a verdade basta que se conheça a Deus: “conhecereis a verdade e a verdade vos libertará” (Jo 8,32), associando o ato do conhecimento de si, do cuidado de si, a uma espécie de espiritualidade (FOUCAULT, 2010a, p. 26-29).

A filosofia do século XIX reencontra o cuidado na forma de cuidado de si, como configuração mais universal de espiritualidade e, a priori, como privilégio social, político e econômico, cuja necessidade é o ocupar-se consigo, principalmente quando justifica que “temos que nos ocupar com nós mesmos e é para podermos fazê-lo que confiamos a outros nossos trabalhos” (FOUCAULT, 2010a, p. 31). Mais uma vez, e com explícita clareza, percebe-se que o cuidado de si esteve – está – ligado a pessoas livres, de classes sociais altas, um privilégio que os escravos e subalternos, a classe trabalhadora, não poderia obter nem dar-se ao luxo.

2.3 Comportamento e cuidado de si

Da máxima “aplica teu espírito sobre ti mesmo” (FOUCAULT, 2010a, p. 32) nasce o cuidado, especificamente quando se observa a pessoa desejosa do governo dos outros e outras e incapaz de governar a si. Nesse momento se percebe o conselho oferecido a Alcibíades pelo jovem Cármides: “Toma consciência das qualidades que possuis e assim poderá tomar parte da vida política” (FOUCAULT, 2010a, p. 32). O cuidado de si equilibra o cuidado do outro, gerando a forma original e essencial do cuidado, que é a verdadeira justiça, cuja balança equilibra-se, de um lado, pelo outro e, de outro lado, pelo eu. Mas é necessário que esses cuidados estejam equilibrados. O cuidado de si, por analogia, manifesta-se no desenvolvimento das qualidades de sabedoria, justiça, temperança, coragem (FOUCAULT, 2010a, p. 33).

Desse modo, o cuidado de si é um descobrir-se em desenvolvimento constante de sua potência, um aceitar-se, acolher-se e, no reconhecimento das imperfeições, assumi-las. Quem não observa suas inferioridades morais, seu atraso de consciência, não é capaz do cuidado. Para isso, faz-se necessário um autoexame para a construção de uma subjetividade edificada na experiência do eu, o cuidado de si (FOUCAULT, 2014a, p. 275). A verdadeira tecnologia do cuidado pode ser encontrada por meio da observação do seu eu, cujo fim é externalizar o essencial eu melhor, que eleva o outro ao mais alto nível de desenvolvimento.

Na medida em que a pessoa descobre sua ignorância, ela é capaz de entender que chegou o tempo de cuidar de si antes de cuidar do outro, de buscar evoluir e desenvolver a sua consciência moral de cuidado, evitando projeções do seu eu no desenvolvimento do outro.

Assim, o ocupar-se consigo, “tomar cuidado de si mesmo” (FOUCAULT, 2010a, p. 34), é uma necessidade do ser pessoa, que se revela frutífero exercício de poder pelo qual se manifesta segura autonomia de relação na esperança, na ocupação consigo para um bom governo dos outros. É por uma educação de si, suficientemente profunda, que se edifica o cuidado de si (JUNG, 1972, p. 148-167).

A pessoa que ignora a necessidade de se ocupar consigo revela-se perdida no externo e com inclinações possíveis de desconexão da sua base essencial. Assim, a pergunta sobre “quem sou eu?” respondida pode encaminhar à profunda compreensão de quem é o outro. Ou seja, é no conhecimento da identidade pessoal que a pessoa adquire capacidade de se relacionar, humanamente e moralmente, para além de si, quando estabelece sólida conexão, reconhecendo o outro em si e o eu no outro, sem confundir-se ou misturar-se, mas, livremente, entendendo que o outro importa e se constitui em acréscimo ao seu eu.

Se alguém quer ser gestor de alguma coisa deve começar a gerir primeiro a si (GRÛN, 2012, p. 20-24), a sua felicidade, o seu bem-estar, e evoluir os seus níveis de cuidado. E esse se liga intimamente à condição do governo dos outros (FOUCAULT, 2010a, p. 36-37). O desenvolvimento do cuidado de si não reforça noções que bloqueiam desejos, mas pode ainda hoje promover realidades com capacidade de constituir uma nova moralidade. Dessa forma, mesmo apresentando “deslocamento, desvio de diferença e de acentuação” (FOUCAULT, 2010a, p. 86), não revela desconexão com os princípios tradicionais.

2.4 Técnicas de acesso à consciência do cuidado de si

Foucault apresenta algumas tecnologias do cuidado de si, ou subjetivação, que possibilitam o acesso à verdade na consciência da pessoa. Primeiro, mediante os ritos de purificação: na medida em que olham para a sua divindade e realizam seus ritos, ouvem seus ensinamentos, realizam os sacrifícios e mantêm-se vivos na esperança, alimentando-se, cujo fim é obter forças para perseguir seus sonhos. O segundo momento da tecnologia do cuidado está na concentração da alma: impedindo o dispersante, mas observando o que o faz sofrer e alegrar-se. A terceira técnica é a do retiro como forma de desconectar, manter-se ausente de um espaço para encontrar-se consigo em outro espaço, no qual não fará experiências de sensações e agitações já vivenciadas de forma corriqueira; é uma necessidade de ausência visível. A quarta técnica manifesta-se na prática da resistência, que faz com que cada um possa carregar a sua cruz (SD 25), suportar as provações que a vida lhe oferece, enfrentar as dores e dificuldades como forma de conexão e geração de conflito, com a finalidade de um estado de vida consciente e capaz de promover discernimento em situações conflitantes.

Foucault expõe técnicas simples para o cuidado de si, como escutar músicas, respirar perfumes, exame de consciência, reconstrução do dia – observando os momentos de acertos, erros, falhas –, purificação das dores e projeção positiva por imagens mentais de um dia melhor. Pela técnica de reconstrução, mantêm-se uma visão de esperança, observando o passado, o

presente e os anseios de futuro. O cuidado de si é metucioso, é exercício diário de auto-observação e de deserto (FOUCAULT, 2010a, p. 44-45).

Já a técnica da provação desenvolve no indivíduo resistência, quando então ele é capaz de organizar situações, contextos e realidades, que se manifestam tentadoras, para que se realize o exercício de fortaleza e renúncia. Toma-se como exemplo o preparo de um alimento saboroso: a pessoa, depois de um período em jejum, convida amigos e amigas para confraternizar. Aquela que estava em jejum, observa o alimento, o seu cheiro, imagina o seu sabor, deseja e pode possuí-lo, mas mesmo em sua vontade resiste e o renuncia. Tal ato educa e desenvolve a consciência para que ela, sábia, comporte-se com sabedoria e sobriedade em momentos extremos e que demandam renúncia, com foco, justiça e desapego (GRÜN, 2005, p. 69-73).

A pessoa será – ao fim dessa experiência de observação de todos que ali estão se alimentando, e ele livremente resistindo –, capaz de entender seus níveis de resistência a determinadas realidades que lhe oferecem prazer, possibilitando estratégias para o controle de suas ações. Tudo isso deve ser organizado para provar-se em nível de fragilidade e necessidade de evolução, pois “é preciso habituar a alma, a partir de todos os pontos do corpo, a se reunir em si mesma, a refluir sobre si, a residir em si mesma tanto quanto possível [e] tomar a alma em suas mãos” (FOUCAULT, 2010a, p. 46). Dessa forma, “ao cuidar de si, o ser-aí está cuidando, em outras palavras, do mundo fático que é o dele” (CASANOVA, 2009, p. 133). Assim, a integralidade do cuidado desperta e se expande na medida em que a pessoa sente-se a si mesma em sua estabilidade provocada e estratégica, consciente de abertura libertadora ao outro e ao mundo.

2.5 Por um desenvolvimento do cuidado de si

O não desenvolvimento do cuidado inibe o potencial de atualização do vir a ser para o outro enquanto movimento positivo de saída e retorno, o que torna a pessoa indiferente ao bem comum. Enquanto modo de ser (BOFF, 1999a, p. 89), masculino e feminino, revela-se por atitudes que derivam da experiência com o sagrado, e se descobre no coração do universo enquanto lugar do mistério (BOFF, 1999a, p. 120). Desse modo, o cuidado é o centro de equilíbrio e o princípio necessário para a moral, que, em sua “estrutura de uma virtude” (FURROW, 2007, p. 144), possibilita o desenvolver-se como ponto de conexão entre os extremos humanos. É representação prática do simbólico modo amor para com o outro, pois “tudo o que cuidamos também amamos” (BOFF, 2009, p. 8).

Por isso, o desenvolvimento de uma alma transcendental (HEIDEGGER, 2014, p. 270), consciência de cuidado, ressuscita no outro a capacidade de cuidar de si e do mundo ao agir consigo na mesma condição de amor para com o outro. Assim, “cuidar do ser é também cuidar do outro, é também cuidar dessa alteridade que sempre nos escapa” (LELOUP, 2009, p. 37); é, ainda, deixar-se estar e ser “afetado e afetivamente ligado ao outro” (LELOUP, 2009, p. 19).

O cuidado de si desenvolvido é um “eu devo afetivo” (NODDINGS, 2003, p. 217), que capacita a pessoa para o cuidado com o outro contra a origem do descuido interior que se detém no desejo que o outro faça, mas não o faz. Não é apenas uma moral dupla, mas uma desatenção ao estado de ser. Para isso é possível dar o primeiro passo ao ocupar-se com sua alma em seu aspecto transcendental, de sentido.

O amor manifesta-se no nível em que se entende que o seu sentido está em indicar ao seu amante o caminho para o cuidado de si (FOUCAULT, 2010a, p. 49-55), sustentado no *conhece-te a ti mesmo*, no *dobrar-se sobre si*, desligar-se das sensações ilusórias, manter-se presente em seu aspecto de fixidez imóvel, importando-se com o hoje, cujo entendimento do passado é realidade influenciadora do presente. Mas, em seu conhecimento possível de ser corrigido, vê a si na profundidade essencial manifesta no outro, pelo cuidado, evoluindo a si enquanto finalidade (NODDINGS, 2003, p. 218). Nessa perspectiva, Foucault afirma que,

para ocupar-se consigo, é preciso conhecer-se a si mesmo; para conhecer-se, é preciso olhar-se em um elemento que seja igual a si; é preciso olhar-se em um elemento que seja o próprio princípio do saber e do conhecimento; e esse princípio do saber e do conhecimento é divino. Portanto, é preciso olhar no elemento divino para reconhecer-se: é preciso conhecer o divino para reconhecer a si mesmo (FOUCAULT, 2010a, p. 66).

Desse modo, ocupar-se consigo tem por sentido gerar pessoas autônomas e relacionais, constituídas em si por seu próprio caminho por toda a vida de forma tal que “conhecer-se, conhecer o divino, reconhecer o divino em si mesmo, é fundamental” (FOUCAULT, 2010a, p. 70) para o cuidado de si, cuja finalidade não é o si mesmo, mas uma mudança, *metánoia*, que se torna necessária, urgente e coextensiva como um dever (KANT, 2008, p. 238), no sentido moral (FOUCAULT, 2010a, p. 70-81). Portanto, ninguém “pode cuidar de si sem se conhecer” (FOUCAULT, 2010b, p. 43), o que indica que o cuidado com os outros é manifestação do anterior cuidado de si (FOUCAULT, 2010b, p. 354).

A autoterapia, a terapia e a prática da cura e do cuidado começam em si, na capacidade de cultivar-se em sua própria alma, observando em si mesmo a composição do princípio universal (FOUCAULT, 2010a, p. 89-101), cuja “meta da prática de si é o eu” (FOUCAULT, 2010a, p. 114). Dessa forma, o governo dos outros perpassa uma relação consigo mesmo, o que oferece à subjetividade uma função importante ao fazer saber que o mundo e o cuidado do outro, em sua moralidade, o seu desenvolvimento, estabelecem relação com a subjetividade. Nesse sentido, o cuidado é uma realidade espontânea e, por isso, o seu desenvolvimento acontece pela autocompreensão (FOUCAULT, 2010b, p. 343-344), pela necessidade de cuidar da vida, entendendo-a como verdadeira obra de arte, uma “estética da existência” (CASTRO, 2017, p. 121-148), pois tal comportamento de cuidado não se equipara a uma obediência ou a uma lei moral, mas volta ao essencialmente original no humano, manifesto em sua fundamental felicidade: “cuidar e ser cuidado” (NODDINGS, 2003, p. 220). O governo do outro enquanto

poder é “um poder de cuidado” (FOUCAULT, 2008, p. 170), e o cuidado de si guia o pensamento ético quando a “técnica de si” (FOUCAULT, 2008, p. 498) é assumida e destacada enquanto ponto convergente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em linhas gerais, o cuidado de si não está relacionado a uma realidade de individualismo sem código de valores (RAND, 2012, p. 412), mas a uma austeridade, a uma cultura de si, indicada como arte da existência que se torna fundamento para desenvolvimento e organização da vida prática, cujo fim é a saúde da alma. Se o corpo se desenvolve pelo exercício físico, a alma humana se desenvolve pelo exercício de cuidado, e seu desenvolvimento é penoso, mas deve ser enfrentado com coragem (FOUCAULT, 2010b, p. 44) para que se obtenha o alcance da cura, a salvação de si e a possibilidade de se retirar em si mesmo, oferecendo-se ao necessário e importante tempo para o encontrar-se (FOUCAULT, 2014, p. 57-60) na contemplação essencial e necessária ao cuidado do outro e de tudo o que existe.

Na pesquisa histórica de Foucault, o cuidado de si é apresentado em sua linha cronológica como um privilégio-dever, uma espécie de ciência cuja aplicação primeira ocorre pela subjetivação, não levando em consideração tempo e espaço, o que define o cuidado como realidade constante, necessária e presente (FOUCAULT, 2014b, p. 62-63). Por isso, o cuidado de si possibilita o encontro da justiça em meio aos excessos e às faltas na justa medida. Essa prática pode ser considerada uma “verdadeira prática social” (FOUCAULT, 2014b, p. 67), e se manifesta na solidariedade (FOUCAULT, 2014b, p. 79). Nesse viés, são aplicadas ao cuidado de si, entendido na forma de exercício, as mesmas características apresentadas para o amor. Por conseguinte, o cuidado, em sua extensa complexidade, é arte de moralidade para o alcance do seu essencial princípio (FROMM, 1961, p. 19-23). Dessa forma, como toda arte, é preciso se concentrar em seus exercícios para que se possa gerar o necessário desenvolvimento.

Na perspectiva de Erich Fromm sobre o amor, aplicada ao cuidado, é possível indicá-lo como arte a ser desenvolvida através de uma experiência pessoal, negando-se a conectar-se por imposições externas para que se evitem atrasos em sua consciência, o que retarda o acesso à verdade do cuidado de si e do outro. Portanto, é pela experiência pessoal do cuidado de si que se desenvolve qualquer outro aspecto de cuidado do outro (FROMM, 1961, p. 106).

Para o exercício de cuidado de si exige-se disciplina e concentração (FROMM, 1961, p. 19-23, 108), e, ao mesmo tempo, o cultivo da paciência, pois “quem anda atrás de resultados rápidos nunca aprende uma arte” (FROMM, 1961, p. 109). Ao mesmo tempo, é preciso preocupação (FROMM, 1961, p. 109), cujo fim é o alcance de nobreza e perfeição ao máximo de si. Essa arte é para a vida toda, não se pode obtê-la por um método educativo formal e específico, mas no exercício de reconhecimento como ser pertencente a uma dinâmica transcendental essencial. É realidade de devoção ao cuidado.

Em suma, é preciso guardar as palavras disciplina, concentração e paciência para que se desenvolva o cultivo de si em todas as etapas da existência (FROMM, 1961, p. 110), pois o cuidado é, assim como o amor, uma entrega que se faz na esperança, e tem em si uma realidade que se movimenta pela fé e elimina a prática de injustiças (FOUCAULT, 2010b, p. 290). Logo, “um cuidado medíocre” (FROMM, 1961, p. 124) gera, por efeito, uma moral medíocre, uma fé medíocre, uma justiça medíocre, uma valoração da vida medíocre, adesão a ideologias medíocres, o que torna a pessoa corroída em sua ação e comportamento de cuidado. ✎

REFERÊNCIAS

- BOFF, Leonardo. **Ética da vida**. Brasília: Letraviva, 1999a.
- BOFF, Leonardo. **Homem**: satã ou anjo bom. Rio de Janeiro: Record, 2008.
- BOFF, Leonardo. **Princípio de compaixão e cuidado**: encontro entre ocidente e oriente. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2009.
- BOFF, Leonardo. **Saber cuidar**: ética do humano – compaixão pela Terra. Petrópolis: Vozes, 1999b.
- CASANOVA, Marco Antonio. **Compreender Heidegger**. Petrópolis: Vozes, 2009.
- CASTRO, Edgardo. **Introdução a Foucault**. Belo Horizonte: Autêntica, 2017.
- DENZINGER, Heinrich; HÜNERMANN, Peter. **Compêndio dos símbolos, definições e declarações de fé e moral**. São Paulo: Paulinas; Loyola, 2007.
- FOUCAULT, Michel. **A hermenêutica do sujeito**: curso dado no Collège de France (1981-1982). 3. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2010a.
- FOUCAULT, Michel. **Ditos e escritos**: genealogia da ética, subjetividade e sexualidade. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2014a. v. 9.
- FOUCAULT, Michel. **História da sexualidade**: O cuidado de si. São Paulo: Paz na Terra, 2014b. v. 3.
- FOUCAULT, Michel. **O governo de si e dos outros**. São Paulo: Martins Fontes, 2010b.
- FOUCAULT, Michel. **Segurança, território, população**. São Paulo: Martins Fontes, 2008.
- FROMM, Erich. **A arte de amar**. Belo Horizonte: Itatiaia, 1961.
- FURROW, Dwight. **Ética**: conceitos-chave em Filosofia. Porto Alegre: Artmed, 2007.
- GRÜN, Anselm. **A arte de ser mestre de si mesmo para ser líder de pessoas**. Rio de Janeiro: Petrópolis: Vozes, 2012.
- GRÜN, Anselm. **Caminhos para a liberdade**: vida espiritual como exercício para a liberdade interior. Petrópolis: Vozes, 2005.
- GRÜN, Anselm. **Jesus como terapeuta**: o poder curador das palavras. Petrópolis: Vozes, 2013.
- HEIDEGGER, Martin. **Ser e tempo**. 9. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.
- Caminhos de Diálogo**, Curitiba, ano 9, n. 14, p. 58-69, jan./jun. 2021
68 ISSN 2595-8208

JOÃO PAULO II. **Salvifici doloris**: carta apostólica sobre o sentido cristão do sofrimento humano. 2. ed. São Paulo: Paulinas, 1984.

JUNG, Carl. Gustav. **O desenvolvimento da personalidade**. São Paulo: Círculo do Livro, 1972.

KANT, Immanuel. **A metafísica dos costumes**. 2. ed. Bauru: Edipro, 2008.

KASPER, Walter. **A misericórdia**: condição fundamental do evangelho e chave da vida cristã. São Paulo: Loyola, 2015.

LELOUP, Jean-Yves. **Uma arte de cuidar**: estilo alexandrino. Petrópolis: Vozes, 2009.

NODDINGS, Nel. **O cuidado**: uma abordagem feminina à ética e à educação moral. São Leopoldo: Unisinos, 2003.

PAGOLA, José Antonio. **Jesus**: aproximação histórica. 7. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

PLATÃO. **Apologia de Sócrates**. Rio de Janeiro: Edições de Ouro, 1971.

RAND, Ayn. **A revolta de Atlas**. São Paulo: Arqueiro, 2012.

RUSCONI, Carlo. **Dicionário do grego do Novo Testamento**. São Paulo: Paulus, 2005.

Recebido em: 31/05/2021.

Aceito em: 27/06/2021.